



**T.C.**

**HİTİT ÜNİVERSİTESİ**

**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL  
MEDYA BAĞIMLILIKLARININ AKADEMİK BAŞARI VE  
AKADEMİK MOTİVASYON DÜZEYLERİNE ETKİSİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Murat GÜLEN**

**Çorum - 2025**



**SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA  
BAĞIMLILIKLARININ AKADEMİK BAŞARI VE AKADEMİK  
MOTİVASYON DÜZEYLERİNE ETKİSİ**

**Murat GÜLEN**

**Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı**

**Yüksek Lisans Tezi**

**TEZ DANIŞMANI  
Dr. Öğr. Üyesi Emrah CERİT**

**Çorum 2025**

Murat GÜLEN tarafından hazırlanan “Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılıklarının Akademik Başarı ve Akademik Motivasyon Düzeylerine Etkisi” adlı tez çalışması 24/01/2025 tarihinde aşağıdaki jüri üyeleri tarafından oy birliği ile Hitit Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Doç. Dr. Mehmet SARIKAYA

.....

Başkan

Dr. Öğr. Üyesi Emrah CERİT

.....

Danışman

Doç. Dr. Abdurrahim KAPLAN

.....

Üye

Hitit Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulunun .../.../..... tarih ve ..... sayılı kararı ile Murat GÜLEN’ in Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Yüksek Lisans derecesi alması onanmıştır.

Prof. Dr. Osman ÇUBUK

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

## TEZ BİLDİRİMİ

Tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını beyan ederim.

Murat GÜLEN

# SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIKLARININ AKADEMİK BAŞARI VE AKADEMİK MOTİVASYON DÜZEYLERİNE ETKİSİ

Murat GÜLEN

ORCID: 0009-0009-0648-5209

HİTİT ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Yüksek Lisans Tezi

Ocak 2025

## ÖZET

Bu çalışmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı ve motivasyon düzeyleri üzerinde sosyal medya bağımlılığının etkisini araştırmaktır. Araştırma, Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nden 121 kadın ve 188 erkek olmak üzere toplam 309 öğrencinin gönüllü katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Veri toplama sürecinde demografik ve akademik bilgileri toplamak için "Kişisel Bilgi Formu", 20 maddeden oluşan "Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" ve yedi dereceli Likert ölçeğine dayalı 28 maddelik "Akademik Motivasyon Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, tanımlayıcı istatistikler frekans ve yüzde değerleri kullanılmıştır. İlk veri işleme, Excel kullanılarak standart sapmaların değerlendirilmesini ve ardından SPSS 25 yazılımında ayrıntılı bir analizi içermiştir. Kolmogorov-Smirnov testi, QQ grafikleri ve çarpıklık ve basıklık ölçümleri gibi normallik testleri, verilerin normal dağıldığını doğrulamıştır. Analizde, gruplar arasındaki anlamlı farklılıkları belirlemek için Tukey'in post-hoc testleri ile desteklenen bağımsız örneklem t-testleri, Pearson korelasyon analizi ve tek yönlü ANOVA gibi parametrik testler kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, katılımcıların; sosyal medya bağımlılığının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmasında sanal iletişim alt boyutu ile sosyal medya bağımlılığı toplam puanda; akademik motivasyon puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmasında motivasyonsuzluk alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Sosyal medya bağımlılığı ve akademik motivasyon puanlarının bölüm değişkenine göre karşılaştırılmasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Sosyal medya bağımlılığı puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre karşılaştırılmasında istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık bulunamazken, akademik motivasyon puanlarında sınıf düzeylerine bakıldığında ise 3 alt boyutta istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar olduğu

görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığı ve akademik motivasyon puanlarının spor durumu değişkenine göre karşılaştırılmasında herhangi bir anlamlı etki olmadığı anlaşılmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı puanlarının akademik başarı (GANO) değişkenine göre karşılaştırılmasında istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık bulunamazken, akademik motivasyon puanlarında akademik başarı (GANO) düzeylerine bakıldığında 2 içsel alt boyutta anlamlı farklılıklar görülmektedir. Sosyal medya bağımlılığı ile akademik motivasyon puanlarının ikametgâh değişkinlerine göre karşılaştırılmasında, Sanal iletişim alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu görülürken, diğer alt boyutlar ve toplam puanlarda anlamlı farklılık görülmemiştir. Sosyal medya bağımlılığı ve akademik motivasyon puanlarının internet durumu açısından karşılaştırılmasında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunamamıştır. Sosyal medya bağımlılığı ve akademik motivasyon puanları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişkiler olduğu görülmüştür. Bu ilişkiler, sosyal medya kullanımının akademik yaşam üzerindeki etkilerini anlamak açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Elde edilen sonuçlar ilgili literatür kapsamında tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kavramlar:** Sosyal Medya Bağımlılığı, Akademik Motivasyon, Akademik Başarı

**Bilim Kodu:** 130112

# **THE EFFECT OF SOCIAL MEDIA ADDICTION ON ACADEMIC ACHIEVEMENT AND ACADEMIC MOTIVATION LEVELS OF STUDENTS OF THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES**

Murat GÜLEN

ORCID: 0009-0009-0648-5209

HITIT UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL

Master of Science Thesis

Ocak 2025

## **ABSTRACT**

The aim of this study is to investigate the effects of social media addiction on the academic success and motivation levels of students studying at the Faculty of Sport Sciences. The research was carried out with the voluntary participation of 309 students, 121 female and 188 male, studying at the Faculty of Sport Sciences of Hitit University. During the data collection process, "Personal Information Form", "Social Media Addiction Scale" with 20 questions based on a seven-point Likert scale and "Academic Motivation Scale" with 28 questions were used to collect demographic and academic information. Descriptive statistics, frequency and percentage values were used in the analysis of the data. Initially, data processing included evaluation of standard deviations using Excel, followed by detailed analysis in SPSS 25 software. Normality tests such as Kolmogorov-Smirnov test, QQ plots, skewness and kurtosis measurements confirmed that the data were normally distributed. In the analysis, parametric tests such as independent sample t-tests, Pearson correlation analysis and one-way ANOVA supported by Tukey's post-hoc tests were used to determine significant differences between the groups. As a result of the analyses, it was seen that there were statistically significant differences in the virtual communication sub-dimension and social media addiction total score in the comparison of social media addiction according to the gender variable; and in the amotivation sub-dimension in the comparison of academic motivation scores according to the gender variable. It was seen that there was no statistically significant difference in the comparison of social media addiction and academic motivation scores according to the department variable. While there was no statistically significant difference in the comparison

of social media addiction scores according to the class level variable, it was seen that there were statistically significant differences in 3 sub-dimensions when the class levels were examined in academic motivation scores. It was understood that there was no significant effect in the comparison of social media addiction and academic motivation scores according to the sports status variable. While there was no statistically significant difference in the comparison of social media addiction scores according to the academic achievement (GANO) variable, when the academic achievement (GANO) levels were examined, significant differences were found in 2 internal sub-dimensions in academic motivation scores. In the comparison of social media addiction and academic motivation scores according to the residence variable, a statistically significant difference was found in the Virtual Communication sub-dimension, while no significant difference was found in the other sub-dimensions and total scores. In the comparison of social media addiction and academic motivation scores in terms of internet status, no statistically significant difference was found. It was observed that there were low-level positive relationships between social media addiction and academic motivation scores. It is thought that these relationships are important in terms of understanding the effects of social media use on academic life. The results obtained were discussed within the scope of the relevant literature and suggestions were made.

**Key Terms:** Social Media Addiction, Academic Motivation, Academic Achievement

**Science Code:** 130112

## TEŞEKKÜR

Tez çalışmamın tamamlanmasında, araştırma süresince bana rehberlik eden, öneri ve eleştirileriyle çalışmamın şekillenmesinde büyük payı olan, yönlendirmeleri ve desteği ile katkı sağlayan tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Emrah CERİT'e;

Ayrıca, bu süreçte yanımda olan, tecrübelerini ve desteklerini esirgemeyen değerli arkadaşlarım Arş. Gör. Dr. Mehmet İsmail TOSUN, Arş. Gör. Mert AYRANCI, Arş. Gör. Mustafa ARICI, Orhan YANAL, Burak TOSUN ve Ömer ÖZGENÇ'e

Hayatımın her aşamasında olduğu gibi bu süreçte de yanımda olan annem Sevim GÜLEN, babam Muharrem GÜLEN'e,

Bu yoğun süreçte tüm sorunlarımın üstesinden gelmeme yardımcı olan, sabırla dinleyen ve cesaret veren değerli eşim Nazlıcan GÜLEN'e ve bana güç veren canım oğlum Aren GÜLEN'e teşekkür ederim.

Murat GÜLEN

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET .....	iv
ABSTRACT .....	vi
TEŞEKKÜR.....	viii
İÇİNDEKİLER .....	ix
TABLolar DİZİNİ.....	xi
SİMGELER VE KISALTMALAR .....	xiii
GİRİŞ.....	1

### 1. BÖLÜM

#### GENEL BİLGİLER

1.1. Sosyal Medya Bağımlılığı.....	3
1.1.1. Sosyal medya kavramı.....	3
1.1.2. Sosyal medyanın tanımlayıcı özellikleri.....	3
1.1.3. Sosyal medyanın evrimi.....	3
1.1.4. Sosyal medyanın avantajları ve zorlukları.....	4
1.2. Sosyal Medya Bağımlılığı: Tanım ve Boyutlar .....	4
1.2.1. Sosyal medya bağımlılığının temel unsurları.....	4
1.2.2. Sosyal medya bağımlılığının boyutları .....	5
1.2.3. Sosyal medya bağımlılığının etkileri .....	6
1.3. Akademik Motivasyon.....	8
1.3.1. Akademik motivasyon kavramı.....	8
1.3.2. Akademik motivasyonu etkileyen faktörler .....	9
1.3.3. Sosyal medyanın akademik motivasyon üzerindeki etkisi .....	10
1.4. Sosyal Medya Bağımlılığı, Akademik Performans ve Motivasyon Arasındaki İlişki.....	11
1.4.1. Sosyal medya bağımlılığı ve akademik performans.....	11

1.4.2. Sosyal medya bağımlılığı ve akademik motivasyon.....	11
1.4.3. Müdahale eden faktörler ve moderatörler.....	12

## **2. BÖLÜM**

### **YÖNTEM**

2.1. Araştırmanın Modeli.....	13
2.2. Evren ve Örneklem.....	13
2.3. Veri Toplama Araçları.....	15
2.3.1. Kişisel bilgi formu.....	15
2.3.2. Sosyal medya bağımlılığı ölçeği.....	15
2.3.3. Akademik motivasyon ölçeği.....	15
2.4. Verilerin Analizi.....	16

## **3. BÖLÜM**

### **BULGULAR**

3.1. Bulgular.....	17
--------------------	----

## **4. BÖLÜM**

### **TARTIŞMA**

4.1. Tartışma.....	34
--------------------	----

<b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>40</b>
-------------------------------	-----------

<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>41</b>
----------------------	-----------

<b>EKLER.....</b>	<b>47</b>
-------------------	-----------

<b>EK-1 Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurul İzni.....</b>	<b>47</b>
---	-----------

<b>EK-2 Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Kurum İzni.....</b>	<b>48</b>
---	-----------

<b>EK-3 Kişisel Bilgi Formu ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği.....</b>	<b>49</b>
---	-----------

<b>EK-4 Akademik Motivasyon Ölçeği.....</b>	<b>50</b>
---	-----------

## TABLolar DİZİNİ

<b>Tablo</b>	<b>Sayfa</b>
<b>Tablo 2.1.</b> Katılımcılara ait demografik bilgiler .....	<b>14</b>
<b>Tablo 2.2.</b> Verilerin dağılımına ait normallik testi sonucu.....	<b>16</b>
<b>Tablo 3.1.</b> Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarına ilişkin betimsel bulgular .....	<b>17</b>
<b>Tablo 3.2.</b> Katılımcıların akademik motivasyon puanlarına ilişkin betimsel bulgular .....	<b>18</b>
<b>Tablo 3.3.</b> Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.....	<b>21</b>
<b>Tablo 3.4.</b> Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.....	<b>22</b>
<b>Tablo 3.5.</b> Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının bölüm değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi.....	<b>23</b>
<b>Tablo 3.6.</b> Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının bölüm değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi.....	<b>24</b>
<b>Tablo 3.7.</b> Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi .....	<b>25</b>
<b>Tablo 3.8.</b> Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi.....	<b>26</b>
<b>Tablo 3.9.</b> Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının spor durumu değişkenine göre karşılaştırılması.....	<b>27</b>
<b>Tablo 3.10.</b> Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının spor durumu değişkenine göre karşılaştırılması.....	<b>28</b>
<b>Tablo 3.11.</b> Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının akademik başarı (GANO) değişkenine göre karşılaştırılması.....	<b>29</b>
<b>Tablo 3.12.</b> Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının akademik başarı (GANO) değişkenine göre karşılaştırılması.....	<b>29</b>
<b>Tablo 3.13.</b> Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının ikametgâh değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi .....	<b>30</b>
<b>Tablo 3.14.</b> Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının ikametgâh değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi.....	<b>31</b>

<b>Tablo 3.15.</b> Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının internet durumu değişkinine göre karşılaştırılması.....	<b>32</b>
<b>Tablo 3.16.</b> Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının internet durumu değişkinine göre karşılaştırılması.....	<b>32</b>
<b>Tablo 3.17.</b> Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının internet durumu değişkinine göre karşılaştırılması.....	<b>33</b>



## SİMGELER VE KISALTMALAR

### Simgeler

f	Frekans
%	Yüzde
sd	Serbestlik Derecesi
r	Korelasyon Katsayısı
p	Anlamlılık Değeri
$\bar{X}$	Ortalama
ss	Standart Sapma
N	Kiři Sayısı

### Kisaltmalar

AMÖ	Akademik Motivasyon Ölçeği
AMÖTOP	Akademik Motivasyon Ölçeği Toplam Puan
GANO	Genel Akademik Not Ortalaması
GPA	Grade Points Average (Not Ortalaması)
BES	Beden Eğitimi ve Spor Bölümü
ANT	Antrenörlük Eğitimi Bölümü
SPY	Spor Yöneticiliği Bölümü
REK	Rekreasyon Bölümü

## GİRİŞ

Modern çağda internet, günlük yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelmiş, sosyal, kültürel, ekonomik, akademik ve kişisel alanları önemli ölçüde etkilemiştir. 20. yüzyılın tanımlayıcı teknolojik gelişmelerinden biri olarak kabul edilen (Bozkur ve Gündoğdu, 2017) internet, sosyal etkileşimleri şekillendirmede önemli bir rol oynamaktadır (Karaca, 2007). Küresel ve sürekli gelişen bir iletişim ağı olan internet, dünya çapında sistemleri ve ağları birbirine bağlamaktadır (Altun, 2019). Ayrıca teknolojik ve sosyokültürel gelişmelere uyum sağlayan, iletişime yeni bir boyut katan bir araç olarak tanımlanmıştır (Karaçor, 2009). Bilgisayarlar ve internet ağları gibi teknolojik araçların yaygın olarak benimsenmesi, sosyal medyanın ortaya çıkmasının önünü açmıştır (Hançer ve Mişe, 2019). Günümüzün hızla değişen dünyasında, özellikle sosyal medyanın yükselişiyle birlikte internetin değeri artmıştır (Solmaz, vd., 2013).

Genç yaştaki bireyler için internet kullanımının temel amaçları mesajlaşma, görüntülü ve sesli iletişim ve sosyal medya etkileşimidir (Çömlekçi ve Başol, 2019). Teknoloji meraklısı bu nesil, sosyal medyayı duygularını, düşüncelerini ve ihtiyaçlarını özgürce ifade edebilecekleri bir platform olarak görmektedir. Ancak, önemli bir davranışsal sağlık sorunu olarak ortaya çıkan sosyal medya bağımlılığı olgusu giderek artan bir endişe kaynağıdır. Bilişsel, duygusal ve davranışsal süreçleri etkileyen bir durum olarak tanımlanan sosyal medya bağımlılığı, bireylerin kişisel, akademik ve sosyal ilişkilerini etkileyerek günlük yaşamda çeşitli zorluklara yol açmaktadır. Semptomlar arasında sosyal medyadan kopamama, günlük rutinlerde aksama, zayıflamış ilişkiler ve gerçek yaşam etkileşimlerinde zorluklar yer almaktadır (Tutgun-Ünal, ve Deniz, 2015).

Akademik motivasyon, öğrencilerin eğitim başarılarını ve devamlılıklarını etkileyen kritik bir faktördür. Öğrencilerin hem geçmiş hem de şimdiki akademik başarılarını ve gelecekteki başarıya yönelik isteklerini kapsayan eğitim hedeflerini takip etme isteğini tanımlar. Akademik motivasyon, öğrencileri akademik görevlerde yer almaya ve bu görevlerde başarılı olmaya iten bir itici güç görevi görür ve akademik performansla yakından bağlantılıdır (Bozanoğlu, 2004; Pintrich ve Schunk 2002).

Sosyal medya küresel iletişimi ve kaynaklara erişimi kolaylaştırırken, aşırı kullanımı bağımlılık konusunda endişelere yol açmaktadır. Bu ortaya çıkan davranışsal bağımlılık, oyun ve internet bağımlılığı gibi diğer süreçlerle benzerlik göstermektedir ve kişisel ve profesyonel sorumlulukların ihmal edilmesi ve erişim kısıtlandığında yoksunluk belirtileri gibi sorunları ortaya çıkarmaktadır (Kuss ve Griffiths, 2017). Araştırmalar, üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığına yatkın olduğunu vurgulamaktadır ve tahminlere göre öğrencilerin %20 ila %30'u bağımlılık davranışları sergilemektedir (Kircaburun vd., 2020).

