

SOSYAL MEDYA, SAVUNMA MEKANİZMALARINI VE FARKLILIKLARI KABUL ETME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Ali YILDIRIM*, Rukiye TURGUT**

Gönderim Tarihi: 11.12.2023 - Kabul Tarihi: 13.09.2024

Yıldırım, A., & Turgut, R. (2024). Sosyal medya, savunma mekanizmaları ve farklılıkları kabul etme arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Etkileşim*, 14, 196-221.
<https://doi.org/10.32739/etkilesim.2024.7.14.265>

Bu çalışma araştırma ve yayın etiğine uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Öz

Bu çalışmada sosyal medya kullanımı ile farklılıkları kabul ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın ortaya çıkmasında, sosyal medya kullanımında ortaya çıkan savunma mekanizmalarının neler olduğuna ilişkin yeterli sayıda akademik araştırma bulunmaması etkili olmuştur. Makalenin, literatürde önemli bir boşluğu doldurması beklenmektedir. Özellikle multidisipliner bir çalışma olması da literatüre önemli bir kazanım olmaktadır. Araştırmada elde edilen bulgularda, sosyal medya ile savunma mekanizmaları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r(504) = ,108, p < ,001$). Sonuç olarak, sosyal medyayı aktif olarak kullanan bireylerin savunma mekanizmalarına başvurduğu, sosyal medya, savunma mekanizmaları ve farklılıkları kabul arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu, savunma mekanizmalarından inkâr, mizah, bölünme ve dissosiyasyona sıkça başvurdukları ve siber alter kimlikler geliştirdikleri tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: sosyal medya, savunma mekanizmaları, psikoloji, iletişim, dijital iletişim.

* Doçent Doktor, Jandarma ve Sahil Güvenlik Akademisi, Güvenlik Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye.
aliyildirimy@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0721-0655

** Doktora Öğrencisi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü, İstanbul, Türkiye.
rukiye.turgut@ogr.iuc.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7834-1110

EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL MEDIA, DEFENSE MECHANISMS AND ACCEPTANCE OF DIFFERENCES

Ali YILDIRIM*, Rukiye TURGUT**

Received: 11.12.2023 - Accepted: 13.09.2024

Yıldırım, A., & Turgut, R. (2024). Sosyal medya, savunma mekanizmaları ve farklılıkları kabul etme arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Etkileşim*, 14, 196-221.
<https://doi.org/10.32739/etkilesim.2024.7.14.265>

This study complies with research and publication ethics.

Abstract

This study examined the relationship between social media usage and defense mechanisms related to the acceptance of differences. The emergence of the research has been influenced by the insufficient number of academic studies on the defense mechanisms that arise in social media usage. It is expected to fill a significant gap in the literature. In particular as a multidisciplinary study, constituting a substantial contribution to the existing body of knowledge. The findings obtained in the research indicate a positive and significant relationship between social media and defense mechanisms ($r(504) = .108, p < .001$). As a result, it has been determined that individuals actively using social media resort to defense mechanisms, and there is a positive and meaningful relationship between social media, defense mechanisms, and acceptance of differences. Moreover, it has been found that denial, humor, splitting, and dissociation are frequently used defense mechanisms, and individuals develop cyber alter identities in social media.

Keywords: social media, defense mechanisms, psychology, communication, digital communication.

* Associate Professor/PhD, Gendarmerie and Coast Guard Academy, Security Sciences Faculty, Ankara, Türkiye.
aliyildirim@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0721-0655

** PhD Student, İstanbul University-Cerrahpaşa, Institute of Forensic Sciences and Legal Medicine, İstanbul, Türkiye.
rukiyetrgt@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7834-1110

Giriş

İletişim, sosyal birlikteliklerin oluşturulması, toplumun eğitilmesi, duyguların ifadesi için tarih boyunca insanlık için önemli ihtiyaçlardan biridir (Gallego, 2008, s. 1). Günümüzde teknolojinin iletişim üzerinde büyük bir etkisi olduğu görülmektedir. İletişimin yüz yüze olanından, dolayimli olanına büyük bir hızla geçildiği de yadsınamaz bir gerçektir (Özdemir Çakır, 2018, s. 31). Bunların başında sosyal medya gelmektedir. Hayatın her alanında sosyal medya etkisi gözlemlenmektedir (Zoya, 2023). Sosyal medya, demokrasi bağlamında ifade özgürlüğünün uygun bir ortamı görülürken, propaganda amaçlı ve mahremiyetin işgal edildiği alan olarak da ifade edilmektedir (Chaudhari & Pawar, 2021). Her yaşta kullanıcının her gün büyük miktarda içerik ürettiği ve bunu etkileyici biçimde sunduğu sosyal medya (Şendoğan & Öksüz, 2023, s. 295), kimi zaman insanı dönüştürürken kimi zaman da insanlar tarafından dönüştürülmektedir (Coombs ve diğerleri, 2015). Böyle bir ortamda sosyal medyanın propaganda amaçlı kullanımı, ticari gelir elde etme aracı olması, siyasal ve toplumsal kampanyaların odağında yer alması, psikolojik etkilerinin de ortaya konmasını gerekli kılmaktadır. Sosyal medya, McLuhan'ın belirttiği "araç insanın uzantısıdır" sözünün belirginleştiği alanlardan biri haline gelmiştir. Özellikle algoritmaların yapay zekâ ile bir araya gelerek dijital ağlarda, bireylerin etkileşimlerinin gözetlenmesi ve kontrol edilmesiyle oluşturulan, her bireye özel bir içerik, reklam ve propaganda akışının inşa edilmesi (Figueiredo & Bolaño, 2017), kullanıcıların savunmasız bir içerik yığınıyla karşılaşmasına neden olmaktadır. Böyle bir ortamda savunma mekanizmalarının kullanılmasının kullanıcıları koruyacağı düşünülmektedir.

Sosyal medya kullanıcıları, ağların yarattığı imkanlarla çok çeşitli savunma mekanizmalarına başvurabilmektedir. Savunma mekanizmaları, bireylerin kendilerini hoş olmayan duygulardan, düşüncelerden veya deneyimlerden korumak için kullandıkları psikolojik stratejilerdir. Savunma mekanizmalarını ölçmek için kullanılan ölçekte Andrews ve diğerleri (1993) savunma mekanizmalarını üç ana başlık altında ele almaktadır. Bunlar; matür savunma mekanizmaları, nevrotik savunma mekanizmaları ve immatür savunma mekanizmalarıdır. Matür savunma mekanizmaları; yüceltme, mizah, beklenti ve baskılamadır. Nevrotik savunma mekanizmaları; yapma-bozma, psödo altruizm, idealleştirme ve karşıt tepki geliştirme (reaksiyon formasyon) olarak verilmektedir. İmmatür savunma mekanizmaları; yansıtma, pasif saldırganlık, dışa vurma, yalıtma, değersizleştirme, otistik fantezi, inkâr, yer değiştirme, dissosiyasyon, bölünme, rasyonalizasyon ve bedenselleştirme. Savunma mekanizmaları, bireyler tarafından kaygı ve stresle başa çıkmak için kullanılan, olumlu ve olumsuz sonuçları olan davranış biçimleridir.

Bu araştırmanın temelini de sosyal medya kullanımı ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişki oluşturmaktadır. Bu çalışmada, bireysel kullanıcıların böylesine büyük bir dijital ortamda hangi psikolojik savunma mekanizmalarıyla hareket ettiğini ortaya koymak amaçlanmaktadır. Bu çalışmada, sosyal medya kullanan bireylerin daha az kullananlara göre hangi savunma mekanizmaları-

na başvurduğu ve sosyal medya ile savunma mekanizmaları arasında nasıl bir ilişki olduğu araştırılmaktadır. Sosyal medya kullanmanın bireylerin savunma mekanizmasında nasıl değişiklikler gösterdiğini ortaya koymak, bu çalışmanın önemini oluşturmaktadır. Türkiye’de bu anlamda çalışmaların yetersiz olması da çalışmayı önemli kılmaktadır. Bu sorunun cevabı, hem sosyal medyanın etkisine yönelik bir cevap sunarken hem de savunma mekanizmaları ve farklılıklara tahammül ölçeğinin nasıl bir etkide bulunduğunu gösterebilmektedir. Çalışmada üç farklı ölçek kullanılmaktadır. Bunlar; sosyal medya kullanım ölçeği, farklılıklara kabul ölçeği ve savunma mekanizmaları ölçeğidir. Öncelikle savunma mekanizmaları ile sosyal medya kullanım ölçeği arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığı analiz edilmiş, daha sonra elde edilen anlamlı bulgularla birlikte, sosyal medya kullananların farklılıkları kabul ölçeği skorları arasındaki ilişki incelenmiş olup, daha sonra bu üç ölçek arasında nasıl bir ilişki olduğu analiz edilmiştir. Çalışma nicel araştırma temeline oturtulmuş, veriler kar topu örnekleme yöntemiyle 18 yaş ve üstü sosyal medya kullanıcılarından elde edilmiştir. Analiz için *SPSS 20.0* programı kullanılmıştır.

