

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ YORDAYICILARI OLARAK KIRILGAN
NARSİZM, OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU VE
GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU

TEZİ YAZAN

Rukiye Yaren OZAN

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi E. Ercüment YERLİKAYA (Çukurova Üniversitesi)

Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Kadir ÇAKIR (Çukurova Üniversitesi)

Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Çağrı UTKAN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MERSİN/HAZİRAN 2024

ONAY SAYFASI

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne;
2021011029 numaralı öğrencimiz olan **Rukiye Yaren OZAN** tarafından hazırlanan
“**Sosyal Medya Bağımlılığının Yordayıcıları Olarak Kırılğan Narsisizm, Olumsuz
Değerlendirilme Korkusu ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu**” başlıklı bu tez
çalışması jürimiz tarafından **oybirliği ile Psikoloji Ana Bilim Dalında YÜKSEK
LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

(Enstitü Müdürlüğünde Kalan Asıl Sureti İmzalıdır.)

Üniv. Dışı-Jüri Asıl Üyesi-Tez Danışmanı-Jüri Başkanı: Dr. Öğr. Üyesi E. Ercüment YERLİKAYA
(Çukurova Üniversitesi)

(Enstitü Müdürlüğünde Kalan Asıl Sureti İmzalıdır.)

Üniv. Dışı Asıl Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Kadir ÇAKIR
(Çukurova Üniversitesi)

(Enstitü Müdürlüğünde Kalan Asıl Sureti İmzalıdır.)

Üniv. İçi – Jüri Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Çağrı UTKAN

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.

(Enstitü Müdürlüğünde Kalan Asıl Sureti İmzalıdır.)

27/06/2024

Prof. Dr. Murat KOÇ

Sosyal Bilimler Enstitü Müdürü

NOT: Bu tezde kullanılan ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu’ndaki hükümlere tabidir.

İTHAF

Kıymetli Aileme ve Arkadaşlarıma

ETİK BEYANI

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

..../..../ 2024

Rukiye Yaren OZAN

TEŞEKKÜR

Lisans ve Yüksek Lisans sürecimde benden ilgi, bilgi ve birikimlerini esirgmeden destekleyen, her zaman beni güler yüzle karşılayıp bütün sorularıma sabırla cevap veren, bu uzun ve zorlu süreçte her tökezlediğimde bana yardımla birlikte moral verip motive eden, öğrencisi olduğum için gurur duyup kendimi şanslı hissettiğim tez danışmanım, çok değerli hocam **Dr. Öğr. Üyesi Esef Ercüment YERLİKAYA'ya**

Tez sınav Jürisinde yer alarak geri bildirimleri ile tezime değerli katkılar sunan hocalarım **Dr. Öğr. Üyesi Kadir ÇAKIR** ve **Dr. Öğr. Üyesi Çağrı UTKAN'a**

Bu hayatta her ne karar verirsem vereyim daima yanımda olan, beni her konuda destekleyen, şartlar ne olursa olsun var güçleri ile her zaman ardımda duran rol modelim babam **Akın OZAN**, annem **Arife OZAN** ve bir kardeşten çok benim dert ortağım ve neşe kaynağım kardeşim **M. Melih OZAN'a**

Yüksek Lisans sürecimde beni asla yalnız bırakmayan, her zaman destekleyen, gecenin saat kaçında ararsam arayayım cevap veren, her zaman yanımda olan, yol arkadaşlarım **Anıl Caner CEYLAN** ve **Beyza BARDAKCI'ya**

Yeterli veriye ulaşabilmem adına en az benim kadar çaba gösteren, desteklerini hiçbir zaman eksik etmeyen camın arkadaşlarım **Yaren GÜDEŞLİ**, **Büşra Nur DEVECİ**, **İrem ÇETİNDÖĞAN**, **Yeşim DİŞ** ve diğer bütün arkadaşlarıma,

Hayatta olduğu sürede yüksek lisans programına girmem için beni yüreklendiren ve programa dâhil olduktan sonra da hiçbir zaman desteğini üzerimden eksik etmeyen, 6 Şubat 2023 tarihinde yaşanan Kahramanmaraş merkezli depremde aramızdan ayrılan merhum arkadaşım **Muharrem DAĞ'a**

İsimlerini buradan tek tek yazamadığım, tez sürecimde akademik bilgilerinden yararlandığım hocalarıma, bu süreçte bir tek harfle bile olsa yardım ve desteklerini benden esirgemeyen arkadaş ve dostlarıma şükranlarımı arz ediyorum.

İyi ki varsınız.

ÖZ

SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ YORDAYICILARI OLARAK KIRILGAN NARSİSİZM, OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU VE GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU

Rukiye Yaren OZAN

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Eşef Ercüment YERLİKAYA

Haziran 2024, 106 Sayfa

Bu araştırmanın amacı, yaşları 18 ile 60 arasında değişen, farklı eğitim düzeylerine sahip olan, sosyal medya kullanan genç ve yetişkinlerden oluşan genel popülasyon üzerinde kırılğan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu ve gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisini değerlendirmektir. Araştırma kolay ulaşılabilir örnekleme (convenience sampling) yoluyla ulaşılan, 256'sı kadın ve 244'ü erkek olmak üzere toplam 500 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın amacına uygun olan verileri toplamak amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği, Patolojik Narsisizm Envanteri, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği ve Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği kullanılmış olup verilerin toplanması çevrimiçi platformlar üzerinden gerçekleştirilmiştir. Elde edilen puanlar Statistical Package for the Social Science (SPSS) v26 kullanılarak hesaplanmıştır.

Katılımcıların puanlarının sosyodemografik verilere göre farklılaşp farklılaşmadığını incelemek için bağımsız gruplar t-test'i ve değişkenler arası ilişkileri gözlemleyebilmek için pearson korelasyon katsayıları kullanılmıştır. Kırılğan narsisizm, gelişmeleri kaçırma korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkilerini incelemek için çoklu doğrusal regresyon analizleri yürütülmüştür. Değişkenlerin cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı incelendiğinde katılımcıların kırılğan narsisizm ve gelişmeleri kaçırma korkusu puan ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ve olumsuz değerlendirilme korkusu toplam puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı incelendiğinde ise kadın katılımcıların toplam

puanlarının ortalamasının erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde araştırmanın bağımlı değişkeni olan sosyal medya bağımlılığı ile bağımsız değişkenleri olan kırılğan narsisizm ($r = .525$), gelişmeleri kaçırma korkusu ($r = .506$) ve olumsuz değerlendirilme korkusu ($r = .469$) arasında da pozitif yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bağımsız değişkenlerin sosyal medya bağımlılığını ne düzeyde yordandığını incelemek üzere gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda; yordayıcı değişkenlerden kırılğan narsisizm ($\beta = .291$, $p < .001$) ve gelişmeleri kaçırma korkusunun ($\beta = .251$, $p < .001$) sosyal medya bağımlılığı ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrusal ilişkiye sahip olduğu, sosyal medya bağımlılığı puanlarındaki varyansın % 32'sinin regresyon denklemi tarafından açıklanabildiği, olumsuz değerlendirilme korkusunun ise ($\beta = .099$, $p > .05$) sosyal medya bağımlılığını anlamlı düzeyde yordamadığı saptanmıştır. Araştırmanın bulguları, alanyazında bulunan ilgili araştırmalar çerçevesinde tartışılmıştır. Tartışma sonucunda bazı öneriler takdim edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Medya Bağımlılığı, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Kırılğan Narsisizm, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu.

ABSTRACT**VULNERABLE NARCISSISM, FEAR OF NEGATIVE EVALUATION AND
FEAR OF MISSING OUT AS PREDICTORS OF SOCIAL MEDIA ADDICTION****Rukiye Yaren OZAN****Master Thesis, Department Of Psychology****Adviser: Dr. Öğr. Üyesi Eşef Ercüment YERLİKAYA****June 2024, 106 pages**

The aim of this study is to evaluate the predictive effect of fragile narcissism, fear of negative evaluation and fear of missing out on developments on social media addiction on a general population of young people and adults who use social media, aged between 18 and 60, with different educational levels. The research was carried out with a total of 500 people, 256 of whom were female and 244 of whom were male, reached through convenience sampling. Personal Information Form, Social Network Addiction Scale, Pathological Narcissism Inventory, Fear of Negative Evaluation Scale and Fear of Missing Developments in Social Environments Scale were used to collect data suitable for the purpose of the study and data collection was carried out through online platforms. The obtained scores were calculated using Statistical Package for the Social Science (SPSS) v26.

Independent groups t-test was used to examine whether the participants' scores differed according to sociodemographic data and Pearson correlation coefficients were used to observe the relationships between variables. Multiple linear regression analyses were conducted to examine the predictive effects of fragile narcissism, fear of missing developments and fear of negative evaluation on social media addiction. When it was examined whether the variables differed according to gender, it was found that the mean scores of the participants' fragile narcissism and fear of missing developments did not differ significantly according to gender. When it was examined whether the participants' total scores of social media addiction and fear of negative evaluation differed according to gender, it was observed that the mean total scores of female participants were higher than male participants. When the relationships between the variables were examined, it was found that there was a positive, moderately significant relationship between the

dependent variable of the study, social media addiction, and the independent variables, fragile narcissism ($r = .525$), fear of missing out ($r = .506$) and fear of negative evaluation ($r = .469$). As a result of the multiple linear regression analysis performed to examine to what extent the independent variables predicted social media addiction, it was found that vulnerable narcissism ($\beta = .291$, $p < .001$) and fear of missing developments ($\beta = .251$, $p < .001$) had a statistically significant linear relationship with social media addiction, 32% of the variance in social media addiction scores could be explained by the regression equation, and fear of negative evaluation ($\beta = .099$, $p > .05$) did not significantly predict social media addiction. The findings of the study were discussed within the framework of the related studies in the literature. As a result of the discussion, some suggestions were presented.

Keywords: Social Media Addiction, Fear of Negative Evaluation, Vulnerable Narcissism, Fear of Missing Out.

ÖNSÖZ

Teknoloji geçmişten bu yana sürekli olarak bir gelişme ve ilerleme içerisinde olmuştur. Teknoloji gelişmeye devam ettikçe insanların hayatına birçok yenilik getirmiş ve yaşam koşullarını pek çok alanda kolaylaştırmıştır. Özellikle son dönemlerde yükselişe geçen sosyal medya uygulamaları, insanlara dünyanın birçok yeriyle kolayca iletişim kurmak, paylaşım yapmak, içerik üretmek, arkadaş edinmek gibi birçok imkân sunmuştur ve bu nedenle hayatın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Her ne kadar sunduğu imkânlar benzersiz ve olumlu olsa da olumsuz etkileri de oldukça fazladır. Bu olumsuz etkilerden en çok üzerinde durulan ise aşırı sosyal medya kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan sosyal medya bağımlılığı olmuştur. Sosyal medya bağımlılığına zihinsel, duygusal ya da eylemsel birçok süreç eşlik etmektedir. Literatürü incelediğinde bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerine göre bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu, kırılğan narsisizm ve olumsuz değerlendirilme korkusu düzeylerinin değişiklik göstermesi bu değişkenlerin arasında bulunan ilişki hakkında araştırma yapmamı sağlamıştır. Detaylı literatür taraması sonucunda sosyal medya bağımlılığı ile bu kavramları aynı anda ele alan herhangi bir çalışma bulunmadığı görülmüştür. Bu nedenle tez konusu sosyal medya bağımlılığının yordayıcıları olarak gelişmeleri kaçırma korkusu, kırılğan narsisizm ve olumsuz değerlendirilme korkusu olarak belirlenmiştir.

Araştırma sonuçlarının sosyal medya bağımlılığının öngörülebilirliği açısından önemli olacağı, literatüre ve gelecekte bu alanda yapılacak olan çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Haziran, 2024

İÇİNDEKİLER

KAPAK	i
ONAY SAYFASI	ii
İTHAF	iii
ETİK BEYANI.....	iv
TEŞEKKÜR.....	v
ÖZ	vi
ABSTRACT.....	viii
ÖNSÖZ	x
İÇİNDEKİLER	xi
KISALTMALAR	xiii
TABLO LİSTESİ.....	xiv
ŞEKİLLER LİSTESİ	xv
EKLER LİSTESİ	xvi
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Problemi ve Gerekçesi.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	4
1.3. Araştırmanın Hipotezleri	4
1.4. Araştırmanın Önemi	5
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	6
1.6. Araştırmanın Varsayımları.....	6
1.7. Araştırma Değişkenlerinin Tanımı	6
2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	8
2.1. Sosyal Medya	8
2.1.1. Sosyal Medya İstatistikleri.....	9
2.1.2. Sosyal Medya Bağımlılığı.....	11
2.1.3. Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlgili Araştırmalar	14
2.2. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	16
2.2.1. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ile İlgili Araştırmalar.....	19
2.3. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu.....	22
2.3.1. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile İlgili Araştırmalar	25
2.4. Narsisizm.....	27
2.4.1. Büyüklenmeci Narsisizm ve Kırılgan Narsisizm.....	29

2.4.2. Narsisizm ile İlgili Araştırmalar.....	31
3. YÖNTEM	35
3.1. Katılımcılar.....	35
3.2. Verilerin Toplanması	37
3.3. Veri Toplama Araçları.....	38
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	38
3.3.2. Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği	38
3.3.3. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği	39
3.3.4. Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği.....	39
3.3.5. Patolojik Narsisizm Envanteri	39
3.4. Araştırmanın Modeli.....	40
3.5. Verilerin analizi	40
4. BULGULAR.....	42
5. TARTIŞMA VE SONUÇ	48
5.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Sosyal Medya Bağımlılığı, Kırılgan Narsisizm, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Açıklanması	48
5.2. Sosyal Medya Bağımlılığı ile Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, Kırılgan Narsisizm ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Arasındaki İlişkilerin Açıklanması	50
5.3. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, Kırılgan Narsisizm ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Etkilerinin Açıklanması.....	53
6. ÖNERİLER.....	57
KAYNAKÇA	58
EKLER.....	75

KISALTMALAR

APA	: American Psychiatric Association
DSM	: Diagnostic and Staticial Manual of Mental Disorders
GKK	: Gelişmeleri Kaçırma Korkusu
FoMO	: Fear of Missing out
SABÖ	: Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği
NPI	: Narcissistic Personality Inventory
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
BT	: Bilişim Teknolojileri
PNE	: Patolojik Narsisizm Envanteri

TABLO LİSTESİ

- Tablo 1.** Katılımcıların Cinsiyet, Öğrenim Düzeyi, Medeni Durum ve Çalışma Durumlarına Göre Frekans ve Yüzde Dağılımı 36
- Tablo 2.** Katılımcıların Yaygın Olarak Kullanılan Sosyal Medya Uygulamalarını Kullanım Sıklıklarına İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı 37
- Tablo 3.** Katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı, Kırılgan Narsisizm, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları..... 42
- Tablo 4.** Sosyal Medya Bağımlılığı, Kırılgan Narsisizm, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Arasındaki Korelasyonlar .. 43
- Tablo 5.** Kırılgan Narsisizm, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Etkilerini Sınayan Çoklu Doğrusal Regresyon Analizine Ait Standardize ve Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları 47

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Standardize Edilmiş Artık Değerler ile Standardize Edilmiş Tahmin Edilen Bağımlı Değişken Değerlerinin Saçılım Grafiği	44
Şekil 2. Standardize Edilmiş Artık Değerlere İlişkin P-P Grafiği.....	45
Şekil 3. Standardize Edilmiş Artık Değerlere Ait Histogram	45

EKLER LİSTESİ

Ek A. Tez Etik Kurul Onay Formu	75
EK B. Bilgilendirilmiş Onam Formu	77
EK C. Kişisel Bilgi Formu.....	79
EK D. Patolojik Narsisizm Envanteri Kullanım İzni	80
EK E. Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni	81
EK F. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kullanım İzni.....	82
EK G. Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği Kullanım İzni ..	83
EK H. Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği	84
EK I. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği	85
EK İ. Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği.....	86
EK J. Patolojik Narsisizm Envanteri.....	87
EK K. Çağ Üniversitesi Rektörlüğü Tez Etik İzin İstek Formu	89
EK L. SOBE Tez Etik İzin İstek Formu	90

1. GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Problemi ve Gerekeçesi

Teknolojinin ilerlemesiyle kolay erişim imkânı sağlanan internet; eğitim, iş, iletişim, alışveriş, gündem takibi gibi birçok alanda kullanılmaya başlanmış ve gündelik yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. (Sucu, 2012). Çoğu ülkenin dijital verileri incelenerek oluşturulan ve düzenli aralıklar ile hazırlanan We Are Social'in Digital başlıklı 2024 yılında yayınladığı raporda bulunan verilere bakıldığında; Dünya genelinde internet kullanan bireylerin sayısı 5.35 milyara ulaşarak dünya nüfusunun % 66'sından fazlasını oluşturduğu tespit edilmiştir. Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) gerçekleştirdiği Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması'nın sonuçlarına göre Türklerin internet kullanım oranına bakıldığında ise; bireylerin internet kullanımı 2022 yılında % 85'lik bir orana sahipken 2023 yılında % 87,1'lik bir orana yükseldiği görülmüştür. Bu oranlara bakıldığında tüm dünyada, hayatın her alanına internetin yayıldığı söylemek mümkündür.