Bilişsel, duygusal ve sosyal faktörlerden etkilenen çok yönlü bir yapı olan akademik başarı, akademik motivasyona büyük ölçüde bağlı olup yüksek öğrenimde kalıcılık ve performansın temel belirleyicisidir (Deci ve Ryan, 2013). Ancak, sosyal medyanın yaygın kullanımı, bu kritik

faktörleri baltalama potansiyeli konusunda endişelere yol açmıştır. Çalışmalar, sosyal medyada önemli zaman geçiren öğrencilerin, daha az etkileşimde bulunan akranlarına kıyasla daha düşük akademik performansa sahip olma eğiliminde olduğunu göstermiştir (Kirschner ve Karpinski, 2010). Aşırı sosyal medya kullanımı, öğrencilerin genellikle akademik sorumluluklardan ziyade çevrimiçi etkinliklere öncelik verdiği için, akademik motivasyonun azalmasıyla da ilişkilendirilmiştir (Junco, 2012).

Sosyal medya bağımlılığı, akademik motivasyon ve akademik performans arasındaki etkileşimi anlamak, öğrenci refahını ve sonuçlarını geliştirmeyi amaçlayan eğitimciler, öğretmenler ve ebeveynler için önemlidir. Bu çalışma, sosyal medya bağımlılığının spor bilimleri fakültelerindeki öğrencilerin akademik başarıları ve motivasyonu üzerindeki etkisini araştırmaktadır. Bu kritik konuyu ele alarak araştırma, dijital teknolojilerin eğitim süreçlerini şekillendirmedeki rolüne ilişkin daha geniş bir söyleme katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Çalışma özellikle, sosyal medya kullanımının spor bilimleri fakültelerindeki öğrencilerin akademik yaşamlarını nasıl etkilediğine dair kapsamlı bir anlayış sağlamayı amaçlamaktadır.

# 1. BÖLÜM

## KAVRAMSAL ÇERÇEVE

### 1.1. Sosyal Medya Bağımlılığı

#### 1.1.1. Sosyal medya kavramı

Sosyal medya, kullanıcı etkileşimini, iletişimini ve içerik paylaşımını kolaylaştıran çok çeşitli çevrimiçi platformları ifade eder. Bu platformlar arasında sosyal ağ siteleri, mikroblog hizmetleri ve medya paylaşım platformları bulunur. Sosyal medya, bireylerin bağlantı kurma, bilgiye erişme ve dünyayla etkileşim kurma biçiminde devrim yaratarak modern iletişimin ve dijital kültürün temel taşı haline gelmiştir (Kaplan ve Haenlein, 2010).

#### 1.1.2. Sosyal medyanın tanımlayıcı özellikleri

Sosyal medyanın dönüştürücü etkisi birkaç tanımlayıcı özellikten kaynaklanmaktadır:

- Etkileşim: Platformlar; mesajlaşma, yorumlama ve canlı yayın gibi özellikler aracılığıyla hem gerçek zamanlı hem de eş zamansız iletişime olanak tanır.
- Kullanıcı Tarafından Oluşturulan İçerik: İçerik öncelikle kullanıcılar tarafından oluşturulur ve paylaşılır, bu da bilginin yayılmasını demokratikleştirir ve bireysel sesleri güçlendirir (O'Reilly, 2005).
- Algoritmik Kişiselleştirme: Gelişmiş algoritmalar, içeriği kullanıcı tercihlerine göre uyarlayarak etkileşimi artırır (Kietzmann vd., 2011).
- Bağlantı: Sosyal medya platformları, bireyleri dünya çapında birbirine bağlayarak geniş kişisel ve profesyonel ağların oluşturulmasına olanak tanır.
- Multimedya Entegrasyonu: Sosyal medya, metin, resim, video ve canlı yayın gibi çeşitli formatları destekleyerek yaratıcılığı teşvik eder.

#### 1.1.3. Sosyal medyanın evrimi

Web 2.0 teknolojilerinin ortaya çıkışı, sosyal medyanın evriminde önemli bir dönüm noktası oldu. Bu değişim, katılımı, işbirliğini ve paylaşımı vurgulayarak kullanıcıların pasif içerik tüketicilerinden aktif yaratıcılara dönüşmesini sağlamıştır (O'Reilly, 2005). Zamanla sosyal medya basit ağ oluşturma araçlarından, e-ticaret, eğlence ve eğitim işlevlerini birleştiren çok yönlü platformlara doğru genişlemiştir.

#### **1.1.4. Sosyal medyanın avantajları ve zorlukları**

Sosyal medya, iletişim, eğitim ve savunuculuk gibi benzeri görülmemiş fırsatlar sunar. LinkedIn gibi platformlar profesyonel ağ oluşturmayı devrim niteliğinde değiştirirken, medya paylaşım platformları yaratıcı ifade için yeni yollar yaratmıştır. Ancak, sosyal medyanın yaygın olarak benimsenmesi bazı zorlukları beraberinde getirmiştir. Siber zorbalık, gizlilik endişeleri ve bilgi aşırı yüklenmesi gibi zorluklar ortaya çıkmaktadır (Boyd, 2014).

#### **1.2. Sosyal Medya Bağımlılığı: Tanım ve Boyutlar**

Sosyal medya bağımlılığı giderek daha fazla davranışsal bir bağımlılık olarak kabul edilmektedir. Sosyal medya platformları kullanıcılarını sürekli etkileşimde bulunmaya zorlayan bir yapıya sahiptir; kullanıcılarının sürekli olarak içerik paylaşmak, beğenmek, yorum yapmak, yanıt vermek gibi etkinliklerle etkileşimde bulunmalarına yol açmaktadır. Bu etkileşim genellikle bireyin kişisel, akademik ve profesyonel refahına zarar vermektedir (Andreassen ve Pallesen, 2014). Diğer davranışsal bağımlılıklarda olduğu gibi sosyal medya bağımlılığı da ruh hali değişikliği, tolerans, yoksunluk belirtileri, çatışma ve nüksetme gibi temel özellikleri paylaşmaktadır (Griffiths, 2005). Bu belirtiler, psikolojik, duygusal ve sosyal boyutları iç içe geçiren bu olgunun karmaşıklığını ortaya koymaktadır.

Andreassen ve Pallesen (2014), Sosyal medya bağımlılığını giriş yapma veya kullanma konusunda kontrol dışı bir dürtüyle hareket etmek ve sosyal medyada olması gerekenden fazla zaman ve çaba harcayarak diğer önemli yaşam alanlarını ihmal etmek olarak tanımlamıştır. Bu tanım, davranışın zorlayıcı doğasını vurgulayarak, aşırı sosyal medya kullanımının ilişkiler, iş ve eğitim gibi kritik yaşam alanlarına nasıl olumsuz yönde etkilediği vurgulamaktadır.

##### **1.2.1. Sosyal medya bağımlılığının temel unsurları**

- **Aşırı Zaman Yatırımı:** Sosyal medyada orantısız miktarda zaman harcama ve sosyal medya kullanımının, kişilerin günlük hayatlarındaki diğer önemli aktivitelerden (iş, eğitim, sosyal ilişkiler vb.) fazla zaman alması durumudur (Kuss ve Griffiths, 2011).
- **Duygusal Bağımlılık:** Sosyal medyayı ruh halini düzenlemek için kullanmak, rahatlama, kaçış veya kaygı ve can sıkıntısı gibi olumsuz duygulardan uzaklaşma arayışıdır (Caplan, 2010).
- **Olumsuz Sonuçlar:** Bireylerin sosyal medya veya dijital platformları sürekli ve zorlayıcı bir şekilde kullanma eğilimi nedeniyle uyku bozukluğu, akademik başarısızlık, iş performansı sorunları veya kişilerarası çatışmalar gibi günlük işleyişte olumsuz etkiler yaşamasıdır (Turel ve Serenko, 2012).

- Kompulsif Katılım: Sosyal medya kullanımını sınırlama veya durdurma yönündeki bilinçli çabalara rağmen sosyal medyayla sürekli etkileşimde bulunma, azalmış öz kontrolün ve bilişsel uyumsuzluğun göstergesidir (Deci ve Ryan, 2014).

### 1.2.2. Sosyal medya bağımlılığının boyutları

Sosyal medya bağımlılığı, her biri daha geniş bir zorlayıcı kullanım örüntüsüne katkıda bulunan birbiriyle ilişkili birkaç boyuttan oluşur. Bu boyutlar, bu davranışsal bağımlılığın çok yönlü doğasını anlamak için bir çerçeve sunar. Sosyal medya bağımlılığının boyutları 4 başlıkta incelenebilir:

- Bilişsel meşguliyet: Bağımlılığın bu boyutu, bireylerde gelecekteki etkileşimleri planlama, geçmiş deneyimleri yeniden yaşama veya içerik oluşturma stratejisi geliştirme gibi sosyal medya hakkında sürekli düşüncelere neden olabilir. Sosyal medyaya bağımlı bireyler, zihinleri sosyal medyayla ilgili düşüncelerle meşgul olduğundan, genellikle dijital olmayan görevlere konsantre olmada zorluk yaşayabilirler (Kuss ve Griffiths, 2011). Bu meşguliyet, akademik veya iş ortamlarında üretkenliğin azalmasına ve bilişsel performansın bozulmasına yol açabilir (Meier vd., 2016).
- Duygusal bağlanma: Duygusal düzenleme ve öz saygı için sosyal medyaya derin bir güven duymayı içerir. Sosyal medya platformları, kullanım kalıplarını güçlendiren ve sosyal ödüller görevi gören beğeniler, yorumlar ve paylaşımlar aracılığıyla anında geri bildirim sağlar. Bu tür etkileşimlerin olmaması, sinirlilik, huzursuzluk veya düşük ruh hali gibi yoksunluk benzeri semptomlara neden olabilir (Hormes vd., 2014). Zamanla, kullanıcılar bağlı, onaylanmış veya eğlenmiş hissetmek için bu platformlara bağımlılık geliştirebilir.
- Davranışsal Tırmanma: Sosyal medya kullanımından aynı düzeyde memnuniyet veya keyif elde etmek için gereken artan zaman ve çabayı tanımlar. Örneğin, bir birey sosyal medya kullanımına günde 30 dakika harcayarak başlayabilir, ancak zamanla daha fazla etkileşim veya yenilik aradıkça bu süre birkaç saate çıkabilir (Kuss ve Griffiths, 2011). Bu tırmanışa genellikle çevrimdışı sorumlulukların ve hobilerin ihmal edilmesi eşlik eder.
- Yaşam Alanlarına Müdahale: Bireyin aşırı sosyal medya kullanımı nedeniyle kişisel, akademik veya profesyonel yükümlülüklerini yerine getirme yeteneğinin bozulması anlamına gelir. Örnekler arasında son tarihleri kaçırmak, ilişkileri ihmal etmek veya sosyal medya aktivitelerine öncelik verilmesi nedeniyle iş yaşamında düşük performans göstermek yer alabilir (Turel ve Serenko, 2012). Bu boyut, sosyal medya bağımlılığının daha geniş toplumsal ve işlevsel etkilerini vurgular.

### 1.2.3. Sosyal medya bağımlılığının etkileri

Sosyal medya bağımlılığının, psikolojik refah, akademik performans, sosyal ilişkiler ve fiziksel sağlık dahil olmak üzere yaşamın çeşitli alanlarını etkileyen yaygın sonuçları vardır. Bu etkiler birbirine bağlıdır ve sıklıkla birbirini şiddetlendirerek bir bağımlılık ve olumsuz sonuçlar döngüsü yaratır. Aşağıda, sosyal medya bağımlılığının çok boyutlu etkileri açıklanmıştır.

#### 1.2.3.1. Psikolojik Etkiler

Sosyal medya bağımlılığının en önemli etkilerinden biri de ruh sağlığıdır. Sosyal medya platformlarıyla uzun süreli ve zorlayıcı etkileşim, sosyal karşılaştırma ve öz saygı, kaygı ve depresyon ve zayıf duygusal düzenleme gibi bir dizi psikolojik sorunla ilişkilendirilmiştir.

- Sosyal Karşılaştırma ve Öz Saygı: Sosyal medya platformları, özellikle Instagram ve TikTok gibi görüntü odaklı olanlar, kullanıcıları hayatlarının düzenlenmiş versiyonlarını sunmaya teşvik eder. Bu idealize edilmiş tasvirler genellikle kullanıcıların kendilerini daha başarılı, çekici veya mutlu olarak algıladıkları diğer kişilerle karşılaştırdığı sosyal karşılaştırmalara yol açabilir. Bu karşılaştırma, kişinin kendi hayatında yetersizlik ve memnuniyetsizlik duygularına katkıda bulunur (Chou ve Edge, 2012). Bu tür etkiler, özellikle akran etkilerine ve toplumsal baskılara karşı oldukça hassas olan ergenlerde ve genç yetişkinlerde belirgindir (Fardouly vd., 2015).
- Kaygı ve Depresyon: Sosyal medyanın aşırı kullanımı, yüksek düzeyde kaygı ve depresif semptomlarla ilişkilendirilmiştir. Sürekli bağlantıda kalma ihtiyacı, bir şeyleri kaçırma korkusu ve olumsuz içeriklere veya siber zorbalığa maruz kalma, ruh sağlığı sorunlarını kötüleştirebilir (Elhai vd., 2017). Dahası, sosyal medyada bulunan ödül mekanizmaları (beğeniler, paylaşımlar ve yorumlar gibi) ruh sağlığını bozabilecek duygusal iniş çıkış döngüleri yaratabilir (Andreassen ve Pallesen, 2014).
- Zayıf Duygusal Düzenleme: Sosyal medya bağımlılığı, ruh halinin dengelenmesi için dış doğrulamaya bağımlılığı teşvik ederek duygusal düzenlemeye müdahale eder. Kullanıcılar, stres veya can sıkıntısıyla başa çıkmak için sosyal medya etkileşimlerine sağlıksız bir bağımlılık geliştirebilir ve bu da duygularını bağımsız olarak yönetme yeteneklerini daha da bozabilir (Hormes vd., 2014).

#### 1.2.3.2. Akademik Etkiler

Sosyal medya bağımlılığının akademik performans üzerindeki etkileri 3 başlıkta incelenmiştir. Sosyal medyanın zorlayıcı kullanımı azalmış akademik motivasyon, notlarla negatif korelasyon, erteleme ve çoklu görevler düşük performansa yol açabilir.

- Azalmış Akademik Motivasyon: Sosyal medyaya bağımlı öğrenciler sıklıkla akademik görevlerle ilgilenmek için motivasyon eksikliğinden bahsetmektedirler. Sosyal medyanın sunduğu anında tatmin, uzun vadeli akademik hedeflerden uzaklaştırır ve

çalışmanın veya ödevleri tamamlamanın algılanan değerini azaltabilir (Turel ve Serenko, 2012).

- Notlarla Negatif Korelasyon: Çalışmalar sosyal medyada geçirilen zaman ile akademik başarı arasında negatif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Örneğin Junco (2012), Facebook gibi platformlarda aşırı zaman geçiren öğrencilerin akranlarından daha düşük not ortalamasına sahip olduğunu bulmuştur. Bu etkinin, azaltılmış çalışma süresiyle ve öğrenme için mevcut bilişsel kaynakların azalmasıyla ilişkili olabileceği bulunmuştur.
- Erteleme ve Çoklu Görev: Sosyal medya, önemli akademik görevleri geciktirerek sık sık erteleme kaynağı olarak hizmet eder. Öğrenciler, çalışırken sosyal medyada yer alarak sıklıkla çoklu görev yapmaya çalışırlar; bu durumun hafıza tutmayı bozduğu ve görev verimliliğini azalttığı gösterilmiş olup zamanla akademik gerilemelere yol açabileceği düşünülmektedir (Meier vd., 2016).

#### 1.2.3.3. Sosyal Sonuçlar

Sosyal medya bağlantıyı artırmak için tasarlanmış olsa da aşırı kullanımı paradoksal olarak gerçek dünyadaki sosyal ilişkileri zayıflatabilir ve sosyal izolasyona sebep olabilir

- Yüz Yüze Etkileşimin İhmal Edilmesi: Sosyal medyaya bağımlı kullanıcılar, gerçek dünya ilişkileri yerine çevrimiçi etkileşimlere öncelik verebilir ve bu da yüz yüze iletişimin kalitesinde ve sıklığında düşüşe yol açabilir (Twenge vd., 2018). Bu olgu, sosyal gelişim ve duygusal desteğin önemli olduğu bireylerde (çocuklar ve ergenler) endişe verici sonuçlar yaratabilir.
- Yalnızlık ve İzolasyon: Yüksek düzeyde sosyal medya kullanan bireyler sıklıkla yalnızlık duyguları bildirmektedir. Bu sonuç, çevrimiçi etkileşimlerin yüz yüze bağlantılara kıyasla derinlik eksikliği olduğunu göstermektedir (Orben vd., 2020). Dahası, sosyal medyanın sağladığı sosyal etkileşim yanılsaması, altında yatan izolasyon duygularını maskeleyebilir.
- Siber Zorbalık ve Olumsuz Etkileşimler: Sosyal medya platformları sıklıkla siber zorbalık, taciz ve zararlı içeriklere maruz kalmanın gerçekleştiği yerlerdir. Siber zorbalığın kurbanları sıklıkla duygusal sıkıntı, düşük öz saygı ve sosyal aktivitelerden çekilme yaşarlar ve bu da yabancılaşma duygularını daha da kötüleştirir (Kowalski vd., 2014).