Sosyal Medya ve Savunma Mekanizmaları

Günlük hayatın ayrılmaz bir parçası haline gelen sosyal medya, kullanıcılarda artan ruh sağlığı sorunlarının sorumlusu olarak görülmeye başlamıştır (Keles ve diğerleri, 2020). Zoya (2023) sosyal medyanın kapalı ekosisteminin zihni kontrol ettiğini hem yaratıcı hem de konformist davranışları şekillendirdiğini belirtmektedir. Mayfield’e (2008, s. 2) göre sosyal medya, “değer yaratmak ve sosyal etkileşimle birlikte teknolojinin kullanılması” anlamında kullanılmaktadır. Bu tanım, sosyal medya platformlarında içerik oluşturma ve paylaşmada sosyal etkileşim ve iş birliğinin önemini vurgulamaktadır. Mayfield ayrıca sosyal medyanın, kullanıcılar arasındaki bağlantıları ve ilişkileri kolaylaştırma yeteneğinin yanı sıra geniş kitlelere hızlı ve verimli bir şekilde ulaşma potansiyeli ile karakterize edildiğini belirtmektedir. Mayfield’in bu tanımlaması sosyal medyanın insan psikolojisine olan etkisinden ziyade, sosyal medyanın pazarlama sektöründe kalıcı bir araç olarak yaygınlaşmasına fayda sağlamaktadır. Oysaki sosyal medya, bir insan kontrol mekanizmasına dönüşmeye başlamıştır. Kullanıcıların sosyal medya platformlarına ücretsiz üye olabilmesi ve dilediğince serbest hareket edebilmesi, birçok konuda endişeyi de ortaya çıkarmaktadır. Özellikle müstehcen görüntülerin yayılması, çocukların zararlı içeriklerle karşılaşması ve siber zorbalık gibi konuların ön plana çıkmasına neden olmuştur (Okocha ve diğerleri, 2023).

Sosyal medyada kullanıcılar; bastırılmış duygularını, öfkelerini, alışkanlıklarını ve fikirlerini bu alana ileterek yalnızlıklarından kurtulmayı amaçlamaktadır (İlıcak Aydınalp, 2013, s. 4). Jan ve diğerleri (2011), sosyal medyayı yedi işlevsel yapı taşı kullanarak tanımlayan bir çerçeve sunmaktadır: kimlik, konuşmalar, paylaşım, mevcudiyet, ilişkiler, itibar ve gruplar. Bu işlevsel yapılar, esasında sosyal medyadan nasıl yararlanıldığını gösteren temel yapılardır. Kullanıcılar,

sosyal medyada yoğun olarak topluluklar oluşturur ya da bir topluluğa üye olur. Bu topluluklar aracılığıyla ideolojik ve psikolojik gereksinimlerini giderir. Diğer yandan anonim bir kimlikle serbest bir biçimde paylaşımlar yapabilmektedir. Burada sosyal medyayı kullanma amaçları ortaya çıkabilmektedir. İtibar yönetmek için kendi benliğini sunan kişilikler olduğu gibi, sadece kişisel sohbetler için de çeşitli amaçlar bulunabilmektedir. Sosyal medyada bulunma amacı, kimi zaman yalnızlıkken kimi zaman da toplulukların kullanıcıya yüklediği sorumluluklar olabilmektedir. Matthew ve diğerleri (2016), sosyal medya kullanımının yalnızlığı azaltmayabileceğini, ancak *Instagram* ve *Snapchat* gibi görüntü tabanlı platformların sundukları samimiyet nedeniyle yalnızlığı azaltma potansiyeline sahip olduğunu öne sürmektedir. Öte yandan *X (Twitter)* ve *Yık Yak* gibi metin tabanlı platformlar çok az yakınlık sunarken, yalnızlık üzerinde bir etkisinin olmadığı düşünülmektedir. Sosyal medya ağlarının türüne göre kullanım amaçlarının ortaya çıktığı görülmektedir. Diğer yandan sosyal medyada sunulan gerçekliklerin kaygan yapısı da kullanıcıları olumsuz etkileyebilmektedir. *Facebook*'un sık kullanımının sosyal karşılaştırmalar nedeniyle refah üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olabileceğini öne sürülmektedir (Eri-net ve diğerleri, 2014).

Bunlara ek olarak sosyal medyanın insan psikolojisinde depresyon, kaygı, anksiyete gibi rahatsızlıkları da tetiklediği araştırmalarla ortaya çıkmıştır. Özellikle harcanan zamanın artması, bağımlılık sorununu da gündeme getirmektedir. Literatürde araştırmacılar sosyal medyayı bağımlılık konseptinde değerlendirmeyi diğer bağımlılık kaynaklarının algısını hafiflettiğini düşünse de (Sun & Zhang, 2021), bir bağımlılık sorunu ortaya çıkmaktadır. Belki sorunlu sosyal medya kullanımı da denebilir; fakat dünyada sosyal medyada geçirilen süreler bir ihtiyaçtan öteye geçtiğini göstermektedir. Türkiye'de günlük internet kullanımı 6 saat 57 dakika iken, sosyal medyada geçirilen süre ise 2 saat 44 dakikadır. Türkiye, sosyal medya kullanımında dünyada 15'inci sıradadır (*Statistica*, 2023).

Sosyal ağların yapısı, kullanım açısından da farklılıklar oluşturmaktadır. Çok yönlü düşünülmesi gereken ağlar, kullanıcıları çeşitli tehditlerden de korunmayı gerektirmektedir. Dissoanaliz kuramına göre dijital ağ platformları ve sosyal medya uygulamaları, bireylerin kendi: asıl kimliği ile dijital kimliği arasında bir ayrışmaya ya da dissosiyasyona sebep olarak ikili yaşamların aynı anda deneyimlenmesini mümkün kılmaktadır (Öztürk & Derin, 2022). Benlik sunumunun gerçekleştiği bu ağlar, duygusal ve psikolojik olarak da insan üzerinde çeşitli etkilere sahiptir. Bu etkilerden kurtulmak için de kullanıcılar çeşitli savunma mekanizmalarına başvurabilmektedir. Psikolojide savunma mekanizmaları, insanların rahatsız edici durumlardan, düşüncelerden veya duygulardan kaçınmak veya bunları yönetmek için kullandıkları stratejilerdir. Bazı stratejiler yararlı ve sağlıklı olsa da çoğu yarardan çok zarara neden olmaktadır (Musoba, 2022). Gökmen'in (2023), sağlık bilimleri öğrencileriyle gerçekleştirdiği araştırmada, öğrenciler arasında teknoloji bağımlılığının alt boyutu olan sosyal ağ bağımlılığının daha yüksek olduğu, öğrencilerin telefon kullanım süreleri arttıkça

daha fazla teknoloji bağımlısı oldukları ve ilkel savunmaları kullandıkları tespit edilmiştir. Bu durum, teknoloji kullanımının bazı öğrenciler için stresle başa çıkmak için bir mecra olarak kullanıldığını ve ilkel savunma mekanizmalarının bu bağımlılıkla ilişkili olduğunu düşündürmektedir. Sosyal ağlar da bu tehditlerin en fazla hissedildiği alanlardır. Araştırmalara bakıldığında sosyal medya ile psikolojik sorunlar arasında ilişki olduğu görülmektedir (Keles ve diğerleri, 2020, s. 80).

Sosyal medya ve savunma mekanizmalarını inceleyen çalışmaların azlığı dikkat çekse de internet kullanımı ve savunma mekanizmalarına odaklanan çalışmalar vardır. Özgün (2017) yapmış olduğu çalışmada, internet bağımlılığı ile içe dönük olma, düşmanlık, düzensizlik, duygusal kararsızlık gibi faktörler arasında pozitif ilişkiler tespit etmiştir. Bununla birlikte, internet bağımlılığı ile dışa dönüklük, huzur, özenlilik ve deneyime açıklık gibi faktörler arasında negatif ilişkiler bulunmaktadır.

