

## Genişletilmiş Özet

### Parasosyal İlişkilerin Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Etkisinde Kişilerarası Duygu Düzenlemenin Aracı Rolü ve Ölüm Kaygısının Düzenleyici Rolü: Kesitsel Bir Çalışma

#### Giriş

Sosyal medya, dünya genelinde 1 milyondan fazla kişi tarafından kullanılan ve etkileşim ağı hızla genişleyen bir platformdur. Sosyal medyanın sosyal destek sağlama, bilgiye erişim kolaylığı sunma ve yaşam memnuniyetini artırma gibi birçok avantajı vardır ve bu nedenle kullanıcı sayısı sürekli artmaktadır. Ancak, bu faydalara rağmen sosyal medya bağımlılığı küresel çapta önemli bir sorun olarak kabul edilmektedir. Sosyal medya bağımlılığı, kişinin sosyal, iř ve diğer yaşam alanlarını olumsuz etkileyen, psikososyal refahını bozarak kişilerarası ilişkilerinde sorunlara yol açan bir durumdur. Sosyal medya bağımlılığının gelişimi, genellikle karşılanmamış sosyal ihtiyaçlar ve ait olma isteği ile ilişkilendirilir. Bu bağlamda, parasosyal ilişkiler önemli bir rol oynar. Parasosyal ilişki, bireyin tanımadığı gerçek ya da kurgusal medya figürleriyle kurduğu tek yönlü bir ilişkidir ve bu ilişkilerden elde edilen doyum, sosyal medya bağımlılığını tetikleyebilir. Parasosyal ilişkiler, kişinin yalnızlık hissini telafi etmek ve sosyal destek arayışını gidermek için sosyal medyada daha fazla zaman geçirmesine neden olabilir. Bu durum, sosyal medya bağımlılığının gelişmesine zemin hazırlar. Ayrıca, sosyal medya, kişinin duygularını düzenleme ve olumsuz duygulardan kaçınma işlevi görebilir. Bu nedenle, parasosyal ilişkiler üzerinden sağlanan duygusal destek, sosyal medya kullanımını artırarak bağımlılığı pekiştirebilir. Bir diğer önemli değişken ise ölüm kaygısıdır. Ölüm kaygısı, kişinin kendi ölümüyle ilgili kaygılarından kaynaklanır ve bu kaygı ile başa çıkmak için çeşitli savunma mekanizmaları geliştirilir. Sosyal medya, bu bağlamda bir tür dijital ölümsüzlük ve sosyal bağ kurma aracı olarak görülür. Çevrimiçi ilişkiler ve sosyal medya kullanımı, ölüm kaygısını azaltabilir ve kişiye bağlılık hissi kazandırabilir. Bu çalışmanın amacı, sosyal medya bağımlılığının gelişimini anlamak ve bu süreci yönlendiren etkenleri ortaya koymaktır. Özellikle, parasosyal ilişkilerin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisini, kişilerarası duygu düzenlemenin bu etkideki aracılık rolünü ve ölüm kaygısının düzenleyici rolünü incelemek hedeflenmiştir. Sosyal medya bağımlılığını etkileyen bu değişkenlerin araştırılması, etkili müdahale programlarının tasarlanması açısından büyük önem taşımaktadır.

#### Yöntem

Bu kesitsel çalışma Sakarya’da bir devlet üniversitesinin kampüsünde yürütölmüştür. Katılımcılar ebelik ve hemşirelik bölümlerine kayıtlı 1000 öğrenciden oluşmaktadır. Bilinen evren örnekleme formölü kullanılarak, araştırma örneklemine dahil edilmesi gereken minimum katılımcı sayısı %95 güven aralığı ve %5 hata payı ile 278 öğrenci olarak bulunmuştur. Nihai örnekleme büyüklüğü 400 öğrenci olarak elde edilmiştir. Araştırmaya dahil edilen öğrencilerin hemşirelik ve ebelik bölümlerine kayıtlı olmaları ve en az bir sosyal medya hesabına (Twitter, Instagram ve Facebook) sahip olmaları gerekmektedir. Anketin tamamını yanıtlamak istemeyenler ve 18 yaşın altındakiler kapsam dışı bırakılmıştır. 15 Mayıs 2023 ve 5 Ocak 2024 tarihleri arasında ders sonrasında öğrencilere çalışmanın amacı ve içeriği hakkında bilgi verilmiş ve katılmak isteyen öğrenciler belirlenmiştir. Öğrenciler, anketler dağıtılmadan önce yazılı bilgilendirilmiş onam vermişlerdir. Sosyal medya bağımlılığını ölçmek için Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği, bireylerin kişilerarası ilişkilerinde duygularını nasıl düzenlediklerini belirlemek amacıyla Kişilerarası Duygu Düzenleme Ölçeği; bireylerin ölüm kaygısını belirlemek amacıyla Thorson-Powell Ölüm Kaygısı Ölçeği; parasosyal etkileşimi belirlemek için Parasosyal Etkileşim Ölçeği kullanılmıştır. Çalışma verileri SPSS-25 ile analiz edilmiştir. Normal dağılım basıklık-çarpıklık değerleriyle, doğrusal ilişkiler saçılım grafikleriyle, çoklu bağlantı sorunları ise tolerans değeri, VIF ve CI ile değerlendirilmiştir. Otokorelasyon Durbin-Watson testiyle kontrol edilmiştir. Aracılık analizi R 4.1.3 kullanılarak yapılmış ve bootstrap tekniğiyle regresyon analizi gerçekteşirilmifitir (5000 yeniden örnekleme). Aracılık analizi, Andrew F. Hayes’in kendi sitesinde paylaştığı R kodları kullanılarak gerçekteşirilmifitir. Path analizi ise R programında yer alan “lavaan” paketi kullanılarak yapılmıştır.  $p < 0.05$  istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

