

Genişletilmiş zet

Ergenlerde Sosyal Medya Bağımlılığına Kişi Merkezli Bir Yaklaşım: Bütünlük Duygusu, Bilişsel Esneklik ve Duygu Dzenleme Temelli rtük Profil Analizi

Giriş

Son yıllarda sosyal medya platformlarının hayatın merkezine yerleşmesiyle birlikte, bireylerin bu platformlara aşırı ve kontrolsüz biçimde kullanması sosyal medya bağımlılığı gündeme getirmiştir. Özellikle, ergenler bu bağımlılık için hassas bir grup olarak öne çıkmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı; akademik, sosyal ve duygusal işlevselliği bozan, kontrol edilemeyen sosyal medya kullanımını ifade etmektedir. Alanyazında, sosyal medya bağımlılığının stres, kaygı, depresyon gibi olumsuz duygularla ilişkili olduğunu ve stresle başa çıkamamanın bu bağımlılığı artırdığını göstermektedir. Bu bağlamda, bireylerin stresle başa çıkmalarını kolaylaştıran bazı koruyucu özelliklerin sosyal medya bağımlılığına karşı koruyucu işlev görebileceği düşünölmektedir. Bütünlük duygusu, bilişsel esneklik ve duygu dzenleme becerileri bu özellikler arasında yer almaktadır. Bu çalışmada, ergenlerin bütünlük duygusu, bilişsel esneklik ve duygu dzenleme düzeylerine göre profiller oluşturulması ve bu profillerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırmaya, yaşları 13 ile 18 arasında değişen 415 lise öğrencisi (230 kız, 185 erkek) katılmıştır. Veriler Mardin'deki okullardan, sınıf ortamında toplanmıştır. Ölçeklerin içine rastgele yerleştirilen dikkat kontrol sorusu ile ölçümlerin güvenilirliği sağlanmaya çalışılmıştır. Araştırmada kullanılan araçlar şunlardır: Revize Edilmiş Bütünlük Duygusu Ölçeği, Bilişsel Esneklik Ölçeği, Ergenler İçin Duygu Dzenleme Ölçeği ve Ergenler İçin Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği. Verilerin analizinde örtük profil analiziyle profiller oluşturulmuş ve bu profillerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri tek yönlü varyans analiziyle karşılaştırılmıştır.

Bulgular

Örtük profil analizi sonuçlarına göre en uygun model üç profilli model olarak belirlenmiştir: "Düşük profil", "Yüksek profil" ve "Orta profil". Üç profil arasında sosyal medya bağımlılığını karşılaştırmak için tek yönlü ANOVA gerçekteştirilmiştir. Bu analizi sonucunda, sosyal medya bağımlılığı profiller arasında anlamlı olarak farklılık gösterdiği bulunmuştur. Post Hoc karşılaştırmaları, yüksek profilin orta ve düşük profillere göre anlamlı olarak daha az sosyal medya bağımlılığı sergilediğini, orta profilin ise düşük profile göre daha az sosyal medya bağımlılığı sergilediğini gösterdi.

Tartışma

Bu çalışma, ergenlerde sosyal medya bağımlılığına yönelik bütünlük duygusu, bilişsel esneklik ve duygu dzenlemenin koruyucu rolünü ortaya koymaktadır. Bütünlük duygusu, stresin anlaşılabilir, yönetilebilir ve anlamlı görölmesini sağlayarak, bireyin psikolojik dayanıklılığını artırmaktadır. Bilişsel esneklik, stres karşısında alternatif düşünce üretmeyi ve çözüm yolları geliştirmeyi desteklemekte; duygu dzenleme ise bireyin duygusal tepkilerini daha etkili biçimde kontrol edebilmesine imkân tanımaktadır. Profiller arası farklılıklar, bu özelliklerin birlikte ele alınmasının sosyal medya bağımlılığına karşı koruyucu etkisini göstermektedir. Bu doğrultuda, geliştirilecek müdahale ve önleme programlarının ergenlerde sosyal medya bağımlılığını azaltmada etkili olabileceği düşünölmektedir. Bu çalışmanın sınırlılıkları arasında kesitsel deseni nedeniyle nedensel çıkarım yapılamaması ve verilerin öz-bildirim yöntemiyle toplanması yer almaktadır. Gelecek araştırmalarda boylamsal ve deneysel desenlerin tercih edilmesi önerilmektedir.