



## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN FACEBOOK KULLANIMI İLE YALNIZLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

### INVESTIGATION OF UNIVERSITY STUDENTS' USE OF FACEBOOK AND LONELINESS LEVELS

Emrah SERDAR\*

Duygu HARMANDAR DEMİREL\*\*

Mehmet DEMİREL\*\*\*

#### Öz

Yakın ilişkiler geliştirme sorumluluğu olan gençlerde duygusal ve sosyal ilişki ağının azlığı fiziksel ve psikolojik sıkıntılara yol açabilmektedir. Bu nedenle üniversite öğrencileri yalnızlıkları ile farklı yollarla baş etmeye çalışmaktadırlar. Çağımızda bu yolların önemlilerinden birisi de sanal ağlardır. Günümüzde gerçek dünyada yeterli sosyal ilişki kuramayan gençlerin daha çok sanal dünyada iletişim kurarak, yalnızlık duygularının etkilerini azaltmaya çalıştıkları görülmektedir. Araştırmanın çalışma grubunu, Dumlupınar Üniversitesinde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Formasyon eğitimi alan, olasılık dışı amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiş, yaş ortalaması  $23.25 \pm 1.48$  olan 229 "Erkek" ve 132 "Kadın" olmak üzere toplam 361 üniversite öğrencisi çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada, "Kişisel Bilgi Formu", "Mazman Facebook Kullanım Amacı Ölçeği" ve "UCLA Yalnızlık Ölçeği" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırma kapsamında yapılan istatistiksel analizler, SPSS 20 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir; bağımsız t testi, MANOVA ve Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır. Yalnızlık ölçeği ile Facebook kullanım ölçeğinin alt boyutları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu sonuçlar arasındadır.

**Anahtar Kelimeler:** Facebook, Yalnızlık, Üniversite Öğrencileri.

#### Abstract

The lack of emotional and social relations in young people who have responsibility for developing close relationships can lead to physical and psychological problems. For this reason, university students try to deal with their loneliness in different ways. One of these important ways in our age is the virtual networks. Today, it is seen that young people who cannot establish sufficient social relations in the real world try to reduce the effects of feelings of loneliness by communicating in virtual world. A total of 361 university students (229 male and 132 female) with a mean age of  $23.25 \pm 1.48$ , and an average of  $23.25 \pm 1.48$  years of age were enrolled in the study. "Personal Information Form", "Mazman Facebook Use Scale" and "UCLA Loneliness Scale Form" were used as data collection tools. The statistical analyzes conducted within the scope of the research were carried out through SPSS 20 statistical package program. independent t test, MANOVA and Pearson Correlation test were applied. There is a statistically significant and low level of significant relationship between the loneliness scale and the sub-dimensions of the Facebook use scale.

**Keywords:** Facebook, Loneliness, University Students.

## 1. Giriş

Teknolojideki hızlı ve etkin gelişmeler, modern hayatın farklı alanlarında olduğu kadar, insanların yaşayış biçimleri üzerinde de etkili olmuştur. Günümüzde bilgisayar ve internet, bilimsel ve teknolojik gelişmelere paralel olarak günlük hayatta önemli bir yer tutmaktadır. Günlük hayatın vazgeçilmez bir parçası haline gelen ilk bilgisayarlar iken internet ile birlikte bilgilendirme, iletişim ve eğlence olmak üzere farklı amaçlar için kullanılmıştır.

İnternet, bireysel ya da iş amaçlı olarak küresel ölçekte bilgiye erişmek ve onu taşımak için kullanılan bilgisayarlarla birbirine bağlı devasa bir yapıdır. Bu devasa yapı ayrıca iletişim, araştırma, eğlence, eğitim ve iş amaçlı da kullanılabilir (Kraut et al., 1998). İnternetin en çok önemsenen özellikleri arasında etkileşimlilik, kolaylık, erişilebilirlik, çok miktarda ve güncel bilgi gelmektedir (Chou, 2001). Bu kadar yaygın bir şekilde kullanılan internet, insanların birbirleriyle etkileşim içerisinde olduğu çok önemli bir sosyal alana da dönüşmüştür. Öyle ki günümüzde artık birçok kişi internet aracılığıyla farklı mekânlarda, farklı coğrafyalarda, farklı zamanlarda farklı kültürdeki insanlarla iletişime geçebilmektedir. Özellikle blog, viki,

\* Arş. Gör., İstanbul Üniversitesi - Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi.

\*\* Doç. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi.

\*\*\* Doç. Dr., Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi..



podcast ve sosyal ağlar gibi birçok web ortamı yaygın şekilde kullanılmaya başlanmıştır ki bu ortamların içinde en yaygın kullanımı olanı ise sosyal ağlardır (Filiz vd., 2014).