#### 1.2.3.4. Fiziksel Sağlık Etkileri

Sosyal medya bağımlılığının fiziksel sağlık üzerindeki etkileri sıklıkla göz ardı edilir ancak göz ardı edilemeyecek derecede önemlidir. Kompulsif sosyal medya kullanımı uyku düzenini bozabilir, hareketsiz davranışı teşvik edebilir ve genel fiziksel yorgunluğa katkıda bulunabilir.

- Uyku Bozulması: Sosyal medya kullanımı, özellikle yatmadan önce, kötü uyku kalitesi ve süresiyle ilişkilendirilmiştir. Ekranların yaydığı mavi ışık melatonin üretimini baskılayarak uykunun başlamasını geciktirir ve uyku, uyanıklık ve vücut sıcaklığı gibi vücut fonksiyonlarının düzenli bir şekilde 24 saatlik döngülerle gerçekleştiği biyolojik ritimleri bozar (Carter vd., 2016). Ayrıca, sosyal medya akışlarında gezinmenin psikolojik uyarımı uyanıklığı uzatabilir ve uyku hijyenini bozabilir.
- Hareketsiz Davranış: Sosyal medyada geçirilen aşırı zaman, obezite, kardiyovasküler sorunlar ve kas-iskelet sistemi bozuklukları gibi bir dizi sağlık sorunuyla ilişkilendirilen hareketsiz bir yaşam tarzına katkıda bulunur (Przybylski ve Weinstein, 2017). Sosyal medya kullanımının hareketsiz doğası, fiziksel aktivite fırsatlarını azaltır ve sağlık risklerini daha da artırır.
- Yorgunluk ve Göz Yorgunluğu: Uzun süreli ekran maruziyeti, dijital göz yorgunluğu, baş ağrısı ve genel yorgunluk gibi fiziksel semptomlara yol açabilir. Bu sorunlar, özellikle sosyal medya içeriğiyle günde birkaç saat etkileşim kuran kullanıcılar arasında yaygındır (Sheppard ve Wolffsohn, 2018).

### **1.3. Akademik Motivasyon**

#### **1.3.1. Akademik motivasyon kavramı**

Akademik motivasyon, öğrencilerin akademik görevlerde bulunma, zorlu aktivitelerde ısrar etme ve eğitim hedeflerine ulaşma çabalarını açıklayan temel bir psikolojik yapı olup davranışları akademik başarıya doğru başlatan, sürdüren ve yönlendiren temel süreçleri yansıtır (Ryan ve Deci, 2000). Motivasyon sabit bir özellik değil, içsel dürtüler, dışsal faktörler ve ikisi arasındaki etkileşimden etkilenen dinamik bir durumdur.

Deci ve Ryan (1985) tarafından geliştirilen Öz Belirleme Teorisi (ÖBT), akademik motivasyonu anlamak için kapsamlı bir çerçeve sunar. Bu teori motivasyonu içsel ve dışsal olmak üzere iki geniş türe ayırmaktadır. İçsel motivasyon, öğrenciler akademik görevlerle, sağladıkları içsel tatmin veya keyif için meşgul olduklarında ortaya çıkar. Örneğin, bir öğrenci edebiyata olan sevgisi nedeniyle bir roman okumayı seçebilir. Buna karşılık, dışsal motivasyon, notlar, ebeveyn onayı veya kariyer hedefleri gibi dışsal ödüller veya baskılarla yönlendirilir. Her iki motivasyon biçimi de akademik başarıya yol açabilse de, içsel motivasyon genellikle daha derin öğrenme, daha yüksek katılım ve zorluklar karşısında daha fazla ısrarcılıkla ilişkilendirilir.

Akademik motivasyon aynı zamanda bir amaç duygusu ve öz düzenlemeyi de içerir. Motive olmuş öğrenciler gerçekçi hedefler koyma, ilerlemelerini izleme ve engelleri aşmak için stratejilerini ayarlama eğilimindedir. Dahası, motivasyon öğrenmeye yönelik tutumları şekillendirmede kritik bir rol oynar, öğrencilerin eğitimin değerini nasıl algıladıklarını ve başarıya ulaşma konusundaki güvenlerini etkiler (Eccles ve Wigfield, 2002). Yeterli

motivasyon olmadan, yüksek bilişsel yeteneklere sahip öğrenciler bile potansiyellerini gerçekleştirmekte zorlanabilirler.

### 1.3.2. Akademik motivasyonu etkileyen faktörler

Akademik motivasyon, karmaşık şekillerde etkileşime giren çok çeşitli faktörlerden etkilenir. Bu faktörler genel olarak kişisel, sosyal ve çevresel etkiler olarak kategorize edilebilir.

- **Kişisel Faktörler:** Öz yeterlilik, hedefler ve ilgi alanları gibi kişisel özellikler akademik motivasyon düzeyini belirlemede önemli bir rol oynar. Öz yeterlilik veya kişinin başarılı olma yeteneğine olan inancı özellikle kritiktir. Bandura (1997), yüksek öz yeterliliğe sahip öğrencilerin zorluklarla başa çıkma, zor görevleri üstlenme ve akademik hedeflerine ulaşma olasılıklarının daha yüksek olduğunu vurgular. Benzer şekilde, öğrencilerin belirlediği hedef türü motivasyonlarını etkiler. Öğrenmeye ve kişisel gelişime odaklanan hedefler içsel motivasyonu besleme eğilimindeyken, dışsal doğrulamaya odaklanan performans hedefleri ise genellikle dışsal motivasyonu teşvik eder (Eccles ve Wigfield, 2002). Ek olarak, akademik görevleri ilgi alanlarıyla uyumlu olarak algılayan öğrencilerin çaba harcama ve göreve derinlemesine katılma olasılıkları daha yüksektir.
- **Sosyal Faktörler:** Akranlar, aile ve eğitimciler de dahil olmak üzere sosyal çevre, akademik motivasyonu önemli ölçüde etkileyebilir. Akranlarla destekleyici ilişkiler, işbirliğini ve aidiyet duygusunu teşvik ederek motivasyonu artırabilir. Tersine, olumsuz sosyal karşılaştırmalar veya akran baskısı motivasyonu zayıflatabilir ve kopukluğa yol açabilir (Wentzel, 2017). Ebeveyn katılımının da önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir; ebeveynleri cesaret veren, yüksek beklentiler sürdüren ve olumlu bir öğrenme ortamı yaratan öğrencilerin motive kalma olasılığı daha yüksektir (Gonzalez-DeHass vd., 2005). Dahası, öğretmen-öğrenci etkileşimleri öğrencilerin motivasyonunu şekillendirmede kritik öneme sahiptir. Yapıcı geri bildirim sunan, coşku gösteren ve özerkliği teşvik eden öğretmenler, hem içsel hem de dışsal motivasyonu artıran destekleyici bir ortam yaratırlar (Reeve, 2009).
- **Çevresel Faktörler:** Müfredat tasarımı, sınıf dinamikleri ve kurumsal politikalar dahil olmak üzere daha geniş eğitim ortamı akademik motivasyonu etkileyebilir. Öğrencilerin ilgi alanları ve gelecek beklentileriyle uyumlu, iyi yapılandırılmış bir müfredat katılımı, bir amaç duygusunu teşvik edebilir. Ek olarak, eğitimde teknolojinin kullanımı (etkileşimli araçlar ve çevrimiçi kaynaklar gibi) öğrenmeyi daha ilgi çekici ve erişilebilir hale getirerek motivasyonu artırabilir (Manca ve Ranieri, 2016). Ancak, yüksek riskli testlere ve katı performans ölçümlerine öncelik veren ortamlar, dışsal ödüllere aşırı vurgu yaparak içsel motivasyonu engelleyebilir (Deci ve Ryan, 2000). Bu

nedenle, akademik motivasyonu sürdürmek için dengeli ve destekleyici bir öğrenme ortamı yaratmak çok önemlidir.

### 1.3.3. Sosyal medyanın akademik motivasyon üzerindeki etkisi

Sosyal medya, öğrencilerin hayatlarının ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir ve akademik motivasyon için hem fırsatlar hem de zorluklar sunmaktadır. Nasıl kullanıldığına bağlı olarak hem olumlu hem de olumsuz etkileri ve karmaşık etkileri bulunmaktadır.

- **Olumlu Etkiler:** Sosyal medya platformları, merakı ve kendi kendine öğrenmeyi teşvik ederek zengin eğitim kaynaklarına erişim sağlar. Bazı platformlar, çeşitli öğrenme ihtiyaçlarını karşılayan öğretici dersler ve beceri geliştirme kurslarına ev sahipliği yapar. Bu kaynaklar, öğrencilerin ilgi duydukları konuları kendi hızlarında keşfetmelerine olanak tanıyarak içsel motivasyonu artırabilir (Manca ve Ranieri, 2016). Ayrıca, sosyal medya akranlar arasında iş birliğini ve iletişimi kolaylaştırır. Grup sohbetleri, forumlar ve çevrimiçi çalışma grupları, öğrencilerin bilgi paylaşımlarını, şüphelerini gidermelerini ve ortak projeler üzerinde çalışmalarını sağlayarak bir topluluk duygusunu ve karşılıklı desteği teşvik eder (Asterhan ve Rosenberg, 2015). Sosyal medya ayrıca tanınma ve onaylanma için bir platform görevi görür. Öğrenciler akademik başarılarını sıklıkla çevrimiçi olarak paylaşır ve akranlarından ve ağlarından olumlu geri bildirim alırlar. Bu tanınma, özellikle dış onaya değer verenler için öz güveni ve dışsal motivasyonu artırabilir (Junco, 2012). Dahası, eğitimciler ve kurumlar öğrencilerle etkileşim kurmak, güncellemeleri paylaşmak ve destek sağlamak için giderek daha fazla sosyal medyayı kullanmaktadır. Bu durum eğitim süreçlerini daha da geliştirmektedir.
- **Olumsuz Etkiler:** Sosyal medya akademik motivasyona önemli zorluklar çıkarır. Birincil endişelerden biri dikkat dağıtmaktır. Etkileşimi en üst düzeye çıkarmak için tasarlanmış algoritmalar tarafından yönlendirilen sosyal medya platformlarının bağımlılık yaratan doğası, genellikle akademik olmayan faaliyetlere aşırı zaman harcanmasına yol açar. Bu, öğrencileri çalışmalarından uzaklaştırır, odaklanmalarını azaltır ve ertelemeye katkıda bulunur (Meier vd., 2016). Zamanla, bu tür kalıplar içsel motivasyonu aşındırabilir ve akademik performansı zayıflatabilir. Bir diğer endişe ise sosyal medyanın yüzeysel etkileşimi teşvik etme eğilimidir. Medya paylaşım platformlarının hızlı tempolu, görsel ağırlıklı yapısı, öğrencileri özden çok görünüme öncelik vermeye, derin öğrenme yerine hızlı sonuçlara odaklanmaya yönlendirebilir. Bu değişim, akademik başarı için olmazsa olmaz olan eleştirel düşünme gibi özelliklerin azalmasına neden olabilir (Zepke ve Leach, 2010). Ayrıca sosyal medya, genellikle öğrencilerin kendi başarılarını, akranlarının başarılarıyla

ölçtükleri sosyal karşılaştırmayı teşvik eder. Bu durum, kişilerde yetersizlik ve motivasyonsuzluk duyguları yaratabilir (Keles vd., 2020).

- Karma Etkiler: Sosyal medyanın akademik motivasyon üzerindeki etkisi, nasıl kullanıldığına bağlı olarak büyük ölçüde değişir. Sosyal medyayı stratejik olarak kullanan öğrenciler (akademik forumlara katılarak veya eğitim etkinliklerini takip ederek) genellikle artan motivasyon ve daha iyi akademik sonuçlar bildirmektedir (Manca ve Ranieri, 2016). Tersine, bunu öncelikli olarak eğlence veya sosyalleşme için kullananlar, akademik katılım ve motivasyonda azalma yaşayabilir (Turel ve Serenko, 2012). Bu durumlar, dijital okuryazarlığı teşvik etmenin ve öğrencilerin sağlıklı sosyal medya alışkanlıkları geliştirmelerine yardımcı olmanın önemini vurgular.

#### **1.4. Sosyal Medya Bağımlılığı, Akademik Performans ve Motivasyon Arasındaki İlişki**

Sosyal medya bağımlılığı, Spor Bilimleri Fakültelerindeki öğrenciler de dâhil olmak üzere üniversite öğrencileri arasında yaygın bir sorun haline gelmiştir. Sosyal medya platformlarının zorlayıcı ve aşırı kullanımı yalnızca ruh sağlığını etkilemekle kalmaz, aynı zamanda akademik performans ve motivasyon üzerinde de önemli etkiler yaratmaktadır.

##### **1.4.1. Sosyal medya bağımlılığı ve akademik performans**

Sosyal medyanın aşırı kullanımı genellikle ertelemeye, çalışma süresinin azalmasına ve dikkatin dağılmasına yol açar ve bunların hepsi akademik sonuçları olumsuz etkiler (Meier vd., 2016). Junco (2012) tarafından yapılan bir araştırma, Facebook gibi platformlarda daha fazla zaman geçiren öğrencilerin sosyal medyayı daha az kullanan akranlarına kıyasla daha düşük not ortalamaları bildirdiğini bulmuştur.

Spor bilimi öğrencileri bağlamında değerlendirildiğinde, sosyal medya kullanımı antrenman ve iyileşme programlarına da müdahale edebilir ve akademik performans üzerindeki etkisini daha da artırabilir. Sosyal medyada kaybedilen zamanın genellikle genel üretkenlik ve akademik başarı üzerinde kademeli etkilere sahip olduğu bulunmuştur (Turel ve Serenko, 2012).

##### **1.4.2. Sosyal medya bağımlılığı ve akademik motivasyon**

Sosyal medya bağımlılığının akademik motivasyon üzerinde de derin etkileri vardır. Sosyal medyanın sağladığı anlık tatmin (beğeniler, yorumlar ve paylaşımlar aracılığıyla) öğrencilerin uzun vadeli akademik hedefler yerine kısa vadeli ödülleri önceliklendirdiği bir bağımlılık

döngüsü yaratabilir (Ryan vd., 2014). Bu olgu, özellikle düşük içsel motivasyona sahip öğrenciler için sorun yaratmakta olup bu bireylerin sosyal medya platformlarından dışsal onay arama olasılıkları daha yüksektir (Kuss ve Griffiths, 2011).

Ayrıca, sosyal medya bağımlılığı akademik motivasyonun kritik bileşenleri olan öz düzenlemeyi ve hedef odaklı davranışı zayıflatabilir. Sosyal medyaya bağımlı öğrenciler genellikle akademik görevlere konsantre olma ve sürekli çaba gösterme konusunda zorluk yaşadıklarını bildirirler ve bu da hem içsel hem de dışsal motivasyonda düşüşe yol açabilir (Deci ve Ryan, 2000). Aşırı durumlarda, sosyal medya bağımlılığı akademik kopukluk ve tükenmişlik duygularını şiddetlendirebilir (Elhai vd., 2017).

#### **1.4.3. Müdahale eden faktörler ve moderatörler**

Sosyal medya bağımlılığı, akademik performans ve motivasyon arasındaki ilişki çeşitli müdahale eden faktörlerden etkilenir. Örneğin, dijital okuryazarlık ve zaman yönetimi becerileri sosyal medya kullanımının olumsuz etkilerini hafifletebilir. Çevrimiçi ve çevrimdışı sorumluluklarını etkili bir şekilde dengeleyen öğrencilerin akademik performans veya motivasyonlarında düşüş yaşama olasılıkları daha düşüktür (Manca ve Ranieri, 2016). Dijital alışkanlıklar ve danışmanlık hizmetleri üzerine atölyeler de dahil olmak üzere kurumsal destek, sosyal medya bağımlılığının etkisini azaltmada önemli bir rol oynayabilir.

## 2. BÖLÜM

### YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde, araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, verilerin toplanması, veri toplama araçları ve verilerin analizi kısmı ele alınacaktır.

#### 2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada yöntemsel yaklaşım olarak, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir (Creswell, 2012). İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişkenin bulunduğu bir evrende, bu değişkenler arasındaki birlikte değişimin varlığını veya değişimin derecesini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir (Fraenkel ve Wallen, 2011; Karasar, 2020). Bu model, güçlü varsayımların, ortaya konulmak istenen olgunun ya da önerilen hipotezlerin doğruluğunu test etme olanağı sunmaktadır. Araştırma sürecinde, araştırmacıdan kaynaklanabilecek hata ve yanlışlıkları minimize etmesi, değişkenler üzerinde kontrol veya manipülasyon gibi dış etkilere kapalı olması, ilişkisel tarama modelinin güçlü yönleri arasında yer almaktadır. Çalışmada ele alınan değişkenlerin doğal bağlamında incelenmesi hedeflendiğinden, bu modelin tercih edilmesi uygun görülmüştür.

#### 2.2. Evren ve Örneklem

Yapılan araştırmanın evrenini öğrenimine aktif olarak devam eden Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmada evrenin tamamına ulaşmakta yaşanacak güçlükler göz önünde bulundurularak uygun bir örneklem yöntemi seçimine başvurulmuştur. Bu kapsamda yapılan araştırmada, araştırmacının kolayca erişebileceği ve zaman, maliyet gibi kısıtlamalara uygun olarak belirlenen bireylerden veri toplama tekniği olan kolayda örnekleme yöntemi uygulanmıştır (Büyüköztürk vd., 2015). Bu kapsamda 325 Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisine ulaşılmış, eksik kodlanan ve uç değerler analizlerden çıkarıldıktan sonra 309 öğrenciye ulaşılmıştır.