Bir diğer çalışmada, Gori ve diğerleri (2024) sorunlu sosyal medya kullanımının kullanıcılara etkilerini araştırmıştır. Araştırmacılar genç yetişkinlerde aleksitimi, savunma mekanizmaları, fırsatları kaçırma korkusu (FoMO) ve PSMU arasındaki ilişkiyi araştırmış, 340 katılımcıyla yapılan araştırmada aleksitiminin, savunma mekanizmalarının ve FoMO'nun birbiriyle bağlantılı olduğunu ve PSMU'ya etkide bulunduğunu göstermiştir. Bir diğer çalışmada ise 2020 yılında ABD başkanlık seçimleri sırasında sosyal medya kullanımı ile seçici kaçınma davranışı arasındaki ilişki araştırılmıştır (Wang ve diğerleri, 2024). Araştırmacılar, sosyal medya haberlerini sıklıkla kullanan, zayıf bağları olan, siyasi tartışmalara katılan ve gözetim kaygısı yaşayan bireylerin seçici kaçınma eğilimine daha sık başvurduğu sonucuna ulaşmıştır. Bir diğer dikkat çekici sonuç ise, bireylerin sosyal medyada algılanan gözetleme ve sosyal çatışmalara karşı bir koruma aracı olarak seçici kaçınmaya başvurabildiğini keşfetmiştir. Sosyal medyanın bir savunma mekanizması aracı olarak kullanıldığı da görülmektedir. "Sosyal Medyada Yabancı Düşmanlığı ve Mültecilere Yönelik Nefret Söylemi: Konuşmaya Karşı Güçlendirici Nedenler, Olumsuz Etkiler, Savunma ve Müdahale Mekanizmaları" başlıklı makalede, aynı şekilde sosyal medyada gelişen savunma mekanizmalarına odaklanmaktadır. Sosyal medyanın Suriyeli mültecilere yönelik yabancı düşmanlığı ve nefret söyleminin yayılması üzerindeki etkisini araştırmaktadır. Bu tür söylemleri güçlendiren temel nedenleri ve bunun mülteciler üzerindeki zararlı etkilerini anlamaya çalışmaktadır. Ayrıca çalışma, mültecilerin bu nefret söylemine karşı kullandıkları savunma mekanizmalarını da incelemektedir (Aldamen, 2023).

Bir başka çalışmada, bireysel farklılıkların ve kullanım güdülerinin sosyal medya kullanımını etkilediğini ve az sayıda kullanıcı arasında sorunlu sosyal medya kullanımına yol açabileceğini göstermektedir. Çalışma özellikle, belirli kişilik özelliklerinin problemlili sosyal medya kullanımı ile ilişkili olduğunu ve farklı sosyal medya kullanım güdülerinin farklı platformlar ve problemlili sosyal medya kullanımı ile ilişkili olduğunu bulmuştur (Kircaburun ve diğerleri, 2020).

Güney Kore’de ulusal düzeyde intiharı tahmin etmede sosyal medya verilerinin potansiyelini inceleyen bir çalışmada, 3 yıl boyunca (2008’den 2010’a kadar) intiharın yordayıcıları olarak klasik sosyal, ekonomik ve meteorolojik değişkenlerle birlikte iki sosyal medya değişkeni (intiharla ilgili ve disfori ile ilgili web günlüğü girişleri) test edilmiştir. Sonuçlar, her iki sosyal medya değişkeninin de intihar sıklığı ile güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar, sosyal medya verilerinin ulusal intihar tahmininde ve önlenmesinde değerli olabileceğini göstermektedir (Won ve diğerleri, 2013). Sosyal medyanın bireyler üzerindeki etkisinin bu anlamda yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Savunma mekanizmalarının sosyal medya ile olan ilişkisinin tutum ve davranışlarda nasıl etkili olduğunu bilmek de diğer çalışmalara kaynak oluşturma açısından önemlidir. Çevrim içi iletişim ve sosyal medya teknolojisinin gençlerin zihinsel refahı üzerindeki etkisine ilişkin güncel ampirik araştırmaları sistematik olarak inceleyen bir başka çalışmada; sosyal izolasyon, depresyon ve siber zorbalık konularının sosyal medyanın zararı olarak ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Araştırmanın pozitif bulgularına bakıldığında, gençlerin kendilerini gösterme, sosyal kimlik inşa etme ve sosyal destek bulma konularının öne çıktığı tespit edilmiştir (Best ve diğerleri, 2014). Evli bireylerle yapılan anket sonuçları ile Amerika Birleşik Devletleri’nden (ABD) eyalet düzeyinde verileri kullanarak sosyal ağ sitelerini kullanma, evlilik memnuniyeti ve boşanma oranları arasındaki ilişkiyi analiz eden bir diğer çalışmada, sosyal ağları kullanmanın evlilik kalitesi ve mutlulukla negatif, sorunlu bir ilişki yaşama ve boşanmayı düşünme ile pozitif korelasyon gösterdiği bulgusu elde edilmiştir. Bu korelasyonların, evlilik refahı ile ilgili çeşitli ekonomik, demografik ve psikolojik değişkenler kontrol edildikten sonra da geçerli olduğu bulunmuştur. ABD genelinde *Facebook*’un 2008 ile 2010 yılları arasında yayılması ile aynı zaman diliminde artan boşanma oranlarının pozitif olarak ilişkili olduğu da ortaya konmuştur (Valenzuela ve diğerleri, 2014). Böylelikle sosyal medyanın hayatın her alanında etkili bir unsur olduğu görülmektedir.

Savunma biçimleri psikolojik uyumla ilişkili olup egonun yapısındaki süreçler olarak tanımlanmaktadır. Savunma mekanizmaları, bireylerin yaşamış olduğu strese ve çatışmaya tepki olarak kullandıkları otomatik ve psikolojik tepkiler olarak da tanımlanabilmektedir (Pellitteri, 2002). İmmatür savunma mekanizmaları daha çok erken çocukluk çağı ankisiyete ve çatışmaları ile baş etmek üzere, kendilik ve dış dünya arasındaki uyum bozucu durumlarda ortaya çıkmaktadır. İmmatür savunma mekanizmaları: Bedenselleştirme (somatizasyon), bölme, içe alma, yer değiştirme, inkâr, yansıtma, dissosiyasyon, pasif-agresif davranış, rasyonalizasyon (mantiğe büründürme) olarak sınıflandırılmaktadır (Bora, 2019; McWilliams, 2010; Solgun ve diğerleri, 2018). Nevrotik savunma mekanizmalarına egonun yeterince güçlü olmadığı zamanlarda başvurularak kaygıyı azaltmak için başvurulan ve daha çok bilişsel çarpıtmaların da kullanıldığı bir savunma düzeneği olarak görülmektedir. Nevrotik savunma mekanizmalarını yapma bozma, idealizasyon, karşıt tepki oluşturma olarak tasnif edilmektedir (Bilge, 2018). Matür savunma biçimleri yaşamın ilerleyen

dönemlerinde ortaya çıkmakta ve bu savunma mekanizmaları nevrotik ve imatür savunma mekanizmalarının tersi yönde işler ve ego gelişimi sağlıklı olan kişilerin başvurduğu savunma mekanizmalarıdır. Bu savunma mekanizmaları ise yüceltme (*sublimation*), mizah, beklenti (*anticipation*) ve baskılama olarak sınıflandırılmaktadır (Blackman, 2012). Perry ve diğerleri (2013), yaptıkları çalışmada kişilik bozuklukları ve savunma mekanizmaları arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Yöntem

Araştırma, karşılaştırmalı ilişkisel tarama modeli temel alınarak nicel bir çalışma olarak tasarlanmıştır. İki veya ikiden daha fazla değişkenin birlikte değişimini ve/veya bu değişimin derecesini belirlemeyi hedefleyen araştırma modellerinin tamamı "ilişkisel tarama modelleri" olarak tanımlanmaktadır (Karasar, 2020). Bu araştırma modelinde, olabilecek çözümlerin temelinde ilişkiler karşılaştırılarak modeldeki nedenleri teke indirgemek amaçlanmaktadır. Çalışmanın etik kurul kararı bulunmaktadır¹. Araştırmada, sosyal medya kullanan bireylerin, savunma mekanizmalarına başvurup başvurmadığı, farklılıkları kabul düzeyinin ne olduğu ve sosyal medyanın bunu ne düzeyde etkilediği sorusuna odaklanılmaktadır. Buradaki en önemli sorunsal, sosyal medyanın var olan savunma mekanizmalarına etkisi ve aralarında pozitif bir ilişki olup olmadığıdır.

Hipotezler

H1. Farklılıkları Kabul Ölçeği, Savunma Mekanizmaları Ölçeği ve Sosyal Medya Kullanım Ölçeği skorları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H2. Farklılıkları Kabul Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları alt boyutları skorları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

H3. Sosyal Medya Kullanım Ölçeği ve Savunma Mekanizmaları alt boyutları skorları arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

Veri toplama ve örneklem

Çalışmanın evreni Türkiye'de yaşayan, 18 yaş üzeri sosyal medya kullanan katılımcılardan oluşmaktadır. Örneklem grubu, Goodman'ın (1961) önerdiği kar topu örneklem tekniği kullanılarak oluşturulmuştur. Veriler, *Google Formlar* aracılığıyla internet üzerinden elde edilmiş, toplamda 507 katılımcı çalışmaya katılım sağlamıştır. Katılımcıların 271'i 18-30 yaş arası, 193'ü 31-45, 40'ı 46-60, 3'ü 60 yaş üstüdür. Katılımcıların eğitim durumu ise 14'ü ilköğretim, 4'ü ortaokul,

1 Çalışmanın İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Rektörlüğü Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu Başkanlığı'ndan alınan 04.04.2023 tarihli ve 2023/170 No'lu Etik Kurul Onayı bulunmaktadır.

