

Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Takıntılı Özçekim Davranışının Sosyal Medya Kullanım Sıklığı Bakımından Karşılaştırılması

Ayşegül KOÇ,¹ Mehmet Enes GÖKLER,² Tuğba BİLGEHAN³

¹Dr. Öğr. Üyesi, ²Araş. Gör., Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara, Türkiye.

³Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Bölümü, Ankara, Türkiye.

Yazışma Adresi: Ayşegül KOÇ, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Ankara / Türkiye.

Tel: +90 (546) 725 5868

Faks: +90 (312) 906 1927

E-mail: aysegulkocmeister@gmail.com

Ayşegül Koç ORCID No: <https://orcid.org/0000-0003-1179-5550>

Mehmet Enes GÖKLER ORCID No: <https://orcid.org/0000-0002-1524-8565>

Tuğba BİLGEHAN ORCID No: <https://orcid.org/0000-0002-3326-776>

Geliş tarihi: 22 Nisan 2020

Kabul tarihi: 2 Haziran 2020

ÖZ

Amaç: Sosyal medya kullanımının her geçen gün artması, bireylerin davranışlarını değiştirerek onların sağlıkları üzerine olumsuz etkiler oluşturabilir. Yapılacak müdahale çalışmalarının geliştirilmesi ve uygulaması amacıyla, sosyal medya kullanımı ile ilgili davranışların birbirleri ile olan ilişkisini belirlemek çok önemlidir. Bu çalışmanın amacı, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi (AYBÜ) öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve takıntılı özçekim davranışlarını değerlendirilerek bu davranışsal sorunlar üzerine etkili değişkenlerin araştırılması ve bu iki davranışsal sorunun farklılıklarının araştırılmasıdır.

Yöntem: Bu araştırmanın evreni Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Esenboğa Külliyesi'nde öğrenimi devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklemi, tabakalı örnekleme yöntemi ile seçilen 503 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplamada literatür incelemeleri sonucu oluşturulan sosyodemografik veri formu, Takıntılı Özçekim Davranışı Ölçeği (TÖDÖ) ve Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (SMBÖ-YF) kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışma grubunun TÖDÖ'den aldığı puanların ortalaması 51,36±15,43 (genişlik, 20-97) iken SMBÖ-YF'den aldığı puanların ortalaması 57,94±12,64 (genişlik, 24-94) olarak bulunmuştur. Öğrenciler günde ortalama 4,76±2,63 (genişlik, 1-12) saat internet ortamında vakit geçirdiğini bildirmişlerdir. Çalışma grubu günde ortalama 3,25±22,85 (genişlik, 0-480) kez özçekim yapmakta iken günde yayınlanan özçekim ortalaması 0,32±3,82 (genişlik, 0-84) idi. Takıntılı özçekim davranışı ile öğretimin sürdürüldüğü bölüm ve yaş arasında anlamlı ilişki bulunurken; cinsiyet, hekim tarafından tanısı konmuş hastalık ve sağlık algısı ile anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. İnternette geçirilen günlük süre, günlük özçekim sayısı ve günlük yayınlanan özçekim sayıları arttıkça öğrencilerin TÖDÖ ve SMBÖ-YF'den aldıkları puanlar artmaktadır.

Sonuç: Bu çalışma sonucunda sosyal medya kullanımının ve sosyal medya uygulamalarının kontrolün artması özçekim ve yayınlama sayısını etkilediğini ortaya koymuştur. Sosyal medya uygulamalarının kontrol etme sıklığı yüksek olanlarda ve internette geçirdikleri sürenin yüksek olduğu öğrencilerde SMBÖ-YF'den aldıkları puanlar, TÖDÖ'den aldıkları puanlar, günlük özçekim sayısı ve günlük yayınlanan özçekim sayısı daha fazla bulunmuştur. Takıntılı sosyal medya kullanımı ve özçekim davranışının değerlendirildiği, farklı akran gruplarında yapılacak karşılaştırmalı ve büyük ölçekli çalışmaların yapılmasının literatüre önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Sosyal medya, takıntılı özçekim, özçekim bağımlılığı, bağımlılık, öğrenci

ABSTRACT

Social Media Addiction and Obsessive Selfie Behavior in University Students in terms of Social Media Usage Frequency

Objective: The increasing use of social media every day can change the behavior of individuals and create many negative effects on health. In order to develop and implement the intervention studies, it is very important to determine the relationship between the behaviors related to the use of social media. The aim of this study is to evaluate the effects of social media and obsessive selfie behavior of Ankara Yıldırım Beyazıt University (AYBU) students and to investigate the variables that affect these addictions and to investigate the differences between these two types of behavior.

Methods: The population of this research consists of students who are studying at in AYBU located in Ankara. The sample consisted of 503 university students selected by stratified sampling method. Sociodemographic data form, Selfitis Behavior Scale (SBS) and Social Media Dependence Scale (SMDS-SF) were used to collect data.

Results: While the mean score of the study group from the SBS was 51.36 ± 15.43 (width, 20-97), the mean score obtained from the social media scale was found to be 57.94 ± 12.64 (width, 24-94). Students reported an average of 4.76 ± 2.63 (width, 1-12) hours per day on the internet. While the study group performed an average of 3.25 ± 22.85 (width, 0-480) selfie a day, the mean published selfie was 0.32 ± 3.82 (width, 0-84). There was a significant relationship between SBS and reading department and age; the study findings revealed that there was a statistically insignificant mean difference in obsessed selfie scores between gender, physician-diagnosed disease and health perception. As the daily time spent on the Internet, the number of selfies published daily and the number of selfies published daily increased, the scores of students on SBS and social media addiction scales increased.