Araştırma sonucunda katılımcılara ait demografik bulgular Tablo 2.1. de sunulmuştur.

**Tablo 2.1.** Katılımcılara ait demografik bilgiler

Değişkenler	Kategoriler	f	%
Cinsiyet	Kadın	121	39.2
	Erkek	188	60.8
Bölüm	BES	38	12.3
	ANT	49	15.9
	SPY	65	21.0
	REK	157	50.8
Sınıf Düzeyi	2.Sınıf	134	43.4
	3.Sınıf	80	25.9
	4.Sınıf	95	30.7
Aktif Olarak Lisanslı Sporcu musunuz?	Evet	122	39.5
	Hayır	187	60.5
Akademik Not Ortalamanız?	0-2.50 arası	119	38.5
	2.51-4.00 arası	190	61.5
İkametgâh Bilgisi	Ev (Aile ile)	108	35.0
	Ev (Arkadaş ile)	63	20.4
	Yurt	138	44.7
Evde/Yurtta İnternet Bağlantısı Var Mı?	Evet	283	91.6
	Hayır	26	8.4
Yaş	En Düşük	En yüksek	Ortalama
	17	45	21

**BES: Beden Eğitimi ve Spor, ANT: Antrenörlük Eğitimi, SPY: Spor Yöneticiliği, REK: Rekreasyon**

Tablo 2.1 de katılımcıların demografik değişkenlere göre dağılımları yer almaktadır. Analiz sonucunda katılımcıların 121' inin kadın, 188'inin ise erkek olduğu, 38'inin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, 49'unun Antrenörlük Eğitimi, 65'inin Spor Yöneticiliği, 157'sinin ise Rekreasyon bölümünde okuduğu, 134'ünün 2. Sınıf, 80'inin 3. Sınıf, 95'inin ise 4. Sınıf olduğu görülmektedir. Katılımcılara sorulan aktif olarak lisanslı sporcu musunuz? sorusuna 122'sinin evet, 187'sinin ise hayır cevabı verdiği görülmektedir. Akademik not ortalaması dağılımları incelendiğinde ise 119'unun 0-2.50 arası, 190'ının ise 2.51-4.00 arasında not ortalamasının olduğu, ikametgâh bilgisine göre 108'inin Ev (aile ile), 63'ünün Ev (arkadaş ile), 138'inin ise yurttan kaldığı görülmektedir. Katılımcılara sorulan bir diğer soru ise evde/yurtta internet bağlantısı var mı? Durumuna göre 283'ünün evet, 26'sının ise hayır cevabı verdiği görülmektedir. Katılımcılar arasında en düşük yaş 17, en yüksek yaş ise 45 ortalama ise 21'dir.

### **2.3. Veri Toplama Araçları**

Yapılan araştırma kapsamında elde edilen veriler, araştırmacı tarafından uzman görüşü alınarak hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu”, “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği” ve “Akademik Motivasyon Ölçeği” ile toplanmıştır. Yararlanılan ölçeklere ait bilgiler aşağıda verilmiştir. Araştırmanın yürütülmesinden önce Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Etik Kurulu’ndan 2023-07 numaralı karar sayısı ile etik kurul izni alınmıştır. Çalışma öncesinde ankete katılacak bireylere gönüllü olur formu imzalatılmıştır.

#### **2.3.1. Kişisel bilgi formu**

Oluşturulan kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmış ve katılımcılara cinsiyet, yaş, öğrenim gördüğü bölüm, sınıf düzeyi, aktif olarak lisanslı sporcu musunuz? akademik not ortalaması, ikametgâh bilgisi ve internet bağlantısı var mı? Sorularından oluşmaktadır.

#### **2.3.2. Sosyal medya bağımlılığı ölçeği**

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği Şahin ve Yağcı (2017) tarafından geçerliliği ve güvenilirliği yapılmıştır. İki alt boyuttan (sanal tolerans ve sanal iletişim) ve 20 sorudan oluşmaktadır. 1-11’inci maddeler arası Sanal tolerans, 12-20’nci maddeler arası sanal iletişim alt boyutunu kapsamaktadır. 5. ve 11. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puan aralığı 20 ile 100 arasında değişmektedir. Yüksek puan alan bireyin kendisini “sosyal medya bağımlısı” olarak algıladığı değerlendirilmektedir. Yapılan analizler sonucunda bu çalışma için sanal tolerans alt boyutunun croanbach alfa değeri .79, sanal iletişim alt boyutu için .87, sosyal medya bağımlılığı toplam puanı için ise .89 olarak bulunmuştur.

#### **2.3.3. Akademik motivasyon ölçeği**

Akademik Motivasyon Ölçeği (AMÖ), Vallerand vd., (1992) tarafından Öz-belirleme teorisine dayalı olarak geliştirilmiş olup, 28 maddeden ve yedi alt boyuttan (bir motivasyonsuzluk alt boyutu, üç içsel motivasyon alt boyutu ve üç dışsal motivasyon alt boyutu) oluşmaktadır. Ölçeğin Fransızca versiyonu da bulunmaktadır (Vallerand, Blais, Brière, ve Pelletier, 1989). Ölçeğin Türkçeye adaptasyonunu ise Karagüven, (2012) gerçekleştirmiştir. Her bir madde, 1 (hiç bana uygun değil) ile 7 (tamamen bana uygun) arasında derecelendirilen yedi dereceli bir Likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilir. Her alt boyut dört maddeden oluşmakta olup, alt boyut puanları dört ile yirmi sekiz arasında değişmektedir. Alt boyuttan alınan yüksek bir puan, katılımcının ilgili motivasyon boyutuna yüksek düzeyde sahip olduğunu göstermektedir. Bu çalışma için akademik motivasyon toplam puan croanbach alfa değeri .88 olarak bulunmuştur.

## 2.4. Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen veriler, excel üzerinden kodlanmış verilerin standart sapma düzeylerine bakılmış sonrasında SPSS 25 paket programına girilmiş eksik, hatalı kodlanmış ve uç değer gösteren verilerin olup olmadığı tespit edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği test etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnow (K-S), Q-Q plotlar ve çarpıklık basıklık değerleri incelenmiştir. Tablo 2.2.' de verilerin normal dağılımlarına ilişkin analiz sonucu verilmiştir. Betimsel analizlerde aritmetik ortalama, standart sapma, karşılaştırmalı analizlerde t-Testi, değişkenler arasındaki ilişkinin test edilmesinde pearson korelasyon analizi ve çoklu grup karşılaştırılmalarında ise One Way ANOVA testi kullanılmıştır. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için ise Post Hoc testlerinden Tukey testi kullanılmıştır.

**Tablo 2.2.** Verilerin dağılımına ait normallik testi sonucu

Değişkenler	İstatistik	sd	p	Çarpıklık	Basıklık
Sanal Tolerans	.989	309	.082	-.463	.239
Sanal İletişim	.988	309	.072	-.267	.450
Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam	.991	309	.066		
Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon	.966	309	.121	-.643	.139
Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon	.983	309	.098	-.379	.276
Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon	.984	309	.067	-0,52	-0.27
Belirlenmiş Dışsal Motivasyon	.937	309	.087	-.835	.579
İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon	.978	309	.059	-.423	.048
Dışsal Motivasyon- Dış Düzenleme	.966	309	.097	-.493	.032
Motivasyonsuzluk	.965	309	.101	-.207	.825
AMÖTOP	.984	309	.123	-.445	.028

Tablo 2.2 de değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu hem Kolmogorov-Smirnow testi hem de çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alınarak değerlendirilmiştir. Kolmogorov-Smirnow testi sonuçlarına göre, tüm değişkenlerin p-değerleri 0.05'ten büyük olduğu için veriler normal dağılım göstermektedir. Ayrıca, çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ile +2 arasında yer alması, dağılımın normal dağılıma yakın olduğunu desteklemektedir (George ve Mallery, 2010). Bu nedenle, analizlerde parametrik testlerin kullanılabilmesi sonucuna varılmıştır.

### 3. BÖLÜM

#### BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma kapsamında elde edilen nicel verilerin analizlerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

**Tablo 3.1.** Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarına ilişkin betimsel bulgular  
(n=309)

Maddeler	Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği	$\bar{X}$	ss
Madde 1	"Sosyal medyayı gerçek dünyadan bir kaçış olarak görüyorum."	2.98	1.28
Madde 2	"Sosyal medyada planladığımdan daha uzun süre kalırım."	3.48	1.11
Madde 3	"Kendimi mutsuz hissettiğim zamanlarda sosyal medyada olmak beni rahatlatır."	3.17	1.21
Madde 4	"Sosyal medyada çok zaman geçirdiğimden işlerimi aksatıyorum."	2.96	1.30
Madde 5	"Sosyal medyaya gerekmedikçe girmem."	3.04	1.23
Madde 6	"Sosyal medya yüzünden verimliliğimin azaldığını fark ediyorum."	3.29	1.12
Madde 7	"Sosyal medyada çok zaman geçirdiğim için çevremdekiler beni eleştirirler."	2.63	1.31
Madde 8	"Sosyal medyayı kullanırken biri beni rahatsız ettiğinde sinirleniyorum."	2.73	1.32
Madde 9	"Sosyal medyada iken kendimi özgür hissediyorum."	2.89	1.29
Madde 10	"Sabah uyandığımda ilk işim sosyal medyaya girmek olur."	3.13	1.36
Madde 11	"Sosyal medya kullanmayı sevmiyorum."	3.40	1.22
<b>Sanal Tolerans Alt Boyutu</b>		<b>3.06</b>	<b>1.27</b>
Madde 12	"Güncel olaylardan haberdar olmak için sosyal medyadan ayrılamıyorum."	3.28	1.09
Madde 13	"Çevremde birileri varken bile, sosyal medyada olmayı tercih ederim."	2.66	1.23
Madde 14	"Özel bazı duyuruları görebilmek ya da paylaşabilmek için sosyal medyada daha çok zaman geçiriyorum."	3.15	1.10
Madde 15	"Sosyal medyadan dolayı aile üyelerini ihmal ettiğim olur."	2.49	1.26
Madde 16	"İnsani amaçlı sosyal projelerde yer almak için sosyal medyayı kullanmaktan kendimi alamıyorum."	2.77	1.13

Madde 17	"Sosyal medyada bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum."	2.69	1.25
Madde 18	"Sosyal medyadaki arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlıklara tercih ederim."	2.33	1.34
Madde 19	"Sosyal medya gruplarıyla iletişim halinde olabilmem için sosyal medyayı daha uzun süre kullanırım."	2.67	1.24
Madde 20	"Çeşitli sosyal duyarlılıklar konusunda çabuk haberdar olma isteği beni daha çok sosyal medyada olmaya itiyor."	2.97	1.14
<b>Sanal İletişim Alt Boyutu</b>		<b>2.77</b>	<b>.85</b>
<b>Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam Puan</b>		<b>2.93</b>	<b>.72</b>

Tablo 3.1.'de yer alan sorular Şahin ve Yağcı, (2017) tarafından geliştirilen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği'nden alınmıştır.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarını belirlemek amacıyla uygulanan Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin alt boyutlarına (Sanal tolerans ve Sanal iletişim) ilişkin bulgular Tablo 3.1' de sunulmuştur. Bulgular incelendiğinde, sanal tolerans alt boyutunda en yüksek düzeyde katılım gösterilen madde 2 "*Sosyal medyada planladığımdan daha uzun süre kalırım.*" ( $\bar{X} = 3.48$ ) olduğu, en düşük düzeyde katılım gösterilen madde 7 "*Sosyal medyada çok zaman geçirdiğim için çevremdekiler beni eleştirirler.*" ( $\bar{X} = 2.63$ ). Katılımcıların görüşlerinin sanal iletişim alt boyutuna ait bulgular incelendiğinde en yüksek katılımın madde 12 "*Güncel olaylardan haberdar olmak için sosyal medyadan ayrılamıyorum.*" ( $\bar{X} = 3.28$ ). En düşük katılım ise madde 18 "*Sosyal medyadaki arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlıklara tercih ederim.*" ( $\bar{X} = 2.33$ ) olduğu görülmektedir.

**Tablo 3.2.** Katılımcıların akademik motivasyon puanlarına ilişkin betimsel bulgular (n=309)

Maddeler	Akademik Motivasyon Ölçeği	$\bar{X}$	ss
Madde 2	"Yeni bir şeyler öğrenirken zevk alıyorum ve tatmin oluyorum."	5.77	1.40
Madde 9	"Daha önce hiç görmediğim şeyleri keşfederken zevk aldığım için."	5.30	1.49
Madde 16	"İlgimi çeken konular hakkında bilgilerimi artırırken duyduğum mutluluktan dolayı"	5.55	1.45
Madde 23	"İlgimi çeken birçok konu hakkında daha fazla şey öğrenmeye devam etmemi sağlıyor."	5.26	1.60
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>		<b>5.20</b>	<b>1.08</b>

Madde 6	<i>"Derslerimde kendimi aşarken zevk aldığım için"</i>	4.49	1.53
Madde 13	<i>"Kişisel hedeflerimden birine ulaşmak için kendimi aşarken yaşadığım mutluluktan dolayı."</i>	5.20	1.48
Madde 20	<i>"Zor olan akademik çalışmalarda zorlandığımı hissetmekten zevk aldığım için"</i>	4.35	1.67
Madde 27	<i>"Üniversitedeki çalışmalarında mükemmel olmaya çalışmak, bireysel tatmin yaşamamı sağlıyor."</i>	4.96	1.68
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>		<b>4.74</b>	<b>1.11</b>
Madde 4	<i>"Bana ait düşünceleri başkalarıyla paylaşırken çok yoğun duygular yaşıyorum."</i>	4.49	1.53
Madde 11	<i>"İlginç yazılar okumaktan zevk aldığım için."</i>	5.20	1.48
Madde 18	<i>"Önemli yazarların yazdıklarına tamamen kendimi kaptırdığımda hissettiğim mutluluktan dolayı"</i>	4.35	1.67
Madde 25	<i>"Birbirinden farklı ve ilginç konuları okurken hissettiğim büyük hazdan dolayı"</i>	4.96	1.68
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>		<b>4.72</b>	<b>1.07</b>
Madde 3	<i>"Üniversite eğitiminin, seçtiğim alana daha iyi hazırlanmamda yardımcı olacağını düşünüyorum."</i>	5.41	1.57
Madde 10	<i>"Aslında, istediğim iyi bir iş alanına girebilmemi sağlayacak."</i>	5.38	1.57
Madde 17	<i>"Meslek edinme açısından daha iyi seçim yapmamı sağlayacak."</i>	5.47	1.46
Madde 24	<i>"İnanıyorum ki, birkaç yıl daha aldığım bu eğitim çalışma hayatı için gereken yeteneklerimi geliştirecek."</i>	5.54	1.41
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>		<b>5.45</b>	<b>1.19</b>
Madde 7	<i>"Üniversiteyi bitirebileceğimi kendi kendime kanıtlamak için."</i>	4.61	1.69
Madde 14	<i>"Şu da bir gerçek ki, okulda başarılı olduğum zaman kendimi önemli hissediyorum."</i>	5.35	1.48
Madde 21	<i>"Kendi kendime zeki olduğumu göstermek için."</i>	4.29	1.82
Madde 28	<i>"Kendi kendime, derslerde başarılı olabileceğimi göstermek istiyorum."</i>	5.19	1.66
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>		<b>4.86</b>	<b>1.20</b>
Madde 1	<i>"Sadece lise diploması ile ileride iyi bir iş bulamayabilirim."</i>	4.44	2.07
Madde 8	<i>"İleride daha itibarlı bir iş sahibi olabilmek için."</i>	5.59	1.34

Madde 15	"İleride iyi bir hayat yaşamak istiyorum."	5.97	1.40
Madde 22	"İleride daha iyi ücret alabilmek için."	5.48	1.53
<b>Dışsal Motivasyon-Dış Düzenleme</b>		<b>5.36</b>	<b>1.06</b>
Madde 5	"Dürüst olmak gerekirse, bilmiyorum, aslında okulda boşa zaman harcıyormuşum gibi geliyor."	4.10	1.92
Madde 12	"Önceden okula gitmek için iyi nedenlerim vardı ama şimdi devam edip etmeme konusunda kararsızım."	4.06	1.91
Madde 19	"Neden okula gittiğimi bilemiyorum, açıkçası pek de umurumda değil."	3.47	2.07
Madde 26	"Bilmiyorum, zaten okulda ne yaptığımı bir türlü anlayamadım."	3.64	2.02
<b>Motivasyonsuzluk</b>		<b>3.81</b>	<b>1.56</b>
<b>Akademik Motivasyon Toplam</b>		<b>4.92</b>	<b>.80</b>

Tablo 3.2.'de yer alan sorular Vallerand vd., (1992) tarafından geliştirilen Akademik Motivasyon Ölçeği'nden ve Karagüven, (2012) tarafından yapılan Türkçe'ye uyarlama çalışmasından alınmıştır.

Katılımcıların akademik motivasyon puanlarını belirlemek amacıyla uygulanan Akademik Motivasyon Ölçeği' nin alt boyutlarına ilişkin bulgular Tablo 3.2' de sunulmuştur. Bulgular incelendiğinde, bilmeye yönelik içsel motivasyon alt boyutunda en yüksek düzeyde katılım gösterilen madde 2 "*Yeni bir şeyler öğrenirken zevk alıyorum ve tatmin oluyorum.*" ( $\bar{X} = 5.77$ ) olduğu, en düşük düzeyde katılım gösterilen madde 23 "*İlgimi çeken birçok konu hakkında daha fazla şey öğrenmeye devam etmemi sağlıyor.*" ( $\bar{X} = 5.26$ ). Katılımcıların görüşlerinin başarıya yönelik içsel motivasyon alt boyutuna ait bulgular incelendiğinde en yüksek katılımın madde 13 "*Kişisel hedeflerimden birine ulaşmak için kendimi aşarken yaşadığım mutluluktan dolayı*" ( $\bar{X} = 5.20$ ). En düşük katılım ise madde 20 "*Zor olan akademik çalışmalarda zorlandığımı hissetmekten zevk aldığım için*" ( $\bar{X} = 4.35$ ) olduğu görülmektedir.