55'i lise, 321'i üniversite, 113'ü lisansüstü eğitim mezunudur. Katılımcıların medeni durumları 252'si bekar, 237'si evli, 13'ü boşanmış, 4'ü eşi yaşamıyor, 1'i eşinden ayrı yaşamakta şeklindedir. Çalışmanın verileri *Google Formlar*'dan *Excel* yardımıyla indirilerek *SPSS 20.0* programına aktarılmıştır. Veriler, *SPSS 20.0* programıyla analiz edilmiştir.

Farklılıkları kabul ölçeği

Deniz ve Tutgun-Ünal (2019) tarafından geliştirilen ölçek beşli likert tipi olup dokuz (9) sorudan oluşmaktadır. Ölçek, kişilerin farklılıklarını kabul seviyesini saptayabilmek için kullanılmaktadır. Ölçeğin *cronbach alpha* değeri 0,77 olarak saptanmıştır.

Sosyal medya kullanım ölçeği

Deniz ve Tutgun-Ünal (2019) tarafından geliştirilen ölçek beşli likert tipi olup sekiz (8) sorudan oluşmaktadır. Ölçek, kişilerin sosyal medya kullanım durumlarını saptayabilmek için uygulanmaktadır. Ölçeğin *cronbach alpha* değeri 0,824 olarak saptanmıştır (Deniz & Tutgun-Ünal, 2019).

Savunma mekanizmaları ölçeği

Savunma Biçimleri Testi Bond ve diğerleri (1983) tarafından hazırlanmıştır. 9'lu likert tipi olan ölçek, 88 maddeden oluşturulmuştur. Andrews ve diğerleri (1989) 88 maddeden oluşan bu testi DSM III-R'a göre revize ederek 72 maddeye indirmiştir (SBT-72). Ölçeğin bu formunda 3 faktörde 20 savunma mekanizması ele alınmıştır. Bu faktörler; immatür, nevrotik ve matür savunma mekanizmaları olarak sınıflandırılmıştır. Andrews ve diğerleri (1993) SBT-72'deki savunmaların sayı dağılımının eşit olmaması, bazı savunmaların çok fazla madde ile ölçülürken bazı savunmaların ise sadece bir madde ile ölçülmesi ve testin istatistiksel eksikliklerine ek olarak, madde sayısının fazla olması sonucu bireylerin yanıtlarken sıklıkla, yorulması gibi nedenlerle yanlış sonuçlar verebileceği öngörülerek, SBT'nin 40 maddelik formunu (SBT-40) geliştirmişlerdir. SBT-40'taki savunmalar immatür, nevrotik ve matür savunma biçimleri şeklinde 3 faktörde toplanmıştır. Yılmaz ve diğerleri (2007) tarafından SBT-40'ın Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. *Cronbach alfa* katsayıları ise immatür savunma mekanizmalarında 0,83 nevrotik savunma mekanizmalarında 0,61 ve matür savunma mekanizmalarında 0,70 olarak saptanmıştır.

Bulgular

Yapılan çalışmada öncelikle verilerin normal dağılıp dağılmadığına ilişkin analiz yapılmıştır. Elde edilen bulgularda, *Skewness* ve *Kurtosis* değerlerinin +1.0 ila

-1.0 aralığında olmasından dolayı araştırmamızın normalliği sağladığı görülmektedir (Hair ve diğerleri, 2013). *Ek Tablo 1'*de katılımcıların demografik bilgileri verilmiştir. 18-30 yaş aralığında olan katılımcı sayısı 270 (%53,4), 31-45 yaş aralığında olan katılımcı sayısı 193 (%38,1), 45-60 yaş aralığında olan katılımcı sayısı 40 (%7,9), 60 ve üstü yaşı olan katılımcıların sayısı 3 (%0,6) olduğu görülmektedir. Katılımcıların yarıdan fazlasını 18-30 yaş arası kullanıcılar oluşturmaktadır. Özellikle internet çağının geliştiği, sosyal medya ile büyüyen nesiller olarak da tanımlanan kullanıcıların oranının yüksek olması, elde edilecek bulgularda araştırmayı güçlendirmektedir. Katılımcıların yüzde 63,2'si lisans, yüzde 22,3'ü lisansüstü, yüzde 10,9'u ise lise düzeyindedir.

Araştırmamızın temelini oluşturan, Sosyal Medya Kullanımı Ölçeği (Ort= 2,508, SS. ,848,) ve Savunma Mekanizmaları Ölçeği (Ort=4,2792, SS,84077) skorları arasındaki ilişki Pearson Korelasyonu ile ölçülmüştür. Bu değişkenler arasında düşük seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504)=,108$, $p<,001$). Elde edilen bulgularda, sosyal medya kullanan katılımcıların savunma mekanizmalarına başvurduğu tespit edilmiştir. Bu durumda, H_2 hipotezi kabul edilmiştir.

Sosyal Medya Kullanımı Ölçeği (Ort= 2,508, SS. ,848,) ve Savunma Mekanizmaları Ölçeği alt boyutlarından matür savunma mekanizmaları (Ort=3,5500, SS, ,93945) skorları arasındaki orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504)=,166^{**}$, $p<,001$). Matür savunma mekanizmaları, kişinin stres, kaygı veya tehdit algısı gibi olumsuz duygusal durumlarla başa çıkmasına yardımcı olan psikolojik süreçlerdir. Bu mekanizmalar, kişinin bilinçli veya bilinçdışı olarak kullanabileceği çeşitli stratejileri içerir. Matür savunma mekanizmaları genellikle daha olgun, etkili ve sağlıklı kabul edilmektedir. Dolayısıyla elde edilen bulgu, sosyal medyada kullanıcıların kendilerini koruma iç güdüsüyle hareket ettiğini göstermektedir.

Sosyal Medya Kullanımı Ölçeği (Ort= 2,508, SS. ,848,) ve Savunma Mekanizmaları Ölçeği alt boyutlarından nevrotik savunma mekanizmaları (Ort=3,5500, SS, ,93945) skorları arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504)=,127^{**}$, $p<,001$). Nevrotik savunma mekanizmaları genellikle olgunluktan uzak olarak nitelendirilir ve psikolojik uyum açısından sağlıklı değildir. Kullanıcıların sosyal medya kullanımında, kendi düşüncesinde olmayan kişileri, kendi zihniyle uyuşmayan fikirleri reddetme eğilimi gösterebilmektedir. Sosyal medyada kullanıcılar zamanla, belirli bir tarafın parçası olarak "bölünme" davranışı gösterebilmektedir.

Sosyal Medya Kullanımı Ölçeği (Ort= 2,508, SS. ,848,) ve immatür savunma mekanizmaları (Ort=3,5500, SS, ,93945) skorları arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504)=,278^{**}$, $p<,001$). Bu analizin sonucuna göre sosyal medya kullanan katılımcılar savunma mekanizmalarının üç alt boyutunu da kullanmaktadır ancak immatür savunma mekanizmasını daha çok kullanmaktadır. İm savunma mekanizmaları, kişinin duygusal sıkıntılarından geçici olarak kaçınmasına veya rahatlamasına neden olabilir, ancak uzun va-

dede sağlıklı duygusal gelişim ve uyum için engelleyici olabilirler. Kişinin bu mekanizmaları fark etmesi ve daha olgun, etkili başa çıkma stratejileri geliştirmesi önemlidir. Elde edilen bulgularda, kullanıcıların *Ek Tablo 11'*de sosyal medyayı bir dışavurum aracı olarak kullandığı görülmektedir. Kullanıcılar, yalnız hissettiğinde sosyal medyada vakit geçirerek kendilerini çoğunlukla iyi hissettiklerini (yüzde 27,2) belirtmiştir.

Sosyal Medya Kullanımı Ölçeği (Ort= 2,508, SS. ,848) ve immatür savunma mekanizmalarından rasyonalizasyon (Ort=3,583, SS, 1,678) skorları arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504)=,150, p<.001$). Rasyonalizasyon, kişinin istenmeyen veya rahatsız edici bir durumu, düşünceyi veya davranışı mantıklı veya makul bir şekilde açıklamaya çalışmasıdır. Bu savunma mekanizması, kişinin gerçekleri kabul etmek yerine, kendi eylemlerini veya düşüncelerini haklı çıkarmak için gerekçeler bulma eğilimindedir. Kullanıcıların sosyal medyada genellikle hakikat yerine, hakikatin yerine geçen algıların üzerinde daha fazla vakit geçirdiği söylenebilir. İlişkinin de orta seviyede olması bize bunu anlatmaktadır.