Sosyal ağ siteleri, kullanıcıların birbirleriyle bağlantı ve iletişim kurmalarına imkân veren, kişisel içeriğin paylaşılması kadar kişisel bir ağ kurmalarını sağlayan online topluluklardır. Web’de insanların bir araya toplanmasını sağlayan sosyal ağ siteleri, geleneksel ortamda insanlar arasında gerçekleşen yüz-yüze iletişimin yarattığı etkinin benzerini sanal ortamda meydana getirmektedir (Akar, 2010). Sosyal ağlar, sosyal çevrelerin rekonstrüksiyonunu gerçek yaşamdan daha farklı ve daha geniş bir durumla sağlamaktadır. Bir kurumda kurulan yerel bir ağda, çalışanlar birbirlerini mesajlaşmaları, bir e-posta listesinde bulunmaları ve e-posta grupları, çevrimiçi sosyal ağın ilk örnekleri olarak görünmektedir. Sosyal ağlar, çevrimiçi sanal topluluklarda insanların iletişim kurabileceği, bilgi paylaşabileceği ve her zaman birbirlerini görebileceği bir ortam sağlamaktadır (Çaylı, 2009).

Facebook, Instagram, MySpace, Friendster gibi sosyal ağ siteleri kullanıcılarına fotoğraf paylaşma, başkalarının fotoğraflarını beğenme ya da yorum yapma ve profil bilgileri paylaşma gibi yollarla başkalarıyla iletişim kurmasına izin veren üye tabanlı internet topluluklarıdır (Durusoy, 2011). Bu siteler, bireylere sundukları mesajlaşma araçları ile bireylerin birbirleri ile iletişim kurmalarına, bu iletişimlerini devam ettirebilme olanağı sağlamakta ve bu yönüyle bireylerin sosyalleşmesini yardımcı olmaktadır. Bireylere sunulan bu olanaklar sosyal ağ sitelerinin her geçen gün daha fazla sayıda birey tarafından takip edilmelerine yol açmaktadır (Özgür, 2013). Sheldon (2008) Facebook kullanımında bireylerarası iletişimin ilk sırada yer aldığını belirtmektedir.

Amerika’daki birçok üniversitede öğrenci ve öğretim üyelerinin birbirlerini tanımak maksadıyla kullandıkları, kâğıt fotoğraf albümünden esinlenerek adlandırılan Facebook (Kobak ve Biçer, 2008), ilk olarak Harvard Üniversitesi öğrencisi Mark Zuckerberg tarafından Şubat 2004 yılında geliştirilmiştir (Şener, 2009). Facebook, dünya çapında %22,9’luk bir küresel kullanım nüfusuyla en popüler sosyal ağdır. Ekim 2018 itibariyle 1. sırada olan Hindistan’da 294 milyon, Amerika’da 204 milyon, Endonezya’da 131 milyon, Brezilya’da 129 milyon, Meksika’da 84 milyon, Filipinler’de 73 milyon, Vietnam’da 60 milyon, Tayland’da 51 milyon ve 9. Sıradaki Türkiye’de 43 milyon kullanıcısı bulunmaktadır (<https://www.statista.com/statistics/268136/top-15-countries-based-on-number-of-facebook-users/>).

Hazar (2011), araştırmasında interneti kullanmayan öğrenci kitlesini % 4.4 civarında bulurken bu oran sosyal medyayı kullanmayanlar için % 8.1’dir. İnternet kullanımıyla sosyal medya kullanımı arasındaki paralel sonuçlar, sosyal medya kullanımının internet uygulamaları içinde önemli bir yere ulaştığını göstermektedir. Ancak, sosyal ağların kullanımı, interneti ne amaçla ve nasıl kullandığı bireylerin karakteristik özelliklerine bağlı olarak değişebilmektedir (Çetin, 2009; İşbulan, 2011). Dolayısıyla bireylerin sosyal ağları nasıl kullandıkları ve kullanım amaçları, olumlu ya da olumsuz olarak yaşadıkları deneyimler ve sosyal ağların eğitim açısından etkisi incelenmesi gereken önemli konulardır. Wilson, Gosling ve Graham (2012) ise Facebook kullanımına ilişkin en çok tartışılan içsel motivasyon kaynağını, arkadaşlarla temas halinde olma isteği olarak ifade etmekte, ardından toplumsal dolaşım ihtiyacı, yalnızlık ile can sıkıntısını ifade etmektedir.

Yalnızlık, kişinin sosyal ilişkilerinde huzursuz duygular ve sıkıntılı düşünceler içerir. Yalnızlık duyguları olan bireyler, olumsuz duyguları deneyimlemekte, kendilerini ve çevrelerinde güvenmekte, başarıya odaklanmakta ve çevresiyle iletişim kurmakta ve birbirleriyle iletişimde zorluk çekmektedirler (Lou, 2009). Yalnızlık, bireyin sosyal ilişkilerinde huzursuz duygular, sıkıntı ve kişinin sosyal ilişkilerinde eksiklik algıları dahil olmak üzere arzulan veya elde edilen daha az olan sosyal ilişkiler olarak tanımlanmıştır (Russell, 1996).

Yalnızlık kavramını bireyin benliğinin farklı bölümleri ile yaşadığı psikolojik yalnızlık, kişinin bireylerle iletişim kopukluğundan ötürü yaşadığı kişilerarası yalnızlık, kültürel şok veya kültürel sorunlar nedeniyle yaşadığı kültürel yalnızlık veya dinsel yabancılaşma ile yaşadığı kozmik yalnızlık olarak dört grupta inceleyen Sadler (2011), bireylerin yaşadığı yalnızlığı kategorileştirmiştir.