Conclusion: Overall, the study findings revealed that the obsessive selfie addiction behaviors and social media addiction behaviors high level among Turkish university students. As the frequency of controlling social media applications increases, the scores they receive from social media addiction scale and obsessive selfie behavior scale increase, the number of daily selfie and publishing increases.

Keywords: Social media, selfitis, selfie, addiction, student

GİRİŞ

Çevrimiçi sosyal ağ siteleri son on yılda artan bir popülerite kazanmıştır. Sosyal ağlar diğer kullanıcılarla etkileşime geçmek veya kendilerine benzer ilgi alanlarına sahip kişileri bulmak için özel web sitelerinin ve uygulamaların kullanılması olarak tanımlanmaktadır ve literatürde sosyal medya kullanımı ile çoğu zaman aynı anlamda kullanılmaktadır.¹ 2017 yılında dünya çapında 2,48 milyar sosyal ağ kullanıcısı bulunmaktadır. Ülkemiz açısından ise 2018 yılında 39,6 milyon kişinin sosyal ağ kullanıcısı olduğu bilinmekle birlikte bu sayının 2023 yılında 44,8 milyon olacağı öngörülmektedir.²

Sosyal ağ sitelerinin görünürlüğü ilk olarak kişilerin bireysel profilleri ve duvar gönderilerini kullanarak kendilerini tanımladığı Facebook uygulaması ile artış göstermiştir. Bu dönemde sosyalleşmenin farklılaştığı dünyada bir diğer popüler alışkanlık ise mobil cihazlarda sohbet etme veya anlık mesajlaşma servisini kullanmak olmuştur. Bu süreç içerisinde WhatsApp, aylık 1,3 milyardan fazla aktif kullanıcısının bulunması ile dünya çapında en popüler mobil mesajlaşma uygulaması haline gelmiştir.³

Mobil cihazların yaygın kullanımı ve sosyal medya araçlarına yer zaman tanımaksızın erişim sağlayabilme gücünün artması ile sosyal medyanın sık kullanımı kaçınılmaz hale gelmiştir.⁴ Sosyal medya, çevrimiçi içerik üretme ve paylaşmayı ifade eder; sanal oyunlar, bloglar ve sosyal ağ siteleri gibi İnternet ile ilgili çok çeşitli sosyal uygulamaları içerir.¹ Son birkaç yılda, özellikle genç bireyler arasında, popüleritesini giderek arttıran yeni ağlar ortaya çıkmıştır. Bunların başında gelen Instagram, 2010'da bir fotoğraf paylaşım uygulaması olarak sosyal ağlar içerisinde yerini almıştır. Kendi hayatlarını ve anılarını sosyal çevresiyle yaşamasına müsaade eden uygulama gençler arasındaki en popüler sosyal medya uygulamasıdır. Sosyal ağlardaki artan çeşitlilik, davranışsal bağımlılıklar kavramında da anlaşılabilirliğe yol açmaktadır. Mevcut bağımlılığın internete, sosyal medyaya ulaşma ya da aracı olan uygulamaya mı (facebook, instagram vb.) cihaza (cep telefonu, tablet vb.) mı olduğu konusunda netlik yoktur.⁴ Sosyal medya kullanımı, bir kişinin sosyal medya kullanımını kontrol edememeyi ve diğer yaşam görevlerini engelleyecek şekilde kullanmayı içeren sosyal medya bağımlılığına yol açarak,⁵ sosyal medyayı aşırı kullanması sonucu bağımlılık semptomları gelişebilmektedir.^{6,7} Son on yılda sosyal medya araçlarında ki artışla birlikte, aşırı ve bağımlılık yapan sosyal medya kullanımını değerlendiren araştırmalar yapılmıştır. Yapılan araştırmalar incelendiğinde; sosyal medya uygun biçimde kullanılmadığında kişiler arası ilişkilerin,⁸ psikolojik sağlığın⁹ ve özel hayatın¹⁰ olumsuz olarak etkilendiği belirtilmektedir. Diğer taraftan özçekim davranışı gibi sosyal olma arayışının sonucunda yeni davranışlar gelişebilmektedir.

2013 yılında, Oxford Sözlüğü "selfie" yi "Yılın Sözü" olarak seçti ve genellikle bir akıllı telefon veya web kamerasıyla kendi kendine çektiği ve sosyal medya aracılığıyla paylaşılan bir fotoğraf olarak tanımladı.¹¹ Son zamanlarda, selfie davranışının yaygınlaşmasıyla kompulsif ve obsesif doğasını vurgulayan 'selfitis' üzerine araştırmalar yapılmıştır.^{12,13} Takıntılı öz çekim davranışının özellikle popüler fotoğraf paylaşım uygulamalarından olan Instagram gibi uygulamalar nedeniyle artış gösterdiği tartışma konusudur.⁵ Bugüne kadar, selfie ile ilgili yapılan araştırmalara daha fazla araştırma gerektiren çok boyutlu ve karmaşık bir olgudur.^{14,15} Bu nedenle, takıntılı özçekim gibi daha az bilinen davranışların aşırı ve potansiyel olarak takıntılı yapan kullanımla ilgili faktörlerle birlikte araştırılması önerilmektedir.¹⁶

Bu çalışmanın amacı Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi (AYBÜ) öğrencilerinin sosyal medya ve takıntılı özçekim davranışını değerlendirilerek etkileyen faktörlerin araştırılmasıdır. Bu amaç doğrultusunda;

Öğrencilerin sosyal medya bağımlılıkları nasıldır?