Sosyal Medya Kullanımı Ölçeği (Ort= 2,508, SS. ,848) ve immatür savunma mekanizmalarından bölünme (Ort=3,059, SS, 1,715), dissosiyasyon (Ort=3,554, SS, 1,877) inkâr (Ort=3,893, SS, 1,882), otistik fantazi (Ort=,009, SS, 1,933) ve dışa vurma (Ort=3,681, SS, 1,824) skorları arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyal medya kullanan katılımcılar immatür savunma mekanizmalarından dissosiyasyon, bölünme, dışa vurma, otistik fantezi ve rasyonalizasyona başvurabilmektedir. Dissosiyasyon, stresli durumlarla başa çıkmak için kullanılan bir savunma mekanizması değil, daha ziyade kişinin zihinsel ve duygusal deneyimlerini işleme şekliyle ilgilidir. Bu nedenle, dissosiyatif deneyimlerin ortaya çıkmasında psikolojik etmenlerin yanı sıra biyolojik ve nörolojik faktörler de rol oynayabilir.

Sosyal Medya Kullanım ve (Ort= 2,508, SS, ,848) matür savunma mekanizmalarından mizah (Ort=4,4704, SS, 1,563) skorları arasında istatistiksel olarak pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504)=,137, p<.01$). Elde edilen bulgularda, sosyal medya kullanan katılımcılar matür savunma mekanizmalarını kullanmaktadır. Mizah, olaylara pozitif bir bakış açısı kazanmak, ironi kullanmak veya espri yapmak yoluyla gerçeklikle başa çıkma şeklidir. Örneğin, bir kişi yaşadığı bir hata veya talihsizlikle ilgili bir espri yaparak, durumu daha hafifletebilir ve kendini daha iyi hissedebilir. Sosyal medya platformları, kullanıcıların mizah anlayışlarını ve tarzlarını ifade etmeleri için bir alan sağlamaktadır. Kullanıcılar sosyal medyada; komik videolar, *mem'e*ler, espri içerikli yazılar ve görseller üzerinden iletişim geliştirebilmektedir. Subölen'in (2020) yapmış olduğu araştırmada, sosyal medyada içerik üreten iki mizah hesabı analiz edilmiş, elde edilen bulgularda Pandemi döneminde içeriklerin önceki dönemlere göre daha fazla etkileşim aldığı ortaya çıkmıştır. Bu bulgu bize mizahın Pandemi gibi bir bunalım ortamında bir savunma mekanizması olarak kullanıldığını göstermektedir.

Sosyal Medya Kullanımı Ölçeği (Ort= 2,508, SS. ,848) ve Farklılıkları Kabul Ölçeği (Ort=2,163, SS. ,704) skorları arasındaki ilişki Pearson Korelasyonu ile ölçülmüştür. Bu değişkenler arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504)=109, p<,01$). Elde edilen bulgularda, sosyal medya kullanıcıları kimi durumlarda farklılıkları kabul ederken kimi durumlarda da reddetmektedir.

Farklılıkları Kabul (Ort= 2,163, SS. ,704) ve savunma mekanizmaları Ölçeği (Ort=4,2792, SS. ,84077) skorları arasındaki ilişki Pearson Korelasyonu ile ölçülmüştür. Bu değişkenler arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504) =,150, p<,01$). Elde edilen bulgularda, katılımcılar, farklılıkları kabul ederken savunma mekanizmalarına başvurulmaktadır.

Farklılıkları Kabul (Ort= 2,163, SS. ,704) ve immatür savunma mekanizmaları (Ort=3,5500, SS. ,93945) skorları arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504) =,165, p<,001$). Elde edilen bulgularda, katılımcılar farklılıkları kabul ederken immatür savunma mekanizmalarına başvurmuşlardır.

Farklılıkları Kabul (Ort= 2,508, SS. ,848,) ve Savunma Mekanizmaları Ölçeği alt boyutlarından immatür savunma mekanizmalarından dissosiyasyon (Ort=3,554, SS. ,848,) arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504) =,153^{**}, p<,001$). Farklılıkları Kabul (Ort= 2,508, SS. ,848,) ve Savunma Mekanizmaları Ölçeği alt boyutlarından immatür savunma mekanizmalarından inkâr (Ort=3,893, SS. ,1,882) skorları arasında yüksek seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504) =,133^{**}, p<,001$). Bu doğrultuda, farklılıkları kabul eden ya da reddeden bireyler, savunma mekanizmalarından inkara başvurmaktadır. Kullanıcıların; dil, din ve ırk ayrımı olduğunda sosyal medyada yorum yaparken daha fazla özgüvenli olduğu ve kolayca inkara başvurabildiği yorumu yapılabilir.

Farklılıkları Kabul Ölçeği (Ort= 2,508, SS. ,848,) ve Savunma Mekanizmaları Ölçeği alt boyutlarından immatür savunma mekanizmalarından dışa vurma (Ort=3,711, SS. ,1,941) skorları arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504) =,190, p<,001$). Farklılıkları Kabul Ölçeği (Ort= 2,508, SS. ,848,) ve Savunma Mekanizmaları Ölçeği alt boyutlarından immatür savunma mekanizmalarından değersizleştirme (Ort=3,613, SS. ,1,824) skorları arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(504) =,111, p<,001$). Elde edilen bulgularda, katılımcılar farklılıkları kabul etmede immatür savunma mekanizmalarından dissosiyasyon, inkâr, değersizleştirmeye başvurmaktadır. Farklılıkları Kabul ve (Ort= 2,163, SS. ,704) ve Savunma Mekanizmaları Ölçeği alt boyutlarından matür savunma mekanizmalarından baskılama (Ort=3,595, SS. ,1,503) skorları arasındaki ilişki Pearson Korelasyonu ile ölçülmüştür. Bu değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($r(504) =,099, p>,001$).

*Ek Tablo 12'*de yer alan bulgularda, sosyal medyanın kullanım amaçlarının

öğrenilmesi hedeflenmiştir. Katılımcılar; öfkelenildiğinde, mutlu olduğunda ya da duygusal olarak bir yoğunluk hissettiğinde sosyal medyada daha az aktif olmaktadır. Kullanıcılar, öfkelenildiğinde sosyal medyayı kullanmadığını belirtmiştir. Diğer yandan mutlu olduğunda veya herhangi bir tartışma yaşadığında da kullanıcılar sosyal medyayı aktif olarak kullanmamaktadır. Tabloda, sosyal medyanın öfke, nefret, mutluluk, hüzün, sevinç, yalnızlık, şiiir veya özlü söz paylaşılan bir alan olmadığı sonucu ortaya çıkmaktadır. Bu tabloda yer alan bulguların gerçeklikle bağdaşmadığı yorumu yapılabilir. Kullanıcıların anket sorularına cevap verirken bile savunma mekanizmasına başvurduğu yorumu yapılabilir.

Tartışma ve Sonuç

Sosyal medya; kullanıcıların ruh hallerini yansıttığı, hayatının tüm anlarını metin, fotoğraf ve video biçiminde paylaştığı alanlar olarak düşünüldüğünde, hakikatin tam manasıyla ortaya konduğu mecralar olmamaktadır. Sosyal medyanın sunduğu filtreler, kurgusal özellikler, kişinin farklı biçimlerde var olabilmesini mümkün kılmaktadır. Sanal bir mecrada bulunmanın verdiği özgüvenle birlikte kullanıcılar birçok konuda rahatça içerik üretebilmektedir. Bu içerikler üretilirken de savunma mekanizmaları devreye girebilmektedir. Bir futbol maçını kaybeden taraftarın yenilginin sebebi çevresel faktörlere bağlayarak içerik üretmesi, bir anlamda savunma mekanizmalarına başvurduğunu göstermektedir. Örneğin bir afet anında kullanıcılar, olay yerinde olmasalar bile olay yerindeymiş gibi içerikler üreterek bir anlamda dışavuruma başvurmaktadır. Bazen yansıtma mekanizmasına başvururken bazen de yüceltme davranışına başvurabilmektedir. En nihayetinde sosyal medya, bireyin olduğu biçimiyle değil, kendisini olmak istediği biçimiyle kullandığı bir alan olarak psikolojik bir sarmalın araçsallaştığı mecraya dönüşmüştür.