Katılımcıların görüşlerinin, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon alt boyutuna ait bulgular incelendiğinde en yüksek katılımın madde 11 "*İlginç yazılar okumaktan zevk aldığım için*" ( $\bar{X} = 5.20$ ). En düşük katılım ise madde 18 "*Önemli yazarların yazdıklarına tamamen kendimi kapırdığımda hissettiğim mutluluktan dolayı*" ( $\bar{X} = 4.35$ ) olduğu görülmektedir.

Katılımcıların görüşlerinin, belirlenmiş dışsal motivasyon alt boyutuna ait bulgular incelendiğinde en yüksek katılımın madde 24 "*İnaniyorum ki, birkaç yıl daha aldığım bu eğitim çalışma hayatı için gereken yeteneklerimi geliştirecek.*" ( $\bar{X} = 5.54$ ). En düşük katılım ise madde 10 "*Aslında, istediğim iyi bir iş alanına girebilmemi sağlayacak.*" ( $\bar{X} = 5.38$ ) olduğu görülmektedir.

Katılımcıların görüşlerinin, içe yansıyan dışsal motivasyon alt boyutuna ait bulgular incelendiğinde en yüksek katılımın madde 14 “*Şu da bir gerçek ki, okulda başarılı olduğum zaman kendimi önemli hissediyorum.*” ( $\bar{X} = 5.35$ ). En düşük katılım ise madde 21 “*Kendi kendime zeki olduğumu göstermek için.*” ( $\bar{X} = 4.29$ ) olduğu görülmektedir.

Katılımcıların görüşlerinin, dışsal motivasyon-dış düzenleme alt boyutuna ait bulgular incelendiğinde en yüksek katılımın madde 15 “*İleride “iyi bir hayat” yaşamak istiyorum.*” ( $\bar{X} = 5.97$ ). En düşük katılım ise madde 1 “*Sadece lise diploması ile ileride iyi bir iş bulamayabilirim.*” ( $\bar{X} = 4.44$ ) olduğu görülmektedir.

Katılımcıların görüşlerinin, motivasyonsuzluk alt boyutuna ait bulgular incelendiğinde en yüksek katılımın madde 5 “*Dürüst olmak gerekirse, bilmiyorum, aslında okulda boşa zaman harcıyormuşum gibi geliyor.*” ( $\bar{X} = 4.10$ ). En düşük katılım ise madde 19 “*Neden okula gittiğimi bilemiyorum, açıkçası pek de umurumda değil.*” ( $\bar{X} = 3.47$ ) olduğu görülmektedir.

**Tablo 3.3.** Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p																					
<b>Sanal Tolerans</b>	Kadın	121	3.00	.71	307	-1.236	.217																					
	Erkek	188	3.10	.71				<b>Sanal İletişim</b>	Kadın	121	2.59	.84	307	-3.00	<b>.003</b>	Erkek	188	2.89	.84	<b>Sosyal Medya Bağımlılığı</b>	Kadın	121	2.81	.70	307	-2.277	<b>.023</b>	<b>Toplam Puan</b>
<b>Sanal İletişim</b>	Kadın	121	2.59	.84	307	-3.00	<b>.003</b>																					
	Erkek	188	2.89	.84				<b>Sosyal Medya Bağımlılığı</b>	Kadın	121	2.81	.70	307	-2.277	<b>.023</b>	<b>Toplam Puan</b>	Erkek	188	3.00	.72								
<b>Sosyal Medya Bağımlılığı</b>	Kadın	121	2.81	.70	307	-2.277	<b>.023</b>																					
<b>Toplam Puan</b>	Erkek	188	3.00	.72																								

Tablo 3.3’ de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının cinsiyet değişkeni göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, sanal tolerans alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmezken ( $p>0.05$ ), sanal iletişim ve sosyal medya bağımlılığı toplam puanda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ).

**Tablo 3.4.** Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Kadın	121	5.31	1.05	30	1.486	.138
	Erkek	188	5.13	1.10	7		
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Kadın	121	4.77	1.07	30	.371	.711
	Erkek	188	4.72	1.13	7		
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Kadın	121	4.77	1.08	30	.587	.558
	Erkek	188	4.69	1.06	7		
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	Kadın	121	5.60	1.19	30	1.831	0.68
	Erkek	188	5.35	1.19	7		
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	Kadın	121	4.96	1.10	30	1.245	.214
	Erkek	188	4.79	1.26	7		
<b>Dışsal Motivasyon Dış Düzenleme</b>	Kadın	121	5.49	1.08	30	1.722	.086
	Erkek	188	5.28	1.04	7		
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Kadın	121	3.50	1.57	30	-2.784	<b>.005</b>
	Erkek	188	4.01	1.53	7		
<b>AMÖ Toplam</b>	Kadın	121	4.96	.70	30	.806	.421
	Erkek	188	4.89	.85	7		

Tablo 3.4' de katılımcıların akademik motivasyon puanlarının cinsiyet değişkeni göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, bilmeye yönelik içsel motivasyon, başarıya yönelik içsel motivasyon, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon, içe yansıyan dışsal motivasyon, dışsal motivasyon dış düzenleme, AMÖ toplam puanda istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık görülmezken ( $p>0.05$ ), motivasyonsuzluk alt boyutunda ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ).

**Tablo 3.5.** Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının bölüm değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi

Değişkenler		N	$\bar{X}$	ss	sd	F	p
Sanal Tolerans	BES	38	3.00	.89	3-305	.109	.955
	ANT	49	3.05	.80			
	SPY	65	3.06	.71			
	REK	157	3.07	.63			
Sanal İletişim	BES	38	2.78	.82	3-305	1.177	.319
	ANT	49	2.72	.93			
	SPY	65	2.95	.92			
	REK	157	2.72	.80			
Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam	BES	38	2.90	.82	3-305	.320	.811
	ANT	49	2.90	.82			
	SPY	65	3.01	.77			
	REK	157	2.91	.63			

**BES: Beden Eğitimi ve Spor, ANT: Antrenörlük Eğitimi, SPY: Spor Yöneticiliği, REK: Rekreasyon**

Tablo 3.5. de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının bölüm değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi sonuçları yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda alt boyutlar ve toplam puanda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.6.** Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının bölüm değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi

Değişkenler		N	$\bar{X}$	ss	sd	F	p
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	BES	38	5.06	1.21	3-305	.351	.789
	ANT	49	5.14	1.10			
	SPY	65	5.26	1.00			
	REK	157	5.23	1.08			
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	BES	38	4.69	1.04	3-305	.336	.800
	ANT	49	4.70	1.18			
	SPY	65	4.86	1.05			
	REK	157	4.72	1.13			
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	BES	38	4.67	1.20	3-305	1.286	.279
	ANT	49	4.46	.96			
	SPY	65	4.78	1.09			
	REK	157	4.79	1.05			
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	BES	38	5.29	1.18	3-305	.973	.406
	ANT	49	5.65	1.05			
	SPY	65	5.32	1.31			
	REK	157	5.47	1.19			
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	BES	38	4.75	1.25	3-305	.472	.702
	ANT	49	4.72	1.17			
	SPY	65	4.95	1.09			
	REK	157	4.89	1.24			
<b>Dışsal Motivasyon Dış Düzenleme</b>	BES	38	5.51	1.02	3-305	1.426	.235
	ANT	49	5.50	.92			
	SPY	65	5.15	1.19			
	REK	157	5.38	1.05			
<b>Motivasyonsuzluk</b>	BES	38	3.82	1.28	3-305	.607	.611
	ANT	49	3.57	1.55			
	SPY	65	3.97	1.63			
	REK	157	3.82	1.61			
<b>AMÖ Toplam</b>	BES	38	4.86	.83	3-305	.172	.915
	ANT	49	4.86	.72			
	SPY	65	4,93	.87			
	REK	157	4.94	.78			

**BES: Beden Eğitimi ve Spor, ANT: Antrenörlük Eğitimi, SPY: Spor Yöneticiliği, REK: Rekreasyon**

Tablo 3.6. de katılımcıların akademik motivasyon puanlarının bölüm değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi sonuçları yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda, alt boyutlar ve toplam puanda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.7.** Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi

Değişkenler		N	$\bar{X}$	ss	sd	F	p
Sanal Tolerans	2.Sınıf	134	3.11	.72	3-305	.534	.587
	3.Sınıf	80	3.03	.68			
	4.Sınıf	95	3.02	.73			
Sanal İletişim	2.Sınıf	134	2.77	.82	3-305	.278	.757
	3.Sınıf	80	2.72	.77			
	4.Sınıf	95	2.82	.96			
Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam	2.Sınıf	134	2.96	.70	3-305	.211	.810
	3.Sınıf	80	2.89	.66			
	4.Sınıf	95	2.93	.79			

Tablo 3.7. de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda, alt boyutlar ve toplam puanda istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık bulunamamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.8.** Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi

Değişkenler		N	$\bar{X}$	ss	sd	F	p	Anlamlı fark
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	2.Sınıf	134	5.15	1.09	2-306	3.146	<b>.034</b>	3>4
	3.Sınıf	80	5.47	1.03				
	4.Sınıf	95	5.06	1.10				
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	2.Sınıf	134	4.66	1.11	2-306	.907	.405	-
	3.Sınıf	80	4.87	1.08				
	4.Sınıf	95	4.77	1.14				
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	2.Sınıf	134	4.61	1.04	2-306	1.727	.180	-
	3.Sınıf	80	4.88	1.05				
	4.Sınıf	95	4.76	1.11				
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	2.Sınıf	134	5.41	1.18	2-306	5.078	<b>.007</b>	3>4
	3.Sınıf	80	5.79	1.04				
	4.Sınıf	95	5.23	1.29				
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	2.Sınıf	134	4.80	1.24	2-306	.330	.719	-
	3.Sınıf	80	4.93	1.15				
	4.Sınıf	95	4.89	1.20				
<b>Dışsal Motivasyon Dış Düzenleme</b>	2.Sınıf	134	5.41	.98	2-306	4.787	<b>.009</b>	3>4
	3.Sınıf	80	5.60	1.15				
	4.Sınıf	95	5.11	1.07				
<b>Motivasyonsuzluk</b>	2.Sınıf	134	3.87	1.47	2-306	2.917	.056	-
	3.Sınıf	80	3.47	1.67				
	4.Sınıf	95	4.03	1.58				
<b>AMÖ Toplam</b>	2.Sınıf	134	4.88	.77	2-306	1.368	.256	-
	3.Sınıf	80	5.05	.76				
	4.Sınıf	95	4.87	.87				

Tablo 3.8. de katılımcıların akademik motivasyon puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi sonuçları yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, katılımcıların akademik motivasyon puanlarının, bilmeye yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon ve dışsal motivasyon-dış düzenleme alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p < 0.05$ ). Bu anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için

Post Hoc testlerinden Tukey testi uygulanmıştır. Bu testin sonuçlarına göre 3 alt boyutta da 3. Sınıf ve 4. Sınıf öğrencileri arasında 3. Sınıf öğrencileri lehine bir farklılık olduğu görülmektedir. Diğer alt boyutlar ve toplam puan açısından ise istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık bulunmamaktadır ( $p>0.05$ )

**Tablo 3.9.** Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının spor durumu değişkenine göre karşılaştırılması

Değişkenler	Spor Durumu	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
Sanal Tolerans	Evet	122	3.03	.70	307	-.619	.536
	Hayır	187	3.08	.72			
Sanal İletişim	Evet	122	2.73	.86	307	-.784	.434
	Hayır	187	2.80	.85			
Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam	Evet	122	2.89	.72	307	-.756	.450
	Hayır	187	2.95	.72			

Tablo 3.9. da katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının spor durumu değişkenine göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, alt boyutlar ve toplam puanda istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.10.** Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının spor durumu değişkenine göre karşılaştırılması

Değişkenler	Spor Durumu	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Evet	122	5.19	1.12	307	-.120	.904
	Hayır	187	5.20	1.06			
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Evet	122	4.67	1.16	307	-.990	.323
	Hayır	187	4.79	1.07			
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Evet	122	4.71	1.13	307	-.199	.842
	Hayır	187	4.73	1.02			
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	Evet	122	5.44	1.23	307	-.114	.909
	Hayır	187	5.45	1.18			
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	Evet	122	4.81	1.23	307	-.558	.577
	Hayır	187	4.89	1.18			
<b>Dışsal Motivasyon Dış Düzenleme</b>	Evet	122	5.39	1.05	307	.391	.696
	Hayır	187	5.34	1.07			
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Evet	122	3.79	1.62	307	-.211	.833
	Hayır	187	3.83	1.53			
<b>AMÖ Toplam</b>	Evet	122	4.90	.812	307	-.346	.729
	Hayır	187	4.93	.794			

Tablo 3.10 da katılımcıların akademik motivasyon puanlarının spor durumu değişkenine göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, alt boyutlar ve toplam puanda istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.11.** Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının akademik başarı (GANO) değişkenine göre karşılaştırılması

Değişkenler	GANO	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
Sanal Tolerans	0-2.50	119	3.15	.740	307	1.785	.075
	2.51-4.00	190	3.00	.696			
Sanal İletişim	0-2.50	119	2.88	.824	307	1.826	.069
	2.51-4.00	190	2.70	.871			
Sosyal Medya Bağımlılığı	0-2.50	119	3.03	.720	307	1.953	.052
	2.51-4.00	190	2.87	.715			
<b>Toplam</b>							

Tablo 3.11 de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının akademik başarı (GANO) değişkenine göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonuca göre, alt boyutlar ve toplam puanda istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.12.** Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının akademik başarı (GANO) değişkenine göre karşılaştırılması

Değişkenler	GANO	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon	0-2.50	119	5.04	1.11	307	-2.028	<b>.043</b>
	2.51-4.00	190	5.30	1.05			
Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon	0-2.50	119	4.55	1.14	307	-2.489	<b>.013</b>
	2.51-4.00	190	4.87	1.07			
Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon	0-2.50	119	4.62	1.105	307	-1.301	.194
	2.51-4.00	190	4.79	1.04			
Belirlenmiş Dışsal Motivasyon	0-2.50	119	5.32	1.23	307	-1.520	.120
	2.51-4.00	190	5.53	1.17			
İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon	0-2.50	119	4.72	1.26	307	-1.577	.116
	2.51-4.00	190	4.94	1.15			
Dışsal Motivasyon Dış Düzenleme	0-2.50	119	5.33	1.08	307	-.444	.657
	2.51-4.00	190	5.38	1.05			
Motivasyonsuzluk	0-2.50	119	3.84	1.56	307	.287	.774
	2.51-4.00	190	3.79	1.57			
<b>AMÖ Toplam</b>	0-2.50	119	4.82	.822	307	-1.618	.107
	2.51-4.00	190	4.97	.782			

Tablo 3.12. katılımcıların akademik motivasyon puanlarının akademik başarı (GANO) değişkenine göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, bilmeye yönelik içsel motivasyon ve başarıya yönelik içsel motivasyon alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı

bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p < 0.05$ ). Ortaya çıkan bu anlamlı farklılığın ise GANO'su 2.51-4.00 arasında olanların 0-2.50 arasında olanlardan ortalama puanlarının daha yüksek olması ile açıklanabilir. Diğer alt boyutlar ve toplam puan açısından ise anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ( $p > 0.05$ ).

**Tablo 3.13.** Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının ikametgâh değişkinine göre tek yönlü ANOVA analizi

Değişkenler		N	$\bar{X}$	ss	sd	F	p	Anlamlı fark
<b>Sanal Tolerans</b>	Ev (aile ile)	108	3.04	.721	2-306	.722	.487	
	Ev (arkadaş ile)	63	3.15	.729				
	Yurt	138	3.03	.707				
<b>Sanal İletişim</b>	Ev (aile ile)	108	2.72	.878	2-306	5.439	<b>.005</b>	2>1,3
	Ev (arkadaş ile)	63	3.08	.914				
	Yurt	138	2.67	.783				
<b>Sosyal Medya Bağımlılığı</b>	Ev (aile ile)	108	2.90	.732	2-306	2.906	.056	
	Ev (arkadaş ile)	63	3.12	.760				
<b>Toplam</b>	Yurt	138	2.87	.682				

1. Ev (aile ile) 2. Ev (arkadaş ile) 3. Yurt

Tablo 3.13. de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının ikametgâh değişkinine göre tek yönlü ANOVA analizi yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda, sanal tolerans ve sosyal medya bağımlılığı toplam puanda istatistiksel açıdan bir anlamlı farklılık olmadığı görülürken ( $p > 0.05$ ), Sanal iletişim alt boyutunda ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p < 0.05$ ). Bu anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Post Hoc Tukey testi sonuçlarına göre, arkadaşı, ailesi ve yurttan kalanlar arasında arkadaşı ile evde kalanların lehine olduğu görülmektedir.