İnternetin gelişmesiyle beraber internet kullanım sıklığı artarken sosyal medya da en önemli iletişim aracı haline gelmiş ve kullanım sıklığı günden güne yükselmiştir (Hazar, 2011). Sosyal medyanın insanların hayatına girmesiyle beraber bu kavramı açıklamak amacıyla literatürde çeşitli tanımlamalar yapılmıştır. Alanyazın incelendiğinde sosyal medyayı; uygulamalar üzerinden bireylerin zaman ya da mekân gibi herhangi bir kısıtlama olmadan iletişim kurabildikleri, paylaşım yapabildikleri, istedikleri bilgiye veya insana kolaylıkla ulaşım sağlayabildikleri, sosyalleşebildikleri, bireylerin hayatlarına farklı değerler ekleyebildikleri çevrimiçi kullanılan araçlar şeklinde tanımlamışlardır (Aksoy, 2018; Barutçu ve Tomaş, 2013; Diker ve Taşdelen, 2017; Uzun vd., 2016; Vural ve Bat, 2010).

Yapılan tanımlara bakıldığında sosyal medya uygulamalarının sadece iletişim aracı olarak kullanılmadığı görülmektedir. Sosyal medya; insanlara kolayca ulaşabilme, diğer insanları takip edebilme, paylaşım yapabilme, arama yapabilme, oyun oynayabilme ya da bilgiye kolayca erişebilme gibi birçok alanda kullanılabilmekte; bireyler birçok isteğini sosyal medya ile kolayca çözebilmektedir (Hazar, 2011). Sosyal medya uygulamaları sunduğu birçok özellik ve kolay erişilebilirliği ile kullanıcıların hayatında büyük bir yer edinmiştir. Bu platformun her ne kadar olumlu etkileri görülse de aşırı kullanımın yaratacağı olumsuz etkilerin de görülmesi oldukça mümkündür (Tutgun Ünal, 2015).

Son zamanlarda aşırı sosyal medya kullanımının yarattığı olumsuz etkiler nedeniyle sosyal medya bağımlılığı kavramı üzerine birçok çalışma yapılmıştır. Sosyal medya bağımlılığı davranışsal bağımlılık türlerinden birisi olan internet bağımlılığının özel bir türü olarak değerlendirilmektedir (Sağar, 2022). Sosyal medya uygulamalarına bağımlılık seviyesi gitgide yükselmekte ve sanal ortamın kullanıcılar üzerindeki hâkimiyeti de gitgide artmaktadır (Sucu, 2012). Sosyal medya bağımlılığı, bireylerin işlevselliğini ve gündelik hayatlarının akışını büyük ölçüde etkilemektedir. Aynı zamanda bu bağımlılık bazı psikolojik ya da bilişsel sorunlar yaşanmasına neden olabilmektedir (Tutgun Ünal, 2015). Son dönemlerde, sosyal medya bağımlılığının olumsuz etkilerinden birisi olarak kabul edilen gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK) sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili ve yordayıcı bir kavram olduğu düşünülerek araştırmaya dâhil edilmiştir. (Tanhan vd., 2022).

Przybylski vd. (2013) gelişmeleri kaçırma korkusunu; bireylerin, diğer insanların yanında olmadığına ya da takip etmediğinde keyifli deneyimler yaşadığını düşünerek hissettiği yoğun kaygı durumundan dolayı diğer insanlar ile sürekli iletişimde kalma isteği, şeklinde tanımlamıştır. Gelişmeleri kaçırma korkusuna sahip bireylerin diğer insanların deneyimleri, etkinlikleri ve hayatlarıyla sürekli bağlantıda kalma isteği vardır ve bu bağlantıyı korumanın en kolay ve hızlı yolu sosyal medya uygulamalarıdır (Alt, 2017;Przybylski vd., 2013). Bireyler sosyal medya uygulamalarını aktif olarak kullanmanın oldukça önemli olduğunu düşünür çünkü sosyal medya bireylere geniş bir sosyal çevre sağlamaktadır. Bu korkuya sahip olan bireylerin sosyal medyayı; paylaşımlarına gelen mesaj ya da yorumlar ile ait olma ihtiyacını gidermek, gerçek hayatta hissettiği sevgisizlik ve yalnızlık duygularını azaltmak için daha çok kullandıkları görülmüştür (Özcan ve Koç, 2023). Alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde bu açıklamaların desteklendiği görülmüştür (Casale vd., 2018; Fiorovanti vd., 2021; Hamutoğlu vd., 2020; Hoşgör vd., 2018; Karakoç, 2023; Koçak ve Traş, 2021)

Sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili ve yordayıcı bir kavram olduğu düşünülerek araştırmaya dâhil edilen bir diğer kavram ise sosyal kaygının ana faktörü olan olumsuz değerlendirilme korkusudur (Weeks vd., 2008). Watson ve Friend (1969) olumsuz değerlendirilme korkusunu; bireyin başkaları tarafından değerlendirildiğinde bu değerlendirmenin olumsuz yönde olacağı düşüncesi ile endişe duyması ve bu nedenle sosyal durumlardan kaçınması, şeklinde tanımlamışlardır. Olumsuz değerlendirilme korkusu yaşayan bireylerin sosyal medya uygulamalarının sunduğu kendilerini

gizleyebilme, uzaktan iletişim kurabilme, kendilerini istedikleri şekilde sergileyebilme gibi imkânlardan dolayı hissettikleri korku yoğunluğunun azaldığını ve bu nedenle sanal iletişimi daha çok tercih ettiği görülmüştür (Caplan, 2017). Olumsuz değerlendirilme korkusuna sahip bireyler, sosyal medyada iletişim kurmanın daha az riskli olduğunu düşünmekte ve bu nedenle sosyal medyayı diğer insanlara göre daha fazla kullanma eğilimindedir (Zorbaz ve Tuzgöl Dost, 2014).

Sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili ve yordayıcı bir değişken olduğu düşünülerek araştırmaya dâhil edilen son kavram ise kırılğan narsisizmdir. Savunmasız ya da gizli narsisizm olarak da adlandırılmaktadır. Kırılğan narsisizm, düşük benlik saygısı, diğer insanlara bağımlı olma, anksiyete, genel isteksizlik, korkaklık, karamsarlık, bilinçdışı bir şekilde büyülenmeci duygu ve davranış gibi özellikler ile tanımlanmaktadır. Bu özellikler, depresif duygulanım, güven eksikliği ve düzensizlikle ilişkilendirilmektedir. Kırılğan narsisizme sahip olan bireylerin duygularını çok yoğun yaşama, insanlara karşı mesafeli davranma, kendini sürekli haklı hissetme eğilimi, sürekli tetikte olma ya da kendini koruma hissi gibi özelliklere de sahip olduğu görülmüştür (Akça, 2017; Wink, 1991). Kırılğan narsisistlerin diğer insanlar ile iletişimden korkma, gereksinimlerinden utanma, iletişimi başlatma ya da devam ettirmede yaşadığı güvensizlik hissi, kendini geliştirememeye ya da sosyal ilişkilerinde hayal kırıklığı yaşama korkularını net bir şekilde gözlemlemek mümkündür. Bu bireyler, insanlar ile iletişimlerdeki kırılğan yapılarının bilincindedir (Dickinson ve Pincus, 2003). Sosyal medya, narsisist bireylere kendilerini istedikleri şekilde yansıtma, duygusal olarak kopuk iletişim ve çok fazla bireye ulaşma imkânı sunmaktadır. Narsisist bireyler sosyal medya uygulamaları ile kendilerini mükemmel gösterebilecekleri, istedikleri ilgiyi görebilecekleri yani isteklerini onlara sunabilecek insanlar ile kolayca iletişim kurabilecekleri bir dünya yaratabilmektedir (Ertürk ve Eray, 2016; Mehdizadeh, 2010).

İlgili literatür incelendiğinde araştırmanın bağımsız değişkenleri olan gelişmeleri kaçırma korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılığı ile aralarında bir ilişki bulunduğu ancak bu değişkenleri aynı anda ele alan herhangi bir çalışma olmadığı görülmüştür. Yapılan literatür taraması sonucunda bu araştırmanın problemi; sosyal medya bağımlılığı ile gelişmeleri kaçırma korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve kırılğan narsisizmin ilişkisini ve bu değişkenlerin sosyal medya bağımlılığını ne düzeyde yordadığını incelemek şeklinde belirlenmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, yaşları 18 ile 60 arasında değişen, sosyal medya kullanan genç ve yetişkinlerden oluşan genel popülasyon üzerinde kırılğan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu ve gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisini değerlendirmektir. Bu araştırma için aşağıda bulunan sorulara yanıt aranacaktır.

- 1) Araştırmaya katılan bireylerin sosyal medya bağımlılığı seviyeleri cinsiyetlerine göre farklılaşmakta mıdır?
- 2) Araştırmaya katılan bireylerin kırılğan narsisizm seviyeleri cinsiyetlerine göre farklılaşmakta mıdır?
- 3) Araştırmaya katılan bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri cinsiyetlerine göre farklılaşmakta mıdır?
- 4) Araştırmaya katılan bireylerin olumsuz değerlendirilme korkusu seviyeleri cinsiyetlerine göre farklılaşmakta mıdır?
- 5) Araştırmaya katılan bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki var mıdır?
- 6) Araştırmaya katılan bireylerin kırılğan narsisizm seviyeleri ile sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki var mıdır?
- 7) Araştırmaya katılan bireylerin olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki var mıdır?
- 8) Araştırmaya katılan bireylerin kırılğan narsisizm seviyeleri, sosyal medya bağımlılığı seviyelerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
- 9) Araştırmaya katılan bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu, sosyal medya bağımlılığı seviyelerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
- 10) Araştırmaya katılan bireylerin olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal medya bağımlılığı seviyelerini anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Hipotezleri

- H1: Araştırmaya katılan bireylerin sosyal medya bağımlılığı seviyeleri cinsiyetlerine göre farklılaşmaktadır.
- H2: Araştırmaya katılan bireylerin kırılğan narsisizm seviyeleri cinsiyetlerine göre farklılaşmaktadır.

- H3: Araştırmaya katılan bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri cinsiyetlerine göre farklılaşmaktadır.
- H4: Araştırmaya katılan bireylerin olumsuz değerlendirilme korkusu seviyeleri cinsiyetlerine göre farklılaşmaktadır.
- H5: Araştırmaya katılan bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.
- H6: Araştırmaya katılan bireylerin kırılğan narsisizm seviyeleri ile sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.
- H7: Araştırmaya katılan bireylerin olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal medya bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardır.
- H8: Araştırmaya katılan bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu, sosyal medya bağımlılığı seviyelerini anlamlı düzeyde yordamaktadır.
- H9: Araştırmaya katılan bireylerin kırılğan narsisizm seviyeleri, sosyal medya bağımlılığı seviyelerini anlamlı düzeyde yordamaktadır.
- H10: Araştırmaya katılan bireylerin olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal medya bağımlılığı seviyelerini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

1.4. Araştırmanın Önemi

Sosyal medya bağımlılığı bireylerin işlevselliğini, gündelik hayatlarının akışını büyük ölçüde etkilemekte ve bazı psikolojik ya da bilişsel sorunlar yaşanmasına neden olabilmektedir. Teknolojinin gelişimi ve internete erişimin kolaylaşmasıyla birlikte sosyal medya araçlarının ve kullanıcılarının sayısı her geçen gün artmaktadır. (Özgür Güler vd., 2019). Literatür incelendiğinde sosyal medya bağımlılığı üzerine yapılan birçok çalışma mevcuttur ancak sosyal medya bağımlılığı ile gelişmeleri kaçırma korkusu, kırılğan narsisizm ve olumsuz değerlendirilme korkusu kavramlarını aynı anda ele alan herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu değişkenleri aynı araştırma içerisinde ele alan herhangi bir çalışmanın olmaması bu araştırmanın önemini ve özgünlüğünü göstermektedir. Bu çalışma gelişmeleri kaçırma korkusu, kırılğan narsisizm ve olumsuz değerlendirilme korkusu değişkenlerinin sosyal medya bağımlılığı değişkeni ile ilişkisinin ve yordayıcı etkisinin tespit edilmesini amaçlamaktadır.

Alanyazın incelendiğinde kırılğan narsisizm ve olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal medya bağımlılığı değişkenleri arasında yapılan çalışma sayısının oldukça az olduğu görülmüştür. Bu noktada araştırma, kırılğan narsisizm ve olumsuz

değerlendirilme korkusu ile sosyal medya bağımlılığı değişkenleri arasında yapılacak olan çalışmalara yol gösterecektir. Araştırma bulgularının, sosyal medya bağımlılığının olumsuz etkilerini azaltmak ya da bağımlılığı tahmin edebilmek için yapılacak olan çalışmalara fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışmadan elde edilecek sonuçlar, birçok değişken ile kırılğan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu, gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki olası bağlantılara ışık tutacağı için gelecekteki araştırmalar için faydalı olacağı düşünülmektedir. Ayrıca, ruh sağlığı alanında çalışan sağlık uygulayıcılarının sosyal medya bağımlılığı ile ilgili olarak değerlendirebilecekleri potansiyel ilgili çerçeveleri inceleyebilme şansı sunacağına inanılmaktadır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma için Türkiye'nin farklı yerlerinde ikamet eden, yaşları 18 ile 60 arasında değişen, farklı eğitim düzeylerine sahip olan, sosyal medya kullanan genç ve yetişkinler katılım sağlamıştır ve sonuçlar mevcut katılımcılardan elde edilen veriler ile sınırlıdır.

Araştırma için toplanan veriler bireylerin; Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği, Patolojik Narsisizm Envanteri, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği'ne vermiş oldukları yanıtlar ile sınırlıdır.

1.6. Araştırmanın Varsayımları

Araştırma verileri öz-bildirim ölçekleri ile toplandığı için katılımcıların ölçeklerde bulunan sorulara içten bir şekilde cevap verdiği varsayılmıştır.

1.7. Araştırma Değişkenlerinin Tanımı

Sosyal Medya Bağımlılığı: Sosyal medya bağımlılığı davranışsal bağımlılık türlerinden birisi olan internet bağımlılığının özel bir türü olarak değerlendirilmektedir (Sağar, 2022). Bireyin günlük hayatındaki işlevselliğinde ya da sosyal çevresi ile ilişkilerinde sürekli problemlere neden olan; zihinsel, duygusal ve davranışsal süreçlerden etkilenecek gelişen psikolojik bir sorun olarak tanımlanmaktadır (Tutgun Ünal, 2015).

Olumsuz Değerlendirilme Korkusu: Sosyal kaygı kavramının temel unsuru olan olumsuz değerlendirilme korkusu; bireyin diğer insanlar tarafından herhangi bir konuda olumsuz değerlendirileceğine, aşağılanacağına, sosyal çevresi tarafından gelen

onaylanmayı kaybedeceğine dair duyduğu yoğun kaygı ve beklenti olarak tanımlanmıştır (Watson ve Friend, 1969)

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu: İngilizcede Fear of Missing Out (FoMO) olarak, Türkiye’de ise Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK) olarak isimlendirilmiştir. Bu kavram; bireylerin, diğer insanların yanında olmadığına ya da takip etmediğinde keyifli deneyimler yaşadığını düşünerek hissettiği yoğun kaygı durumundan dolayı diğer insanlar ile sürekli iletişimde kalma isteği olarak tanımlanmıştır (Przybylski vd., 2013).

Kırılgan Narsisizm: Narsisizm kavramının alt boyutlarından biridir. Savunmasız ya da gizli narsisizm olarak da adlandırılmaktadır. Kırılgan narsisizm; bilinçdışı bir şekilde büyülenmeci duygular ve buna eşlik eden düşük benlik saygısı, diğer insanlara bağımlı olma, anksiyete, genel isteksizlik, korkaklık ve karamsarlık gibi özellikler ile tanımlanmaktadır (Akça, 2017; Wink, 1991).

2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Sosyal Medya

İnternetin insanların hayatına ilk girdiği yıllarda kullanılan Web 1.0 teknolojisi; görsel ve işitsel bilgilere erişim zor olduğu için çoğunlukla okuma ya da araştırma yapmak için kullanılmıştır. Sadece teknoloji alanında deneyimli insanların ve yatırımcıların kullanımından ileri gidemediğinden dolayı gelişme gösterememiş ve yerini Web 2.0 teknolojisine bırakmıştır (Kara, 2013). Bu yeni teknoloji ile beraber internet büyük kitlelerin ulaşabildiği, paylaşım yapabildiği, içerik üretebildiği, istek ve ihtiyaçlarına göre kullanabildiği aktif bir platform haline gelmiştir (Koçyiğit ve Koçyiğit, 2018). İlk sosyal ağ sitesi olarak ortaya çıkan ‘SixDegrees.com’ kullanıcısı olan bireylere sitede olup olmaması fark etmeksizin arkadaşlarını listeleyebilme ya da inceleyebilme gibi fırsatlar takdim etmiştir. Daha sonra kullanıcıların iş ile ilgili bağlantılarını ilerletebildiği ‘‘Ryze.com’’ yayınlanmıştır. Ardından yıllar ilerledikçe Facebook, Myspace, Instagram, Twitter gibi sosyal ağ siteleri de eklenerek sosyal medya büyümeye ve gelişmeye devam etmiştir. Günümüzde sosyal medya araçlarının ve kullanıcılarının sayısı her geçen gün artmaktadır. (Özgür Güler vd., 2019).