Cramer'e (2008) göre savunma mekanizmaları, ihtiyaçların engellenmesi ya da benliğin uyum sağlama kapasitesine hizmet eden ve kişinin tehdit olarak algıladığı ve/veya değerlendirdiği durumlarda bu çatışmalara ve kaygıya uyum sağlamaya yardım etmek için kullanılmaktadır. Her sağlıklı insan ara sıra savunma mekanizmalarına başvurmaktadır. Bilinçdışı işletilen savunma mekanizmaları farkına varılmadan kullanılmaktadır (Bilge, 2018, ss. 154-155). Elde edilen bulgularda, sosyal medya kullanan bireyler, immatür savunma mekanizmasına daha çok başvurabilmektedir. İmmatür savunma mekanizmaları; yansıtma, inkâr, dışa vurma, bölme ve idealleştirme gibi alt mekanizmalara sahiptir. Bunlar sosyal medyada kullanıcılar tarafından zaman zaman tercih edilmektedir. Özellikle olumlu ya da olumsuz bir olayla gündeme gelen bazı kullanıcılar, öfkeli ya da sevinçli olsa bile mizah unsurunu kullanarak savunma mekanizması geliştirmektedir. Mallya ve Susanti (2021), yaptıkları çalışmada blog yazarlarının yüceltme savunma mekanizmasına başvurduklarını belirtmiştir. Araştırmada, yüceltme ve sosyal medya kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Tablo 5). Sosyal medya kullanımı ve savunma mekaniz-

malarından mizah ile aralarında istatistiksel olarak pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur (*Tablo 5*). Mallya ve Susanti (2021) göre, sosyal medya yazarları yazılarında hiciv sanatına sıklıkla başvuruyorlardı. Araştırmada olduğu gibi sosyal medyada ile farklılıkları kabul konusunda da baskılama ile aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (*Tablo 4*). Baskılama, istenmeyen bir durumu yaşadktan ya da deneyimledikten sonra onu yok sayma, yaşamamış gibi iddia etmedir (Bahadır, 2019). Bu durumda farklılıkları kabul ölçeği skorları yüksek olan katılımcılar, farklılıkları kabul ediyormuş gibi baskılama savunma mekanizmasına başvurarak, yaşamış olduğu kaygı ile baş edebilmektedir. Sosyal medya kullanıcıları korku, kaygı, güvensizlik ve benzeri duyguları savunma mekanizmalarına başvurarak gidermeye çalışmaktadır (Armağan, 2013).

Sosyal medya kullanımı ve immatür savunma mekanizmalarının arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir (*Tablo 4*). Dışa vurma, otistik fan-tezi, dissosiyasyon, bölünme ve rasyonalizasyon ile sosyal medya kullanımı arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (*Tablo 5*). İnternet ve sosyal medya kullanmanın yaygın hale gelmesi ile birlikte çevrim içi ve çevrim dışı hayatlarındaki farklılıklar ile kullanıcılar "siber dissosiyasyon" geliştirmektedir (Öztürk & Çalıcı, 2018). Elde edilen bulgularda, sosyal medya kullanıcılarının savunma mekanizmalarından bölünme ve dissosiyasyona başvurdukları ve siber alter kimlikler geliştirdikleri görülmektedir. Yalçın (2022), 315 üniversite öğrencisinden oluşan katılımcılar ile yaptığı çalışmada, katılımcıların sosyal medyada kendilerini farklı kimlikler ile tanıttıklarını belirtmiştir. Bir başka çalışmada, sosyal ağ kullanımının sosyal, psikolojik ve fizyolojik rahatsızlığa neden olabileceği ve sorunlu sosyal ağ kullanımına katkıda bulunan faktörlerin anlaşılmasının önemli olduğu sonucuna varmıştır (Kesici, 2019). Sosyal yaşamda olumsuzluk yaşayan kişiler, savunma mekanizması olarak sosyal medya kullanımına başvurabilmektedirler. Sosyal medya kullanmak, bireylerin deneyimlemiş oldukları olumsuz yaşam olayları ile baş etme paradigması görevi görmektedir (Çalışkan & Mencik, 2015).

Sonuç olarak, bu çalışma sosyal medya ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkiye ışık tutmakta ve ikisi arasında pozitif bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Bulgular, sosyal medya faaliyetlerine daha sık katılan bireylerin, başa çıkma stratejileri olarak savunma mekanizmalarını kullanma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Sosyal medyanın savunma mekanizmaları ve zihinsel esenlik üzerindeki etkisinin kabul edilmesi, daha sağlıklı bir çevrim içi ortamı desteklemek için çok önemlidir. Bireyler, dijital farkındalığı ve dayanıklılık geliştirmeyi teşvik ederek, sosyal medyada olumsuz psikolojik sonuçları en aza indirecek ve sahip olduğu olumlu potansiyeli optimize edecek şekillerde gezinebilir. Sosyal medya, iletişim ve bağlantı açısından çok sayıda avantaj sunarken, aynı zamanda benzersiz bir dizi zorluk ve stres kaynağı da sunduğunu kabul etmek çok önemlidir. Yoğun sosyal medya kullanıcıları, arasında savunma mekanizmalarının yaygınlığı, bireylerin çevrim içi etkileşimlerin karmaşıklığı ve potansiyel tehditleri arasında gezinmek için bu

psikolojik stratejilere güvenebileceğini düşündürmektedir. Potansiyel olumsuz sonuçları azaltmak için bireyler, sosyal medyayla etkileşim kurarken dikkatli davranmalılar. Bu, kişinin savunma mekanizmalarını ve bunların duygusal esenlik üzerindeki etkilerini tanımak için içgörü geliştirmeyi gerektirir. Savunma mekanizmaları hakkında açık tartışmaları teşvik etmek ve dijital dirençlilik için kaynaklar sağlamak, bireyleri sosyal medyayı kullanırken bilinçli seçimler yapma konusunda güçlendirebilir. Ek olarak, dijital platformların kendilerinin de olumlu ve destekleyici bir ortamın geliştirilmesinde oynayacakları bir rol vardır. Sosyal medya şirketleri, platformlarda harcanan zamanı yönetmek, gerçek etkileşimleri teşvik etmek ve çevrim içi toksisiteyi en aza indirmek için araçlar sağlayarak, kullanıcının refahına öncelik veren özellikler ve politikalar uygulayabilir. Bir empati, anlayış ve dijital sağlıklı yaşam kültürü geliştirerek, sosyal medya platformları, savunma mekanizmalarına aşırı güvenme ihtiyacını azaltırken, olumlu sosyal bağlantıları kolaylaştıran alanlar haline gelebilir. Sosyal medya ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin altında yatan mekanizmaları ve nüansları keşfetmek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. Boylamsal çalışmalar, sosyal medya kullanımının bireylerin ruh sağlığı ve başa çıkma stratejileri üzerindeki uzun vadeli etkilerine dair önemli veriler sağlayabilir. Ek olarak, kişilik özellikleri veya önceden var olan psikolojik zayıflıklar gibi bireysel farklılıkların rolünün araştırılması, bu ilişkinin daha kapsamlı bir şekilde anlaşılmasına katkıda bulunabilir. Sonuç olarak, bu çalışma sosyal medya kullanımı ve savunma mekanizmaları arasındaki pozitif ilişkinin altını çizmektedir. Daha dikkatli ve destekleyici bir dijital ortamı teşvik etmek için hem bireysel düzeyde hem de sosyal medya platformlarının daha geniş bağlamında farkındalığın artırılması önerilmektedir. Gelecek çalışmalarda, sosyal medya kullanan bireylerle yüz yüze ve derinlemesine görüşme yöntemiyle nitel çalışmalar yapılabilir. Bireylerin sosyal medya üzerinden soruları cevaplama ile yüz yüze cevaplama arasında çeşitli farklar oluşabilir. Bu farkları ortadan kaldırmak için bireylere daha uygun bir ortam sağlanabilir. Böylelikle sosyal medya üzerinden yapılan araştırma ile yüz yüze yapılan araştırma arasındaki farklar da tespit edilebilir.

Kaynakça

- Aldamen, Y. (2023). Xenophobia and hate speech towards refugees on social media: reinforcing causes, negative effects, defense and response mechanisms against that speech. *Societies*, 13(4), 83. <https://doi.org/10.3390/soc13040083>
- Andrews, G., Singh, M., & Bond, M. (1993). The defense style questionnaire. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 181(4), 246-256.
- Armağan, A. (2013). Gençlerin sanal alanı kullanım tercihleri ve kendilerini sunum taktikleri: Bir araştırma. *Journal of International Social Research*, 6(27).
- Aydınalp, G. I. (2013). Sosyal medyaya halkla ilişkiler perspektifinden eleştirel bir bakış. *Turkish Online Journal of Design Art and Communication*, 3(4), 1-37.