Duygusal ve sosyal ilişki ağının azlığı yakın ilişkiler geliştirme sorumluluğu olan gençlerde fiziksel ve psikolojik sıkıntılara yol açabilmektedir. Bu nedenle üniversite öğrencileri yalnızlıkları ile farklı yollarla baş etmeye çalışmaktadırlar. Çağımızda bu yolların önemlilerinden birisi de sanal ağlardır. Günümüzde gerçek dünyada yeterli sosyal ilişki kuramayan gençlerin daha çok sanal dünyada iletişim kurarak, yalnızlık duygularının etkilerini azaltmaya çalıştıkları görülmektedir (Erdoğan, 2009; Lemieux, Lajoie ve Trainor, 2013).



## 2. Yöntem

### Araştırma Modeli

Araştırmada, katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek ve tutum gibi özelliklerinin belirlendiği tarama yöntemi kullanılmıştır (Büyüköztürk ve ark., 2012). Geçmişte ya da halen var olan durumun var olduğu şekliyle betimlendiği bu yöntemde önemli olan, araştırmaya konu olan olayı, bireyi ya da nesneyi kendi koşulları içinde olduğu gibi tanımlayabilmek ve mevcut durumu değiştirmeye kalkmadan gözleyebilmektir (Karasar, 2012).

### Araştırma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Dumlupınar Üniversitesinde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ile Formasyon eğitimi alan, olasılık dışı amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilmiş, yaş ortalaması  $23.25 \pm 1.48$  olan 229 “Erkek” ve 132 “Kadın” olmak üzere toplam 361 üniversite öğrencisi çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmada, “Kişisel Bilgi Formu”, “Mazman Facebook Kullanım Amacı Ölçeği” ve “UCLA Yalnızlık Ölçeği” veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

### Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu”; katılımcıların cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, spor yapma durumu gibi bilgileri edinmek için kullanılmıştır.

### Mazman Facebook Kullanım Amacı Ölçeği

Katılımcıların Facebook kullanım amaçlarını ölçmek için Mazman (2009) tarafından geliştirilen “Facebook Kullanım Amaçları” ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 5’li Likert Tipi Olup (1= Hiçbir zaman, 5= Her zaman), 11 maddeli, 3 alt faktörler (sosyal ilişkiler, çalışmalara ilişkin kullanım, günlük etkinlikler) oluşmaktadır.

### UCLA Yalnızlık Ölçeği

Katılımcıların yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla Russel, Peplau ve Ferguson tarafından geliştirilmiş ve 1980’de yeniden düzenlenmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Demir (1989) tarafından yapılmıştır. 10’u düz, 10’u ters yönde kodlanmış 20 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçeğin her maddesinde sosyal ilişkilerle ilgili duygu ya da düşünce belirten bir durum sunulmakta ve bireylerden bu durumu ne sıklıkla yaşadıklarını dördümlü ölçek üzerinde belirtmeleri istenmektedir. Her madde için puanlar 1 ile 4 arasında değiştiği için, ölçekten alınacak puanlar en düşük 20, en yüksek 80 olmaktadır.

### Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında yapılan istatistiksel analizler, SPSS 20 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir.

Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarının belirlenmesi için yüzde ve frekans yöntemleri; verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığının belirlenmesi için Shapiro Wilks normallik testi uygulanmış ve bunun neticesinde verilerin parametrik test koşullarına uygun olduğunun anlaşılmasından sonra verilerin analizinde; katılımcıların Facebook kullanım amaçları ile yalnızlık düzeylerinin bazı demografik özelliklere göre farklılığını belirlemek için bağımsız t testi ve MANOVA testleri; Facebook kullanım amaçları ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki düzeyini belirlemek için ise Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır.

## 3. BULGULAR

Tablo1. Katılımcıların Kişisel Bilgilerinin Dağılımı

Değişkenler		F	%
Cinsiyet	Erkek	229	63,4
	Kadın	132	36,6
	<b>Toplam</b>	<b>361</b>	<b>100</b>
Yaş	17-20	64	17,7
	21-23	178	49,3
	24-26	95	26,3
	27 ve üstü	24	6,6
	<b>Toplam</b>	<b>361</b>	<b>100</b>
Bölüm	B. S. ve Spor Öğr.	140	38,8
	Formasyon	221	61,2
	<b>Toplam</b>	<b>361</b>	<b>100</b>
Sınıf	1.Sınıf	63	17,5



	2.Sınıf	66	18,3
	3.Sınıf	94	26,0
	4.Sınıf	138	38,2
	<b>Toplam</b>	<b>361</b>	<b>100</b>
<b>Bölüm Memnuniyeti</b>	Evet	262	72,6
	Hayır	99	27,4
	<b>Toplam</b>	<b>361</b>	<b>100</b>
<b>Düzenli Spor Yapma Durumu</b>	Evet	237	65,7
	Hayır	124	34,3
	<b>Toplam</b>	<b>361</b>	<b>100</b>
<b>Düzenli Spor Yapma Sıklığı</b>	Haftada 1-2 Kez	168	46,5
	Haftada 3-4 Kez	124	34,3
	Haftada 5 ve üzeri	69	19,1
	<b>Toplam</b>	<b>361</b>	<b>100</b>