Alanyazın incelendiğinde Wasserman ve Faust (1994) sosyal ağ kavramını; insan gruplarını ve bu gruplar arasında bulunan bağlantıları ifade etmektedir, şeklinde tanımlamıştır. Wasserman ve Faust’un (1994) bu tanımı ile sosyal ağ kavramının Facebook ve benzer diğer uygulamalar hayatımıza girmeden çok önce dâhil olduğu görülmüştür. Daha açık bir ifadeyle sosyal ağ kavramı hayatımıza ilk girdiği zamanlarda insanların birbirleriyle iletişim kurabilmek, paylaşım yapabilmek için zaman ve mekân ilişkisinin kurulması gerektiği şeklinde tanımlarken günümüzdede bireylerin zaman ve mekân gibi herhangi bir kısıtlama olmadan iletişim kurabilmeleri ya da paylaşımında bulunabilmeleri şeklinde tanımlanmaktadır. (Kara 2013). Aksoy (2018) sosyal medyayı; insanların iletişim, paylaşım ya da bilgi edinme uygulamalarını kullanarak iletişim kurmak, paylaşım yapmak, farklı insanlar ile tanışmak gibi aktiviteler için toplandığı bir ortam şeklinde tanımlamıştır. Barutçu ve Tomaş’a (2013) göre ise sosyal medya, kullanıcıların birbiriyle ya da gruplar ile haber, fotoğraf, video gibi paylaşımlar yaptığı, bilgiye kolay erişebildiği, oyun oynayabildiği çevrimiçi bir platformdur. Uzun vd. (2016) de sosyal medyayı, uygulamalar üzerinden bireylerin şahsi profil sayfaları ile diğer insanlara kolayca ulaşabildiği, takip edebildiği, paylaşım yapabildiği, sosyalleşebildiği ve bireyin hayatına farklı değerler ekleyebildiği sanal ortam şeklinde

tanımlamışlardır. Vural ve Bat (2010), internet üzerinden uygulamalar aracılığıyla bireylerin zaman ya da mekân gibi herhangi bir kısıtlama olmadan iletişim kurabildikleri, paylaşım yapabildikleri, istedikleri bilgiye veya insana kolaylıkla ulaşım sağlayabildikleri ve büyük kitlelerin kullandığı yeni bir platform olduğundan bahsetmiştir. Diker ve Taşdelen'e (2017) göre sosyal medya, kullanıcılara kendilerine ait istedikleri gibi bir sanal ortam oluşturma imkânı sunan, istedikleri gibi kullanabildikleri, zaman ve mekân gibi sınırlamalara takılmadan özgürce dolaşma imkanı veren bir araçtır.

Alanyazında yapılan sosyal medya tanımlamalarına bakıldığında sosyal medyanın büyük kitlelere ve bilgiye kolay erişim, sosyalleşme, iletişim kurmak ya da paylaşım yapmak gibi sunduğu özelliklerle insan hayatında büyük bir yer edindiğini söylemek mümkündür.

2.1.1. Sosyal Medya İstatistikleri

Dünya genelinde internet kullanan bireylerin sayısı son 12 ay içerisinde 97 milyon daha artarak toplam 5.35 milyara ulaşmıştır ve bu sayı dünya nüfusunun %66'sından fazlasını oluşturmaktadır. Geçen yıla kıyasla bireylerin internet üzerinde geçirdikleri vaktin %1 artış göstererek günde 7 saate yaklaştığı tespit edilmiştir. Bireylerin internette vakit geçirme nedenlerine bakıldığında bilgiye erişim, çevrelerindeki insanlar ile iletişimde kalma ve bir şeyler izleme seçeneklerinin üst sıralarda yer aldığı görülmüştür (We Are Social, 2024).

Dünya genelinde sosyal medya kullanıcı sayısı, geçen 12 aya göre %6'ya yakın bir artış göstererek 5.04 milyara ulaşmıştır ve bu sayı dünya nüfusunun %62'sinden fazlasını oluşturmaktadır. Türkiye'de nüfusun yaklaşık olarak %67'sinin sosyal medya kullanıcısı olduğu görülmüştür. Sosyal medya kullanıcılarının uygulamalarda geçirdikleri zamanın günde yaklaşık olarak 3 saate yakın olduğu belirtilmiştir. Bireylerin internette vakit geçirme nedenlerine bakıldığında listenin ilk 4 maddesinin çevrelerindeki insanlar ile iletişimde kalma, boş vakitlerini doldurma, yeni içerik keşfetme ve yeni haberleri okuma olduğu görülmüştür. Kullanıcıların en çok tercih ettiği sosyal medya uygulamaları iste Instagram, Whatsapp ve Facebook olmuştur (We Are Social, 2024).

Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) gerçekleştirdiği 2023 yılı Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması'nın sonuçlarına göre 16 ile 74 yaş aralığında bulunan bireylerin internet kullanım oranına bakıldığında %87,1'lik bir oran olduğu ve

bu oranı cinsiyet değişkeni açısından incelediğimizde 16-74 yaş arasındaki kadınlarda %83,3, erkeklerde ise %90,9 olduğu görülmüştür. Kullanıcıların en çok tercih ettiği uygulamalar ise Whatsapp, YouTube ve Instagram'dır.

We Are Social ve Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) verilerine bakıldığında dünya genelinde ve Türkiye'de çoğu insanın internete erişim sağlayabildiği ve sosyal medya kullanımının da günden güne arttığı görülmektedir.

Sosyal medya bireylerin hayatında vazgeçilmez bir öge olmaya başlamıştır. Kullanıcıların bazıları için sosyal medya, sosyal çevrelerinden kaçarak sadece bir takipçi ve izleyici olarak kullandıkları bir platformken bazı kullanıcılar için sosyal çevrelerini genişletmek, popüler olmak, ilgi ve saygı görmek için kullanılan bir platformdur. İnsanların istek ve arzularına göre kullanabildiği sosyal medya, bu özelliği ve kolay erişilebilirliği ile dünyayı kuşatan ve potansiyeli yüksek olan bir platform olmuştur (Hazar, 2011). Türkiye'deki sosyal medya kullanımına bakıldığında geniş kitlelere yayıldığı ve dünya ortalamasının üstünde bir kullanım oranına sahip olduğu görülmektedir. Özellikle genç popülasyonun sosyal medyayı aktif olarak kullandıklarını ve hayatlarını sosyal medyaya göre şekillendirdiklerini söylemek mümkündür (Diker ve Taşdelen, 2017).

Popüler bir iletişim aracı haline gelen sosyal medyanın bireylerin duygu, düşüncelerini ve hayatlarını kolaylıkla insanlar ile paylaşabilme ya da birçok insanla aynı anda iletişim kurabilme gibi sunduğu imkânlar nedeniyle gençler arasında yoğun bir şekilde kullanıldığı ve yıldan yıla kullanımının arttığı görülmektedir. (Tutgun Ünal ve Deniz, 2016).

Sosyal medya, sunduğu geniş ve çeşitli imkânlar ile kullanıcıların hayatının büyük bir çoğunluğunu kapsamış ve günlerinin çoğunu çevrimiçi geçirmelerine sebebiyet vermiştir. Son zamanlarda sosyal medyanın sadece bireyleri ya da iletişimi değil aynı zamanda politika, kamuoyu, herhangi bir konuda topluluk oluşturarak çalışmalar yapma, reklamcılık gibi birçok konuyu da etkilediği görülmektedir. Dünya çapında kolay ve pratik bir şekilde insan topluluklarına ulaşılarak en basit yoldan birey ya da grupların güç sahibi olabilmesi sosyal medyanın insanlar üzerindeki etkisini göstermektedir. Sosyal medyanın bu etkilerine ve aşırı kullanım düzeyine bakıldığında, bireyleri zaman geçtikçe gerçek hayattan uzaklaştırması ve olumsuz etkilerinin görülmesi oldukça mümkündür (Özgür Güler vd., 2019; Tutgun Ünal, 2015).

2.1.2. Sosyal Medya Bağımlılığı

Bağımlılık kavramı içinde oldukça geniş bir tanımlama alanı bulunmaktadır. DSM-V Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabında bağımlılık kavramı; bireyin işlevselliğini büyük oranda etkileyen, yoksun kalma durumunda fiziksel ya da ruhsal belirtiler görülen, tekrarlayan ve alışkanlık haline gelen alkol ya da madde gibi uyarıcıların kullanımı şeklinde ifade edilmektedir (APA, 2013). Genel olarak tanımlayacak olursak bağımlılık; bireyin bir nesneye, davranışa veya başka bir insana karşı fiziksel, ruhsal ya da sosyal hayatında zararlarını görse dahi engelleyemediği bir takıntı ve alışkanlık durumudur (Uzbay, 2009).

Bağımlılık kelimesi duyulduğunda genellikle akla madde bağımlılığı gelse de literatürde internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, kumar bağımlılığı, çevrimiçi oyun bağımlılığı, yemek yeme bağımlılığı gibi bir eylem ile gerçekleşen davranışsal bağımlılık kategorisi de bulunmaktadır. Davranışsal bağımlılık kavramı diğer bağımlılık kategorileri ile benzer olarak, belirli bir davranış modeliyle tekrar eden; biyolojik, psikolojik ve sosyal etkilere sahip olan bir bağımlılıktır (Yanardağ vd., 2020). Davranışsal bağımlılıkların işlevsellikte bozulma, davranışı sonlandırma çabasında başarısızlık, yoksun kalma durumunda huzursuzluk gibi madde bağımlılığı ile benzer özellikleri bulunur ve dürtü kontrol bozukluğu gibi değerlendirilir (Taş vd., 2014).

Hazar (2011), davranışsal bağımlılığı ikiye ayırarak sosyal medya kullanımı üzerinden açıklamıştır. İlk olarak sosyal medyada gerçekleştirilen aktivitelerden bağımsız bir şekilde ortaya çıkan araçsal bağımlılıkta bireyin mesaj, yorum ya da beğeni gibi bir beklentisi yoktur ama yine de günlük düzenli olarak sosyal medya uygulamalarını kullanır. Bireyin yüz yüze görüştüğü insanlarla sosyal medya uygulamalarından tekrar görüşmesi de bu platformlara olan bağımlılığını kısmen ifade etmektedir. İkincisi ise tamamen sosyal medyada gerçekleştirilen aktivitelere bağlı olan eylemsel bağımlılık; bireyin mesaj, yorum gibi dönütlere cevap vermek ya da paylaşımları takip etmek için bilgisayar, telefon, tablet gibi teknolojik aletlerin başından kalkmadan aktif bir sosyal medya kullanımı sergilemesi ve bütün odak noktasını bu durum üzerine toplaması şeklinde tanımlamıştır (Hazar, 2011).

Sosyal medya bağımlılığı davranışsal bağımlılık türlerinden birisi olan internet bağımlılığının özel bir türü olarak değerlendirilmektedir (Sağar, 2022). Bu bağlamda internet bağımlılığı ile sosyal medya bağımlılığının birbiriyle ilişkili olduğu ve iki kavram ile ilgili yapılan çalışmaların birbirini desteklediği düşünülebilir (Şahin ve

Yağcı, 2017). İnternet kullanımının bağımlılık boyutunu araştırarak, problemlili internet kullanımının oluşturabileceği sorunları, bu sorunların boyutunu ve internet bağımlılığı kavramını tanımlayan ilk kişi Kimberly S. Young olmuştur. Young (1996), Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı DSM-IV'te bulunan patolojik kumar bağımlılığının madde kullanımı içermeyen bir bağımlılık türü olması nedeniyle İnternet bağımlılığına benzer yanları olduğunu söylemiş ve patolojik kumar bağımlılığı tanı kriterlerini değiştirip geliştirerek internet bağımlılığını belirlemek amacıyla 8 maddeden oluşan bir teşhis anketi oluşturmuştur. Teşhis anketinde bulunan 8 maddeden en az 5'inin gözlemlenmesi bireyin bağımlılık seviyesinde bir internet kullanımı sergilediği anlamına gelmektedir. Teşhis anketinin maddeleri:

1. Geçmiş internet kullanımında yapılan ve yakın zamanda internet kullanımında yapılacak olan aktiviteleri sürekli düşünme,
2. İnternet kullanımından daha fazla keyif almak için kullanım süresinin gittikçe artış göstermesi,
3. Aşırı internet kullanımını kontrol altına alma ya da sonlandırma çabalarının başarısızlıkla sonuçlanması,
4. Aşırı internet kullanımını kontrol altına almaya ya da sonlandırmaya çalışırken agresif, mutsuz ve karamsar hissedilmesi,
5. İnternet kullanma eylemini gerçekleştirmeden önce planlanan kullanım süresinden daha fazla kullanılması,
6. Aşırı internet kullanımı yüzünden sosyal çevre, kariyer veya eğitim gibi konularda problem yaşanması ya da fırsatların kaçırılması,
7. İnternette geçirilen zamanı, aile üyelerinden ya da çevrede bulunan insanlardan gizleyebilmek için yalan söylenmesi,
8. İnternetin sosyal hayatta bulunan problemlerden uzaklaşmak veya olumsuz duygu durumunu hafifletebilmek için kullanılması (Young, 1996).

Son dönemlerde yapılan internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalarda artık sosyal medya uygulamalarının da dâhil edildiği görülmektedir. Günümüzde internetin çoğunlukla sosyal medya uygulamaları için kullanılması, özellikle genç popülasyonun sosyal medya kullanımının bağımlılık düzeyine erişmesi ve sosyal medya kullanımının bağımlılık düzeyinde olumsuz etkilerin artış göstermesinden dolayı araştırmacılar artık

sosyal medya bağımlılığı ve bu bağımlılığın etkileri üzerine daha kapsamlı araştırmalar yapmaktadır (Tutgun Ünal, 2015).

Sosyal medya bağımlılığı, bireyin günlük yaşamının okul, iş veya sosyal ilişkileri gibi yönlerini olumsuz etkileyen aşırı sosyal medya kullanım durumunu tanımlamak için kullanılan bir terimdir. Sosyal medya bağımlılığı, kişinin Facebook, Twitter, Instagram gibi uygulamalarda çok fazla vakit geçirmesiyle ve bu nedenle gerçek hayattaki işlevselliğini veya ilişkilerini ihmal etmesiyle ortaya çıkmaktadır (Otu, 2015; Walker, 2011).

Alanyazında yapılan araştırmalara göre Instagram, Twitter gibi sosyal medya ağlarının yaygınlaşmasıyla sosyal medya kullanıcıları, uygulamalarda kendilerine yeni bir kimlik oluşturup gerçek hayatlarının bir uzantısı gibi davranarak kendilerine ikinci bir hayat oluşturmaktadır. Sosyal medya uygulamalarının sunduğu imkânlar arttıkça kullanıcıların gerçek yaşamdaki sosyal ilişkileri günden güne sanal ortamlara taşınmakta ve iletişim bu sanal ortamlarda gerçekleşmektedir. Bu sebeple sosyal medya uygulamalarına bağımlılık seviyesi gitgide yükselmekte ve sanal ortamların kullanıcılar üzerindeki hâkimiyeti de gitgide artmaktadır. Zaman ilerledikçe sosyal medyanın sunduğu dünya daha önemli bir hale geleceği ve gerçek hayat ile arasındaki çizginin kaybolacağı ifade edilmektedir (Sucu, 2012). Bağımlılık düzeyinde sosyal medya kullanan bireyler gerçek hayatta bulunan görev ve sorumluluklarını aksatmaya başlamaktadır. Gerçek hayattaki sosyal çevre edinme problemleri, iletişim kurma problemleri, kabul görmeme korkusu, çekingenlik, depresyon gibi duygu, düşünce ve sorunlardan kurtulmak için bireyler sosyal medya uygulamalarında çok sayıda insan ile iletişim kurabilmektedir. Bu uygulamalar sayesinde bireyler kendilerine yeni bir sanal kimlik oluşturup bu kimliğin arkasında yaşayarak olumsuz duygu ve düşüncelerinden kurulmakta, gerçek hayatlarından uzaklaşmakta ve kullanım süreleri de günden güne artmaktadır (Kırık vd., 2015).