- Bahadır, E. (2019). *Erken dönem uyumsuz şemaları ile savunma mekanizmaları arasındaki ilişkilerin çocukluk çağı travmaları açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Best, P., Manktelow, R., & Taylor, B. (2014). Online communication, social media and adolescent wellbeing: A systematic narrative review. *Children and Youth Services Review*, 41, 27-36.
- Bilge, Y. (2018). Kişilik bozuklukları ve savunma mekanizmaları. *Turkish Studies*, 13(10), 145-167. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.13576>
- Blackman, L. (2012). *Immaterial bodies: Affect, embodiment, mediation*. Sage.
- Chaudhari, D. D., & Pawar, A. V. (2021). Propaganda analysis in social media: A bibliometric review. *Information Discovery and Delivery*, 49(1), 57-70.
- Coombs, W. T., Falkheimer, J., Heide, M., & Young, P. (Der.). (2015). *Strategic communication, social media and democracy: The challenge of the digital natives*. Routledge.
- Çalışkan, M., & Mencik, Y. (2015). Değişen dünyanın yeni yüzü: Sosyal medya. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, 50, 254-277.
- Deniz, L., & Tutgun-Ünal, A. (2019). Sosyal medya çağında kuşakların sosyal medya kullanımı ve değerlerine yönelik bir dizi ölçek geliştirme çalışması. *OPUS International Journal of Society Researches*, 11(18), 1025-1057.
- Figueiredo, C., & Bolaño, C. (2017). Social media and algorithms: Configurations of the lifeworld colonization by new media. *The International Review of Information Ethics*, 26.
- Gallager, R. G. (2008). *Principles of digital communication*. Cambridge University Press.
- Goodman, L. A. (1961). Snowball sampling. *The annals of mathematical statistics*, 148-170.
- Gori, A., Topino, E., Gioia, F., & Casale, S. (2024). Problematic social media use in young adults: A mixed serial-parallel mediation model involving alexithymia, defense mechanisms, and fear of missing out. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*.
- Gökmen, B. D. (2023). Sağlık öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı, benlik saygısı ve savunma mekanizmaları arasındaki ilişki. *Sakarya Üniversitesi Holistik Sağlık Dergisi*, 6(2), 240-255.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2013). *Multivariate data analysis*. Pearson Education Limited.
- Kietzmann, J. H., Hermkens, K., McCarthy, I. P., & Silvestre, B. S. (2011). Social media? Get serious! Understanding the functional building blocks of social media. *Social Science Research Network*.

- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Akademik Yayıncılık.
- 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.
- Kesici, A. (2019). Üniversite öğrencilerinde dışadönüklük, sosyal ağları kullanma sıklığı ve cinsiyetin problemlili sosyal ağ kullanımına etkisinin incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 39(1), 1-1.
- Mallya, D., & Susanti, R. (2021). Theorizing race, marginalization, and language in the digital media. *Communication & Society*, 403-415.
- Pittman, M., & Reich, B. (2016). Social media and loneliness. *Computers in Human Behavior*, 62, 155-167. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2016.03.084>
- Mayfield, A. (2008). What is social media. 10 Ekim 2023 tarihinde https://indiansstrategicknowledgeonline.com/web/mayfield_strat_for_soc_media.pdf. adresinden erişilmiştir.
- McWilliams, N. (2010). Paranoia and political leadership. *The Psychoanalytic Review*, 97(2), 239-261.
- Musoba, J. (2022). Common defence mechanisms used on social media. <https://techmoran.com/2022/05/23/common-defence-mechanisms-used-on-social-media> adresinden erişilmiştir.
- Okocha, D. O., Isah, J. O., & Akpe, S. (2023). Social media: A gateway for online child grooming. *Information security and privacy in smart devices: Tools, methods, and applications* içinde (ss. 257-281). IGI Global.
- Özdemir Çakır, H. Ö. (2018). Yükseköğretimde Facebook kullanımı ve bağlam çöküşü: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Uluslararası Halkla İlişkiler ve Reklam Çalışmaları Dergisi*, 1(1), 29-40.
- Öztürk, E., & Çalıcı, C. (2018). Modern toplumda kimlik, "siber dissosiyasyon" ve "siber alter": Teorik ve klinik bir yaklaşım. *Ruhsal Travma ve Dissosiyasyon. Ankara: Türkiye Klinikleri*, 39-47.
- Öztürk, E., & Derin, G. (2022). Siber dissosiyatif yaşantılar, dijital nötralizasyon ve dijital optimizasyon. *Sciences*, 20, 23.
- Pellitteri, J. (2002). The relationship between emotional intelligence and ego defence mechanisms. *The Journal of Psychology*, 136(2), 182-194.
- Perry, J. C., Presniak, M. D., & Olson, T. R. (2013). Defence mechanisms in schizotypal, borderline, antisocial, and narcissistic personality disorders. *Psychiatry: Interpersonal & Biological Processes*, 76(1), 32-52.
- Solgun, C., Tarsuslu, B., Çulhacık, G. D., & Durat, G. (2018). Yoğun bakım ünitelerinde çalışan hemşirelerin örgütsel stres düzeyleri ile benlik savunma mekanizmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Human Rhythm*, 4(2), 126-133.
- Statistica, (2023). 16 Mart 2024 tarihinde <https://www.statista.com/topics/9412/>

social-media-in-turkey adresinden erişilmiştir.

- Sun, Y., & Zhang, Y. (2021). A review of theories and models applied in studies of social media addiction and implications for future research. *Addictive behaviors*, 114, 106699.
- Şendoğan, F., & Öksüz, B. (2023). Instagram'da marka savunuculuğu: Marka hayran hesaplarına yönelik bir araştırma. *Intermedia International E-Journal*, 10(19), 293-313.
- Valenzuela, S., Halpern, D., & Katz, J. E. (2014). Social network sites, marriage well-being and divorce: Survey and state-level evidence from the United States. *Computers in Human Behavior*, 36, 94-101.
- Wang, Y., Ahmed, S., & Bee, A. W. T. (2024). Selective avoidance as a cognitive response: examining the political use of social media and surveillance anxiety in avoidance behaviours. *Behaviour & Information Technology*, 43(3), 590-604.
- Won, H. H., Myung, W., Song, G. Y., Lee, W. H., Kim, J. W., Carroll, B. J., & Kim, D. K. (2013). Predicting national suicide numbers with social media data. *PloS one*, 8(4), e61809.
- Yalçın Sevinç, Ç. P. (2022). *Üniversite öğrencilerinde internet ve sosyal medya bağımlılığı ile çocukluk çağı travmaları, siber dissosiyasyon ve travma sonrası büyüme arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Adli Tıp ve Adli Bilimler Enstitüsü.
- Yılmaz, N., Gençöz, T., & Ak, M. (2007). Savunma Biçimleri Testi'nin psikometrik özellikleri: Güvenilirlik ve geçerlik çalışması [Psychometric properties of the Defence Style Questionnaire: A reliability and validity study]. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 244-253.
- Sergeeva, Z. N. (2023). Social media as a new institutional structure for communication. *Society and security insights*, 6(1), 56-65. [https://doi.org/10.14258/ssi\(2023\)1-03](https://doi.org/10.14258/ssi(2023)1-03)

EK-1

Tablolar

Tablo 1. Katılımcıların demografik değişkenlerine ilişkin veriler

Yaş	%	N
18-30	53,4	271
31-45	38,1	193
46-60	7,9	40
60 ve Üstü	0,6	3
Eğitim Durumu	%	N
İlkokul	2,8	14
Ortaokul	0,8	4
Lise	10,9	55
Lisans	63,2	321
Lisansüstü	22,3	113
Medeni Durum	%	N
Bekar	49,6	252
Evli	46,8	237
Boşanmış	2,6	13
Eşi ile Ayrı yaşıyor	0,8	4
Eşi Ölmüş	0,2	1

Tablo 2. Sosyal medya kullanımı ölçeği ve savunma mekanizmaları ölçeği skorları

		Sosyal Medya Kullanım Ölçeği	Savunma Mekanizmaları
Sosyal Medya Kullanım Ölçeği	Pearson r	1	,108*
	P		0,015
	N	506	506
Savunma Mekanizma	Pearson r	,108*	1
	P	0,015	
	N	506	506

*Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 3. Sosyal medya kullanımı ve matür, nevrotik ve immatür savunma mekanizmaları Pearson korelasyon analiz sonuçları

		1	2	3	4
1.Sosyal Medya Kullanım Ölçeği	Pearson r				
	P				
	N				
2.İmmatür	Pearson r	,278**			
	P	0			
	N	506			
3.Nevrotik	Pearson r	0,046	,127**		
	P	0,302	0,004		
	N	506	506		
4.Matür	Pearson r	-0,037	,166**	0,061	
	P	0,401	0	0,169	
	N	506	506	506	

**Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4. Sosyal medya kullanımı ve immatür savunma mekanizmaları pearson korelasyon analiz sonuçları

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.Sosyal Medya Kullanım Ölçeği	Pearson r										
	P										
	N										
2.Pasif	Pearson r	-0,061									
	P	0,17									
	N	506									
3.Dışavurma	Pearson r	,200**	-0,01								
	P	0	0,821								
	N	506	506								
4.Yalıtma	Pearson r	-0,007	,296**	-0,007							
	P	0,881	0	0,88							
	N	506	506	506							
5.Otistik	Pearson r	,331**	-0,062	,419**	-0,06						
	P	0	0,161	0	0,18						
	N	506	506	506	506						
6.İnkâr	Pearson r	0,009	0,081	,316**	0,021	,199**					
	P	0,845	0,07	0	0,64	0					
	N	506	506	506	506	506					
7.Dissosiyasyon	Pearson r	,150**	0,041	,407**	-0,077	,305**	,475**				
	P	0,001	0,353	0	0,082	0	0				
	N	506	506	506	506	506	506				
8.Bölünme	Pearson r	,217**	-0,004	,361**	-0,07	,445**	,119**	,223**	1**		
	P	0	0,93	0	0,115	0	0,008	0	0		
	N	506	506	506	506	506	506	506	506		
9.Rasyonalizasyon	Pearson r	,150**	,165**	,271**	0,034	,209**	0,011	,214**	,251**		
	P	0,001	0	0	0,442	0	0,8	0	0		
	N	506	506	506	506	506	506	506	506		
10.Yansıtma	Pearson r	0,086	0,079	,179**	0,07	,215**	,165**	,112*	,062**	,140**	
	P	0,052	0,076	0	0,117	0	0	0,011	0,163	0,002	
	N	506	506	506	506	506	506	506	506	506	

*Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlı. **Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlı.