Tablo 1’de katılımcıların cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, okuduğu bölümden memnun olma durumu, düzenli spor yapma ve sıklıklarına ilişkin istatistiksel bulgulara göre; katılımcıların %63,4’ü “Erkek”, %36,6’ı “Kadın”, %49,3’ünün “21-23 yaş aralığında”, %61,2’inin “Formasyon eğitimi aldığı”, %38,2’inin “4.Sınıfta” öğrenim gördüğü, %72,6’ının “Okudukları bölümden memnun oldukları”, %65,7’inin “Spor yaptığı” ve %46,5’inin ise, “Haftada 1-2 kez” düzenli olarak spor yaptığı tespit edilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre MANOVA Test Sonuçları

	Kadın (N=132)		Erkek (N=229)		sd	F	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
<b>Yalnızlık Ölçeği</b>	1.76	0.29	1.80	0.38	1-359	.715	.171
<b>Facebook Kullanım Ölçeği</b>	2.76	0.93	2.98	0.95	1-359	2.565	.003*
Sosyal İlişkiler	2.67	0.94	2.93	0.98	1-359	1.083	.015*
Çalışmaya ilişkin	2.79	1.26	2.98	1.19	1-359	2.210	.299
Günlük Etkinlikler	3.04	1.28	3.21	1.23	1-359	1.441	.231

Tablo 2’de Katılımcıların Yalnızlık ölçek puanları, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $t=.715$ ;  $p>0.05$ ). MANOVA sonuçları, cinsiyet değişkeninin Facebook Kullanım Ölçeğinin temel etkisinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir [ $\lambda=0.981$ ,  $F_{(1,682)}=4.356$ ,  $p<0.05$ ]. Faktör düzeyine bakıldığında ise, sadece “Sosyal İlişkiler” [ $F_{(1,359)}=1.083$ ,  $p<0.05$ ] boyut puanlarında anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın tespit edildiği “Sosyal İlişkiler” alt boyutunda erkek katılımcıların ortalama puanları kadınların puanlarından daha yüksektir.

Tablo 3. Katılımcıların Yaşlarına Göre MANOVA Test Sonuçları

	17-20 Yaş (N=64)		21-23 Yaş (N=178)		24 Yaş ve Üstü (N=178)		sd	F	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
<b>Yalnızlık Ölçeği</b>	1.79	0.33	1.80	0.28	1.72	0.26	2-358	3.080	.047*
<b>Facebook Kullanım Ölçeği</b>	2.91	0.89	2.80	0.99	3.02	0.90	2-358	2.145	.119
Sosyal İlişkiler	2.80	0.95	2.74	0.38	2.94	0.95	2-358	1.713	.008*
Çalışmaya ilişkin	2.90	1.21	2.75	1.22	3.05	1.20	2-358	2.121	.121
Günlük Etkinlikler	3.22	1.26	3.04	1.26	3.27	1.23	2-358	1.280	.279

Tablo 3’te Katılımcıların Yalnızlık ölçek puanları, yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $F=3.080$ ;  $p<0.05$ ). MANOVA sonuçları, yaş değişkeninin Facebook Kullanım Ölçeğinin temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [ $\lambda=0.973$ ,  $F_{(1,221)}=8.710$ ,  $p>0.05$ ]. Ancak Faktör düzeyine bakıldığında ise, sadece “Sosyal İlişkiler” [ $F_{(2,358)}=1.713$ ,  $p<0.05$ ] boyut puanlarında anlamlı olarak farklılaştığı tespit



edilmiştir. Anlamlı farklılığın tespit edildiği “Sosyal İlişkiler” alt boyutunda 24 yaş ve üstü katılımcıların ortalama puanları diğer yaş gruplarından yer alan katılımcıların ortalama puanlarından daha yüksektir.

**Tablo 4. Katılımcıların Bölümlerine Göre MANOVA Test Sonuçları**

	B.E. ve Spor Öğr. (N=132)		Formasyon (N=229)		sd	F	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
<b>Yalnızlık Ölçeği</b>	1.79	0.15	1.76	0.28	1-359	.727	.395
<b>Facebook Kullanım Ölçeği</b>	2.93	0.95	2.88	0.97	1-359	.324	.569
Sosyal İlişkiler	2.89	0.97	2.80	0.91	1-359	.820	.366
Çalışmaya ilişkin	2.83	1.25	2.90	1.91	1-359	.249	.618
Günlük Etkinlikler	3.18	1.33	3.13	1.26	1-359	.148	.701

Tablo 4’te Katılımcıların Yalnızlık ölçek puanları, Bölüm değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $t=.720$ ;  $p<0.05$ ). MANOVA sonuçları, bölüm değişkeninin Facebook Kullanım Ölçeğinin alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [ $\lambda=0.989$ ,  $F_{(1,956)}=4.7356$ ,  $p>0.05$ ].