Young vd. (2000), bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin olumsuz etkilerini incelediklerinde sürekli sosyal medya kullanımının gerçek hayattaki kişilerarası ilişkileri, görev ve sorumlulukları yerine getirme davranışını, mesleki veya akademik işlevselliği, sosyal çevre ile ilişkileri önemli ölçüde ve olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşmışlardır. Kullanıcılarda sosyal medyadan uzak kaldıklarında gün boyu sanal ortamlarını özleme, sosyal medya uygulamalarını düşünme, gergin ve huzursuz hissetme, uyku ve yeme bozuklukları, izolasyon gibi belirtiler de gözlemlenmiştir (Kırık vd., 2015).

Çiftçi (2018), gününün çoğunu sosyal medyada geçiren bireylerin gitgide sosyal medya bağımlılık düzeylerinin ve geçirdikleri sürenin arttığını bu nedenle olumsuz etkilerin görüldüğünü söylemiştir. Çiftçi (2018), kullanıcıların sosyal medya kullanım sürelerini kontrol edemediği zaman bağımlılık düzeylerinin arttığını ve aynı zamanda benlik kaybı, kontrolü kaybetme, içine kapanık bir hale gelme ya da duygusal boşluk hissi gibi belirtiler yaşadığını da tespit etmiştir. Kuss ve Griffithss (2011) ise bağımlılık düzeyinde sosyal medya kullanan bireylerin işlevsellikte bozulma, uykusuzluk ve anksiyete, vicdan eksikliği, düşük sorumluluk düzeyi gibi belirtiler geliştireceğini söylemişlerdir. Çam ve İşbulan (2012), bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeyi arttıkça sosyal medyada yaşadığı heyecanı partneri ile vakit geçirmeye tercih ettiğini ve gerçek dünyalarından koptuklarını dile getirmişlerdir. Aksoy (2018) ise sosyal medyaya bağımlılık nedenlerini; yalnızlık, gerçek hayatla bağ kurma arzusu, güncel olay ve durumları takip etme isteği ve sosyal medya kullanımının bir aktivite olarak görülmesi şeklinde belirlemiştir.

2.1.3. Sosyal Medya Bağımlılığı ile İlgili Araştırmalar

Balcı ve Gölcü (2013), yaptıkları çalışmada üniversitede eğitim gören öğrencilerin bir sosyal medya uygulaması olan Facebook'a bağımlılıklarını betimleyici bir bakış açısıyla araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın örneklemini %41'i erkek, %59'u kadın olmak üzere toplamda 903 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda katılımcıların %22,6'sının riskli kullanıcı grubunda olduğu ve %5,1'inin Facebook bağımlısı olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre bakıldığında erkeklerin kadınlara göre Facebook bağımlılığına daha hassas olduğu görülmüştür. Katılımcıların Facebook bağımlılık düzeyleri ile uygulamayı kullanma süreleri ve yalnızlık seviyeleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Tutgun Ünal ve Deniz (2015), üniversitede eğitim gören ve yaşları 17 ile 45 arasında değişen %62'si kadın, %38'i erkek toplamda 775 öğrencinin katıldığı çalışmada popüler sosyal medya uygulamalarını da içeren, sosyal medya bağımlılığını ölçmeye yönelik geliştirdikleri ölçme aracı ile katılımcıların bağımlılık seviyelerini araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırma sonucunda katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin az bağımlı düzeyinde olduğu görülmüştür. Katılımcıların sosyal medyada geçirdikleri süre, kullandıkları uygulama sayısı ve sosyal medya kullanım yılı arttıkça bağımlılık düzeyinin de arttığı tespit edilmiştir. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin meşguliyet ve duygu durum düzenleme boyutlarına göre kadın katılımcıların erkeklere

göre daha yüksek puan aldığı; çatışma boyutunada ise erkek katılımcıların kadınlara göre daha yüksek puan aldığı belirtilmiştir.

Aktan (2018), yaptığı çalışmada bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini farklı değişkenlere göre incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmanın örneklemini toplamda 302 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin az bağımlı seviyesinde olduğu ve cinsiyet değişkeni ile arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür. Katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile sosyal medya kullanım süresi, sosyal medya kullanım yılı ve ölçeğin alt faktörleri arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Deniz ve Gürültü (2018), örneklemini %53'ü kadın ve %47'si erkek toplamda 473 lise öğrencisinin oluşturduğu çalışmada katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirleyerek cinsiyet, sosyal medyayı kaç yıldır kullandığı, sınıf düzeyi, günlük sosyal medya kullanım süresi gibi değişkenlere göre nasıl değişiklik gösterdiğini incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırma sonucunda katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin orta bağımlı düzeyinde olduğu görülmüştür. Katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile sosyal medyayı kaç yıldır kullandığı ve günlük sosyal medya kullanım süresi değişkenleri ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş ancak sınıf değişkeni ile herhangi anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin meşguliyet boyutuna göre kadın katılımcıların bağımlılık düzeyinin yüksek olduğu görülmüştür.

Özdemir (2019), örneklemini %51'i kadın ve %49'u erkek toplamda 242 üniversite öğrencisinin oluşturduğu çalışmada katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemeyi ve farklı değişkenler açısından incelemeyi amaçlamıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin az bağımlı düzeyinde olduğu görülmüştür. Katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile sosyal medya kullanma süreleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Katılımcıların sosyal medya bağımlılık seviyeleri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha yüksek seviyede sosyal medya bağımlılık düzeyine sahip olduğu görülmüştür. Ek olarak katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerinin birlikte yaşadıkları kişilere, kullandıkları uygulamalara ve yaşlarına göre farklılık gösterdiği görülmüştür.

Demir Türkoğan (2019), üniversitede eğitim gören %70'i kadın, %30'u erkek toplamda 1467 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmada katılımcıların sosyal medya bağımlılık düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemeyi amaçlamıştır.

Araştırma sonucuna göre katılımcıların %72'sinin farklı düzeylerde olsa da sosyal medya bağımlısı olduğu tespit edilmiştir. Sosyal medya bağımlılık düzeyi cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Katılımcıların sosyal medyada geçirdikleri süre ve kullandıkları uygulama sayısı arttıkça sosyal medya bağımlılık düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin meşguliyet ve duygu durum düzenleme boyutlarında kadın katılımcıların erkeklere göre daha yüksek puan aldığı; çatışma boyutunda ise erkek katılımcıların kadınlara göre daha yüksek puan aldığı tespit edilmiştir.

2.2. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu

Teknoloji, geçmişten bu yana sürekli olarak bir gelişme ve ilerleme içerisinde olmuştur. Teknoloji gelişmeye devam ettikçe insanların hayatına birçok yenilik getirmiş ve yaşam koşullarını pek çok alanda kolaylaştırmıştır. Özellikle akıllı telefonlar, bilgisayarlar, tabletler ile internete erişim oldukça kolay bir hale gelmiştir. İnternete erişimin kolaylaşmasıyla birlikte insanlar alışveriş, bilgiye erişim, eğitim, insanlar ile iletişim gibi birçok günlük telaşını çok kısa süre içinde çözmeye başlamıştır. Özellikle sosyal medya uygulamaları insanlara dünyanın birçok yeriyle kolayca iletişim kurmak, paylaşım yapmak, içerik üretmek, arkadaş edinmek gibi birçok imkân sunmuştur ve bu nedenle hayatın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Her ne kadar sunduğu imkânlar benzersiz ve olumlu olsa da olumsuz etkileri de oldukça fazladır. Bu olumsuz etkilere; sosyal medya bağımlılığı, yeme bozuklukları, olumsuz duygudurum, iş ya da akademik hayatta başarısız olma, işlevsellikte bozulma, sorunlu bilgisayar ya da telefon kullanımı, düşük sorumluluk düzeyi, yoksunluk ve kaygı bozuklukları örnek verilebilir (Sarıbay ve Durgun, 2019). Son dönemlerde, İngilizcede Fear of Missing Out (FoMO) olan Türkçede ise Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK) olarak isimlendirilmiş ve yeni gelişen bu olgu sosyal medya bağımlılığının olumsuz etkilerden birisi olarak kabul edilmiştir (Tanhan vd., 2022).

Bu kavram Przybylski ve arkadaşları (2013) tarafından kaygı bozukluğu olarak çalışılmış ve literatüre kazandırılmıştır. (Hayran vd., 2016). Przybylski vd. (2013) gelişmeleri kaçırma korkusunu; bireylerin, diğer insanların yanında olmadıklarında ya da onları takip etmediklerinde keyifli deneyimler yaşadıklarını düşünerek hissettikleri yoğun kaygıdan dolayı diğer insanlar ile sürekli iletişimde kalma isteği şeklinde tanımlamıştır. Bireylerin kaygı düzeyi “Göremediğim bir şey var mı?”, “Acaba şu an birisi bir şey paylaştı mı?”, “Güncel olayları kaçırdım mı?” gibi sorular ile artış gösterir

ve bu durum sosyal medya uygulamalarında geçirdikleri sürenin günden güne artmasına neden olur (Gökler vd., 2016). Genel olarak bakıldığında gelişmeleri kaçırma korkusu, sürekli sosyal medya uygulamalarında zaman geçirme isteği ile ortaya çıkan bir korkudur ve bu korkuya sahip bireyler tam olarak neyi kaçırdıklarını bilmedikleri halde sürekli paylaşımları takip etme isteği hissetmektedir çünkü diğer insanların kendilerinden daha iyi yaşam şartları olduğunu düşünme eğilimindedirler (Aydın, 2018).

Hayran vd. (2016) ise bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu yaşamasına sebep olan ya da sebep olabilecek 3 koşul olduğunu ileri sürmüştür. Bu koşullardan ilki bireyin kaçırdığı etkinliklerin diğerleri için çok iyi geçmesi, ikincisi bireyin kaçırdığı etkinliğin oldukça popüler hale gelmesi ve üçüncüsü ise bireyin kendi ile alakalı etkinlikleri kaçırmasıdır. Bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri kaçırdıkları deneyimlere göre artış gösterebilmektedir (Doğan, 2019). Başka bir deyişle; bu bireylerin diğer insanların deneyimleri, etkinlikleri ve hayatlarıyla sürekli bağlantıda kalma isteği vardır ve bu bağlantıyı korumanın en kolay ve hızlı yolu sosyal medya uygulamalarıdır (Alt, 2017; Przybylski vd., 2013).

Gelişmeleri kaçırma korkusuna sahip bireyler sosyal medya uygulamalarını aktif olarak kullanmanın oldukça önemli olduğunu düşünür çünkü sosyal medya bireylere geniş bir sosyal çevre sağlamaktadır. Bu korkuya sahip olan bireylerin sosyal medyayı gerçek hayatta hissettikleri sevgisizlik ve yalnızlık duygularını azaltmak, paylaşımlarına gelen mesaj ya da yorumlar ile ait olma ihtiyaçlarını gidermek için daha çok kullandıkları görülmüştür (Özcan ve Koç, 2023).

Gelişmeleri kaçırma korkusunun bireyler üzerinde oluşturduğu olumsuz etkiler incelendiğinde O'Connell (2020), gelişmeleri kaçırma korkusunun depresyon, anksiyete, reddedilme korkusu, yüksek stres, düşük düzeyde psikolojik sağlamlılık, sosyal ilişkilerde bozulma ve psikopatoloji riskinin artması gibi olumsuz etkileri olabileceğini söylemiştir. Karahisar (2019), gelişmeleri kaçırma korkusu yaşayan bireylerin sürekli sosyal medyada vakit geçirdiklerini, güne başlarken ve günü bitirirken mutlaka sosyal medya hesaplarını kontrol ettiklerini, 'telefonumun şarjı biterse sosyal medyaya giremem' korkusu ile daima yanlarında şarj aleti taşıdıklarını, herhangi bir paylaşım yaptıklarında istedikleri geri dönüşleri almazlarsa büyük hayal kırıklığı ve yalnızlık hissi yaşadıklarını söylemiştir. Alt (2015), motivasyonsuzluk ve akademik başarısızlık ile aşırı sosyal medya kullanımı arasında gelişmeleri kaçırma korkusunun güçlü bir aracı rolü olduğunu söylemiştir. Baker(2016) ise gelişmeleri kaçırma korkusunun mutsuzluk duygusu ile ilişkili olduğunu söylemiş; gelişmeleri kaçırma

korkusu düzeyi yüksek olan bireylerin sürekli sosyal medyada gördükleri insanların hayatları ile kendi hayatlarını kıyasladıklarını bu nedenle hayatlarına ve kendilerine karşı olan olumsuz duygularının arttığını belirtmiştir. Gezgın vd. (2017), gelişmeleri kaçırma korkusu yaşayan öğrencilerin konsantrasyon güçlüğü yaşadığını, ders esnasında sürekli sosyal medyayı kontrol ederek derslerinden uzaklaştığını, uyku bozuklukları yaşadığını ve akademik başarılarının ciddi ölçüde gerilediğini söylemişlerdir. Dossey (2014) de gelişmeleri kaçırma korkusuna sahip bireylerin diğer insanlar ile yüz yüze görüşmek yerine sosyal medya üzerinden iletişim kurduğunu ve bu nedenle de yalnızlık duygularının ve korku düzeylerinin arttığını ifade etmiştir.

Alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde Przybylski vd. (2013), gelişmeleri kaçırma korkusu kavramını insanların motivasyonlarını ve davranışlarını anlamlandırmak için geliştirilen öz belirleme teorisi (Deci ve Ryan, 2000) ile açıklamıştır. Bu teoriye göre psikolojik olarak iyi ve sağlıklı olmak için yeterlilik, özerklik ve insanlarla yakınlık şeklinde üç temel psikolojik ihtiyacın karşılanması gerektiği belirtilmiştir. İlk psikolojik ihtiyaç olan yeterlilik; bireyin herhangi bir alanda yetkin olması ve başarılı olabilme yeteneği demektir. İkinci olarak özerklik; bireylerin içsel motivasyonlarına, inançlarına, isteklerine göre kendi kararlarını ve eylemlerini belirleme, anlamına gelmektedir. Son psikolojik ihtiyaç olan insanlarla yakınlık; aynı zamanda bağlılık demektir ve bireyin çevresindeki insanlara, bir fikre, bir gruba ya da bir ilişkiye bağlılığını belirtir. Bu teori iki farklı ilişki tipi olabileceğini söylemiştir. Birincisi temel psikolojik ihtiyaç tatmini eksik olan bireylerin sosyal medya kullanımının ve gelişmeleri kaçırma korkusu seviyelerinin yüksek olabileceğidir. İkincisi ise temel psikolojik ihtiyaç tatminindeki eksiklik duygusu ile aşırı sosyal medya kullanımı arasında gelişmeleri kaçırma korkusunun aracı bir role sahip olabileceğidir. Yapılan çalışmaya göre temel psikolojik ihtiyaçları eksik olan bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür (Przybylski vd., 2013).

Doğan (2019) gelişmeleri kaçırma korkusunu; bireyin kendi kimliğini oluşturma sürecinde etkilendiği faktörleri, kendini anlamasını ve insanlar ile ilişkilerini açıklamak amacıyla kullanılan benlik kurgusu teorisi (Markus & Kitayama, 1991) ile açıklamıştır. Bu teoriden yola çıkılarak diğer insanların o an yaptıkları etkinlikleri ya da yaşamlarını takip edememe durumuyla ilgili korku ve endişe duyma anlamına gelen gelişmeleri kaçırma korkusu ile bireylerin diğer insanlar ile kendini ilişkilendirme şekilleri arasında pozitif bir ilişki olduğu varsayılmıştır. Araştırma sonucu bu varsayımı desteklemiştir.

Gelişmeleri kaçırma korkusu ile benlik kurgusu arasında pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir (Doğan, 2019).

Argan vd. (2018) ise gelişmeleri kaçırma korkusunun psikolojik nedenlerini tespit edebilmek adına bireylerin niteliklerini anlamlandırmak için kendilerini sürekli diğer insanlarla sosyal olarak karşılaştırdıkları sosyal karşılaştırma teorisi'nin (Festinger, 1954) dikkate alınması gerektiğini söylemiştir. Bu teoriye göre sosyal karşılaştırma sürecinde bireyler, sürekli kendilerini başkaları ile kıyasladıkları için sosyal medyada yaptıkları paylaşım sayıları artabilir ya da diğer insanları taklit etme ve rekabet isteği gibi duygu, düşünce ve davranışları artış gösterebilir. Bireylerin sosyal karşılaştırma sürecindeki bu duygu, düşünce ve davranışlarındaki artış ise gelişmeleri kaçırma korkusu seviyesinin yükselmesine neden olabilir (Argan vd., 2018).