#### Bulgular

Katılımcıların %80,8’i ( $n=323$ ) kadın, tamamı bekâr, %91,8’inin ( $n=367$ ) herhangi bir ruhsal hastalığı bulunmamakta ve %62,5’i ( $n=250$ ) gelirlerini giderlerine eşit olarak algılamaktadır. Örneklemin yaş ortalaması  $19,63 \pm 0,98$  (18-21) yıldır. Katılımcıların sosyal medyada geçirdikleri süre  $4,48 \pm 2,45$  (1-15) olarak bildirilmiştir. Birinci aşamada, parasosyal etkileşimin kişilerarası duygu düzenleme üzerindeki etkisi incelendi. Model, varyansın %38,57’sini açıklamaktadır ( $R^2 = 0,3857$ ), bu da güçlü bir ilişki olduğunu gösterir. Parasosyal etkileşimin kişilerarası duygu düzenleme üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif olup (katsayı = 0,7303,  $p < 0,0000$ ), bu durum, parasosyal etkileşimdeki her bir birimlik artışın kişilerarası duygu düzenlemede 0,7303 birimlik bir artışa yol açtığını göstermektedir. İkinci aşamada, parasosyal etkileşim, kişilerarası duygu düzenleme ve ölüm kaygısının sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkileri incelendi. Modelin  $R^2$  değeri %53,99’dur. Parasosyal etkileşim ve kişilerarası duygu düzenleme sosyal medya bağımlılığı üzerinde anlamlı ve pozitif etkiye sahiptir. Ölüm kaygısı da anlamlı bir etki göstermektedir (katsayı = 4,7443,  $p = 0,0015$ ). Ayrıca, parasosyal etkileşim ve ölüm kaygısı arasındaki etkileşim (katsayı = -0,0746,  $p = 0,0321$ ), parasosyal etkileşimin etkisinin ölüm kaygısı düzeyine bağlı olarak değiştiğini göstermektedir. Yüksek ölüm kaygısına sahip kişilerde parasosyal etkileşim %7,46 daha fazladır. Parasosyal etkileşimin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki dolaylı etkisi, kişilerarası duygu düzenleme aracılığıyla ölçölmüş ve anlamlı bulunmuştur (Effect = 0.0690, BootLLCI = 0.0413, BootULCI = 0.1029). Bu, parasosyal etkileşimin sosyal medya bağımlılığını kişilerarası duygu düzenleme yoluyla etkilediğini gösterir. Ayrıca, ölüm kaygısı, parasosyal etkileşim ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi önemli ölçüde etkileyen bir moderatör rolü oynamaktadır.

## Tartışma

Çalışmanın sonuçları, parasosyal etkileşimin sosyal medya bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu göstermektedir ( $p<0,05$ ). Parasosyal etkileşim arttıkça sosyal medya bağımlılığı da artmaktadır. Parasosyal ilişkiler, sosyal kaygı ve yalnızlığı azaltarak aidiyet duygusunu artırmakta ve bu durum sosyal medya bağımlılığına yol açmaktadır. Ayrıca, ölüm kaygısının sosyal medya bağımlılığı ile anlamlı bir ilişkisi bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Ölüm kaygısı arttıkça sosyal medya bağımlılığı düzeyi de artmaktadır. Sosyal medya kullanımı, ölüm kaygısını azaltmak ve dijital ölümsüzlük sağlamak için bir yol olarak görülmektedir. Kişilerarası duygu düzenleme ile sosyal medya bağımlılığı arasında da anlamlı bir ilişki bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Kişilerarası duygu düzenleme arttıkça sosyal medya bağımlılığı da artmaktadır. Duygu düzenleme güçlükleri, sosyal medya bağımlılığı ile ilişkilidir ve parasosyal etkileşimler, kişilerarası duygu düzenlemede rol oynamaktadır. Parasosyal etkileşimin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinde kişilerarası duygu düzenlemenin aracılık rolü ve ölüm kaygısının düzenleyici rolü doğrulanmıştır. Öz belirleme teorisi ve dehşet yönetimi teorisi, bu ilişkileri açıklamakta ve sosyal medya kullanımının psikolojik temellerini anlamak için daha fazla araştırma gerektirmektedir. Bu çalışma, öğrencilerin sosyal medyayı nasıl kullandıklarını ve bu kullanımın arkasındaki motivasyonları ortaya koymuştur. Sağlık profesyonelleri ve ruh sağlığı uzmanları, üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığına yönelik müdahale stratejilerinde parasosyal ilişkiler, kişilerarası duygu düzenleme ve ölüm kaygısını göz önünde bulundurmalıdır.