**Tablo 5. Katılımcıların Okudukları Bölümden Memnun Olma Durumlarına Göre MANOVA Test Sonuçları**

	Evet (N=262)		Hayır (N=99)		sd	F	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
<b>Yalnızlık Ölçeği</b>	1.74	0.29	1.78	0.26	1-359	1.539	.392
<b>Facebook Kullanım Ölçeği</b>	2.82	0.96	3.04	0.88	1-359	2.834	.093
Sosyal İlişkiler	2.79	0.93	2.95	0.90	1-359	2.016	.157
Çalışmaya ilişkin	2.84	1.20	2.97	1.22	1-359	3.337	.337
Günlük Etkinlikler	3.06	1.26	3.38	1.49	1-359	2.658	<b>.029*</b>

Tablo 5’te Katılımcıların Yalnızlık ölçek puanları, okudukları bölümden memnun olma değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $t=1.539$ ;  $p>0.05$ ). MANOVA sonuçları, okudukları bölümden memnun olma değişkenine göre Facebook Kullanım Ölçeğinin temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [ $\lambda=0.983$ ,  $F_{(1,575)}=4.356$ ,  $p>0.05$ ]. Ancak Faktör düzeyine bakıldığında ise, sadece “Günlük Etkinlikler” [ $F_{(1,359)}=2.658$ ,  $p<0.05$ ] boyut puanlarında anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın tespit edildiği “Günlük Etkinlikler” alt boyutunda okudukları bölümden memnun olan katılımcıların ortalama puanları, memnun olmayan katılımcıların ortalama puanlarından daha yüksektir.

**Tablo 6. Katılımcıların Spor Yapma Durumlarına Göre MANOVA Test Sonuçları**

	Evet (N=237)		Hayır (N=124)		sd	F	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
<b>Yalnızlık Ölçeği</b>	1.75	0.28	1.82	0.95	1-359	4.855	<b>.028*</b>
<b>Facebook Kullanım Ölçeği</b>	2.85	0.94	2.99	0.94	1-359	1.912	.168
Sosyal İlişkiler	2.78	0.98	2.94	0.96	1-359	2.100	.148
Çalışmaya ilişkin	2.81	1.18	2.87	1.28	1-359	2.548	.996
Günlük Etkinlikler	3.31	1.28	3.06	1.26	1-359	3.271	<b>.050*</b>

Tablo 6’da Katılımcıların Yalnızlık ölçek puanları, spor yapma durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $t=4.855$ ;  $p<0.05$ ). Spor yapamayan katılımcıların yalnızlık düzeyleri spor yapan katılımcılara oranla daha yüksektir. MANOVA sonuçları ise, spor yapma durumlarına göre Facebook Kullanım Ölçeğinin temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [ $\lambda=0.968$ ,  $F_{(2,920)}=4.356$ ,  $p>0.05$ ]. Ancak Faktör düzeyine bakıldığında ise, sadece “Günlük Etkinlikler” [ $F_{(1,359)}=3.271$ ,  $p<0.05$ ] boyut puanlarında anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın tespit edildiği “Günlük Etkinlikler” alt boyutunda spor yapan katılımcıların alt boyut puanları spor yapmayan katılımcıların ortalama puanlarından daha yüksektir.



**Tablo 7. Katılımcıların Spor Yapma Sıklıklarına Göre MANOVA Test Sonuçları**

	Haftada 1-2 Kez (N=168)		Haftada 3-4 Kez (N=124)		Haftada 5 Kez ve Üzeri (N=69)		sd	F	p
	Ort.	Ss	Ort.	Ss	Ort.	Ss			
<b>Yalnızlık Ölçeği</b>	1.86	0.28	1.76	0.28	1.78	0.29	2-358	3.683	<b>.026*</b>
<b>Facebook Kullanım Ölçeği</b>	2.96	0.93	2.92	0.91	2.71	0.34	2-358	1.714	.182
Sosyal İlişkiler	2.88	0.96	2.83	0.95	2.74	0.67	2-358	1.518	.596
Çalışmaya ilişkin	2.99	1.17	2.95	1.19	2.47	1.28	2-358	4.934	<b>.008*</b>
Günlük Etkinlikler	3.23	1.23	2.88	1.36	3.15	1.22	2-358	2.003	.136

Tablo 7’de Katılımcıların Yalnızlık ölçek puanları, spor yapma sıklıklarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $t=3.683$ ;  $p<0.05$ ). Haftada 1-2 Kez spor yapan katılımcıların yalnızlık düzeyleri diğer katılımcılara oranla daha yüksektir. MANOVA sonuçları ise, spor yapma sıklıklarına göre Facebook Kullanım Ölçeğinin temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir [ $\lambda=0.952$ ,  $F_{(2,215)}=8.710$ ,  $p>0.05$ ]. Ancak Faktör düzeyine bakıldığında ise, sadece “Çalışmaya İlişkin” [ $F_{(2,358)}=4.934$ ,  $p<0.05$ ] boyut puanlarında anlamlı olarak farklılaştığı tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın tespit edildiği “Çalışmaya İlişkin” alt boyutunda haftada 1-2 kez spor yapan katılımcıların alt boyut puanları diğer katılımcıların ortalama puanlarından daha yüksektir.

**Tablo 8. Yalnızlık Ölçeği ile Facebook Kullanım Ölçeği Arasındaki İlişki**

Alt Boyutlar		1	2	3	4
Yalnızlık Ölçeği	R	1			
	P				
Sosyal İlişkiler	R	.117	1		
	P	<b>.026**</b>			
Çalışmaya ilişkin	R	.187	.676	1	
	P	<b>.000**</b>	<b>.004**</b>		
Günlük Etkinlikler	R	.248	.572	.635	1
	P	<b>.000**</b>	<b>.004**</b>	<b>0,00*</b>	

Tablo 8’de Katılımcıların Yalnızlık ölçeği ile Facebook kullanım ölçeğinin alt boyutları arasında ilişkinin olup olmadığını tespit etmek için Pearson korelasyon testi uygulandı. Test sonuçları göre Yalnızlık ölçeği ile Facebook kullanım ölçeğinin alt boyutları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ).