Öğrencilerin takıntılı özçekim davranışı nasıldır?

Öğrencilerin sosyal medya bağımlılıkları ile takıntılı özçekim davranışları arasında ilişki var mıdır? gibi sorulara yanıt bulunmaya çalışılmıştır. Üniversite öğrencilerinin sosyal medya ve takıntılı özçekim davranışını değerlendirilmesi, bu alandaki eksikliklerin belirlenmesi ve çözüm yollarının bulunmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Örneklem ve Uygulama

Bu araştırma Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi'nde okuyan öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı ve takıntılı özçekim davranışları durumlarının tespit edilip bu davranışsal sorunlar üzerine etkili değişkenlerin araştırılması amacıyla tanımlayıcı ilişki arayıcı olarak yapılmıştır. Bu araştırmanın evreni Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Esenboğa Külliyesi'nde öğrenimi devam eden öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırma örneklemini oluştururken bölümlerde kayıtlı aktif öğrenci sayıları tabakalı seçilim yoluyla hesaplanmıştır. Esenboğa külliyesinde fiziki koşullar nedeniyle, öğrencilerin devam durumları ve eksik doldurulan 24 anket formu çıkarılarak kapsam dışı bırakılmıştır. Örneklem hemşirelik bölümünden 199, fizik tedavi bölümünden 71, beslenme ve diyetetik bölümünden 101, sosyal hizmet bölümünden 25, işletme bölümünden 52, ilahiyat bölümünden 55 olmak üzere 503 öğrenciden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları literatür incelemeleri sonucu oluşturulan sosyodemografik ve medya bağımlılığı ile ilgili bilgileri toplamak için bir anket, Takıntılı Özçekim Davranışı Ölçeği (TÖDÖ) ve Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (SMBÖ-YF) kullanılmıştır.

Takıntılı Özçekim Davranışı Ölçeği (TÖDÖ)

TÖDÖ, Balakrishnan ve arkadaşları tarafından 2018 yılında geliştirilmiştir. Likert tipi 20 sorudan oluşan ölçek; "kesinlikle katılıyorum", "katılıyorum", "fikrim yok", "katılmıyorum", "kesinlikle katılmıyorum" şeklinde sıralanan yanıtlar içermektedir. Ölçekten alınacak maksimum puan 100'dür.¹² Çalışmamızda ölçeğin Cronbach alfa değeri 0,93 bulunmuştur.

Sosyal Medya Bağımlılık Ölçeği (SMBÖ-YF)

Sosyal medya bağımlılık ölçeği yetişkin formu (SMBÖ-YF) 18-60 yaş aralığındaki yetişkinlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini ölçmek amacıyla Şahin ve Yağcı (2017) tarafından geliştirilen bir ölçektir. SMBÖ-YF 5'li likert tipinde, 20 maddeden oluşmakta olup; sanal tolerans (1-11. maddeler) ve sanal iletişim (12-20. maddeler) alt boyutları bulunmaktadır. Sanal tolerans alt boyutu 1-11'inci maddeler, sanal iletişim ise 12-20'inci maddelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan aralığı 20-100'dür. Ölçekten alınan puanın artışı ile bireyin kendisini "sosyal medya bağımlısı" olarak algıladığı değerlendirilmektedir. Şahin ve Yağcı (2017) geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach Alpha değerini 0,94; alt boyutlardan sanal tolerans için 0,92 ve sanal iletişim için 0,91 bulmuştur.¹⁷ Çalışmamızda ölçeğin Cronbach alfa değeri 0,84 bulunmuştur.

Araştırmanın yapılabilmesi için Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Etik Kurulu'na 2019-181 araştırma koduyla başvurulmuş, 19/04/2019/37 sayılı onay alınmıştır. Katılımcılara araştırmanın ne olduğu, amacı, önemi ve veri toplama formları ile ilgili bilgi verildikten sonra anket üzerinde kendi kişisel bilgileriyle ilgili herhangi bir bilginin yer almayacağı ve bu anketlere araştırmacılar tarafından başka kimsenin ulaşamayacağı konularında bilgilendirme yapılmıştır. Hazırlanmış olan bilgilendirilmiş gönüllü onam formu katılımcılara okutularak çalışmaya katılımın gönüllü olduğu anlatılmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden katılımcılardan yazılı gönüllü onam formu alınmıştır. Anketler toplandıktan sonra kilitli dolaplarda saklanmaktadır. Bilgisayardaki

verilere ise araştırmacılar dışında kimse erişemeyecektir.

Araştırma sonuçlarımız örneklem dahilinde genellebilir. Bölümlerde kayıtlı kız öğrenci sayısının sayısal ağırlığı ve araştırmaya katılımında isteklilik nedeniyle örneklemimizde cinsiyet açısından farklılık oluşturmuştur.