2.2.1. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ile İlgili Araştırmalar

Beyens vd. (2016), yaptıkları çalışmada ergenlerin ait olma ihtiyacı, popülerlik isteği ile Facebook kullanımı arasında bulunan ilişkide gelişmeleri kaçırma korkusunun aracı bir rolü olup olmadığını ve Facebook kullanımıyla ilgili olan gelişmeleri kaçırma korkusu ile algılanan stres arasındaki ilişkileri araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın örneklemini Belçika'da lisede eğitim gören %43'ü erkek ve %47'si kadın toplamda 402 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda gelişmeleri kaçırma korkusu değişkeninin katılımcıların Facebook kullanımı ile ait olma ihtiyacı ve popülerlik isteği arasında aracı bir rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Alt (2017), gelişmeleri kaçırma korkusu değişkeninin öğrencilerin sosyal medya etkileşimleri üzerindeki etkilerini, kültürün (azınlık ve azınlık olmayan öğrenciler) değişkenler üzerindeki katkısını da ele alarak araştırmayı amaçlamıştır. Araştırmanın örneklemini İsrail'de bir kolejde öğrenim gören %83'ü kadın ve %17'si erkek toplamda 279 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda gelişmeleri kaçırma korkusu değişkeni ile öğrencilerin sosyal medya etkileşimleri arasında pozitif yönde orta seviyede anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Azınlık olan öğrencilerin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin sosyal medya etkileşimlerini açıklamada aracı bir rol oynadığı görülmüştür.

Hoşgör vd. (2017), üniversitede eğitim gören %73'ü kadın ve %27'si erkek toplamda 210 öğrencinin katıldığı çalışmada üniversite öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya kullanımları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Araştırma bulgularına göre katılımcıların kullandığı sosyal medya uygulama sayısı ile

sosyal medyada geçirdikleri süre arttıkça gelişmeleri kaçırma korkusundan alınan toplam puanın da arttığı gözlemlenmiştir.

Yalçın Çınar (2017), örneklemini üniversitede eğitim gören %66'sı kadın, %34'ü erkek toplamda 400 üniversite öğrencisinin oluşturduğu çalışmada katılımcıların sosyal ortamda gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyini etkileyebilecek faktörleri araştırmayı amaçlamıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyi ile internet bağımlılığı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Kullanılan sosyal medya uygulama sayısı arttıkça katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyinin arttığı görülmüştür.

Hızarcı (2018), üniversitede öğrenim gören %78'i kadın, %22'si erkek toplamda 87 öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmada katılımcıların bağlanma stilleri, yaşam doyumu, problemler cep telefonu kullanımı ve gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını ve demografik değişkenlerin etkisini araştırmayı amaçlamıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların problemler cep telefonu kullanımı ölçeğinin yoksunluk boyutu puanları ile gelişmeleri kaçırma korkusu toplam puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Yaşam doyumundan alınan toplam puan ile gelişmeleri kaçırma korkusundan alınan toplam puan arasında ise anlamlı ancak negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır.

Erdoğan ve Şanlı (2019), örneklemini üniversitede eğitim gören %81'i kadın ve %19'u erkek toplamda 346 öğrencinin oluşturduğu çalışmada katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin sosyal medyaya yönelik tutumları ile bir ilişkisi olup olmadığını ve aralarında ilişki varsa bu ilişkinin etki düzeyini araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmada katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri ile sosyal medyaya yönelik tutumları arasında pozitif yönde ve zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Aygar vd. (2019), üniversitede eğitim gören %45'i kadın, %55'i erkek toplamda 463 öğrencinin katıldığı çalışmada sosyal medyada yaşanan gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyi ile problemler internet kullanımı arasında bir ilişki olup olmadığını ve bu değişkenleri etkileyen sosyodemografik nitelikleri araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırma sonucunda katılımcıların problemler internet kullanımı toplam puanı ile gelişmeleri kaçırma korkusu toplam puanı arasında pozitif yönde orta seviyede anlamlı bir ilişki görülmüştür. Erkek katılımcıların, interneti sosyal medyada paylaşım yapmak için kullanan katılımcıların ve interneti günlük 4 saatten fazla kullanan katılımcıların

yüksek seviyede problemlili internet kullanımı toplam puanına ve gelişmeleri kaçırma korkusu toplam puanına sahip oldukları sonucuna ulaşmışlardır.

Hamutoğlu vd. (2020), yaptıkları çalışmada bireylerin sosyal medya kullanımları, kişilik özellikleri ve sosyal medya bağımlılık düzeylerinin gelişmeleri kaçırma korkusu üzerindeki etkilerini araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın örneklemini üniversitede öğrenim gören 845 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda sosyal medya bağımlılığının pozitif bir yönde gelişmeleri kaçırma korkusunu yordadığı görülmüştür. Katılımcıların sosyal medya kullanımlarının gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri üzerinde herhangi bir etkisi bulunmamıştır.

Çetinkaya vd. (2021), yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin problemlili sosyal medya kullanımları ile gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını araştırmışlardır. Araştırma örneklemini üniversitede öğrenim gören %61'i kadın, %39'u erkek toplamda 473 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda gelişmeleri kaçırma korkusu değişkeni ile problemlili sosyal medya kullanımı değişkeni arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Weaver ve Swank (2021), yaptıkları çalışmada bireylerin problemlili sosyal medya kullanımı, gelişmeleri kaçırma korkusu, benlik saygısı, dikkat düzeyleri ve yaşam doyumları arasında bir ilişki olup olmadığını araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın örneklemini Amerika'da üniversitede eğitim gören %89'u kadın, %11'i erkek toplamda 278 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda katılımcıların problemlili sosyal medya kullanımları ile gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasında orta seviyede pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Koçak ve Traş (2021), üniversitede eğitim gören 25 yaş ve üzeri %77'si kadın, %23'ü erkek toplamda 733 öğrencinin katıldığı çalışmada katılımcıların sosyal medya bağımlılıkları, gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri ve yaşamın anlamı arasında nasıl bir ilişki olduğunu araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırma sonucunda katılımcıların sosyal medya bağımlılığı seviyeleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu seviyeleri arasında pozitif yönde orta seviyede anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Karakoç (2023), örneklemini yaşları 18 ile 73 arasında değişen, %72'si kadın ve %28'i erkek toplamda 383 kişinin oluşturduğu çalışmada katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılık düzeyinin narsisizm ve sosyotizm arasında bulunan ilişkide aracı bir rolünün olup olmadığını araştırmayı amaçlamıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu ile narsisizm ve sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Gelişmeleri kaçırma korkusu değişkeninin sosyal medya bağımlılığı değişkenini yordayıcı bir değişken olduğu; narsisizm değişkeninin ise gelişmeleri kaçırma korkusu değişkenini yordayıcı bir değişken olduğu görülmüştür.

2.3. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu

Bireyler diğer insanlar ile bireysel ya da grup olarak iletişim kurduklarında karşılarındaki insanlar tarafından nasıl algılandıkları, değerlendirildikleri ya da görüldükleri hakkında bir merak duyar ancak bazı bireyler ise bu merak duygusu yerine yoğun bir kaygı yaşamaktadır (Çam vd., 2010). Bu yoğun kaygı durumunu yaşayan bireyler, sosyal çevre oluşturmakta, iletişim kurmakta ve topluluk içinde bir aktivite gerçekleştirmekte oldukça zorlanırlar ve kendilerini dış dünyadan izole ederek hayatlarına devam ederler. Bireylerin yaşadığı bu olumsuz değerlendirilme ya da küçük düşürülme korkusu nedeniyle toplum dışı bir hayat sürmesi durumu sosyal kaygı olarak adlandırılır (Yıldırım vd., 2011).

DSM-V Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabında sosyal kaygı kavramı; bireylerin diğer insanlar ile iletişim kurarken ya da onların arasında herhangi bir aktivite yaparken sürekli olarak olumsuz değerlendirileceklerine, dışlanacaklarına ya da küçük düşeceklerine dair duydukları yoğun kaygı ve endişe durumu şeklinde tanımlanmıştır (APA, 2013).

Sosyal kaygı kavramı ile ilgili yapılan tanımlara bakıldığında temel unsurun olumsuz değerlendirilme korkusu olduğu görülmektedir (Weeks vd., 2008). Olumsuz değerlendirilme korkusu kavramı ilk kez Watson ve Friend (1969) tarafından tanımlanarak literatüre kazandırılmıştır (Alkan ve Bökeoğlu, 2020). Watson ve Friend (1969) olumsuz değerlendirilme korkusunu, bireyin başkaları tarafından değerlendirildiğinde bu değerlendirmenin olumsuz yönde olacağı düşüncesi ile endişe duyması ve bu nedenle sosyal durumlardan kaçınması şeklinde tanımlamışlardır. Doğan (2009) ise bireyin sosyal ortamlarda herhangi bir davranış sergilemesi gerektiğinde başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceğini ve bu sebeple rezil olacağı, dışlanacağı ya da aşağılanacağına dair duyduğu yoğun korku ve kaygı olarak ifade etmiştir. Carleton vd. (2006) olumsuz değerlendirilme korkusunun, diğer insanlar tarafından düşmanca ya da aşağılayıcı bir şekilde eleştirilme düşüncesinin oluşturduğu bir kaygı olduğunu söylemişlerdir. Ünal vd. (2016) de kendini ifade etmekte zorlanan bireylerin, diğer insanların eleştirilerinden daha çok korktuğunu ve bundan dolayı

olumsuz değerlendirilme korkusu düzeylerinin daha yüksek olabileceğini söylemişlerdir.

Bu korkuya sahip bireyler, bir davranış ya da konuşma sergilerken çevrelerinde bulunan insanların jestlerini, mimiklerini, davranışlarını ve dış görünüşlerini inceleyerek yapılacak değerlendirmeye yönelik bir tahmin yürütmeye çalışmaktadır. Olumsuz değerlendirilme korkusuna sahip bireyler, bu şekilde tahmin ettiği dönüt ile insanlardan gelen dönütleri karşılaştırarak onların standartlarına uygun davranış ya da konuşma sergileyip sergilemediğine karar vermektedir. Birey arada tutarsızlık olduğu kararını verdiğiğinde ise insanların olumsuz değerlendirme olasılığını ve gelebilecek değerlendirmelerin olası sonuçlarını belirlemeye çalışır ve bu durum korkunun daha yoğun bir şekilde hissedilmesine neden olmaktadır. Bu döngü birey her sosyal çevre ile iletişim kurduğunda başa dönmektedir. Bireyin olumsuz değerlendirilme korkusu yaşadığı insan ya da grupları sadece tanıdığı insanlar oluşturmamaktadır. Potansiyel olarak algıladığı her insan ya da topluluk korkunun seviyesini arttırmak için yeterli görünmektedir (Rapee ve Heimberg, 1997).

Olumsuz değerlendirilme korkusunun bireylerde yetersizlik, olumsuz duygudurum, yüksek kaygı seviyesi, iş ya da eğitim hayatında başarısızlık ve yalnızlık gibi negatif etkileri görülmektedir (Yıldırım vd., 2011). Bu korkuya sahip bireyler; göz göze gelmekten kaçınma, dikkat çekmeyecek şekilde hareket etme, topluluk içinde başka şeyler ile ilgilenme, sadece tanıdıkları insanlar ile iletişim kurma ya da kendilerini diğer insanlardan izole etme gibi korku düzeyini azaltacak kaçınma davranışlarında bulunurlar. Bireyler yoğun korku hissettiklerinde ve kaçınma davranışlarını sergileyemediklerinde kalp çarpıntısı, nefes darlığı, aşırı terleme gibi fiziksel belirtiler yaşamaktadır (Çetin vd., 2010; Leight ve Clark, 2018).

Bireyin, olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyini azaltmak için kullandığı kaçınma davranışlarının birey üzerinde üç negatif etkisi bulunmaktadır. Bunlardan ilki, uygulanan kaçınma davranışları bireyin yaşadığı kalp çarpıntısı, nefes darlığı gibi fiziksel belirtileri arttırabileceği yönündedir. İkincisi, birey bu kaçınma davranışları nedeniyle gerçekleşmesinden korktuğu olumsuz değerlendirilmeyi yaşamadığını düşünür ve bu yüzden bu korkunun gerçekçi bir korku olmadığını anlayamamaktadır. Üçüncü ve son olarak birey, uyguladığı kaçınma davranışları nedeniyle olumsuz değerlendirilmeye maruz kalabilir (Çetin vd. 2010; Wells vd. 1995). Ayrıca bu korkuyu yaşayan bireylerin çevrimiçi iletişimi daha çok tercih ettiği görülmüştür. Olumsuz değerlendirilme korkusu yaşayan bireylerin sosyal medya uygulamalarının sunduğu

kendilerini gizleyebilme, uzaktan iletişim kurabilme, kendilerini istedikleri gibi sergileyebilme gibi imkânlardan dolayı hissettikleri korku yoğunluğunun azaldığını ve bu nedenle sanal iletişimi daha çok tercih ettikleri görülmüştür (Caplan, 2017). Olumsuz değerlendirilme korkusuna sahip bireyler, sosyal medyada iletişim kurmanın daha az riskli olduğunu düşünmekte ve bu nedenle sosyal medyayı normal bireylere göre daha fazla kullanma eğilimindedir (Zorbaz ve Tuzgöl Dost, 2014).

Olumsuz değerlendirilme korkusu üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde literatürde bu kavramın bilişsel, psikanalitik ve davranışçı yaklaşımlar üzerinden yorumlandığı görülmektedir. Bilişsel yaklaşıma göre olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal kaygının en temel özelliğidir. Bu korkuya sahip kişiler, insanlar üzerinde olumlu etki bırakmak ister ancak bu etkiyi bırakabilecek kadar yetenekli olmadıklarını düşünürler. Bireyler insanların onaylayacağı ve takdir edeceği şekilde davranamayacaklarını aksine uygun olmayan davranışlar sergileyerek dışlanacaklarını, aşağılanacaklarını ve başarısız olacaklarını düşünürler. Birey olumsuz değerlendirileceğini düşündüğü an bütün dikkatini kendi davranışlarına verir ve dikkati kaybettiği için çevredeki insanların değerlendirmelerini yanlış yorumlayabilir. Bu yanlış düşünceler ve benzeri bilişsel çarpıtmalardan dolayı bireylerin korku düzeyi artmaktadır. (Çam vd., 2010; Türkçapar, 1999).

Psikanalitik yaklaşıma göre olumsuz değerlendirilme korkusu ve buna yönelik kaygılar, bireylerin onaylanmayan duygu, düşünce ve dürtülerinden dolayı cezalandırılacakları düşüncesi ile belirgin bir hale gelmektedir. Bu düşünceler, bireydeki kaçınma davranışlarını ortaya çıkartarak korku ve kaygı seviyesini yükseltmektedir. Olumsuz değerlendirilme korkusu yaşayan bireyler istemsiz bir şekilde dikkat çekecek davranışlarda bulunarak başkalarından olumlu tepkiler ve değerlendirmeler almayı arzulamaktadır. Birey, olumlu tepki ve değerlendirmeleri alamazsa olumsuz eleştiriler alacağını düşünerek yoğun bir kaygı ve korku yaşamaktadır. Birey, yaşadığı bu yoğun korku ve cezalandırıldığı düşüncesinden kaçınmak için reddedileceği ve olumsuz değerlendirileceği ortamlardan kaçınma davranışı sergilemektedir. Bireyin hayatındaki temel bakım verenler ve çevresinde bulunan insanların büyüme sürecindeki davranış ve tutumları oldukça önemlidir. Birey büyüme sürecinde sürekli aşağılanma, dışlanma, eleştirilme gibi durumlar yaşadığında, gördüğü bu davranışlar ile korku ve kaygıları beslenir ancak tam tersi yaşandığında ise bireyin korku ve kaygı durumu törpülenebilmektedir. (Türkçapar, 1999; Öztürk, 2014).

Davranışçı yaklaşıma göre ise bireyler olumsuz değerlendirilme korkusunu ve kaygıyı; duyduğu veya okuduğu bir bilgi, gözlemlediği bir tutum ya da deneyimlediği bir durum ile öğrenmektedir. Birey herhangi bir yerde hissettiği, gözlemlediği, diğer insanlardan aldığı bilgiler ile öğrendiği ya da yaşadığı bu korkuyu benzer durumlarda sürekli hissetmeye başlar ve hissetmemek için kaçınma davranışları sergilemektedir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde bireylerin deneyimleri ile direkt olarak olumsuz değerlendirilme korkusuna koşullandıkları görülmüştür (Türkçapar, 1999; Öztürk, 2014).

2.3.1. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile İlgili Araştırmalar

Zorbaz ve Tuzgöl Dost (2014), örneklemini Ankara'nın Çankaya, Mamak ve Etimesgut ilçelerinde bulunan 3 lisede eğitim gören %52'si kadın, % 48'i erkek toplamda 682 öğrencinin oluşturduğu araştırmada problemlerle internet kullanma ile cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri arasında bir ilişki olup olmadığını incelemişlerdir. Araştırma sonucunda problemlerle internet kullanma seviyeleri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre yüksek seviyede problemlerle internet kullanım düzeyleri olduğu görülmüştür. Araştırmada katılımcıların sosyal kaygı değişkeninin alt başlıklarından birisi olan Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile katılımcıların problemlerle internet kullanım düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye rastlamışlardır.