#### 4. TARTIŞMA

Öğretmen adaylarının Facebook davranışlarının incelendiği çalışma sonucunda, sosyal ağ kullanımının diğer kullanıcılardan bir farklılık göstermediği, günlük olarak Facebook’ta yaptıklarının temelinde başkalarının ne yaptığının merak edilmesi ve aidiyet duygusunun ön plana çıktığı Facebook gruplarının olduğu söylenebilir. Merak boyutunun yapılan paylaşımlar üzerinde aracılık etkisinin olduğu belirlenmiştir (Arabacıoğlu ve Çakır, 2017).

Çalışmadaki analiz sonuçları yalnızlık ölçek puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermezken cinsiyet değişkeninin Facebook Kullanım Ölçeğinin temel etkisinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir. “Sosyal İlişkiler” alt boyutunda erkek katılımcıların ortalama puanları kadınların puanlarından daha yüksektir. Buna göre erkek katılımcıların sosyal amaçlı Facebook kullanımının daha fazla olduğu söylenebilir. Akyazı ve Tutgun Ünal (2013) yaptıkları çalışmada, erkeklerin kadınlara göre sosyal ağ sitelerini daha fazla tanıma ve tanınma amacıyla kullanmakta olduğu belirlenmiştir. Kadınlar ise, sosyal ağların eğitim amaçlı kullanımında anlamlı bir farklılığa yol açmıştır. Akyüz’ün (2016) yaptığı çalışmaya göre, kadınların sosyal amaçlı Facebook kullanım düzeyi arttıkça yalnızlık düzeyleri de artmaktadır. Mazman (2009) ise çalışmasında %51’lik oranla Facebook kullanım amacını öğrencilerin sosyal ilişkileri sürdürmek için kullandığını belirtmektedir.

Katılımcıların Yalnızlık ölçek puanları, yaşlarına göre anlamlı bir farklılık göstermekte iken yaş değişkeninin Facebook Kullanım Ölçeğine temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. “Sosyal İlişkiler” alt boyutunda 24 yaş ve üstü katılımcıların ortalama puanları diğer yaş gruplarından yer alan katılımcıların ortalama puanlarından daha yüksektir. Buna göre, yaş arttıkça sosyal amaçlı Facebook kullanımının da arttığı düşünülebilir. Kobak ve Biçer (2008) çalışmalarında Facebook’un bir “arkadaş arama” sitesinden ziyade “arkadaşını arama” sitesi olarak algılandığını ifade etmiştir.



Katılımcıların Yalnızlık ölçek puanları, okudukları bölümden memnun olma değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemiş, okudukları bölümden memnun olma değişkenine göre Facebook Kullanım Ölçeğinin temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. "Günlük Etkinlikler" alt boyutunda okudukları bölümden memnun olan katılımcıların ortalama puanları, memnun olmayan katılımcıların ortalama puanlarından daha yüksektir. Kobak ve Biçer (2008) ile Akçay (2011) çalışmalarında, kişilerin günlük yaşamın koşuşturması, stresi ve yorgunluğu içinde sosyal medyaya yönelmekte, sosyal medyayı gündelik hayatın problem ve sıkıntılarından kaçış için bir yol olarak görüldüğü ifade edilmiştir.

Katılımcılardan spor yapamayanların yalnızlık düzeyleri spor yapan katılımcılara oranla daha yüksekken spor yapma durumlarına göre Facebook Kullanım Ölçeğinin temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Spor yapan bireylerin farklı ortamlarda bulunarak sosyalleştiğinden daha az yalnızlık yaşadığı söylenebilir. Katılımcılardan haftada 1-2 Kez spor yapanların yalnızlık düzeylerinin diğer katılımcılara oranla daha yüksek olduğu, spor yapma sıklıklarına göre Facebook Kullanım Ölçeğinin temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. "Çalışmaya İlişkin" alt boyutunda haftada 1-2 kez spor yapan katılımcıların alt boyut puanları diğer katılımcıların ortalama puanlarından daha yüksektir. Öztürk ve Akgün'ün (2012) yapmış oldukları çalışmada sosyal paylaşım siteleri daha etkili ve verimli bir öğrenmeyi destekleme potansiyeli taşımaktadırlar ve üniversite öğrencileri sosyal paylaşım siteleri eğitim süreçlerinde formal olarak kullanma açısından isteklidirler.