İstatistiksel Analiz

Verilerin analizi için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 21 paket programı kullanılmıştır. Anlamlılık $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. Tanımlayıcı verilerin değerlendirilmesinde sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma değerleri kullanılmıştır. Araştırmada frekans analizlerin yanı sıra Mann-Whitney U Kruskal Wallis ve korelasyon testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Çalışma grubunun %78,3'ü (n394) kadın olup, grubun yaş ortalaması $20,95 \pm 1,69$ (genişlik, 18-31) yıl idi. Çalışmaya dâhil olan öğrencilerin %39,6'sı hemşirelik, %20,1'i diyetisyenlik ve %24,1'i ise fizik tedavi bölümlerine devam etmekteydi. Katılımcıların %8,7'sinin hekim tanılı kronik bir hastalığı bulunurken, %38,4'ü sağlığının "mükemmel" olduğunu bildirdi. Çalışma grubunun TÖDÖ'den aldıkları puanın ortalaması $51,36 \pm 15,43$ (genişlik, 20-97) iken SMBÖ-YF'den aldıkları puan ortalaması $57,94 \pm 12,64$ (genişlik, 24-94) idi. Diyetisyenlik öğrencilerinin fizik tedavi bölümü öğrencilerine göre daha düşük seviyede sosyal medya bağımlılığına sahip olduğu görüldü. Ayrıca diyetisyenlik öğrencileri işletme, sosyal hizmet ve fizik tedavi bölümlerinden daha düşük fizik tedavi ise ilahiyat ve hemşirelikten daha yüksek düzeyde takıntılı özçekim davranışına sahip idi. Cinsiyet, hekim tarafından tanı konmuş kronik hastalık ve sağlık algısı ile TÖDÖ ve SMBÖ-YF arasında ilişki bulunmadı. Öğrencilerin TÖDÖ'den aldıkları puanlar yaş artışı ile azalmakta idi ($r = -0,19$; $p < 0,001$). Çalışma grubunun sosyo-demografik değişkenlere göre TÖDÖ ve SMBÖ-YF'den aldıkları puanların dağılımı Tablo 1'de sunulmuştur.

Öğrenciler günde ortalama $4,76 \pm 2,63$ (genişlik, 1-12) saat internet ortamında vakit geçirdiğini bildirmişlerdir. Çalışma grubu günde ortalama $3,25 \pm 22,85$ (genişlik, 0-480) kez özçekim yapmakta iken günde yayınlanan özçekim ortalaması $0,32 \pm 3,82$ (genişlik, 0-84) idi. İnternette geçirilen günlük süre, günlük özçekim sayısı ve gün-

Tablo 1. Çalışma grubunun sosyodemografik değişkenlere göre takıntılı özçekim ve sosyal medya bağımlılık ölçeklerinden aldıkları puanların dağılımı

		N	% Ortanca	Takıntılı Özçekim Ölçeği			Test Değeri KW;p Ortanca	Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği			Test Değeri KW;p
				IQR 25	IQR 75			IQR 25	IQR 75		
Cinsiyet	Kadın	394	78,3	49,00	40,00	60,00	1,085; 0,278	59,00	51,00	66,00	0,239; 0,811
	Erkek	109	21,7	51,00	43,00	63,00		58,00	50,00	67,00	
	Hemşirelik ¹	199	39,6	49,00	40,00	61,00		58,00	51,00	66,00	
	Fizik tedavi ²	71	14,1	59,00	51,00	69,00		61,00	55,00	67,00	
Okuduğu bölüm	Diyetisyenlik ³	101	20,1	45,00	36,00	54,00	48,670; <0,001	55,00	45,00	66,00	14,872; 0,011
	İşletme ⁴	52	10,3	55,00	44,00	66,50		61,00	52,00	71,00	
	İlahiyat ⁵	55	10,9	46,00	38,00	57,00		57,00	46,00	62,00	
	Sosyal hizmet ⁶	25	5,0	52,00	48,00	66,00		59,00	50,00	70,00	
Hekim tanılı hastalık	Var	44	8,7	52,50	41,50	58,50	0,153; 0,879	60,00	50,50	66,50	0,433; 0,665
	Yok	459	91,3	49,00	41,00	61,00		58,00	51,00	66,00	
	Mükemmel	193	38,4	50,00	38,00	64,00		57,00	49,00	66,00	
Sağlık algısı	İyi	232	46,1	49,00	42,00	58,50	1,833; 0,400	58,00	52,00	65,50	4,818; 0,090
	Kötü	78	15,5	53,50	42,00	66,00		62,00	51,00	69,00	

1-2= $p < 0,001$, 3-4= $p = 0,002$, 3-6= $p = 0,024$, 2-3= $p < 0,001$, 2-4= $p < 0,001$

lük yayınlanan özçekim sayıları arttıkça öğrencilerin TÖDÖ ve SMBÖ-YF'den aldıkları puanlar artmakta idi. Çalışma grubunun TÖDÖ ve SMBÖ-YF'den aldıkları puanlarla yaş, internette geçirilen günlük süre, günlük özçekim sayısı ve günlük yayınlanan özçekim sayılarının korelasyonu Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Çalışma grubunun takıntılı özçekim ve sosyal medya bağımlılık ölçeklerinden aldıkları puanlarla yaş, internette geçirilen günlük süre, günlük özçekim sayısı ve günlük yayınlanan özçekim sayılarının korelasyonu.