**Tablo 3.14.** Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının ikametgâh değişikliğine göre tek yönlü ANOVA analizi

Değişkenler		N	$\bar{X}$	ss	sd	F	p
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Ev (aile ile)	108	5.25	1.11	2-306	.308	.735
	Ev (arkadaş ile)	63	5.23	1.00			
	Yurt	138	5.15	1.10			
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Ev (aile ile)	108	4.81	1.08	2-306	.788	.456
	Ev (arkadaş ile)	63	4.82	1.22			
	Yurt	138	4.65	1.08			
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	Ev (aile ile)	108	4.85	1.05	2-306	1.477	.230
	Ev (arkadaş ile)	63	4.75	1.12			
	Yurt	138	4.61	1.05			
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	Ev (aile ile)	108	5.43	1.17	2-306	.298	.743
	Ev (arkadaş ile)	63	5.55	1.23			
	Yurt	138	5.41	1.21			
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	Ev (aile ile)	108	4.84	1.10	2-306	.496	.610
	Ev (arkadaş ile)	63	4.99	1.11			
	Yurt	138	4.81	1.31			
<b>Dışsal Motivasyon Dış Düzenleme</b>	Ev (aile ile)	108	5.37	1.07	2-306	.033	.968
	Ev (arkadaş ile)	63	5.33	1.12			
	Yurt	138	5.37	1.04			
<b>Motivasyonsuzluk</b>	Ev (aile ile)	108	3.80	1.56	2-306	.028	.973
	Ev (arkadaş ile)	63	3.85	1.66			
	Yurt	138	3.80	1.53			
<b>AMÖ Toplam</b>	Ev (aile ile)	108	4.94	.777	2-306	.430	.651
	Ev (arkadaş ile)	63	4.97	.840			
	Yurt	138	4.87	.803			

Tablo 3.14' de katılımcıların akademik motivasyon puanlarının ikametgâh değişikliğine göre tek yönlü ANOVA analizi yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre, alt boyutlar ve toplam puanda istatistiksel olarak herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.15.** Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının internet durumu değişkinine göre karşılaştırılması

Değişkenler	İnternet	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
Sanal Tolerans	Evet	283	3.05	.71	307	-.651	.515
	Hayır	26	3.15	.74			
Sanal İletişim	Evet	283	2.77	.86	307	.106	.916
	Hayır	26	2.76	.78			
Sosyal Medya Bağımlılığı	Evet	283	2.93	.72	307	-.298	.766
	Hayır	26	2.97	.70			
<b>Toplam</b>							

Tablo 3.15 de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının internet durumu değişkinine göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, alt boyutlar ve toplam puanda istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.16.** Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının internet durumu değişkinine göre karşılaştırılması

Değişkenler	İnternet	N	$\bar{X}$	ss	sd	t	p
Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon	Evet	283	5.20	1.07	307	.198	.843
	Hayır	26	5.16	1.28			
Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon	Evet	283	4.75	1.11	307	.357	.722
	Hayır	26	4.67	1.13			
Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon	Evet	283	4.73	1.06	307	.226	.821
	Hayır	26	4.68	1.15			
Belirlenmiş Dışsal Motivasyon	Evet	283	5.46	1.17	307	.513	.608
	Hayır	26	5.33	1.42			
İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon	Evet	283	4.83	1.20	307	-1.471	.142
	Hayır	26	5.19	1.10			
Dışsal Motivasyon Dış Düzenleme	Evet	283	5.36	1.07	307	-.130	.896
	Hayır	26	5.39	1.00			
Motivasyonsuzluk	Evet	283	3.79	1.56	307	-.884	.377
	Hayır	26	4.07	1.58			
<b>AMÖ Toplam</b>	Evet	283	4.91	.799	307	-.464	.643
	Hayır	26	4.99	.825			

Tablo 3.16. katılımcıların akademik motivasyon puanlarının internet durumu değişkinine göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, alt boyutlar ve toplam puanda istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ).

**Tablo 3.17.** Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanları ile akademik motivasyon puanları arasındaki ilişki

Değişkenler		Sanal Tolerans	Sanal İletişim	Sosyal Medya Bağımlılığı Toplam
<b>Bilmeye Yönelik İçsel Motivasyon</b>	r	.006	.042	.026
	p	.909	.461	.646
<b>Başarıya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	r	.059	.182**	.130*
	p	.300	<b>.001</b>	<b>.022</b>
<b>Uyarım Yaşamaya Yönelik İçsel Motivasyon</b>	r	.094	.215**	.167**
	p	.097	<b>.000</b>	<b>.003</b>
<b>Belirlenmiş Dışsal Motivasyon</b>	r	.016	.018	.018
	p	.777	.755	.746
<b>İçe Yansıyan Dışsal Motivasyon</b>	r	.115*	.220**	.181**
	p	<b>.044</b>	<b>.000</b>	<b>.001</b>
<b>Dışsal Motivasyon Dış Düzenleme</b>	r	.055	.006	.034
	p	.332	.912	.555
<b>Motivasyonsuzluk</b>	r	.256**	.361**	.334**
	p	<b>.000</b>	<b>.000</b>	<b>.000</b>
<b>AMÖ Toplam</b>	r	.142*	.232**	.202**
	p	<b>.013</b>	<b>.000</b>	<b>.000</b>

Tablo 3.17’ de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanları ile akademik motivasyon puanları arasındaki ilişki yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, başarıya yönelik içsel motivasyon ve uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon alt boyutu ile sanal iletişim ve sosyal bağımlılığı toplam puan arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki, İçe yansıyan dışsal motivasyon alt boyutu ile sanal tolerans, sanal iletişim ve sosyal medya bağımlılığı toplam puanları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde, motivasyonsuzluk ve amö toplam puanda sanal tolerans, sanal iletişim ve sosyal medya bağımlılığı toplam puan açısından düşük yönlü pozitif düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir.

## 4. BÖLÜM

### TARTIŞMA

Araştırmanın bu bölümünde, katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ve akademik motivasyon puanlarının farklı değişkenler üzerinden karşılaştırılmasında elde edilen bulgular literatür de yapılan çalışmalar bakımından ele alınmıştır.

Yapılan araştırmaya 121' i kadın 188'i erkek olmak üzere toplamda 309 Spor Bilimleri Fakültesi öğrencisi katılmıştır.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması Tablo 3.3 yer almaktadır. Yapılan analizler sonucunda, sanal tolerans alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık görülmezken ( $p>0.05$ ), sanal iletişim ve sosyal medya bağımlılığı toplam puanda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ). Ortaya çıkan bu anlamlı farklılık ise sanal iletişim alt boyutu ve sosyal medya bağımlılığı toplam puanda erkek katılımcıların ortalama puanlarının kadın katılımcılardan yüksek olması ile açıklanabilir. Araştırmalar, sosyal medya bağımlılığı ve sanal iletişim puanlarında cinsiyet farklarının olduğunu ve bu durumun çeşitli sosyo-psikolojik etkenlerle ilişkilendirilebileceğini göstermektedir. Örneğin, Varchetta vd. (2024) tarafından İspanya'da yapılan bir çalışmada, erkeklerin sosyal medya bağımlılığı ve sanal iletişim puanlarının kadınlara göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, erkeklerin sosyal medya kullanımına yönelik daha fazla eğilim göstermesi ile açıklanabilir. Buna karşılık, Eren, (2014) çalışmasında, cinsiyetler arasında sosyal medya bağımlılığı puanlarında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu çalışmada, bireylerin sosyal medya bağımlılığına yönelik eğilimlerinin cinsiyetten bağımsız olduğu ifade edilmiştir. Genel olarak, erkeklerin sanal iletişim kurmak amacıyla sosyal medya platformlarında kadınlara göre daha fazla zaman harcadıkları şeklinde açıklanabilir. Bu durum, erkeklerin sosyal medya kullanımına karşı daha fazla ilgi ve eğilim gösterdiğini düşündürmektedir.

Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması tablo 3.4' de yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda, bilmeye yönelik içsel motivasyon, başarıya yönelik içsel motivasyon, uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon, içe yansıyan dışsal motivasyon, dışsal motivasyon dış düzenleme, AMÖ toplam puanda istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık görülmezken ( $p>0.05$ ), motivasyonsuzluk alt boyutunda ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ). Ortaya çıkan bu anlamlı farklılık ise erkek katılımcıların ortalama puanlarının kadın katılımcılardan yüksek olması ile açıklanabilir. Frikha vd., (2024) tarafından yapılan çalışmada, erkeklerin motivasyonsuzluk düzeylerinin kadınlara göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmacılar, erkeklerin akademik motivasyon eksikliğinin, genellikle dışsal baskılar ve sınırlı içsel motivasyon kaynaklarıyla ilişkilendirilebileceğini öne sürmüştür. Çetinel ve Gürcüoğlu (2022) ise kadınların

motivasyonsuzluk düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu öne sürmektedir. Sonuç olarak bu bulgular, erkeklerin motivasyonsuzluk seviyelerinin kadınlardan daha yüksek olduğunu göstermektedir. Erkeklerin akademik hedeflere yönelik motivasyon düşüklüğünün dışsal baskılar ve Akademik hedeflere yönelik ilgi eksikliğinden kaynaklanabileceği şeklinde yorumlanabilir.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının bölüm değişkenine göre karşılaştırılması tablo 3.5' de yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Hunag, Ahorsu ve Adjaottor (2024), yapmış oldukları çalışmada, sosyal medya bağımlılığı puanlarının üniversite bölümlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini belirtmişlerdir. Araştırmacılar, sosyal medya bağımlılığının bölümlerden bağımsız, bireysel kullanım alışkanlıklarına dayalı bir özellik olduğunu öne sürmüşlerdir. Literatürde araştırma sonucumuzu destekleyen çalışmalar her ne kadar olsa da desteklemeyen çalışmalarında olduğunu görmek mümkündür. Özbek ve Akyüz (2022) tarafından yapılan çalışmada, bölümler açısından sosyal medya bağımlılığında farklı anlamlı sonuçların olduğunu belirtmişlerdir. Yapılan çalışmada bu sonucun, sosyal medya bağımlılığı puanlarının akademik bölümler arasında anlamlı bir fark göstermemesinin, bağımlılığın daha çok bireysel alışkanlıklar ve psikolojik faktörlerle şekillendiğini işaret edebileceğini gösterdiği düşünülmektedir.

Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının bölüm değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi tablo 3.6' da yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Literatür üzerinde yapılan araştırmalar, akademik motivasyonun daha çok bireysel faktörler ve öğretim yöntemleri ile şekillendiğini belirtmiştir (Jifen, Nizam ve Sabli, 2024). Literatür üzerinde yapılan diğer çalışmalarda bu durumu desteklemektedir (Eroğlu, Eroğlu ve Ekinci, 2019; Erdem, 2019). Bu bulgular, akademik motivasyonun bölümler arasında anlamlı bir fark göstermemesinin, bireysel farklılıkların, akademik hedef ve beklentilerin, öğretim ortamının motivasyon üzerinde daha güçlü bir etkisi olduğunu düşündürmektedir.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi sonuçları Tablo 3.7' de yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık bulunamamıştır ( $p>0.05$ ). Yapılan alan yazın taraması sonucunda, çalışma sonuçlarını destekleyen çalışmalar literatürde yer almaktadır (Özdemir, 2019; Baz, 2018). Literatür üzerinde bulgularımızı desteklemeyen çalışmalarında olduğu da görülmektedir. Çam ve İşbulan (2012) yapmış olduğu çalışmada sınıf düzeyleri arasında 4. Sınıf öğrencilerin diğer sınıf düzeylerine göre daha fazla sosyal medya bağımlılığın olduğu görülmüştür. Bu durum yani sosyal medya bağımlılığı puanlarının sınıf düzeyine göre farklılık göstermemesi, bağımlılık düzeyinin daha çok bireysel alışkanlıklar ve psikolojik faktörlerle ilişkilendirilebileceğini düşündürmektedir. Sınıf düzeyinden ziyade sosyal medya kullanım alışkanlıklarının bağımlılık üzerinde belirleyici olduğunu göstermektedir.

Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre tek yönlü ANOVA analizi Tablo 3.8' de yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda, katılımcıların akademik motivasyon puanlarının, bilmeye yönelik içsel motivasyon, belirlenmiş dışsal motivasyon ve dışsal motivasyon-dış düzenleme alt boyutunda istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p < 0.05$ ). Bu anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Post Hoc testlerinden Tukey testi uygulanmıştır. Bu testin sonuçlarına göre 3 alt boyutta da 3. Sınıf ve 4. Sınıf öğrencileri arasında 3. Sınıf öğrencileri lehine bir farklılık olduğu görülmektedir. Diğer alt boyutlar ve toplam puan açısından ise istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık bulunmamaktadır ( $p > 0.05$ ). Akgümüş vd. (2022) yapmış olduğu çalışma da 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinin akademik motivasyon düzeylerine bakmış ve 7. sınıf öğrencilerinin lehine anlamlı bir farklılık bulmuşlardır. Bu durum nispeten bizim çalışmamızla da uyumludur. Son sınıfa geçen öğrencilerin sınav süreçlerine yönelik çalışmalarına bir önceki sınıftan itibaren başlamaları ve hazırlık sürecine girmeleri akademik motivasyon düzeylerini yükseltebilir. Bulgularımıza karşın olarak, Eroğlu, Eroğlu ve Ekinci (2019) nin yapmış olduğu çalışmada akademik motivasyon alt boyutları ve toplam puan açısından sınıf düzeyi ile ilgili anlamlı bir farklılık olmadığını belirtmişlerdir. Bu bulgular, özellikle 3. sınıf öğrencilerinin akademik motivasyon alt boyutlarında 4. sınıf öğrencilerine göre daha yüksek puanlar elde etmesinin, öğrencilerin sınav hazırlıklarına yönelik yoğun çaba sarf etmeleri akademik motivasyonlarını artırabileceğini, mezuniyet sürecine yaklaşan öğrencilerin motivasyon düşüşü yaşayabileceklerini göstermektedir. Akademik motivasyonun sınıf düzeyi ve bireysel faktörlerin birleşiminden etkilendiği söylenebilir.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının spor durumu değişkenine göre karşılaştırılması tablo 3.9. da yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda, istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p > 0.05$ ). Karagün ve Tapşın (2024) yapmış oldukları çalışmada, sosyal medya bağımlılığının spor durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını bulmuşlardır. Fakat sanal iletişim ve sanal tolerans alt boyutunda ise spor yapanların ortalama puanlarının daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Literatürde yapılan diğer çalışmalarda bu durumu desteklemektedir (Alemdağ, 2022). Karademir (2017) tarafından yapılan bir çalışmada ise fiziksel aktivite düzeyi ve sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı puanlarının spor yapma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermemesi, bu durumun öğrencilerin dijital medya kullanım alışkanlıklarıyla ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin genellikle aktif bir yaşam tarzına sahip olmaları beklenirken, sosyal medya kullanımının mesleki veya sosyal etkileşim amaçlı yaygın olması, bu bağımlılığın spor yapma durumundan bağımsız bir şekilde ortaya çıkabileceğini göstermektedir. Ayrıca, öğrencilerin dijital platformları bilgi paylaşımı ve topluluk oluşturma amacıyla kullanmaları da bu sonuca katkıda bulunabilir.

Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının spor durumu değişkenine göre karşılaştırılması tablo 3.10' da yer almaktadır. Analiz sonucuna göre istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Yapılan literatür taraması sonucunda, Akandere, Özyalvaç ve Duman (2010) yapmış olduğu çalışmada araştırmaya katılan deneklerin akademik motivasyonun alt boyutu olan dışsal puanlarının boş zamanlarda spor veya egzersiz yapma değişkeni bakımından karşılaştırılmasında farklılıklar olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ). Buna karşın içsel puanları ve motivasyonsuzluk puanlarının boş zamanlarda spor veya egzersiz yapma değişkeni bakımından farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Bulgularımıza karşın olarak Ögmen, Akıncı ve Atay (2019) ise lisanslı olarak spor yapan ve fiziksel aktivitelere katılan öğrencilerin akademik güdülenme düzeyleri daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Spor yapan bireyler ile yapmayanlar arasında akademik motivasyon puanları açısından anlamlı bir fark bulunmaması, sporun bireysel motivasyon üzerindeki etkisinin diğer faktörlere (kişisel ilgi, akademik hedefler veya çevresel destek) göre zayıf kalabileceğini düşündürmektedir. Bu durum, motivasyonun daha çok bireysel farklılıklar ve eğitim ortamıyla şekillendiğini göstermektedir.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının akademik başarı (GANO) değişkenine göre karşılaştırılması Tablo 3.11' de yer almaktadır. Analiz sonuca göre, istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Fidancı, Aksoy ve Baser (2024) yapmış olduğu çalışmada, internet bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının akademik başarı (GPA) üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı bulunmuştur. Araştırmacılar, bağımlılığın etkisinin bireysel çalışma alışkanlıkları ve çevresel faktörlerle dengelenebileceğini öne sürmüştür. Mou vd. (2024) tarafından yapılan çalışmada ise sosyal medya bağımlılığının akademik başarı (GPA) üzerinde dolaylı yoldan olumsuz bir etkisi olduğu bulunmuştur. Sosyal medya bağımlılığı, akademik katılımı azaltarak başarı üzerinde negatif bir etki yaratmaktadır. Sosyal medya bağımlılığının akademik başarı üzerinde anlamlı bir fark yaratmaması, bağımlılık düzeyinin etkilerinin bireysel çalışma alışkanlıkları ve çevresel faktörlerle dengelenebileceğini düşündürmektedir. Bununla birlikte, bağımlılığın dolaylı etkilerinin göz ardı edilmemesi gerektiği ve daha geniş ölçekli araştırmaların yapılması gerektiği anlaşılmaktadır.