Yalnızlık ölçeği ile Facebook kullanım ölçeğinin alt boyutları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde Tokunaga ve Rains (2010), 22 ülkeden 94 çalışmayı aktardığı araştırmasında, yalnızlığın internet bağımlılığı veya problemlili internet kullanımının en önemli nedenlerinden biri olduğunu belirtmektedir. Odacı ve Kalkan (2010) da problemlili internet kullanımı ile yalnızlık, iletişim kaygısı, popüler olamama kaygısı gibi psikolojik göstergeler arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu üzerinde durmaktadır. Kalpidou, Costin and Morris (2011), internette çok fazla zaman harcayan katılımcıların interneti sık kullanmayanlardan daha fazla algılanan yalnızlık ve günlük stres düzeyine sahip oldukları belirlemişlerdir. Lou et al. (2012)'e göre Facebook kullanım yoğunluğu yalnızlık üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir ancak; yalnızlığın Facebook kullanım yoğunluğuna ya da Facebook'u kullanma amacına etkisi yoktur. Bayraktar, Hopcan ve Hopcan (2013) çalışmalarında öğrencilerin sosyal ağları kullanma sıklıklarına göre yalnızlık puanlarının da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Balcı ve Gölcü (2013) katılımcıların Facebook kullanım süreleri ve sosyal yaşamda yalnızlık hissi arttığında, Facebook bağımlılık düzeylerinin de arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Aydın, Muyan ve Demir (2013) çalışmalarında yalnızlık düzeyi arttığında, arkadaşlarla iletişim kurma sıklığının azaldığını gösteren bir ilişki olduğunu ifade etmişlerdir. Özgür (2013), öğretmen adaylarının sosyal ağ sitesi bağımlılığına ilişkin ortalamalarının orta düzeyin altında olduğunu, etkileşim kaygısı ve yalnızlık düzeyine ilişkin ortalamalarının ise orta düzeyin üzerinde olduğunu göstermiştir. Ayrıca, yalnızlık düzeyleri ile sosyal ağ sitesi bağımlılığı düzeyleri arasında ise orta düzeyde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Akyazı ve Tutgun Ünal (2013), yalnızlık düzeyi azaldıkça, benimseme düzeyinin ve sosyal ağları kullanım amacının arttığını, yalnızlık düzeyinin artması durumunda ise, benimseme düzeyinin ve sosyal ağları kullanım amacının azaldığını belirtmiştir. Clayton et al. (2013) yalnızlığın ve endişenin, Facebook'ta başkalarıyla bağlantı kurma stratejilerini önemli ölçüde yordadığını ifade etmektedir. Karakoç ve Taydaş (2013) yaptıkları çalışmada üniversitede okuyan öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ve internet kullanımları arasında paralellik olduğunu düşündürdüğü ifade edilmiştir.

Doğan ve Karakuş'un (2016) yapmış oldukları çalışmada, romantik ilişkilerde ve aile ilişkilerinde yalnızlık ile sosyal ağların kullanımı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çapan ve Sarıçalı (2016) çalışmalarında üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile problemlili Facebook kullanımları arasında pozitif ilişki olduğunu ve gençlerin ailevi, sosyal ve romantik arkadaşla ilgili yalnızlıklarını sanal ortam olan Facebook ile telafi ettiklerini ifade etmiştir.

Bu bağlamda, gelecek nesilleri yetiştirecek olan öğretmen adaylarımızın, akademik başarıları, entelektüel ve sosyal gelişimleri üzerinde doğrudan ya da dolaylı olumsuz etkiler bırakabilecek ve problemlili internet kullanımı veya internet bağımlılığı kapsamında değerlendirilen sosyal ağ bağımlılığının ve bu bağımlılığın zemin hazırladığı düşünülen yalnızlık ve etkileşim kaygısı gibi faktörleri irdeleyen çalışmalara ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

#### KAYNAKÇA

- Arabacıoğlu, T.,Çakır, Ö. (2017). Öğretmen adaylarının Facebook kullanımının modellemesi. Mustafa Kemal Üniversitesi. *Journal of Graduate School of Social Sciences*, Cilt/Volume: 14 Sayı/Issue: 39, 320-340.
- Akyazı, E., Ünal, AT. (2013). İletişim fakültesi öğrencilerinin amaç, benimseme, yalnızlık düzeyi ilişkisi bağlamında sosyal ağları kullanımı. *Global Media Journal*, Yeditepe University, Bahar Sayısı, Cilt 3 - Sayı 6.