	Ortalama±SD	Min	Maks	Takıntılı Özçekim Ölçeği r;p	Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği r;p
Yaş	20,95±1,69	18,0	31,0	-0,190; <0,001	-0,078;0,081
İnternette geçirilen günlük süre	4,76±2,63	1,0	12,0	0,141; <0,001	0,196; <0,001
Günlük özçekim sayısı	3,25±22,85	0	480	0,350; <0,001	0,349; <0,001
Günlük yayınlanan özçekim sayısı	0,32±3,82	0	84	0,189; <0,001	0,110;0,014

Tablo 3. Çalışma grubunun sosyal medya hesaplarını kontrol sıklıklarına göre takıntılı özçekim ve sosyal medya bağımlılık ölçeklerinden aldıkları puanların dağılımı

Öğrencilerin %89,9'unun Instagram, %88,3'ünün WhatsApp, %66,8'inin Youtube ve %55,5'inin Facebook hesabı bulunmaktadır. Sosyal medya uygulamalarından en az birini saatlik kontrol edenler çalışma grubunun %64,4'ünü oluştururken, TÖDÖ ve SMBÖ-YF'den aldıkları puanlar bu grupta daha yüksek idi (her biri için $p < 0,001$). Çalışma grubunun TÖDÖ'den aldıkları puanlar özellikle Instagram ve WhatsApp hesabını sık kontrol edenlerde daha yüksek tespit edildi. Ayrıca tüm uygulamalar açısından hesaplarını saatlik kontrol edenlerin TÖDÖ ve SMBÖ-YF'den aldıkları puanlar daha yüksek idi. Çalışma grubunun sosyal medya hesaplarını kontrol sıklıklarına göre TÖDÖ ve SMBÖ-YF'den aldıkları puanların dağılımı Tablo 3'de sunulmuştur.

Sosyal medya uygulamalarından en az birini saatlik kontrol edenlerin etmeyenlere göre SMBÖ-YF'den aldıkları puanlar, TÖDÖ'den aldıkları puanlar, internette geçirilen günlük süre, günlük özçekim sayısı ve günlük yayınlanan özçekim sayısı daha fazla idi. Çalışma grubunun sosyal medya hesaplarını kontrol sıklıklarına göre TÖDÖ ve SMBÖ-YF

ile internette geçirilen günlük süre, günlük özçekim sayısı ve günlük yayınlanan özçekim sayılarının dağılımı Tablo 4'de sunulmuştur.

Sosyal medya kullanımında kişilerin kendilerini kontrol etmekte yetersiz olduğunun saptandığı çalışmalar bulunmaktadır.^{20,23} Sosyal medya kullanıcıları günlük yapmaları gereken hedefler (ders çalışmak, ev işleri gibi) ile Facebook ya da Instagram'ı kontrol etmek arasında ikilemede kalabilirler. Bu durumda kişinin kendisini kontrol etme becerisine sahip olmaya ihtiyacı vardır.²⁰

Tablo 3. Çalışma grubunun sosyal medya hesaplarını kontrol sıklıklarına göre takıntılı özçekim ve sosyal medya bağımlılık ölçeklerinden aldıkları puanların dağılımı

Uygulamaları saatlik kontrol etme durumu	N*	% Ortanca	Takıntılı Özçekim Ölçeği			Test Değeri KW;p Ortanca	Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği			Test Değeri KW;p	
			IQR 25	IQR 75	Ortanca		IQR 25	IQR 75			
Whatsapp	Kontrol etmem	157	35,4	47,00	38,00	56,00	4,711; <0,001	54,00	45,00	61,00	5,542; <0,001
	Kontrol ederim	287	64,6	54,00	43,00	66,00		61,00	54,00	68,00	
Facebook	Kontrol etmem	195	69,9	54,00	45,00	66,00	1,854; 0,064	59,00	51,50	68,00	2,884; 0,004
	Kontrol ederim	200	71,7	52,00	41,50	63,00		64,00	55,00	70,00	
Instagram	Kontrol etmem	256	56,6	48,00	38,00	57,00	6,600; <0,001	55,00	49,00	62,00	8,548; <0,001
	Kontrol ederim	196	43,4	56,50	46,50	69,00		64,00	56,50	72,00	
Youtube	Kontrol etmem	301	89,6	50,00	41,00	61,00	1,226; 0,220	59,00	52,00	66,00	3,853; <0,001
	Kontrol ederim	35	10,4	55,00	41,00	65,00		68,00	58,00	76,00	

*Hesabı olanlar üzerinden analiz edilmiştir.

TARTIŞMA

Sosyal medyanın giderek yaygınlaşması ve kullanımının artması, bireylerin davranışlarını değiştirerek sağlıkları üzerine olumsuz etkiler oluşturabilmektedir. Yapılacak müdahale çalışmalarının geliştirilmesi ve uygulanması amacıyla, sosyal medya kullanımı ile ilgili davranışların birbirleri ile olan ilişkisini belirlemek önem kazanmaktadır. Bu bakış açısıyla çalışmamızda sosyal medya kullanım davranışlarının değerlendirilmesi amacıyla üniversite öğrencilerine iki farklı ölçek uygulanmıştır. Bu çalışmada öncelikle üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımının yaygın olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Çalışma grubumuz günde yaklaşık 5 saat çevrimiçi sosyalleşmeye zaman ayırmaktadırlar. Çalışmamızın bulgularına benzer şekilde Aktan'ın üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre de, öğrencilerin 5 saat ve üzeri sosyal medya kullandığı ve sosyal medya kullanım süresi arttıkça sosyal medya bağımlılık seviyesinin arttığını saptanmıştır.¹⁸