Tablo 5. Sosyal medya kullanımı ve matür savunma mekanizmaları pearson korelasyon analiz sonuçları

1.Sosyal Medya Kullanımı	1	2	3	4	5
2.Yüceltme					
3.Mizah	,137**				
	0				
	506				
4.Baskılama	-0	,273**	0,06		
	0,4	0	0,22		
	506	506	506		
5.Beklenti	-0	,143**	-0,1	0,05	
	0,32	0	0,19	0,26	
	506	506	506	506	

*Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlı. **Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlı.

Tablo 6. Sosyal medya kullanımı ve farklılıkları kabul pearson korelasyon analiz sonuçları

		Sosyal Medya Kullanım Ölçeği	Farklılıkları Kabul Ölçeği
Sosyal Medya Kullanım Ölçeği	Pearson r	1	,109*
	P		,014
	N	506	506
Farklılıkları Kabul	Pearson r	,109*	1
	P	,014	
	N	506	506

*Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 7. Farklılıkları kabul ve savunma mekanizmaları pearson korelasyon analiz sonuçları

		Farklılıkları Kabul	Savunma Mekanizmaları
Farklılıkları Kabul	Pearson r	1	,150**
	P		,001
	N	506	506
Savunma Mekanizmaları	Pearson r	,150**	1
	P	,001	
	N	506	506

**Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 8. Farklılıkları kabul ve matür, nevrotik ve immatür savunma mekanizmaları pearson korelasyon analiz sonuçları

		Farklılıkları Kabul	Matür	Nevrotik	İmmatür
Farklılıkları Kabul	Pearson r	1	,099*	,052	,165**
	P		,026	,241	,000
	N	506	506	506	506
Matür	Pearson r	,099*	1	,061	,166**
	P	,026		,169	,000
	N	506	506	506	506
Nevrotik	Pearson r	,052	,061	1	,127**
	P	,241	,169		,004
	N	506	506	506	506
İmmatür	Pearson r	,165**	,166**	,127**	1
	P	,000	,000	,004	
	N	506	506	506	506

*Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır. **Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 9. Farklılıkları kabul ve immatür savunma mekanizmaları pearson korelasyon analiz sonuçları

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1.Farklılıkları Kabul	Pearson r	1												
	P													
	N													
2.Yanıtına	Pearson r	,099*												
	P	0,026												
	N	506												
3.Rasjonalizasyon	Pearson r	0,058	,140**											
	P	0,193	0,002											
	N	506	506											
4. Bedenselleştirme	Pearson r	0,079	0,062	,251**										
	P	0,075	0,163	0										
	N	506	506	506										
5.Bölünme	Pearson r	0,057	,206**	,228**	,253**									
	P	0,199	0	0	0									
	N	506	506	506	506									
6.Dizososiyasyon	Pearson r	,153**	,112*	,214**	,223**	,252**								
	P	0,001	0,011	0	0	0								
	N	506	506	506	506	506								
7.Yer değiştirme	Pearson r	-0,006	0,081	0,043	0,057	,122**	0,013							
	P	0,891	0,067	0,329	0,201	0,006	0,77							
	N	506	506	506	506	506	506							
8.İnkâr	Pearson r	,133**	,165**	0,011	,119**	,194**	,475**	0,056						
	P	0,003	0	0,8	0,008	0	0	0,205						
	N	506	506	506	506	506	506	506	506					
9.Otistik	Pearson r	0,084	,215**	,209**	,445**	,358**	,305**	0,002	,199**					
	P	0,058	0	0	0	0	0	0,967	0					
	N	506	506	506	506	506	506	506	506	506				
10.Değersizleş	Pearson r	,111*	,179**	,271**	,361**	,300**	,407**	0,033	,316**	,419**				
	P	0,012	0	0	0	0	0	0,454	0	0				
	N	506	506	506	506	506	506	506	506	506	506			
11.Yalıtma	Pearson r	-0,024	0,07	0,034	-0,07	0,028	-0,077	,268**	0,021	-0,06	-0,007			
	P	0,589	0,117	0,442	0,115	0,536	0,082	0	0,64	0,18	0,88			
	N	506	506	506	506	506	506	506	506	506	506			

12.Dünya Vurma	Pearson r	,190**	,206**	,268**	,356**	,337**	,237**	-0,014	,156**	,390**	,413**	-0,007		
	P	0	0	0	0	0	0	0,746	0	0	0	0,879		
	N	506	506	506	506	506	506	506	506	506	506	506		
13.Pasif	Pearson r	0,023	0,079	,165**	-0,004	0,079	0,041	,287**	0,081	-0,062	-0,01	,296**	0,045	
	P	0,607	0,076	0	0,93	0,074	0,353	0	0,07	0,161	0,821	0	0,315	
	N	506	506	506	506	506	506	506	506	506	506	506	506	

*Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlı. **Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlı.

Tablo 10. Farklılıkları kabul ve matür savunma mekanizmaları pearson korelasyon analiz sonuçları

		1	2	3	4	5
1.Farklılıkları Kabul	Pearson r					
	P					
	N					
2.Beklenti	Pearson r	-0				
	P	0,94				
	N	506				
3.Mizah	Pearson r	-0,1	-0,1			
	P	0,08	0,19			
	N	506	506			
4.Yüceltme	Pearson r	-0	,143**	,112*		
	P	0,94	0	0,01		
	N	506	506	506		
5.Baskılama	Pearson r	0,05	0,05	0,06	,273**	
	P	0,26	0,26	0,22	0	
	N	506	506	506	506	

*Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır. **Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 11. Sosyal medya kullanım durumları

		Hıçbir Zaman	Nadiren	Arada Sırada	Çoğunlukla	Her Zaman	Toplam
Öfkelendiğimde duygularımı sosyal medyada paylaşıyorum.	N	343	126	28	8	1	506
	%	67,9	24,9	5,5	1,6	0,2	100
Mutlu olduğumda mutluluğumu sosyal medyada paylaşıyorum.	N	125	179	134	61	7	506
	%	24,9	35,3	26,4	12	1,4	100
Yalnız hissettiğimde sosyal medyada vakit geçirmek kendimi iyi hissettirir.	N	60	133	151	138	24	506
	%	12	26,2	29,8	27,2	4,7	100
Tartıştığım (arkadaşlarımla/yakınlarımla bir sorunu çözemediğimde) duygularımı sosyal medyada paylaşıyorum.	N	364	97	33	11	1	506
	%	72	19,1	6,5	2,2	0,2	100
Sosyal medya paylaşımlarımda filtre kullanırım.	N	222	137	83	48	16	506
	%	44	27	16,4	9,5	3,2	100
Sosyal medyada şiiir, özlü söz, kinayeli söz vb. paylaşıyorum.	N	209	172	87	34	4	506
	%	41,4	33,9	17,2	6,7	0,8	100

Onam Bilgisi: Katılımcılar işlem öncesinde bilgilendirilmiş, onamları alınmıştır.

Etik Kurul Onayı: Çalışmanın İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Rektörlüğü Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu Başkanlığı'ndan alınan 04.04.2023 tarihli ve 2023/170 No'lu onayı bulunmaktadır.

Çıkar çatışması: Çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal destek: Finansal destek bulunmamaktadır.

Yazar Katkı Oranı: A. Yıldırım (%50), R. Turgut (%50).

Participant informed consent: Participants were informed before the data collection and they were asked to sign a form of consent.

Ethics committee approval: The ethics committee approval has been obtained from İstanbul University Ethics Committee with protocol number 2023/170.

Financial support: No funding was received for this study.

Author contribution rate: A. Yıldırım (50%), R. Turgut (50%).