- Aydın, GS., Muyan, M., Demir, A. (2013). The investigation of Facebook usage purposes and shyness, loneliness. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 93, 737 - 741.
- Akar, E. (2010). Sanal toplulukların bir türü olarak sosyal ağ siteleri - bir pazarlama iletişimi kanalı olarak işleyişi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 107-122.
- Akçay, H. (2011). Kullanımlar ve Duyumlar Yaklaşımı Bağlamında Sosyal Medya Kullanımı: Gümüşhane Üniversitesi Üzerine Bir Araştırma. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, Güz, sayı:33. s.138-161.
- Balci, Ş., Gölcü, A. (2013). Facebook addiction among university students in Turkey: "Selcuk University Example". *Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, sayı: 34, 255-278.
- Bayraktar, DM., Hopcan, EP., Hopcan, S. (2013). The adoption for social networks and lonlinesses of the teacher candidates. *Kültürel Edukacija*, No. 5 (98), 129-141.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak Kılıç, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Clayton, RB., Osborne, RE., Miller, BK., Oberle, CE. (2013) Loneliness, anxiousness, and substance use as predictors as Facebook use. *Computers in Human Behaviour*, 29 (687-693).
- Chou, C. (2001). Internet Heavy Use and Addiction Among Taiwanese College Students: An Online Interview Study. *Cyberpsychology and Behavior*, 4, (5), 573- 585.
- Çapan, BE., Sarıçalı, M. (2016). Problemler Facebook kullanımında sosyal ve duygusal yalnızlığın rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 17, Sayı 3, 53-66 DOI: 10.17679/iuefd.17306122.
- Çaylı, M. (2009). *Interactive Visualization of Heterogeneous Social Networks Using Glyphs*. Sabancı University. Master of Science, Graduate School of Engineering, İstanbul.
- Çetin, E. (2009). *Sosyal iletişim ağları ve gençlik: Facebook örneği*. <https://tr.scribd.com/doc/185547736/Uluslararası-Davraz-Kongresi-2009-Bildiri-Kitabi>.
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- Doğan, U., Karakuş, Y. (2016). Lise öğrencilerinin sosyal ağ siteleri kullanımının yordayıcısı olarak çok boyutlu yalnızlık. *Sakarya University Journal of Education*, 6/1 (Nisan/ Aralık), 57-71.
- Durusoy, O. (2011). *Öğretmen Yetiştirmede Web 2.0 ve Dijital Video Teknolojilerinin Kullanılarak Öğretmenlik Öz-yeterliliğinin Geliştirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir
- Gürhani, N. (2004). *On-Line (Çevrimiçi)Toplumun Doğuşu*. [Çevrim-içi: <http://sinemafanatik.com>], Erişim tarihi: 13 Ocak 2017.
- Erdoğan, F. (2009). *Conceptualizing online environments as third places: an analysis on second life and facebook*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Filiz, O., Erol, O., Dönmez, F.İ., Kurt, A.A. (2014). BÖTE bölümü öğrencilerinin sosyal ağ siteleri kullanım amaçları ile internet bağımlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Instructional Technologies & Teacher Education*, Vol. 3 No 2, 17-28.
- Hazar, M. (2011). Sosyal Medya Bağımlılığı. *Gazi Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Bölümü İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, Bahar, Sayı:32, 152-175.
- İşbulan, O. (2011). Opinions of university graduates about social networks according to their personal characteristics. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 10 (2), 184-189.
- Kalpidou, D., Costin, M., Morris, J. (2011). The relationship between Facebook and the well being of undergraduate collage students. *Cyberpsychology*, 14, 183-189.
- Karakoç, E., Taydaş, O. (2013). Bir serbest zaman etkinliği olarak üniversite öğrencilerinin internet kullanımı ile yalnızlık arasındaki ilişki: Cumhuriyet Üniversitesi örneği. *Selçuk İletişim*, 7, 4, 33-45.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kobak, K., Biçer, S. (2008). Facebook sosyal paylaşım sitesinin kullanım nedenleri. In *8th International Education Technology Conference*, (p. 568).
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler, S., Mukophadhyay, T., Scherlis, W. (1998). Internet Paradox: A Social Technology that Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being?. *American Psychologist*, 53 (9), 1017-1031.
- Lemieux, R., Lajoie, S., Trainor, N.E. (2013). Affinity-seeking, social loneliness, and social avoidance among Facebook Users. *Psychological Reports*, 112 (2), 545-552.
- Lou, LL. (2009). *Loneliness, Friendship, and Self-Esteem : First-Year College Students' Experience of Using Facebook*. Unpublished Doctoral Thesis, University at Albany, State University of New York, New York.
- Lou, LL., Yan, Z., Nickerson, A., McMorris, R. (2012). An examination of the reciprocal relationship of loneliness and Facebook use among first-year college students. *J. Educational Computing Research*, Vol. 46(1) 105-117.
- Mazman, G. (2009). *Sosyal ağların benimsenme süreci ve eğitsel bağlamda kullanımı / Adoption process of social network and their usage in educational context*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi / Fen Bilimleri Enstitüsü / Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.
- Odacı, H., Kalkan, M. (2010). Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students. *Computers & Education*, 55, 1091-1097.
- Özgür, H. (2013). Öğretmen adaylarının sosyal ağ bağımlılığı, etkileşim kaygısı ve yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 10(2), 667-690.
- Öztürk, M., Akgün, Ö.E. (2012). Üniversite öğrencilerinin sosyal paylaşım sitelerini kullanma amaçları ve bu sitelerin eğitimlerinde kullanılması ile ilgili görüşleri. *Sakarya University Journal of Education*, 2/3 (Aralık / December) ss. 49-67.
- Russell, D. (1996). The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40
- Russell D., Peplau L.A., Cutrona C.E. (1980). The revised UCLA loneliness scale: concurrent and discriminant validity evidence. *J. Pers Soc Psychol*, 39: 472-480.
- Sadler, W. (2011). *The Six Types Of Loneliness*. <http://www.bctherapists.com/2/category/the%20six%20types%20of%20loneliness/1.html> erişim tarihi: 23.06. 2011.
- Sheldon, P. (2008). Student favorite: Facebook and motives for its uses. *Southwestern Mass Communication Journal*, 23, 39-53. doi:10.1080/03634520216511
- Tokunaga, R. S., Rains, S. A. (2010). An evaluation of two characterizations of the relationships between problematic internet use, time spent using the internet, and psychosocial problems. *Human Communication Research*, 36(4), 512-545. doi:10.1111/J.1468-2958.2010.01386.X.
- Wilson, R. E., Gosling, S. D., Graham, L. T. (2012). A Review of Facebook Research in the Social Sciences. *Perspectives on Psychological Science*, 7(3), 203-220. doi:10.1177/1745691612442904
- <https://www.statista.com/statistics/268136/top-15-countries-based-on-number-of-facebook-users/> erişim tarihi:30.10.2018