İnternetin bireyler için kolay ulaşılabilir olması sağlayan teknolojinin gelişimiyle beraber, sosyal medya her yer ve zamanda erişilebilir duruma gelmiştir.¹⁹ Sosyal medyanın sürekli kullanılabilir olması kullanıcıların kendilerini kontrol etmelerini zorlaştırmaktadır.^{20,21} Çalışmamızın bulgularına göre, özellikle Instagram ve WhatsApp uygulamaları, yaklaşık her 10 öğrenciden 9'u tarafından kullanılmaktadır. Ayrıca her 10 öğrenciden 6'sı her saat hesaplarındaki gelişmeleri kontrol etmektedir. Problemler internet kullanımı sonucunda gençlerin aile, arkadaş ilişkilerini olumsuz etkileyerek psikososyal uyum sorunları yaşadıklarını belirten çalışmalar bulunmaktadır.²² Bireylerin günlük sosyal medyaya ayırdıkları vaktin artması, kişilerin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki önemli bir etkidir. Diğer bir neden ise bireylerin gelişmeleri takip etme arzusu ile sosyal uygulamaları kontrol sıklıklarındadır. Sosyal medya arzusuna direnmek zor bir süreç olarak görülmektedir.

görülmektedir. Diğer uygulamalardan farklı olarak Instagram, kullanıcılarının fotoğraflarını ve videolarını yayınlamalarını, başkalarından yorumlar almalarını, başkalarının profillerini takip etmelerini ve başkaları tarafından profillerinin takip edilmesini kolaylaştırmaktadır. Ayrıca kullanıcıların canlı akışlarını yayınlamalarına ve sonradan silinen kısa hikayeler paylaşmalarına da izin vermektedir. Shane-Simpson ve arkadaşlarının üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada yazışmak için Instagram'ı diğer uygulamalara oranla belirgin bir farkla tercih

Tablo 4. Çalışma grubunun sosyal medya hesaplarını kontrol sıklıklarına göre takıntılı özçekim ve sosyal medya bağımlılık ölçekleri ile internette geçirilen günlük süre, günlük özçekim sayısı ve günlük yayınlanan özçekim sayılarının dağılımı.

	Uygulamalardan en az birini saatlik kontrol etme durumu						Test Değeri Z;p
	Kontrol etmem			Kontrol ederim			
	Ortanca	IQR 25	IQR 75	Ortanca	IQR 25	IQR 75	
Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	52,00	43,00	59,00	61,00	54,00	68,00	7,886;<0,001
Takıntılı Özçekim Ölçeği	46,00	35,00	54,00	54,00	43,00	65,00	5,665;<0,001
İnternette geçirilen günlük süre	3,00	2,00	5,00	4,00	3,00	6,00	3,937;<0,001
Günlük özçekim sayısı	0,00	0,00	1,00	1,00	,00	2,00	4,510;<0,001
Günlük yayınlanan özçekim sayısı	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,426;<0,001

ettikleri saptanmıştır.²⁴ Çalışmamızda Instagram hesabını saat başı kontrol edenlerin daha az sıklıkta kontrol edenlere göre TÖDÖ ve SM-BÖ-YF'den aldıkları puan daha yüksek tespit edilmiştir. Ayrıca günlük çekilen özçekim sayısı ve yayınlanan özçekim sayısının artışı da takıntılı özçekim davranışı ve sosyal medya bağımlılığı üzerine etkili olduğu görülmüştür. Uygulama bireylerin yüklediği içeriğe ilişkin beğeniler ve yorumları kontrol etmek ve çevrelerinin kimleri takip ettiğini, kimlerin fotoğrafını beğendiğini gibi konularda meraklarını 'gizlice' gidermelerine de olanak sağlamaktadır. Uygulamanın bu özellikleri, bireylerin fotoğraf ve videoları sık sık paylaşmaya devam etme dürtülerini artırması ve çevrelerindeki gelişmeleri takip etmesine olanak sağlaması uygulamanın aşırı kullanılmasının nedeni olabilir.¹⁶

Sosyal medya kullanımı ile özçekim yapma arasında ilişki olduğu

ve özçekimin bireyin arkadaşları arasında sosyal bir karşılaştırma olarak kullanıldığı görülmektedir.²⁵ Sosyal medyayı aktif olarak kullanan birisi her ne kadar nadiren özçekim yayınlasa da sosyal medyada başkalarıyla olduğu fotoğraflara sık rastlanabilir. Kişi özçekim yayınlamaktan çok özçekim yaparken öz saygı ve yaşam memnuniyeti artar.²⁶