Wolniewicz vd. (2018), yaptıkları araştırmada problemlerle akıllı telefon kullanımı, olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkusu, gelişmeleri kaçırma korkusu, sosyal olan ve sosyal olmayan akıllı telefon kullanımının psikopatoloji ile ilişkisini araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırma örneklemini Amerika'da bulunan Midwestern Üniversitesinde öğrenim gören %57'si kadın, %43'ü erkek toplamda 296 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda gelişmeleri kaçırma korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun problemlerle akıllı telefon kullanımı ile arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Gelişmeleri kaçırma korkusunun problemlerle akıllı telefon kullanımı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki ilişkide aracı bir rol oynadığı görülmüştür.

Casale vd. (2018), örneklemini İtalya'da üniversite eğitimi gören %55'i kadın, %45'i erkek toplamda 679 üniversite öğrencisinin oluşturduğu çalışmada sosyal medya bağımlılığını yordamada olumsuz değerlendirilme korkusu ve düşük benlik sunumunun etkilerini de dikkate alarak gelişmeleri kaçırma korkusunun etkisini ve gelişmeleri

kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasında bulunan ilişkide olumlu üstbilişlerin aracı rolünü araştırmayı amaçlamıştır. Araştırma sonucunda cinsiyet değişkenine göre bakıldığında kadınların erkeklere göre olumsuz değerlendirilme korkusu, gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal medya bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasında doğrudan ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasında ise doğrudan bir ilişki tespit edilmemiştir.

Harmancı vd. (2019), üniversite öğrencisi olan %68'i kadın, %32'si erkek toplam 302 kişinin katıldığı araştırmada olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal medya bağımlılığı ile arasında bir ilişki olup olmadığını incelemek istemiştir. Araştırma sonucunda olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığı puanları cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre daha yüksek puan aldığı sonucuna ulaşılmıştır.

Gültekin (2019), yaşları 15 ile 18 arasında değişen %54'ü kadın, %46'sı erkek toplamda 433 lise öğrenciyle yaptığı çalışmada katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu ile akıllı telefon bağımlılığı arasında bir ilişki olup olmadığını incelemek istemiştir. Araştırma sonucunda katılımcıların akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ile olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Telefonsuz olmaya dayanma düzeyi cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde erkek öğrencilerin telefonsuz dayanma düzeyinin kadın öğrencilere göre düşük olduğu görülmüştür.

Çiğdem (2021), örneklemini üniversitede eğitim gören %61'i kadın, %39'u erkek olmak üzere toplam 520 üniversite öğrencisinin oluşturduğu çalışmada gelişmeleri kaçırma korkusunun olumsuz değerlendirilme korkusu ve bilişsel tamamlanma ihtiyacı ile arasında bir ilişki olup olmadığını incelemek istemiştir. Araştırma sonucunda katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri ile olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyleri arasında pozitif yönde orta seviyede anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Gelişmeleri kaçırma korkusu seviyesi cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla gelişmeleri kaçırma korkusu seviyelerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Araştırmada katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu düzeylerinin, katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerini olumlu yönde ve anlamlı bir seviyede yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Çetinkaya (2021), üniversitede eğitim gören %46'sı kadın, %54'ü erkek toplam 313 öğrencinin oluşturduğu çalışmada katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyleri, sosyal medya bağımlılık düzeyleri ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını ve demografik niteliklerin bu değişkenleri nasıl etkilediğini araştırmayı amaçlamıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların sosyal medyada geçirdikleri süre arttıkça sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden alınan toplam puanında arttığı görülmüştür. Olumsuz değerlendirilme korkusu değişkeninin sosyal medya bağımlılığı değişkenini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada sosyal medya bağımlılığı toplam puanı arttıkça olumsuz değerlendirilme korkusundan alınan toplam puan da artış göstermiştir.

Öztürkçe (2021), örneklemini üniversitede eğitim gören, yaşları 18 ile 30 arasında değişen %79'u kadın ve %21'i erkek toplamda 131 kişinin oluşturduğu çalışmada öğrencilerin sosyal fobileri ve olumsuz değerlendirilme korkusu düzeylerinin sosyal medya kullanımları ile bir ilişkisi olup olmadığını araştırmıştır. Araştırma bulgularına göre sosyal medyayı günlük 3 saatten fazla kullanan katılımcıların yüksek düzeyde olumsuz değerlendirilme korkusu toplam puanına sahip olduğu görülmüştür. Kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre olumsuz değerlendirilme korkusuna daha yatkın olabildikleri gözlemlenmiştir.

2.4. Narsisizm

Son zamanlarda narsisizm kavramı akademiden sosyal medyaya birçok alanda popüler hale gelmiştir (Akyol Kol, 2023). Genel olarak narsisizm kavramı “bireyin kendi görünüşüne, yeteneklerine ya da özelliklerine aşırı seviyede hayran olması ve kendini üstün görmesi” şeklinde tanımlanmaktadır (Cambirdge, 2024).

Psikoloji literatürüne narsisizm kavramı ilk olarak Havelock Ellis'in (1898) otoerotizm ile ilgili yaptığı tanımlamayla girmiştir. Ellis (1898) narsisizmin ilk çıkış noktasının Yunan mitolojisinde bulunan Narcissos miti olduğunu söylemiştir. Efsaneye göre Narcissos, görünüşü ile herkesi büyüleyen biridir ve kendisine güzel duygular ile gelen herkesi aşağılamaktadır. Bir gün bu davranışını intikam tanrısı olan Nemesis duymuştur ve karşılıksız bir aşk ile Narcissos'u cezalandırmıştır. Ardından Narcissos bir anlığına suda yansımasını görmüş ve kendi yansımasına karşılıksız bir aşka tutulmuştur. Yıllarca su kenarında kendi yansımasını izleyerek çaresizlik içinde bu karşılıksız aşkı ile ölmüştür. Ellis (1898), bu mitem yola çıkarak narsisizm kavramını, bireyin cinsel dürtülerinin kendi benliğine duyulan hayranlıkla birleştiğini ve bu duyguların zamanla

azaldığı, şeklinde açıklamıştır. Ellis'in (1898) tanımının ardından psikanalist grupları narsisizm kavramını detaylı bir şekilde ele almışlardır. Psikanalist grupları narsisizmin sadece cinsel dürtüler ile alakalı olmadığını, narsisistik bireylerin başarılı insanlar ile bağ kurarak onların iyi özelliklerini kendilerine atfedip haz alma eğiliminde olduğunu söylemişlerdir (Levy vd. 2011).

Freud (1914), libidonun zaman içerisinde bireylerden ve nesnelere uzaklaşarak bireyin egosuna yöneldiği ve odak noktası haline geldiği narsistik bir aşamaya geçiş yaptığını ileri sürmüştür. Narsisizmi, birincil narsisizm ve ikincil narsisizm olarak iki farklı şekilde tanımlamıştır. Birincil narsisizmde her çocuğun gelişiminin doğal bir aşaması olarak nesne ilişkisi kendini sevmeye yöneliktir ve bu süreçte libido tamamen ego üzerindedir. İkincil narsisizmde ise birey gelişim aşamasını tamamlayamadığında ve sevgi nesnesini bulamadığında tekrar narsisistik seviyeye yönelmektedir (Crockatt, 2006; Demirci ve Ekşi, 2017).

Horney (1939) ise narsisizmin aslında bireylerin karakteristik bir özelliği olduğunu ve saldırgan, mükemmeliyetçi, kibirli gibi tiplere ayrıldığını ileri sürmüştür. Horney'e (1939) göre narsisist bireyler kendisi de dâhil herhangi birini sevmeye yeteneğine sahip olmadığından dolayı kendini sevgiye layık göstermek için sunduğu eylemler aldatıcı olabilmektedir. Narsisistler kendi statülerine fayda sağlayan insanlar ile ilişki kurmaktadır. Narsisistlerin sosyal yetenekleri çok zayıftır. Bu nedenle diğer insanlara bencilce, acımasızca ya da umursamaz davranışlar sergilemekte ve kendileri hakkında gerçek dışı düşüncelere sahip olmaya eğilim göstermektedir. Böylece kendilerine bu faydayı sağlayacak insanları bulmakta zorlanan savunmasız bir insan olma noktasına gelirler (Horney 1939; Akt. Alhınai, 2019)

Freud ve Horney'in narsisizm kavramı ile ilgili yaptığı araştırmalar üzerine psikanalistler, narsisizm ile ilgili çalışmaları ve tanımını genişletmiştir. Narsisist bireylerin başarısızlığa ve belirsizliğe tahammülsüz olduklarını, ya mükemmel ya da başarısız olacaklarını düşünerek hareket ettiklerini söylemişlerdir. Psikanalistler, narsisizmin sadece bir karakteristik özellik olmadığını söylemişler ve bir kişilik bozukluğu olarak tanımlamışlardır. Narsisist özelliklerin etkilerini ve düzeylerini tanımlamak için de normal narsisizm ve patolojik narsisizm olarak ikiye ayırmışlardır (Kernberg, 1970; Kohut, 1968; Levy vd. 2011; Reich, 1960).

Normal narsisizm, bireyin kendine verdiği değer ve kendine duyduğu güvenin diğer insanlardan gelen olumsuz değerlendirmeler ile sarsılmadığı aksine kendi ile ilgili değerlendirmelerine odaklanarak özgüvenini yükselttiği bir durumdur (Akhtar, 1989;

Akt. Karaaziz ve Atak, 2013). Bireyler, olumlu özelliklerini destekleyerek tersi olan özellikleri en aza indirgeme eğilimindedir ve tüm bireyler normal narsisizm özelliklerine sahiptir (Pincus ve Lukowitsky, 2010).

Patolojik narsisizm ise normal narsisizmin tersi bir şekilde ilerlemektedir. Bireyler dış dünyaya kendilerini, diğer insanların değerlendirmelerini umursamadığını ve özgüveni yüksek biri olduğunu gösterse de diğer insanların değerlendirmelerine ihtiyaç duymaktadır. Dış dünyaya gösterdiklerinin aksine özgüvenleri düşüktür ve diğer insanların kendileri ile ilgili değerlendirmelerine ve düşüncülerine muhtaçtır (Karaaziz ve Atak, 2013). Narsisizm kavramının patolojik boyutu DSM-V Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabında Kişilik Bozuklukları içinde Narsisistik Kişilik Bozukluğu kategorisinde tanımlanmıştır. Narsistik kişilik bozukluğu; büyüklenme, kıskançlık, beğenilme arzusu, saygısızlık, her konuda en iyi olma arzusu, çıkarları için insanları kullanma, tahammülsüz ve anlayışsız olma gibi özelliklere sahip olma şeklinde tanımlanmıştır (APA, 2013).

Alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde DSM-V Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabında narsisizmin sadece büyüklenmeci özelliği ile ilgili tanımlama yapmış ve diğer alt boyutlarına değinilmediği için yetersiz kaldığı ile ilgili eleştirilere neden olmuştur. Narsisizm kavramı içinde birçok zıt özellik bulundurduğu için büyüklenmeci narsisizm ve kırılğan narsisizm şeklinde iki uçlu bir yapısı olduğu öne sürülmüş ve bu alanda yapılan çalışmalar geliştirilerek bu hipotez desteklenmiştir (Akyol Kol, 2023; Eldoğan, 2016;Levine ve Faust 2013).

2.4.1. Büyüklenmeci Narsisizm ve Kırılğan Narsisizm

Büyüklenmeci narsisizm; kendini beğenmiş, otoriter ve anlayışsız yaklaşımlar ile ilişkilendirilmektedir. Bireyler başkalarından gelen olumsuz değerlendirmeleri ve olumsuz özelliklerini görmezden gelme, iyi olan eylemleri ya da özellikleri de kendine atfetme gibi davranışlar sergilemektedir. Büyüklenmeci narsisizm; abartılı benlik algısı, mükemmellik isteği, güç arzusu, kendini beğenmişlik, diğer insanlara saygısızlık, aşırı ilgi ve takdir edilme isteği gibi nitelikler ile karakterizedir. Bireyler zaman zaman küçümsemek, kendini yüceltmek ve en iyi olduğunu kanıtlamak için diğer insanlara yardım etmektedir (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Büyüklenmeci narsisistler istedikleri gibi davranılmadığında, olumsuz yorumlar aldıklarında ya da herhangi bir durum istedikleri gibi ilerlemediğinde saldırganlık, zorbalık, kıskançlık ya da teşhircilik gibi davranış örüntüleri sergilemektedir (Wink, 1991). Bu bireyler kendilerini yüceltecek ve

takdir edecek insanlara ihtiyaç duydukları için sosyal ilişkilere önem verirler (Çağlayaner ve Okutan 2021).

Kırılğan narsisizm ise savunmasız ya da gizli narsisizm olarak da adlandırılmaktadır. Kırılğan narsisizm; bilinçdışı bir şekilde büyüklenmeci duygular ve buna eşlik eden düşük benlik saygısı, diğer insanlara bağımlı olma, anksiyete, genel isteksizlik, korkaklık ve karamsarlık gibi özellikler ile tanımlanmaktadır. Bu özellikler, depresif duygulanım, güven eksikliği ve düzensizlikle ilişkilendirilmektedir. Kırılğan narsisizme sahip olan bireylerin duygularını çok yoğun yaşama, insanlara karşı mesafeli davranma, kendini sürekli haklı hissetme eğilimi, sürekli tetikte olma ve kendini koruma hissi gibi özelliklere de sahip olduğu görülmüştür (Akça, 2017; Wink, 1991). Akhtar (1982) ise kırılğan narsisim kavramını; bireylerin güç arayışı, sürekli ilgi bekleme, ahlaki değerlerinde zayıflama eğilimi gösteren vicdan, tehtit algıladığında gerçeği değiştirme eğilimi, yüksek düzeyde kıskançlık, mutsuzluk ve hassaslık gibi özellikler ile karakterize olması şeklinde tanımlamıştır.

Kırılğan narsisizmde büyüklenmecinin aksine üstün olan duygu utanç duygusudur. Bireyler reddedilme duyarlılığı ve eleştirilme korkusundan dolayı insanlar ile ilişki kurmaktan kaçınırlar (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Kırılğan narsisist, kendi değerini görmezden gelmektedir. Büyüklenmeci narsisistler diğer insanlardan gelen ilgiye önem verirken kırılğan narsisistler beklentilerinin gerçekleşip gerçekleşmediğine odaklanırlar (Levine ve Faust, 2013).

Kırılğan narsisistlerin diğer insanlar ile iletişimden korkma, gereksinimlerinden utanma, iletişimi başlatma ya da devam ettirme de yaşadığı güvensizlik hissi, kendini geliştirememeye ya da sosyal ilişkilerinde hayal kırıklığı yaşama korkularını net bir şekilde gözlemlenmek mümkündür. Bireyler, insanlar ile iletişimindeki kırılğan yapılarının bilincindedir. Kırılğan narsisist bireyler, diğer insanların onun istek ve ihtiyaçlarını karşılama beklentilerini beklerler ve ilk aşamada bu beklentilerinden dolayı utanç duygusu yaşarlar, ardından ise beklentilerine karşılık alamama ihtimalinin yüksek düzeyde korkusunu hissederler (Dickinson ve Pincus, 2003).

Büyüklenmeci narsisistler ile kırılğan narsisistlerin zihinsel kalıpları bazı noktalarda birbirine benzerdir ancak kırılğan narsisist bireyler sevgiyi hak etmediği ve çok fazla kusuru olduğu düşüncesi ile itaatkâr davranış modeli sergiler ve bu durumu negatif duygudurum takip etmektedir. Büyüklenmeci narsisist bireyler ise itaatkâr davranış modeli ve negatif duygudurumun aksine bu düşüncelerini gidermek için kusursuz bir insan imajı sürdürme eğilimi göstermektedir (Eldoğan, 2016).

Büyüklenmeci ve kırılgan narsisistler, sosyal medya uygulamalarını diğer insanların dikkatini çekmek ve ilgi görmek amacıyla kullanmaktadır ancak gizlilik konusuna verdikleri önem ve eylemler farklılık göstermektedir. Kırılgan narsisistler, gizliliklerini ya da kişisel alanlarını ihlal eden durumlar ile karşı karşıya gelmemeye özen gösterir ve bu konuda oldukça hassaslardır. Büyüklenmeci narsisistler ise geri planda kalma korkusunu daha yüksek düzeyde hissettikleri için gizlilik ya da kişisel alanlarının ihlalini görmezden gelmektedir (Ahn vd., 2015).

Alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde büyüklenmeci narsisizm ve kırılgan narsisizm ile sosyal medya arasında çalışmalar yapıldığı görülmektedir. Sosyal medya, narsisist bireylere kendilerini istedikleri şekilde yansıtma, duygusal olarak kopuk iletişim ve çok fazla bireye ulaşma imkânı sunmaktadır. Narsisist bireyler sosyal medya uygulamaları ile kendilerini mükemmel gösterebilecekleri, istedikleri ilgiyi görebilecekleri yani isteklerini onlara sunabilecek insanlar ile kolayca iletişim kurabildikleri bir dünya yaratabilmektedir (Ertürk ve Eray, 2016;Mehdizadeh, 2010). Son zamanlarda bireyler, hayatlarının büyük bir kısmını sosyal medya uygulamalarında kurduğu dünyada geçirdikleri için büyüklenmeci narsisizm ya da kırılgan narsisizm ile sosyal medya arasında daha fazla araştırma yapılması gerektiği düşünülmektedir.