Katılımcıların akademik motivasyon puanlarının akademik başarı (GANO) değişkenine göre karşılaştırılması Tablo 3.12' de yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, bilmeye yönelik içsel motivasyon ve başarıya yönelik içsel motivasyon alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ). Ortaya çıkan bu anlamlı farklılığın ise GANO'su 2.51-4.00 arasında olanların, 0-2.50 arasında olanlardan ortalama puanlarının daha yüksek olması ile açıklanabilir. Diğer alt boyutlar ve toplam puan açısından ise anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Yapılan alan yazın taraması sonucunda, Sajid ve Ghazal (2024) içsel motivasyonun başarı (GPA) üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu bulmuştur. Araştırmacılar, akademik başarının özellikle yüksek içsel motivasyona sahip öğrencilerde belirgin bir şekilde arttığını belirtmişlerdir. Bilmek ve başarmak için içsel motivasyonun, daha yüksek akademik başarıyla ilişkili olması, motivasyonun bireysel öğrenme süreçlerinde önemli

bir rol oynadığını göstermektedir. Ancak, bu ilişki bireysel ve çevresel değişkenlere bağlı olarak farklılık gösterebilir. Bu bulgular, yüksek akademik başarıya sahip öğrencilerin içsel motivasyonlarının daha güçlü olduğunu, motivasyonun bireysel öğrenme süreçlerini olumlu yönde etkilediğini ve akademik performansı artırmak için kritik bir araç olabileceğini göstermektedir.

Tablo 3.13. de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının ikametgâh değişkinine göre tek yönlü ANOVA analizi yer almaktadır. Yapılan analiz sonucunda sanal tolerans ve sosyal medya bağımlılığı toplam puanda istatistiksel açıdan bir anlamlı farklılık olmadığı görülürken ( $p>0.05$ ), Sanal iletişim alt boyutunda ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ). Bu anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan Post Hoc Tukey testi sonuçlarına göre, arkadaşı, ailesi ve yurttan kalanlar arasında arkadaşı ile evde kalanların lehine olduğu görülmektedir. Yapılan alan yazın taraması sonucunda, Bilge, Baydili ve Göktaş (2020) tarafından yapılan çalışmada yaşanan yer ile sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bu durum araştırma sonucuyla zıtlık göstermektedir. Yeşiltepe, Demirkiran ve Çam (2023) ise öğrencilerin ikamet ettikleri yerlere bağlı olarak sosyal medya bağımlılığı puanlarında bazı alt boyutlarda farklılık olduğu tespit edilmiştir. Araştırmacılar, özellikle arkadaşlarla ev paylaşan bireylerin sosyal medya etkileşimlerini daha fazla kullandıklarını ve bu durumun sanal iletişim alt boyutunda belirgin farklılık yarattığını belirtmiştir. Sosyal medya bağımlılığının bazı alt boyutlarının ikamet edilen yere göre değişiklik göstermesi, bireylerin yaşadıkları ortamların dijital iletişim alışkanlıkları üzerinde etkili olabileceğini göstermektedir. Özellikle evde arkadaşlarıyla yaşayan bireylerin dijital ortamlarda iletişim kurma eğilimiyle sosyal medya kullanımlarının daha fazla olabileceğini düşündürmektedir.

Tablo 3.14' de katılımcıların akademik motivasyon puanlarının ikametgâh değişkinine göre tek yönlü ANOVA analizi yer almaktadır. Analiz sonuçlarına göre, alt boyutlar ve toplam puan açısından istatistiksel olarak herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Yapılan alan yazın taraması sonucunda, bu değişkenlerin karşılaştırılmasında sınırlı sayıda araştırmanın yapılmış olduğu görülmektedir. Cobanoğlu ve Köse (2024) yapmış oldukları çalışmada, öğrencilerin ikamet ettikleri yerin akademik motivasyon üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu tespit etmişlerdir. Özellikle arkadaşlarıyla kalan öğrencilerin daha yüksek motivasyon düzeylerine sahip olduğu belirtilmiştir. Akademik motivasyonun ikamet edilen yerle doğrudan ilişkisinin bulunmaması, bireysel özelliklerin, akademik hedefler ve akademik çevrenin önemini vurgulamaktadır. Ancak bazı durumlarda sosyal bağların ve yaşam koşullarının etkili olabileceği unutulmamalıdır. Bu nedenle, bireysel farklılıkların yanı sıra çevresel desteklerin değerlendirilmesi önemlidir.

Tablo 3.15 de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanlarının internet durumu değişkinine göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Gulati ve Sethi, (2024) tarafından yapılan

bir çalışmada, sosyal medya bağımlılığı ve internet durumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Araştırmacılar, internet erişiminin yaygın olması nedeniyle bu faktörün sosyal medya bağımlılığı üzerindeki etkisinin bireysel kullanım alışkanlıkları tarafından maskelenebileceğini öne sürmüştür. Sosyal medya bağımlılığı ile internet erişim durumu arasındaki anlamlı bir fark bulunmaması, bu bağımlılığın bireysel ve çevresel faktörlerden daha fazla etkilendiğini göstermektedir.

Tablo 3.16. katılımcıların akademik motivasyon puanlarının internet durumu değişikliğine göre karşılaştırılması yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, istatistiksel açıdan herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ ). Yapılan alan yazın taraması sonucunda, Ekşi vd., (2019) internet erişimi durumunun öğrencilerin akademik motivasyonları üzerinde doğrudan bir etkisini bulamamıştır. Araştırmacılar, internet erişiminin genellikle akademik performansta etkisiz olduğunu, motivasyonun daha çok bireysel faktörlere dayandığını belirtmişlerdir. Bir başka çalışma da ise Mudiyansele ve Mudiyansele, (2024) tarafından yapılan çalışmada sınırlı internet erişiminin, öğrencilerin akademik motivasyonunu olumsuz etkilediği bulunmuştur. Araştırmacılar, güvenilir internet bağlantısının, özellikle çevrimiçi öğrenme ortamlarında motivasyon üzerinde önemli bir faktör olduğunu vurgulamışlardır. Çalışmamızdaki bu sonuç, motivasyonun bireysel ve çevresel faktörlerden daha fazla etkilendiğini göstermektedir. Bununla birlikte, güvenilir internet erişiminin motivasyon üzerinde önemli etkileri olduğu düşünülmektedir.

Tablo 3.17' de katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanları ile akademik motivasyon puanları arasındaki ilişki yer almaktadır. Analiz sonucuna göre, başarıya yönelik içsel motivasyon ve uyarım yaşamaya yönelik içsel motivasyon alt boyutu ile sanal iletişim ve sosyal bağımlılığı toplam puan arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki, İçe yansıyan dışsal motivasyon alt boyutu ile sanal tolerans, sanal iletişim ve sosyal medya bağımlılığı toplam puanları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde, motivasyonsuzluk ve AMÖ toplam puanda sanal tolerans, sanal iletişim ve sosyal medya bağımlılığı toplam puan açısından düşük yönlü pozitif düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmalar sonucunda, Sosyal medya bağımlılığı ile akademik motivasyon arasındaki düşük düzeydeki pozitif ilişki, sosyal medyanın akademik süreçlerde bazı öğrenciler için motive edici bir araç olabileceğini düşündürmektedir (Otero vd., 2024; Bajwa ve Kaur, 2024). Ancak, bağımlılık düzeyinin artması durumunda, bu etkinin olumsuz dönüşme riski bulunmaktadır. Bu nedenle, öğrencilerin sosyal medya kullanım alışkanlıklarını kontrol altında tutmaları, akademik başarı ve motivasyonu dengeli bir şekilde desteklemek için önemlidir (Keikha vd., 2024; Asy'arie vd., 2024).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, sosyal medya bağımlılığının motivasyonel süreçlerde hem olumlu hem de olumsuz etkiler yaratabileceğini, sosyal medyanın sadece dikkat dağıtıcı değil, aynı zamanda öğrenme süreçlerini destekleyebilecek bir araç olabileceğini göstermektedir. Bireylerin sosyal medyada aldıkları olumlu geri bildirimlerin başarı hissi elde etmelerine ve motivasyonlarının artmasında olumlu yönde etkileyebileceğini ortaya koymaktadır.

Ancak yine araştırmamızdan elde edilen sonuçlara göre, sosyal medya kullanımının, akademik hedeflere yönelik bir amacı yada çabası olmayan bireylerde motivasyonsuzluk düzeylerini de artırabileceğini göstermektedir. Yani bu durum, sosyal medya bağımlılığının uzun vadede öğrencilerin akademik performans ve hedeflerine yönelik motivasyonlarını zayıflatma riski taşıdığına dair önemli bir uyarı niteliğindedir.

Sonuç olarak, bu ilişkiler, sosyal medya kullanımının akademik yaşam üzerindeki karmaşık etkilerini anlamak açısından kritik bir öneme sahiptir. Sosyal medya, hem bireylerin öğrenme süreçlerini destekleyebilecek bir araç hem de motivasyonsuzluğu artıracak bir risk faktörü olabilir. Bu nedenle, öğrencilerin sosyal medya kullanım alışkanlıklarının dikkatle izlenmesi ve gerektiğinde uygun müdahalelerde bulunulması hem akademik başarıyı hem de genel motivasyonel sağlığı desteklemek için önemlidir.

Çalışma bulgularına dayalı olarak şu önerilerde bulunulabilir:

- Öğrencilere sosyal medya kullanımını sınırlama ve akademik görevleri önceliklendirme konusunda rehberlik edecek eğitim programları düzenlenmelidir. Bu programlar, dijital bağımlılığın olumsuz etkilerini en aza indirmeyi amaçlamalıdır.
- Akademik amaçlara uygun içerikler ve yönlendirmelerle sosyal medya platformlarının, öğrencilerin öğrenme motivasyonlarını artıracak şekilde kullanılması sağlanmalıdır.
- Özellikle motivasyonsuzluk düzeyinin yüksek olduğu öğrenciler için belirli aralıklarla dijital detoks programları önerilebilir. Bu programlar, sosyal medya bağımlılığını azaltmayı ve bireysel farkındalığı artırmayı hedeflemelidir.
- Sosyal medya yerine yüz yüze iletişim yollarını destekleyen etkinlikler düzenlenerek öğrencilerin sanal iletişim yerine gerçek sosyal bağlar kurmaları sağlanabilir.

## KAYNAKÇA

- Akandere, M., Özyalvaç, N. T., & Duman, S. (2010). Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine Yönelik Tutumları İle Akademik Başarı Motivasyonlarının İncelenmesi Konya Anadolu Lisesi Örneği. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*(24), 1-10.
- Akgümüş, M. F., Ergin, Z. Ö., & Büyükgöze-kavas, A. (2022). Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Motivasyonlarının Yordayıcısı Olarak Okul Atmosferi ve Sosyo-Demografik Değişkenler. *Ege Eğitim Dergisi*, 23(2), 102-115. <https://doi.org/10.12984/eggeefd.1026157>
- Alemdağ, S. (2022). Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal medya ilişkisi. İçinde İlkin, M. (Ed.). *Sporda güncel araştırmalar* (ss.134-143). Ankara: Gece Kitaplığı.
- Altun, Ş. (2019). *Sosyal Medya ve Şöhret Kültürü: YouTube Örneği. (Yüksek Lisans Tezi)*, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Andreassen, C. S., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction - An overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053-4061. <https://doi.org/10.2174/13816128113199990616>
- Asterhan, C. S. C., & Rosenberg, H. (2015). The promise, reality, and dilemmas of secondary school teacher-student interactions in Facebook: The teacher perspective. *Computers & Education*, 85, 134-148. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2015.02.003>
- Asy'arie, B. F., Mariyana, W., Haq, F. N., As'ad, M. S., & Aditia, D. (2024). Use of Social Media in Schools and Madrasas: A Systematic Review of Social Studies Learning Innovations. *Southeast Asian Journal of Islamic Education*, 7(2), 31-54.
- Bajwa, A. K., & Kaur, G. Examine the internet gaming disorder and social media addiction among adolescents at selected schools of Amritsar.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.
- Baz, F. Ç. (2018). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine çalışma. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 276-295.
- Bilge, Y., Baydili, K., & Göktaş, S. (2020). Sosyal medya bağımlılığını yordamada anksiyete, stres ve günlük sosyal medya kullanımı: Meslek yüksekokulu örneği. *Bağımlılık Dergisi*, 21(3), 223-235.
- Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press.
- Bozanoğlu İ. (2004). Akademik güdülenme ölçeği: Geliştirmesi, geçerliği, güvenilirliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37(2), 83-98.
- Bozkur, B. ve Gündoğdu, M., (2017). Ergenlerde Utangaçlık, Kendini Gizleme Ve Sosyal Medya Tutumları İlişkisi. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(37), 147-159.
- Büyükköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Demirel, F., Karadeniz, Ş., & Çakmak, E. K. (2015). Bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Pegem Akademi.
- Çam, E., and İşbulan, O. (2012). A New Addiction For Teacher Candidates: Social Networks. *The Turkish Online Journal of EducationTechnology*, 11 (3), 14-19.
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089-1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>
- Carter, B., Rees, P., Hale, L., Bhattacharjee, D., & Paradkar, M. S. (2016). Association between portable screen-based media device access or use and sleep outcomes. *JAMA Pediatrics*, 170(12), 1202-1208. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2016.2341>

Çetinel, M. H., & Gürcüoğlu, S. (2022). Pandemi Döneminde Üniversite Öğrencilerinin Akademik Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi. *Optimum Ekonomi Ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 9(1), 1-14. <https://doi.org/10.17541/optimum.960301>

Chou, H. T. G., & Edge, N. (2012). "They are happier and having better lives than I am": The impact of using Facebook on perceptions of others' lives. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(2), 117-121. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0324>

Cobanoğlu, G., & Köse, M. F. (2024). Üniversite Öğrencilerinin Akademik Başarılarının Barınma Ortamı ve Diğer Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Journal of University Research*, 7(3), 212-223. <https://doi.org/10.32329/uad.1500037>

Çömlekçi, M. F., & Başol, O. (2019). Gençlerin Sosyal Medya Kullanım Amaçları İle Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisinin İncelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(4), 173-188. <https://doi.org/10.18026/cbayarsos.525652>

Creswell, J. W. (2012). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.

Deci, E. L., Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Selfdetermination in Human Behavior*, New York: Plenum.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science & Business Media.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2014). Autonomy and need satisfaction in close relationships: Relationships motivation theory. *Human motivation and interpersonal relationships: Theory, research, and applications*, 53-73.

Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95(2), 256-273. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.95.2.256>

Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2002). Motivational beliefs, values, and goals. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 109-132. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135153>

Ekşi, H., Sevim, E., & vural, m., (2019). Problemlı İnternet Kullanımı ile Akademik Motivasyonun Siber Aylaklığı Yordama Düzeyinin İncelenmesi . IX. Uluslararası Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Araştırmaları Kongresi

Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2017). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 63, 509-516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.088>

Erdem, D. (2019). Spor bilimleri fakültesi ile beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin akademik motivasyon düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Fırat Üniversitesi, Elazığ.

Eren, E. Ş. (2014). Sosyal medya kullanım amaçları ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı kişisel değişkenlere göre incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(4), 230-243.

Eroğlu, Y., S., Eroğlu, E., ve Ekinci, V. (2019). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin akademik motivasyon düzeylerinin bölüm ve sınıf değişkenlerine göre incelenmesi. *International Sport Science Student Studies*, 1(1), 1-7.

Fardouly, J., Diedrichs, P. C., Vartanian, L. R., & Halliwell, E. (2015). Social comparisons on social media: The impact of Facebook on young women's body image concerns and mood. *Body Image*, 13, 38-45. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2014.12.002>

Fidanci, I., Aksoy, H., & Baser, D. A. (2024). Evaluation of the Relationship of Internet Addiction with Academic Success and Grit. *Journal of the College of Physicians and Surgeons--Pakistan: JCPSP*, 34(3), 370-372.

Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., ve Hyun, H. H. (2011). How to design and evaluate research in education. New York, NY: McGraw-Hill Humanities/Social Sciences/Languages.

Frikha, M., Mezghanni, N., Chaâri, N., Ben Said, N., Alibrahim, M. S., Alhumaid, M. M., ... & Abouzeid, N. (2024). Towards improving online learning in physical education: Gender differences and determinants of motivation, psychological needs satisfaction, and academic achievement in Saudi students. *Plos one*, 19(2), e0297822.

George, D. and Mallery, P. (2010) SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference 17.0 Update. 10th Edition, Pearson, Boston.

Gonzalez-DeHass, A. R., Willems, P. P., & Holbein, M. F. D. (2005). Examining the relationship between parental involvement and student motivation. *Educational Psychology Review*, 17(2), 99-123. <https://doi.org/10.1007/s10648-005-3949-7>

Griffiths, M. D. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>

Gulati, U., & Sethi, K. Dependency On Smart Phones: An Empirical Study.

Hançer, A. H., & Mişe, H. (2019). Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Medyayı Eğitsel Amaçlı Kullanma Durumları ve Sosyal Medyaya Yönelik Tutumları. *Folklor/Edebiyat*, 25(97), 18-30. <https://doi.org/10.22559/folklor.923>

Hormes, J. M., Kearns, B., & Timko, C. A. (2014). Craving Facebook? Behavioral addiction to online social networking and its association with emotion regulation deficits. *Addiction*, 109(12), 2079-2088. <https://doi.org/10.1111/add.12713>

Hunag, Y. T., Ahorsu, D. K., Adjaottor, E. S., Addo, F. M., Griffiths, M. D., Pakpour, A. H., & Lin, C. Y. (2024). Instruments assessing problematic use of the internet and their associations with psychological distress among Ghanaian university students. *International Journal of Mental Health Promotion*.