Sosyal ağların anında mesajlaşma özelliği de sıklıkla kullanılmaktadır. Sosyal medya kullanıcılarından en sık kullanılan sosyal medya hesabının WhatsApp olduğu görülmektedir.²⁷ Öğrenciler arasında kullanılan en popüler mesajlaşma servisi olan WhatsApp, çalışmamızda da her 10 öğrencinin 8'i tarafından kullanılıyordu.²⁸ WhatsApp anlık mesajlaşma, resim, video ve sesli arama işlemlerini kolaylaştıran bir iletişim uygulamasıdır. Özellikle trafikte yol açtığı dikkat dağınıklığı ile kazaların artmasına yol açtığı göz önünde bulundurulduğunda, bağımlılık potansiyelinin yüksek olduğu düşünülebilir.²⁹ Bu çalışmada öğrencilerden WhatsApp hesabını saat başı kontrol edenlerin daha az sıklıkta kontrol edenlere göre TÖDÖ ve SMBÖ-YF'den aldıkları puan daha yüksek tespit edilmiştir. Toplumun geleneksel cep telefonu mesajlaşma yöntemlerini giderek internet tabanlı mobil metin mesajlaşma teknolojilerinden yana kullanmaları bu durumun nedeni olabilir. Özellikle arkadaş çevrelerindeki gelişmeleri takip etme, onlarla haberleşip yeni gelişmeleri birbirlerine ileterek tartışma ortamı sağlama-sından dolayı WhatsApp'ın sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili olduğu düşünüldü. Takıntılı özçekim davranışı ile sosyal medya bağımlılığının ilişkili olmasının nedeni ise; sosyal medya uygulamalarında resim ve video paylaşımlarının takip edilebilir özelliklere sahip olmasından kaynaklanıyor olabilir.

Ayrıca Facebook ve Youtube uygulamalarını saat başı kontrol edenlerin daha az sıklıkta kontrol edenlere göre TÖDÖ'den aldıkları puan değişmezken, SMBÖ-YF'den aldıkları puan daha yüksek idi. Facebook uygulamasının gençler arasında popülerliğinin azalması ve özellikle takıntılı özçekim davranışı çerçevesinde Instagram gibi uygulamaların daha sık kullanılması bu durumun nedeni olabilir. Ayrıca halen uygulamayı sık kontrol edenlerin sosyal medya bağımlılık ölçeğinden fazla puan alması önemlidir. Diğer taraftan Youtube gibi video paylaşım uygulamasının takıntılı özçekim gibi fotoğraf temelli bir bağımlılıkla ilişkili çıkmaması beklenen bir durumdur. Youtube kullanımının çalışmaya katılan her 10 öğrencinin 6'sı tarafından kullanılması ve sosyal medya bağımlılığı ile kontrol sıklığı açısından ilişkili bulunulması dikkat çekicidir. Video paylaşım siteleri arasında en sık tercih edilen uygulama olan Youtube'un, yüksek etkileşim seviyesine sahip olduğu bilinmektedir.²⁹ Youtube, bir video paylaşım uygulamasından daha fazlasıdır. Eğitim, sanat, işletme, psikoloji, tıp gibi birçok farklı alanda kullanıcılara kariyer imkânı oluşturmaktadır.³⁰ Diğer uygulamalarla benzer şekilde video izleme, beğenme, paylaşma ve yorumlama gibi aktivitelere de izin veren Youtube, son dönemde özellikle YouTuber'ların paylaştığı içerikler nedeniyle bir video paylaşım uygulaması olmanın ötesine geçerek kişilerin sorularına cevap bildikleri bir platform haline gelmiştir.

Araştırmamızın sonuçlarına göre takıntılı özçekim davranışı ya da sosyal medya bağımlılığı gibi farklı davranış sorunları belli uygulamaları sıklıkla kullananlarda daha yüksek bulunmuştur. Özellikle fotoğraf paylaşımına izin veren uygulamaların takıntılı özçekim davranışı gibi sorunlara daha fazla yakınlık oluşturabileceği sonucu çıkarılabilir. Diğer taraftan sosyal medya bağımlılığı tüm uygulamalar için bağımlılık riski taşımaktadır. Ayrıca uygulamalardaki gelişmeleri kontrol sıklığı bağımlılık için önemli bir gösterge olarak bulunmuştur. Bu çalışmanın bulguları, araştırmacıları davranışsal bağımlılığın çeşitli yeni boyutlarda ve platformlarda araştırmaya teşvik edecektir.

SONUÇ

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin takıntılı özçekim davranışı ve sosyal medya bağımlılığı değerlendirilerek bu davranış sorunlarının üzerine etkili değişkenler belirlenmiştir. Sosyal medya uygulamalarının kontrol etme sıklığı yüksek olanlarda ve internette geçirdikleri sürenin yüksek olduğu öğrencilerde SMBÖ-YF'den aldıkları puanlar, TÖDÖ'den aldıkları puanlar, günlük özçekim sayısı ve günlük yayınlanan özçekim sayısı daha fazla bulunmuştur. Bağımsız değişkenlerden cinsiyet, hekim tarafından konulan kronik hastalık tanısı ve sağlık algısı ile takıntılı özçekim davranışı ve sosyal medya bağımlılığı arasında ilişki bulunmamıştır. Bu çalışma sosyal medya kullanımının artması ve sosyal medya uygulamalarını sık kontrol etme davranışının özçekim yapma ve yayınlama sayısını etkilediğini ortaya koymuştur. Farklı üniversitelerde okuyan ve okumayan akran gruplarında yürütülecek karşılaştırmalı ve geniş ölçekli araştırmaların yapılmasının literatüre önemli katkılar sunabileceği düşünülebilir.