2.4.2. Narsisizm ile İlgili Araştırmalar

Mehdizadeh (2010), İngiltere’de bulunan York Üniversitesi’nde eğitim gören %50 kadın, %50 erkek toplamda 100 öğrencinin oluşturduğu araştırmada bir sosyal medya uygulaması olan Facebook’ta narsisizm ve benlik saygısının nasıl ortaya çıktığını araştırmayı amaçlamıştır. Narsisizmi ölçme aracı olarak Narsisistik Kişilik Envanteri (NPI)-16 kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, narsisizm puanı yüksek olan bireylerin Facebook’u kontrol etme sıklığı ile Facebook’ta geçirdiği süre arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Narsisizm puanı yüksek katılımcıların Facebook’ta fotoğraf yükleme, durum güncelleme gibi etkinlikleri daha sık gerçekleştirdiği görülmüştür.

Ryan ve Xenos (2011), yaptıkları çalışmada dışadönüklük ve narsisizm seviyeleri yüksek olan bireylerin bir sosyal medya uygulaması olan Facebook’u kullanma ve uygulamanın farklı kullanımıyla ilişkisini araştırmayı amaçlamışlardır. Araştırmanın örneklemini %58’i kadın, %42’si erkek toplamda 1324 Avusturalyalı kişi oluşturmaktadır. Katılımcıdan 1158’i Facebook kullanırken 166’sı kullanmamaktadır. Narsisizmi ölçme aracı olarak Narsisistik Kişilik Envanteri (NPI)-29 kullanılmıştır.

Araştırma sonucunda narsisizm ile Facebook'ta fotoğraf yükleme, fotoğraf tercihi ve durum güncelleme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Facebook kullanan bireylerin Facebook kullanmayan bireylere göre dışadönük ve narsisist bir birey olma ihtimallerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Ahn vd. (2015), Amerika'da eğitim gören %56'sı kadın %44'ü erkek toplamda 176 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada narsisizmin iki boyutu olan büyülenmeci narsisizm ve kırılğan narsisizmin sosyal medya kullanımında bilgi gizliliğini kontrol etmede eylemsel niyetler üzerindeki etkisini incelemeyi amaçlamışlardır. Narsisizm ölçme aracı olarak Hendin ve Cheek (1997) tarafından geliştirilen Kırılğan Narsisizm Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda kırılğan narsisizm değişkeninin sosyal medya kullanımında bilgi gizliliğini kontrol etmede eylemsel niyet değişkenini yordayıcı bir değişken olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Savunmasız narsisizm değişkeninin ise sosyal medya kullanımında bilgi gizliliğini kontrol etmede eylemsel niyet değişkeni üzerinde önemli bir etkisi bulunmamıştır.

Oğuz (2016), üniversitede eğitim gören %34'ü erkek, %66'sı kadın toplamda 218 öğrencinin katıldığı çalışmada Facebook kullanıcısı olan bireylerin narsisistik kişilik özelliklerini uygulama üzerinde nasıl yansıttıklarını belirlemeyi amaçlamıştır. Narsisizmi ölçme aracı olarak Narsisistik Kişilik Envanteri (NPI)-16 kullanılmıştır. Araştırma sonucunda narsisizmden alınan toplam puan ile Facebook'ta sahip olunan arkadaş sayısı, uygulama da geçirilen zaman, profil bilgilerini güncelleme sıklığı, fotoğraf yükleme ve durum güncelleme sıklığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Narsisizm toplam puanı yüksek olan bireylerin Facebook gibi uygulamaları kullanma oranının yükseldiği görülmüştür. Bireylerin narsisizm toplam puanı arttıkça tanımadıkları kişilerden gelen arkadaşlık tekliflerini kabul etme davranışında da artış olduğu gözlemlenmiştir.

Ertürk ve Eray (2016), yaptıkları araştırmada bireylerin kendini sunma davranışı nedeniyle sosyal medyayı ne sıklıkta ve hangi amaçla kullandıkları ile benliğin narsisizm boyutunda görülen belirtileri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırmanın örneklemini üniverisede eğitim gören yaşları 18 ile 25 arasında değişen %52'si kadın, %48'i erkek toplamda 339 kişi oluşturmaktadır. Narsisizmi ölçme aracı olarak Narsisistik Kişilik Envanteri (NPI)-16 kullanılmıştır. Araştırma sonucunda narsisistik kişilik özellikleri gösteren bireylerin yaşantılarını ve özel etkinliklerini paylaşmak, ilgi çekmek, istedikleri yaşam şeklini göstermek ve 'böyle bir hayat yaşıyorum' imajı vermek için sosyal medyayı kullandıkları görülmüştür. Katılımcıların

narsisizm puanları ile sosyal medya kullanımları arasında düşük oranda ancak pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bireylerin narsisistik kişilik özelliklerinin dışavurumları yükseldikçe sosyal medya uygulamalarını kullanma ve paylaşımında bulunma oranlarının da arttığı görülmüştür.

Andreassen vd. (2017), Norveç'te yaşayan, yaşları 16 ile 88 arasında değişen %35'i erkek, %65'i kadın olmak üzere toplam 23.532 kişi ile yaptıkları çalışmada bireylerin sosyal medya bağımlılığı, benlik saygısı ve narsisizm değerleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Narsisizmi ölçme aracı olarak Narsisistik Kişilik Envanteri (NPI)-16 kullanılmıştır. Araştırmada, sosyal medya bağımlılık düzeyinin genç yaş gruplarında, öğrencilerde, ilişkisi olmayan bireylerde, kadınlarda, düşük eğitim düzeyine sahip bireylerde ve düşük gelir düzeyine sahip olan bireylerde daha yüksek olduğu görülmüştür. Narsisizm puanı yüksek olan bireylerin sosyal medyayı bağımlılık düzeyinde kullandıkları görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığı ve narsisizm arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Yeniçeri Alemdar vd. (2017), üniversite öğrencisi olan 4 kız ve 4 erkeğin katıldığı nitel araştırma tekniği ile gerçekleştirdikleri çalışmada sosyal medyada yapılan özçekim yapma davranışının narsisizm ile ilişkisini katılımcıların özçekim yapma ve paylaşma davranışlarının nedenleri ve bu davranışa yükledikleri anlamlar açısından incelemişlerdir. Araştırmada katılımcıların kabul görme, takdir edilme, onaylanma, diğer insanların hayranlığını kazanma ya da değerli hissetme ihtiyaçlarını sosyal medyada özçekim yapıp paylaşma davranışı sergileyerek ve bu davranış sonucunda beğeni, yorum gibi dönütlere göre ruh hallerinin etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır. Narsistik kişilik özellikleri ile araştırma sonuçları karşılaştırıldığında özçekim yapma ve paylaşma davranışı ile narsisizm arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Çakmak (2018), gerçekleştiği çalışmada çevrimiçi bir uygulama olan Facebook üzerindeki benlik sunumunun narsisizm ile ilişkisini incelemeyi hedeflemiştir. Araştırmanın örneklemini üniversitede eğitim gören % 51'i kadın, % 49'u erkek toplamda 181 kişi oluşturmuştur. Narsisizmi ölçme aracı olarak Narsisistik Kişilik Envanteri (NPI)-16 kullanılmıştır. Araştırma sonucunda Facebook üzerindeki benlik sunumu ile narsisizm arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgularına göre, erkeklerin kadınlara göre Facebook'u benlik sunum aracı olarak daha çok kullandıkları bilgisine ulaşılmıştır.

Rıhtım (2020), üniversitede eğitim gören % 58'i kadın, % 42'si erkek toplam 300 öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmada kırılan narsisizm ve sanal ortam yalnızlık düzeyi

ile sosyal medya bağımlılığının arasında bir ilişki olup olmadığını araştırmıştır. Narsisizm ölçme aracı olarak Hendin ve Cheek (1997) tarafından geliştirilen, Şengül vd. (2015) geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yaptığı Kırılğan Narsisizm Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, sosyal medya bağımlılık düzeyi yükseldikçe kırılğan narsisizm ölçeğinden alınan puanın düştüğü görülmüştür. Cinsiyet değişkenine göre bireylerin kırılğan narsisizm düzeylerine bakıldığında erkek katılımcıların kırılğan narsisizm düzeyinin kadın katılımcılar ile karşılaştırıldığında anlamlı seviye de yüksek olduğu görülmüştür. Ek olarak, katılımcıların kırılğan narsisizm düzeyleri ile sanal yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Kong vd. (2020), yaptıkları çalışmada, bireyin kendini daha aşağı mevkide, güçsüz ve kötü durumda bulunan bireyler ile karşılaştırdığı, aşağı yönlü sosyal karşılaştırma ile cep telefonu bağımlılığı arasında bulunan ilişkide büyüklenmeci ve kırılğan narsisizmin rollerini araştırmışlardır. Araştırmanın örneklemini Wuhan'da bulunan 3 farklı üniversitede eğitim gören %23'ü erkek, %77'si kadın toplamda 512 öğrenci oluşturmaktadır. Narsisizmi ölçme aracı olarak Wang (2008) tarafından geliştirilen Örtük Narsisizm Anketi ve Açık Narsisizm Anketi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre kırılğan narsisizmin cep telefonu bağımlılığını pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Cep telefonu bağımlılığı ile aşağı yönlü sosyal karşılaştırma arasındaki ilişkide kırılğan narsisizmin ve büyüklenmeci narsisizmin aracı etkisi olduğu görülmüştür.

Sağır (2021), üniversitede eğitim gören %64'ü kadın, %36'sı erkek toplamda 282 öğrencinin katıldığı çalışmada, bireylerin sosyal medya bağımlılığı ile narsisizm seviyeleri arasında bulunan ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Narsisizmi ölçme aracı olarak Narsisistik Kişilik Envanteri (NPI)-16 kullanılmıştır. Araştırmada, katılımcıların sosyal medya kullanımları ile narsisizm düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Çağlar (2021), yaşları 18 ile 48 arasında değişen %61'i kadın, % 39'u erkek toplamda 516 kişinin katıldığı çalışmada, sosyal medya bağımlılığı ve narsisistik kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyle beğenilme arzusunun ilişkisini incelemeyi amaçlamıştır. Narsisizmi ölçme aracı olarak Narsisistik Kişilik Envanteri (NPI)-16 kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, Sosyal medya bağımlılık düzeyi yüksek olan bireylerin narsisistik kişilik özellikleri gösterdiği görülmüştür. Bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile narsisistik kişilik özellikleri arasında pozitif yönde anlamlı ve zayıf bir ilişki bulunmuştur.

3. YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, çalışılan katılımcı grubu, kullanılan veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel yöntem ile ilgili bilgiler açıklanmıştır.

3.1. Katılımcılar

Araştırma kolay ulaşılabilir örnekleme (convenience sampling) yoluyla ulaşılan, yaşları 18 ila 60 arasında değişen (ort. = 34.76, S = 11.534), 256'sı kadın (ort. = 33.90, S = 11.515) 244'ü erkek (ort. = 35.67, S = 11.507) toplam 500 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların cinsiyet, öğrenim düzeyi, medeni durum ve çalışma durumlarına göre dağılımlarına ilişkin frekans ve yüzde değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1.

Katılımcıların Cinsiyet, Öğrenim Düzeyi, Medeni Durum ve Çalışma Durumlarına Göre Frekans ve Yüzde Dağılımı

Demografik Değişkenler	f	%
<u>Cinsiyet</u>		
Kadın	256	51.2
Erkek	244	48.8
Toplam	500	100
<u>Öğrenim Düzeyi</u>		
İlkokul	8	1.60
Ortaokul	9	1.80
Lise	148	29.6
Üniversite	278	55.6
Lisansüstü	57	11.4
Toplam	500	100
<u>Medeni Durum</u>		
Bekar	239	47.8
Evli	261	52.2
Toplam	500	100
<u>Çalışma Durumu</u>		
Öğrenci	114	22.8
Aktif çalışan	299	59.8
Ev hanımı	29	5.8
Emekli	34	6.8
İşsiz	24	4.8
Toplam	500	100

Çalışmanın konusu ve araştırma problemi dikkate alındığında katılımcıların demografik özelliklerinin yanı sıra sosyal medya kullanım düzeyleri ve tercihleri açısından da betimlenmesinin gerekli olduğu düşünülmüştür. Bu amaçla katılımcıların, yaygın olarak kullanılan sosyal medya uygulamalarını ne sıklıkta kullandıklarına ilişkin soruya verdikleri yanıtlar Tablo 2’de özetlenmiştir.

Tablo 2.

Katılımcıların Yaygın Olarak Kullanılan Sosyal Medya Uygulamalarını Kullanım Sıklıklarına İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımı

	Hiçbir zaman		Nadiren		Ara sıra		Sık Sık	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Facebook	217	43.4	98	19.6	91	18.2	94	18.8
Instagram	40	8.0	57	11.4	127	25.4	276	55.2
Twitter	160	32.0	111	22.2	119	23.8	110	22.0
Tik Tok	401	80.2	42	8.4	33	6.6	24	4.8
LinkedIn	383	76.6	69	13.8	32	6.4	16	3.2
Snapchat	391	78.2	52	10.4	34	6.8	23	4.6
Pinterest	327	65.4	98	19.6	57	11.4	18	3.6
Flickr	495	99.0	4	0.8	1	0.2	0	0.0
Tumblr	485	97.0	9	1.8	6	1.2	0	0.0

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların en sık olarak Instagram, Twitter ve Facebook’u kullandıkları, bunları Pinterest, LinkedIn, Snapchat ve Tiktok gibi uygulamaların takip ettiği, Flickr ve Tumblr gibi uygulamaların ise çok az sayıda katılımcı tarafından kullanıldığı görülmektedir. Katılımcıların sosyal medya uygulamalarını kullanım tercihlerinin We Are Social 2023 Türkiye Raporunda (We Are Social, 2023) belirtilen tercihlerle paralellik göstermesi çalışma grubundan elde edilen sonuçların genellenebilirliğine ilişkin olumlu bir özellik olarak değerlendirilebilir.

3.2.Verilerin Toplanması

Araştırmaya başlanmadan önce Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü’ne yapılacak olan araştırmanın amacı, veri toplamada kullanılacak ölçekleri, yöntemi, analizin nasıl yapılacağı ve araştırmanın süreci hakkında bir öneri formu hazırlanarak ön onay alınmıştır. Araştırmada kullanılacak Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve Patolojik Narsisizm Envanterinin geliştiricilerinden elektronik posta ile izin alınmıştır. Alınan izinler Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kuruluna iletilerek etik kurul izni alınmış ve araştırmaya başlanmıştır. Verilerin toplanması çevrimiçi platformlar üzerinden gerçekleştirilmiştir. Ölçekler çevrimiçi olarak hazır hale

getirilmiş ve bilgilendirilmiş onam formu ile başlatılarak araştırma ile ilgili bilgiler katılımcılara açıklanmıştır. Veriler sadece gönüllülük esasına uygun olacak şekilde onam formunu onaylayarak katılım sağlamak isteyen bireylerden toplanmıştır ve analiz için hazır bir hale getirilmiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada yaşları 18 ile 60 yaş arası bireylerden araştırmanın amacına uygun olan verileri toplamak amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği, Patolojik Narsisizm Envanteri, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği ve Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların cinsiyetleri, yaşları, çalışma durumları, medeni halleri, mezun oldukları son eğitim derecesi ve hangi sosyal medya uygulamasını ne sıklıkta kullandıkları hakkında bilgi almak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmış bir formdur.

3.3.2. Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği

Karaca vd. (2018) tarafından geliştirilen Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği (SABÖ), 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 5 (kesinlikle katılıyorum) arasında puanlanan 5'li likert tipinde, 26 madde ve 5 faktörden oluşmaktadır. Bu 5 faktörü; dikkat çekme, duydu durum değişikliği, çatışma, geri çekilme ve nüks etme oluşturmaktadır. Ölçeğin dikkat çekme faktörünü 1,2,3,4,5 ve 6'ncı maddeleri oluşturmaktadır ve Cronbach Alpha değeri .87 bulunmuştur. Duygu durum değişikliği faktörünü 7,8,9,10 ve 11'inci maddeler oluşturmaktadır ve Cronbach Alpha değeri .93 bulunmuştur. Geri çekilme faktörünü 12,13,14 ve 15'inci maddeleri oluşturmaktadır ve Cronbach Alpha değeri .87 bulunmuştur. Çatışma faktörünü 16,17,18,19,20 ve 21'inci maddeleri oluşturmaktadır ve Cronbach Alpha değeri .89 bulunmuştur. Son faktör olan nüks etme faktörünü ise 22,23,24,25 ve 26'nci maddeleri oluşturmaktadır ve Cronbach Alpha değeri .87 bulunmuştur. Bu ölçeğin alt faktörleri de dahil Cronbach Alpha değerinin .87-.95 değerleri arasında yer aldığı ve kullanılan maddelerin madde toplam korelasyonlarının ise .46-.74 değerleri aralığında değiştiği tespit edilmiştir (Karaca vd., 2018).