Jifen, F. R., Nizam, S. F. S., & Sabli, H. M. (2024). Gamification via Kahoot! A Motivated Learning Tool for TVET Students. *Borneo Engineering & Advanced Multidisciplinary International Journal*, 3(2), 40-48.

Junco, R. (2012). The relationship between frequency of Facebook use, participation in Facebook activities, and student engagement. *Computers & Education*, 58(1), 162-171. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.08.004>

Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business horizons*, 53(1), 59-68.

Karaca, M. (2007). İnternet Gençliği: Yeni Bir Gençlik Tiplemesi Denemesi. *Humanities Sciences*, 2(4), 419-136. <https://doi.org/10.12739/10.12739>

Karaçor, S. (2009). Yeni İletişim Teknolojileri, Siyasal Katılım, Demokrasi. *Yönetim Ve Ekonomi Dergisi*, 16(2), 121-131.

Karademir, M. (2017). Sosyal ağların kullanımının ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerine etkisinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

Karagün, E., & Tapşın, F. O. (2024). Spor Yapan Bireylerin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeylerinin Cinsiyet Açısından İncelenmesi. *Spor Ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 36-45. <https://doi.org/10.52272/srad.1478634>

Karagüven, M. H. (2012). Akademik motivasyon ölçeğinin Türkçeye adaptasyonu. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(4), 2599-2620.

Karasar, N. (2020). Bilimsel araştırma yöntemi (35. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

- Keikha, M., Ebrahimi, M. H., Dianati-Nasab, M., & Heidari-Beni, M. (2024). Interventions to prevent or reduce unhealthy habits in children and adolescents during restricted conditions. *Frontiers in Public Health*, *12*, 1517367.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International journal of adolescence and youth*, *25*(1), 79-93.
- Kietzmann, J. H., Hermkens, K., McCarthy, I. P., & Silvestre, B. S. (2011). Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. *Business Horizons*, *54*(3), 241-251. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2011.01.005>
- Kircaburun, K., Alhabash, S., Tosuntas, S., B., & Griffiths, M. D. (2020). Uses and gratifications of problematic social media use among university students: A simultaneous examination of the big five of personality traits, social media platforms, and social media use motives. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *18*(3), 525-547. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9940-6>
- Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). Facebook and Academic Performance, *Computers in Human Behavior*, *26*:1237-1245.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth. *Psychological Bulletin*, *140*(4), 1073-1137. <https://doi.org/10.1037/a0035618>
- Kuss, D. J. and Griffiths, M. (2011). Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*(8), 3528-3552. doi:10.3390/ijerph8093528
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International journal of environmental research and public health*, *14*(3), 311.
- Manca, S., & Ranieri, M., 2016. Facebook and the others. Potentials and obstacles of social media for teaching in higher education. *Comput. Educ.* *95*, 216-230.
- Meier, A., Reinecke, L., & Meltzer, C. E. (2016). "Facebocrastination"? Predictors of using Facebook for procrastination and its effects on students' well-being. *Computers in Human Behavior*, *64*, 65-76. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.039>
- Mou, Q., Zhuang, J., Wu, Q., Zhong, Y., Dai, Q., Cao, X., ... & Zhao, M. (2024). Social media addiction and academic engagement as serial mediators between social anxiety and academic performance among college students. *BMC psychology*, *12*(1), 190.
- Mudiyanselage, P. S. I. I., & Mudiyanselage, S. K. S. S. (2024). Nursing undergraduates' perceptions of and readiness for online distance learning: A descriptive cross-sectional study.
- O'Reilly, T. (2005). What Is Web 2.0 Design Patterns and Business Models for the Next Generation of Software. <http://www.oreilly.com/pub/a/web2/archive/what-is-web-20.html>
- Öğmen, M.; Akıncı, A.Y. & Atay, E. (2019). "Lise Öğrencilerinde Fiziksel Aktivitelere Ve Sosyal Etkinliklere Katılımın Akademik Motivasyon Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi", *Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences*, *5*(20): 1003-1008
- Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S. J. (2020). The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. *The Lancet Child & Adolescent Health*, *4*(8), 634-640.
- Otero, M. E. P., Lozano, C. A. A., Rueda, I. C. F., Macías, A. S., & Mogollón, J. M. G. (2024). Relationship between Mood States and Perception of educational Quality: An Impact of the Digital Context?.

- Özbek, S., & Akyüz, O. (2022). Spor Bilimleri Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 1095-1108.
- Özdemir, A. (2019). Development Of The Perception Scale For The Concept Of The Integral Croatian Journal Of Education-Hrvatski Casopis Za Odgoj I Obrazovanje, Cilt.21, Sa.4, Ss.1181-1211, 2019.
- Pintrich PR, Schunk DH. (2002). Motivation in education: Theory, research, and applications (2nd ed.). New Jersey: Prentice Hall.
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2017). A large-scale test of the Goldilocks hypothesis: Quantifying the relations between digital-screen use and the mental well-being of adolescents. *Psychological Science*, 28(2), 204–215. <https://doi.org/10.1177/0956797616678438>
- Reeve, J. (2009). Why Teachers Adopt a Controlling Motivating Style toward Students and How They Can Become More Autonomy Supportive. *Educational Psychologist*, 44, 159-175. <http://dx.doi.org/10.1080/00461520903028990>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Şahin, C., & Yağcı, M. (2017). Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu: Geçerlilik Ve Güvenirlik Çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 523-538.
- Sajid, Z., & Ghazal, S. (2024). Motivation and Academic Performance of University Students During the COVID-19 Pandemic. *Forman Journal of Social Sciences*, 4(1), 2.
- Sheppard, A. L., & Wolffsohn, J. S. (2018). Digital eye strain: Prevalence, measurement and amelioration. *BMJ Open Ophthalmology*, 3(1), e000146. <https://doi.org/10.1136/bmjophth-2018-000146>
- Solmaz, B., Tekin, G., Herzem, Z., Demir, M. (2013). İnternet Ve Sosyal Medya Kullanımı Üzerine Bir Uygulama. *Selçuk İletişim*, 7(4), 23-32. <https://doi.org/10.18094/si.92009>
- Turel, O., & Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(5), 512–528. <https://doi.org/10.1057/ejis.2012.1>
- Tutgun-ünal, A., & Deniz, L. (2015). Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin Geliştirilmesi. *AJIT-E: Akademik Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 6(21), 51-70. <https://doi.org/10.5824/1309-1581.2015.4.004.x>
- Twenge, J. M., Spitzberg, B. H., & Campbell, W. K. (2018). Less in-person social interaction with peers among US adolescents in the 21st century and links to loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(4), 540–556. <https://doi.org/10.1177/0265407517690961>
- Vallerand, R.J., Blais, M.R., Brière, N.M., & Pelletier, L.G., (1989). Construction et validation de l'Échelle de Motivation en Éducation (EME). *Revue canadienne des sciences du comportement*, 21, 323-349.
- Vallerand, R.J., Pelletier, L.G., Blais, M.R., Biere, N.M., Senecal, C., and Valleries, E.F., (1992). The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic and amotivation in education. *Educational Psychological Measurement*, 52, 1003-1017.
- Varchetta, M., Tagliaferri, G., Mari, E., Quaglieri, A., Cricenti, C., Giannini, A. M., & Martí-Vilar, M. (2024). Exploring gender differences in internet addiction and psychological factors: A study in a Spanish sample. *Brain Sciences*, 14(10), 1037.
- Wentzel, KR (2017). "Akran ilişkileri, motivasyon ve okulda akademik performans" Handbook of competence and inspiration: Theory and application eds. AJ Elliot, CS Dweck ve DS Yeager (The Guilford Press), 586–603.
- Yeşiltepe, A., Demirkiran, B. C., & Çam, S. D. (2023). Social Media Addiction Among Nursing Students and Its Related Factors.

Zepke, N., & Leach, L. (2010). Improving student engagement: Ten proposals for action. *Active learning in higher education*, 11(3), 167-177.



## EKLER

### EK-1. Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurul İzni



T.C.  
HİTİT ÜNİVERSİTESİ  
GİRİŞİMSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

Sayı : 2023-149

06/06/2023

Konu: Başvuru Değerlendirme Sonucu

Sayın Dr. Öğr. Üyesi Emrah CERİT

Etik Kurulumuza yapmış olduğunuz başvurunuzla ilgili kurul kararımız ve ilgili bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Bilgilerinize rica ederim.



Başkan

Başvuru Numarası	2023-201
Sorumlu Araştırmacı	Dr. Öğr. Üyesi Emrah CERİT
Araştırma Başlığı	Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılıklarının Akademik Başarı ve Akademik Motivasyon Düzeylerine Etkisi
Toplantı Tarihi	31.05.2023
Karar Numarası	2023-07

- Araştırma başvurunuz etik açıdan uygun bulunmuştur.
- Araştırmaya Kurum İzni/İzinleri alındıktan sonra başlanması uygun bulunmuştur.
- Başvurunun, ekte belirtilen düzeltmelerin yapılması halinde tekrar değerlendirilmesine karar verilmiştir.\*
- Araştırma projesi etik açıdan uygun olmadığından başvurunun reddine karar verilmiştir.

## EK-2. Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Kurum İzni



T.C.  
HİTİT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Spor Bilimleri Fakültesi  
Spor Bilimleri Fakültesi Sekreterliği



Sayı : E-36140808-199-2400043960  
Konu : Anket İzni Talebi (Murat GÜLEN)

24.05.2024

Sayın Murat GÜLEN

İlgi : 23.05.2024 tarihli ve 2400043767 sayılı yazınız.

İlgide kayıtlı dilekçenize istinaden, “*Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılıklarının Akademik Başarı ve Akademik Motivasyon Düzeylerine Etkisi*” konulu tez çalışmanız için Fakültemiz öğrencilerine anket uygulama talebiniz Dekanlığımızca uygun görülmüştür. Gereğini bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Mehmet KUTLU  
Dekan

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.  
Belge Doğrulama Kodu: F4PUMUA Belge Takip Adresi: <http://ubys.hitit.edu.tr/ERMS/Record/ConfirmationPage/Index>

Adres: T.C. Hitit Üniversitesi Kuzey Kampüsü Çevre Yolu Bulvarı 19030 Çorum / TÜRKİYE  
Telefon No: (0 364) 2191919  
e-Posta: [hitituniversitesi@hs01.kep.tr](mailto:hitituniversitesi@hs01.kep.tr)  
Kep Adresi: [hitituniversitesi@hs01.kep.tr](mailto:hitituniversitesi@hs01.kep.tr)

Faks No: (0 364) 2191938  
İnternet Adresi: <http://www.hitit.edu.tr>

Bilgi için :  
Telefon No:  
Direkt Hat:

Murat Gulen  
Bilgisayar İşletmeni  
(0 364) 2193700



### EK-3. Kişisel Bilgi Formu ve Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

#### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın Katılımcı;

Bu araştırma, tarafımızca yürütülmekte olup “*Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılıklarının Akademik Başarı ve Akademik Motivasyon Düzeylerine Etkisi*” ni belirlemek amacıyla yapılmaktadır. Elde edilen veriler sadece bilimsel çalışma kapsamında kullanılacaktır. İlginiz için teşekkür ederiz.

Yaş:.....

Cinsiyet: Kadın  Erkek

Öğrenim gördüğünüz bölüm:.....

Sınıf:.....

Aktif olarak lisanslı sporcu musunuz? Evet  Hayır

Akademik not ortalamanız kaç?  0-1,50  1,51-2,50  2,51-3,50  3,51-4,00

İkametgah Bilgisi:  Ev (aile ile)  Ev (arkadaş ile)  Yurt

Evde/Yurtta internet bağlantısı var mı?  Evet  Hayır

#### SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ – YETİŞKİN FORMU (Şahin ve Yağcı, 2017)

**AÇIKLAMA:** Aşağıda internette sosyal medya kullanımıyla ilgili çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için en doğru olan ifadenin üzerine **X** işaretini koymanız istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız.  
① Bana Hiç Uygun Değil      ② Bana Uygun Değil      ③ Kararsızım  
④ Bana Uygun                      ⑤ Bana Çok Uygun

1	Sosyal medyayı gerçek dünyadan bir kaçış olarak görüyorum.	①	②	③	④	⑤
2	Sosyal medyada planladığımdan daha uzun süre kalırım.	①	②	③	④	⑤
3	Kendimi mutsuz hissettiğim zamanlarda sosyal medyada olmak beni rahatlatır.	①	②	③	④	⑤
4	Sosyal medyada çok zaman geçirdiğimden işlerimi aksatıyorum.	①	②	③	④	⑤
5	Sosyal medyaya gerekmedikçe girmem.	①	②	③	④	⑤
6	Sosyal medya yüzünden verimliliğim azaldığını fark ediyorum.	①	②	③	④	⑤
7	Sosyal medyada çok zaman geçirdiğim için çevremdekiler beni eleştirirler.	①	②	③	④	⑤
8	Sosyal medyayı kullanırken biri beni rahatsız ettiğinde sinirleniyorum.	①	②	③	④	⑤
9	Sosyal medyada iken kendimi özgür hissediyorum.	①	②	③	④	⑤
10	Sabah uyandığымda ilk işim sosyal medyaya girmek olur.	①	②	③	④	⑤
11	Sosyal medya kullanmayı sevmiyorum.	①	②	③	④	⑤
12	Güncel olaylardan haberdar olmak için sosyal medyadan ayrılamıyorum.	①	②	③	④	⑤
13	Çevremde birileri varken bile, sosyal medyada olmayı tercih ederim.	①	②	③	④	⑤
14	Özel bazı duyuruları görebilmek ya da paylaşabilmek için sosyal medyada daha çok zaman geçiriyorum.	①	②	③	④	⑤
15	Sosyal medyadan dolayı aile üyelerini ihmal ettiğim olur.	①	②	③	④	⑤
16	İnsani amaçlı sosyal projelerde yer almak için sosyal medyayı kullanmaktan kendimi alamıyorum.	①	②	③	④	⑤
17	Sosyal medyada bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum.	①	②	③	④	⑤
18	Sosyal medyadaki arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlıklara tercih ederim.	①	②	③	④	⑤
19	Sosyal medya gruplarıyla iletişim halinde olabilmem için sosyal medyayı daha uzun süre kullanırım.	①	②	③	④	⑤
20	Çeşitli sosyal duyarlılıklar konusunda çabuk haberdar olma isteği beni daha çok sosyal medyada olmaya itiyor.	①	②	③	④	⑤

## EK-4. Akademik Motivasyon Ölçeği

### AKADEMİK MOTİVASYON ÖLÇEĞİ (Karagüven, 2012)

Kesinlikle Uygunsuz – Uygunsuz - Biraz Uygunsuz – Tarafsızım - Biraz Uygun- Uygun- Tamamen Uygun

1 2 3 4 5 6 7

AKADEMİK MOTİVASYON		1	2	3	4	5	6	7
Neden Okula Gidiyorsunuz? Çünkü....								
1	Sadece lise diploması ile ileride iyi bir iş bulamayabilirim.							
2	Yeni bir şeyler öğrenirken zevk alıyorum ve tatmin oluyorum.							
3	Üniversite eğitiminin, seçtiğim alana daha iyi hazırlanmamda yardımcı olacağını düşünüyorum.							
4	Bana ait düşünceleri başkalarıyla paylaşırken çok yoğun duygular yaşıyorum.							
5	Dürüst olmak gerekirse, bilmiyorum, aslında okulda boşa zaman harcıyordum gibi geliyor.							
6	Derslerimde kendimi aşarken zevk aldığım için							
7	Üniversiteyi bitirebileceğimi kendi kendime kanıtlamak için.							
8	İleride daha itibarlı bir iş sahibi olabilmek için.							
9	Daha önce hiç görmediğim şeyleri keşfederken zevk aldığım için.							
10	Aslında, istediğim iyi bir iş alanına girebilmemi sağlayacak.							
11	İlginç yazılar okumaktan zevk aldığım için.							
12	Önceden okula gitmek için iyi nedenlerim vardı ama şimdi devam edip etmeme konusunda kararsızım.							
13	Kişisel hedeflerimden birine ulaşmak için kendimi aşarken yaşadığım mutluluktan dolayı.							
14	Şu da bir gerçek ki, okulda başarılı olduğum zaman kendimi önemli hissediyorum							
15	İleride "iyi bir hayat" yaşamak istiyorum.							
16	İlgimi çeken konular hakkında bilgilerimi artırırken duyduğum mutluluktan dolayı							
17	Meslek edinme açısından daha iyi seçim yapmamı sağlayacak.							
18	Önemli yazarların yazdıklarına tamamen kendimi kaptırdığımda hissettiğim mutluluktan dolayı							
19	Neden okula gittiğimi bilemiyorum, açıkçası pek de umurumda değil.							
20	Zor olan akademik çalışmalarda zorlandığımı hissetmekten zevk aldığım için							
21	Kendi kendime zeki olduğumu göstermek için.							
22	İleride daha iyi ücret alabilmek için.							
23	İlgimi çeken birçok konu hakkında daha fazla şey öğrenmeye devam etmemi sağlıyor.							
24	İnaniyorum ki, birkaç yıl daha aldığım bu eğitim çalışma hayatı için gereken yeteneklerimi geliştirecek.							
25	Birbirinden farklı ve ilginç konuları okurken hissettiğim büyük hazdan dolayı							
26	Bilmiyorum, zaten okulda ne yaptığımı bir türlü anlayamadım							
27	Üniversitedeki çalışmalarımı mükemmel olmaya çalışmak, bireysel tatmin yaşamamı sağlıyor.							
28	Kendi kendime, derslerde başarılı olabileceğimi göstermek istiyorum							