KAYNAKLAR

1. Kuss D, Griffiths M. Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *Int J Environ Res Public Health* 2017;14(3):311.
2. Clement J. Social Media Statistics & Facts [Internet]. Statista.com 2018 <https://www.statista.com/topics/1164/social-networks/> Erişim Tarihi: 10.03.2020.
3. Clement J. Social media: Active usage penetration in selected countries 2019 [Internet]. Statista.com 2018 <https://www.statista.com/statistics/282846/regular-social-networking-usage-penetration-worldwide-by-country/> Erişim Tarihi: 10.03.2020.
4. Starcevic V, Billieux J, Schimmenti A. Selfitis, selfie addiction, Twitteritis: Irresistible appeal of medical terminology for problematic behaviours in the digital age. *Aust N Z J Psychiatry* 2018;52(5):408-409.
5. Ryan T, Chester A, Reece J, Xenos S. The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *J Behav Addict* 2014;3(3):133-148.
6. Dhir A, Yossatorn Y, Kaur P, Chen S. Online social media fatigue and psychological wellbeing - A study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression *Int J Inf Manage* 2018;40:141-152.
7. Van den Eijnden RJ, Lemmens JS, Valkenburg PM. The social media disorder scale *Comput Hum Behav* 2016;61:478-487.
8. Çalışır G. Kişilerarası iletişimde kullanılan bir araç olarak sosyal medya: Gümüşhane üniversitesi iletişim fakültesi öğrencilerine yönelik bir araştırma. *E-J New World Sci Academy*, 2015;10(3):115-144.
9. Doğan U, Tosun Nİ. Lise öğrencilerinde problemlili akıllı telefon kullanımının sosyal kaygı ve sosyal ağların kullanımına aracılık etkisi. *Adıyaman Üniv Sosyal Bilimler Enst Derg* 2016;8(22):100-128.
10. Acılar A, Mersin S. Üniversite öğrencilerinin facebook kullanımı ile mahremiyet kaygısı arasındaki ilişki. *Elektronik Sosyal Bilimler Derg* 2015;54(14):103-114.
11. Oxford Dictionary, 2013 Oxford Dictionary Selfie, <https://www.lexico.com/en/definition/selfie> Erişim Tarihi:0.02.2020.
12. Balakrishnan J, Griffiths MD. An Exploratory Study of "Selfitis" and the Development of the Selfitis Behavior Scale. *Int J Ment Health Addict* 2018;16(3):722-736.
13. Lin CY, Lin CK, Imani V, Griffiths MD, Pakpour AH. Evaluation of the Selfitis Behavior Scale across two persian-speaking countries, Iran and Afghanistan: advanced psychometric testing in a large-scale sample. *Int J Ment Health Addict* 2020;18(1): 222-235.
14. Bruno N, Pisanski K, Sorokowska A, Sorokowski P. "Understanding selfies." *Front Psychol* 2018;9:44.
15. McLean SA, Jarman HK, Rodgers RF. How do "selfies" impact adolescents' well-being and body confidence? A narrative review. *Psychol Res Behav Manag* 2019;12:513.
16. Kircaburun K, Griffiths MD. Instagram addiction and the Big Five of personality: The mediating role of self-liking. *J Behav Addict* 2018;7(1):158-70.
17. Şahin C, Yağcı M. Sosyal medya bağımlılığı ölçeği-yetişkin formu: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Derg (KE-FAD)* 2017;18(1):523-538.

18. Aktan E. Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Erciyes İletişim Derg* 2018;5(4):405-421.
19. Koningsbruggen GM, Hartmann T, Du J. Always on? Explicating impulsive influences on media use. In *Permanently Online, Permanently Connected* 2017:65-74.
20. Hofmann W, Reinecke L, Meier A. Self-Control as a Moderator of the Effects of Media Use on Well-Being. *The Routledge handbook of media use and well-being: International perspectives on theory and research on positive media effects*, 2016:211.
21. Meier A, Reinecke L, Meltzer CE. "Facebocrastination"? Predictors of using Facebook for procrastination and its effects on students' well-being. *Comput Human Behav* 2016;64:65-76.
22. Bilgehan T, Cingil D. The Evaluation of internet use and psychosocial adjustment levels in adolescents among high school students. *J Nurs Edu Res* 2020;8(2):141-148.
23. Lee EW, Ho SS, Lwin MO. Explicating problematic social networksites use: A review of concepts, theoretical frameworks, and future directionsfor communication theorizing. *New Media Society* 2017;19(2): 308-326.
24. Shane-Simpson C, Manago A, Gaggi N, Gillespie-Lynch K. Why do college students prefer Facebook, Twitter, or Instagram? Site affordances, tensions between privacy and self-expression, and implications for social capital. *Comput Human Behav* 2018;86:276-288.
25. Chae J. Virtual makeover: Selfie-taking and social media use increase selfie-editing frequency through social comparison. *Comput Human Behav* 2017;66:370-376.
26. Wang R, Yang F, Haigh MM. Let me take a selfie: Exploring the psychological effects of posting and viewing selfies and groupies on social media. *Telemat Inform* 2017;34(4):274-283.
27. Masthi NR, Pruthvi S, Phaneendra MS. A comparative study on social media usage and health status among students studying in pre-university colleges of urban Bengaluru. *Indian J Community Med* 2018;43(3):180.
28. Alkhalaf AM, Tekian A, Park YS. The impact of WhatsApp use on academic achievement among Saudi medical students. *Medical Teacher* 2018;40:10-14.
29. Sultan AJ. Addiction to mobile text messaging applications is nothing to "lol" about. *Soc Sci J* 2014;5(1):57-69.
30. Balakrishnan J, Griffiths MD. Social media addiction: What is the role of content in YouTube ? *J Behav Addict* 2017;6:364-77.