3.3.3. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği

Bireylerin diğer insanlar tarafından olumsuz değerlendirilme ihtimaline karşı duyduğu yoğun korkunun düzeyini belirlemek amacıyla Leary (1983) tarafından Kısa Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği geliştirilmiştir. Bu ölçek, 1 (hiç bana özgü değil) ile 5 (son derece bana özgü) arasında puanlanan 5'li likert tipinde, 12 madde ve tek faktörden oluşmaktadır. Ölçekte bulunan 12 maddeden 8'i doğrudan, 4'ü ise ters puanlanmaktadır.

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Koydemir ve Demir (2007) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin 12 maddelik Türkçe formunda ters puanlanan 4 maddenin çıkartılmasıyla elde edilen, Çam ve Yerlikaya (2020) tarafından gerçekleştirilen Türkçe adaptasyonu kullanılmıştır. Ölçekte doğrudan puanlanan 8 maddenin toplam puanı ile ters puanlanan 4 maddenin toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ancak 8 madde ile toplam puan arasında çok yüksek düzeyde pozitif bir korelasyon bulunmaktadır. Ters puanlanan 4 maddenin ölçümlerde hataya sebep olduğu görülmüş ve bu nedenle ölçekten çıkartılmıştır. Bu ölçeğin Cronbach Alpha değerinin .87 olduğu tespit edilmiştir (Çam ve Yerlikaya, 2020).

3.3.4. Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği

Sosyal medyanın yaygınlaşması ile artış gösteren ve bireyin arkadaşları yanında olmadığına ya da takip edemediğinde kendinden daha keyifli deneyimler yaşadığını düşünerek hissettiği korku olarak tanımlanan gelişmeleri kaçırma korkusunun düzeyini belirlemek amacıyla Przybylski vd. (2013) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, 1 (hiç doğru değildir) ile 5 (aşırı şekilde doğrudur) arasında puanlanan 5'li likert tipinde, 10 madde ve tek faktörden oluşmaktadır.

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Gökler vd. (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu ölçeğin Cronbach Alpha değerinin .81 bulunduğu ve kullanılan maddelerin madde toplam korelasyonlarının ise .36-.77 değerleri aralığında değiştiği tespit edilmiştir. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeğinin Test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .81 olarak belirlenmiştir (Gökler vd., 2016).

3.3.5. Patolojik Narsisizm Envanteri

Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE), Pincus vd. (2009) tarafından patolojik narsisizmin ana faktörleri olan büyükleme narsisizm ile kırılabilir narsisizm düzeyini

ve 7 alt faktörünü kapsayarak çok boyutlu bir değerlendirilme yapılabilmesi amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin 7 alt faktörü: Koşullu benlik saygısı(CSE), görkemli fantezi (GF), hak sahipliği öfkesi(ER), değersizleştirme (DEV), istismar/sömürücü (EXP), kendini feda etme/geliştirme (SSSE) ve benliği saklama (HS) alt boyutları ile oluşturulmuştur. Ölçek, 0 (bana hiç benzemiyor) ile 5 (bana çok benziyor) arasında puanlanan 6'lı likert tipinde ve 52 maddeden oluşmaktadır (Şen ve Barışkın, 2019).

Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Büyükgüngör (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe faktör yapısını belirlemek amacıyla yapılan analizler sonucunda 3, 4, 6, 13, 14, 20, 21, 29, 34, 41, 44 ve 47'inci maddeler bileşen yükleri, maddeler arası korelasyonları ve alfa katsayısına katkıları temel alınarak ölçekten çıkartılmıştır. Ölçeğin değersizleştirme (DEV) ve benliği saklama (HS) alt faktörleri bir araya getirilerek Bağımlılığın İnkârı (DD) adı verilen tek bir faktör oluşturulmuştur. Bu çalışmalar sonucunda ölçeğin Türkçe versiyonu 40 maddeye ve 6 alt faktöre düşürülmüştür. Patolojik Narsisizm Envanterinin (PNE) Cronbach Alpha değerinin .91 bulunmuş ve test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise .90 olarak tespit edilmiştir Bu çalışmada yalnızca kırılğan narsisizmin yordayıcı etkisi incelendiği için ölçeğin büyüklemececi narsisizm alt ölçeğini oluşturan istismar/sömürücü (EXP) boyutuna ait olan maddeler kullanılmamıştır.

3.4. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma; kırılğan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu ve gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek için ilişkisel tarama modeline dayanan nicel bir çalışmadır. Araştırmanın bağımsız değişkenleri olan kırılğan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu ve gelişmeleri kaçırma korkusu ile bağımlı değişken olan sosyal medya bağımlılığının birbirleriyle korelasyonel ilişkileri de incelenmiştir. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız tüm değişkenlerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına bakılmıştır.

3.5. Verilerin analizi

Katılımcılardan toplanan, ölçme araçlarından elde edilen puanlar Statistical Package for the Social Science (SPSS) v26 kullanılarak analizleri yapılmıştır. Katılımcıların puanlarının sosyodemografik verilere göre farklılaşp farklılaşmadığını incelemek için bağımsız gruplar t-test'i kullanılmıştır. Değişkenler arası ilişkileri gözlemleyebilmek için pearson çarpım momentler korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Kırılğan

narsisizm, gelişmeleri kaçırma korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkilerini incelemek için çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz öncesinde çoklu doğrusal regresyon analizinin varsayımlarının karşılanıp karşılanmadığı kontrol edilmiştir. İlk olarak artık değerlerin normal dağılım göstermesi gerektiği şeklinde tanımlanan normal dağılım varsayımının karşılanıp karşılanmadığını incelemek için, standardize edilmiş artık değerlere ait P-P grafiği ve histogram çizilmiş ve incelenmiştir. İkinci olarak regresyon modelindeki bağımsız değişkenlerin eş değişkenlik ve eş doğrusallık varsayımlarını karşılayıp karşılamadığı kontrol edilmiştir. Üçüncü olarak artık değerlerin korelasyonunun düşük olup olmadığını belirlemek Durbin-Watson testi yapılarak incelenmiştir. Son olarak modelinin uç değerler (etkili gözlemler/influential cases) tarafından etkilenmemesi için Cook uzaklığı (Cook's distance) ve Mahalanobis uzaklığı (Mahalanobis distance) hesaplanmış ve sonucunda beş gözlem analiz dışında tutularak çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

4. BULGULAR

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı, kırılğan narsisizm, gelişmeleri kaçırma korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını sınamak için bağımsız gruplar t-testi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3.

Katılımcıların Sosyal Medya Bağımlılığı, Kırılğan Narsisizm, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Puanlarının Cinsiyete Göre t-testi Sonuçları

Ölçekler	Cinsiyet	N	X	S	t	sd	p
Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği	Kadın	256	65.95	19.49	2.319	498	.021
	Erkek	244	62.18	16.66			
Kırılğan Narsisizm Ölçeği	Kadın	256	78.93	36.98	1.809	498	.071
	Erkek	244	73.01	36.06			
Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği	Kadın	256	21.68	7.67	1.862	498	.063
	Erkek	244	20.49	6.63			
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği	Kadın	256	17.86	8.49	2.230	498	.026
	Erkek	244	16.25	7.51			

Tablo 3'te de görüldüğü gibi gerçekleştirilen analiz neticesinde kadın katılımcıların Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeğinden aldıkları puanların ortalamasının ($ort. = 65.95$, $S = 19.49$) erkek katılımcıların ortalamasından ($ort. = 62.18$, $S = 16.66$) daha yüksek olduğu ve istatistiksel açıdan anlamlı bir fark saptanmıştır ($t(498) = 2.319$, $p = .021$). Kırılğan narsisizm puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde kadın ve erkek katılımcıların Patolojik Narsisizm Envanterinin Kırılğan Narsisizm alt ölçeğinden aldıkları puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür $t(498) = 1.809$, $p = .071$. Benzer şekilde katılımcıların Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği puan ortalamalarının da cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır $t(498) = 1.862$, $p = .063$. Olumsuz değerlendirilme korkusunun cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde ise kadın katılımcıların puanları ortalamasının ($ort. = 17.86$, $S = 8.49$) erkek katılımcıların ortalamasından ($ort. = 16.25$, $S = 7.51$) daha yüksek olduğu; istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur ($t(498) = 2.230$, $p = .026$).

Sosyal medya bağımlılığı ile kırılğan narsisizm, gelişmeleri kaçırma korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu arasında anlamlı ilişkiler olup olmadığını sınamak için katılımcıların Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeğinden aldıkları puanlarla, Patolojik Narsisizm Envanteri Kırılğan Narsisizm Alt Ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeğinden aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmış ve Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4.

Sosyal Medya Bağımlılığı, Kırılğan Narsisizm, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Arasındaki Korelasyonlar

	Sosyal Medya Bağımlılığı	Kırılğan Narsisizm	Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu
Sosyal Medya Bağımlılığı	1.00			
Kırılğan Narsisizm	.525*	1.00		
Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	.506*	.626*	1.00	
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	.469*	.676*	.683*	1.00

* p < .01

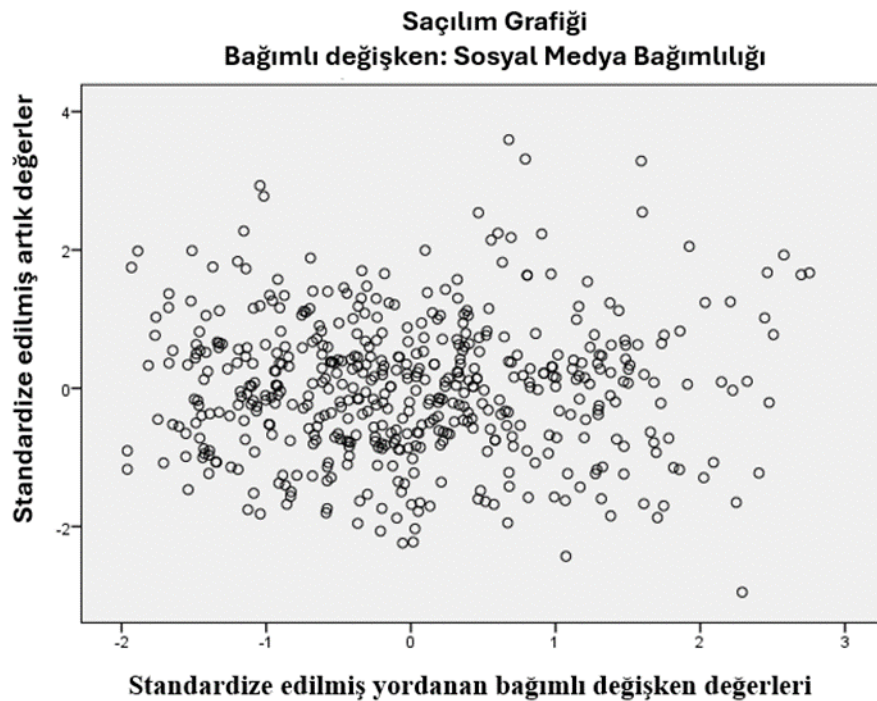
Tablo 4’te de görüldüğü gibi sosyal medya bağımlılığı ile kırılğan narsisizm arasında pozitif yönde, orta düzeyde ($r = .525$), anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişkinin de pozitif yönde orta düzeyde ($r = .506$) ve anlamlı olduğu görülmektedir. Benzer şekilde sosyal medya bağımlılığı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasında da pozitif yönde, orta düzeyde ($r = .469$) anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Kırılğan narsisizmin, gelişmeleri kaçırma korkusunun ve olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal medya bağımlılığını ne ölçüde yordadığını hesaplamak için çoklu

doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz öncesinde çoklu doğrusal regresyon analizinin varsayımlarının karşılanıp karşılanmadığı kontrol edilmiştir.

İlk olarak bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında doğrusal bir ilişki olup olmadığı varsayımı incelenmiştir. Tablo 4’te rapor edilen Pearson korelasyon katsayılarının yanı sıra saçılım grafikleri incelenerek doğrusal ilişki görsel olarak da doğrulanmıştır.

Bağımsız değişkenin her bir değerine karşılık gelen artık değerlerin varyansının eşit olması şeklinde tanımlanan eşdeğişkenlik (homoscedasticity) varsayımını test etmek için standardize edilmiş artık değerler ile standardize edilmiş yordanan bağımlı değişken değerlerinin saçılım grafiği çizilmiş ve elde edilen grafik Şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 1. Standardize Edilmiş Artık Değerler ile Standardize Edilmiş Tahmin Edilen Bağımlı Değişken Değerlerinin Saçılım Grafiği

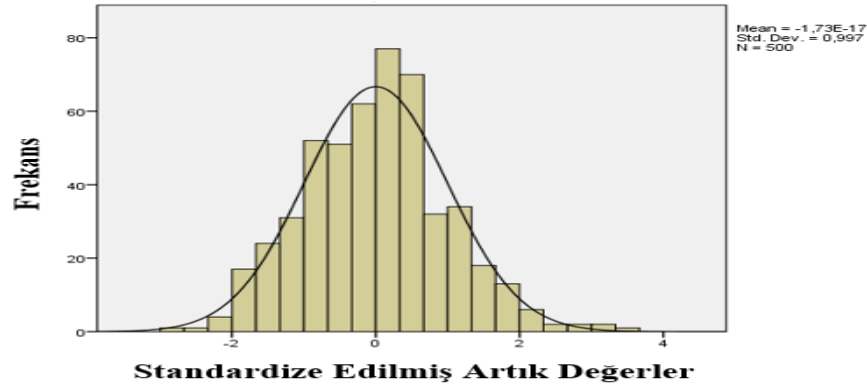
Grafik incelendiğinde artık değerlerin varyansının tahminlenen değerlere göre belirgin bir değişim göstermediği ve eşdeğişkenlik varsayımının karşılandığı görülmektedir. Artık değerlerin normal dağılım göstermesi gerektiği şeklinde tanımlanan normal dağılım varsayımının karşılanıp karşılanmadığını incelemek için, standardize edilmiş artık değerlere ait P-P grafiği ve histogram çizilmiş ve elde edilen grafikler sırasıyla Şekil 2 ve Şekil 3’de sunulmuştur.

Standardize Edilmiş Artık Değerlerin Normal P-P Grafiği
Bağımlı değişken: Sosyal Medya Bağımlılığı



Şekil 2. Standardize Edilmiş Artık Değerlere İlişkin P-P Grafiği

Standardize Edilmiş Artık Değerlerin Histogramı
Bağımlı değişken: Sosyal Medya Bağımlılığı



Şekil 3. Standardize Edilmiş Artık Değerlere Ait Histogram

Şekil 3’de sunulan artık değerlere ait histogramın simetrik bir görüntüye sahip olması da yine bu değerlerin normal dağıldığıyla ilgili bir göstergedir. Artıklara ait P-P grafiği incelendiğinde değerlerin diyagonal doğrudan büyük bir sapma göstermemesi bu değerlerin normal dağıldığını ve normallik varsayımının karşılandığını göstermektedir.

Regresyon modelindeki bağımsız değişkenlerin aralarındaki doğrusal ilişkinin çok yüksek olmaması gerektiği şeklinde tanımlanan eş doğrusallık (collinearity) varsayımının karşılanıp karşılanmadığını test etmek için öncelikle Tablo 4’te sunulmuş olan korelasyon matrisi incelenmiş ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonların

.70'in altında olduğu görülmüştür. Eş değişkenlik varsayımının karşılanması için bağımsız değişkenler arasındaki korelasyonların .80'in üzerinde bir değer olmaması tercih edilmektedir (Field, 2009). Eş doğrusallığı incelemek için korelasyon matrisinin yanı sıra bağımsız değişkenlerin VIF (variance inflation factor) ve tolerans değerleri de incelenmiştir. Eş doğrusallık varsayımının karşılanması için VIF değerlerinin 5'in altında, tolerans değerlerinin ise 0.2'nin üstünde olması gerekmektedir (İyilikçi, 2022). Bağımsız değişkenlerin VIF değerlerinin 2.07 – 2.31 arasında, tolerans değerlerinin ise .43 - .49 arasında değiştiği, bu değerlerin de eş doğrusallık varsayımının karşılanması için gerekli ölçütlere uyduğu görülmüştür.

Çoklu doğrusal regresyon için karşılanması gereken bir başka varsayım da artık değerlerin korelasyonunun düşük olmasıdır. Artık değerlerin yüksek bir otokorelasyona sahip olup olmadığı Durbin-Watson testiyle incelenmektedir. Hesaplanan test istatistiğinin 2'den uzaklaşması (artması ya da azalması) artık değerler arasındaki korelasyonun yüksek olduğunu göstermektedir. Bu amaçla gerçekleştirilen Durbin-Watson testi sonucunda hesaplanan test istatistiğinin (2.022) 2'ye yakın bir değer olması bu varsayımın karşılandığını göstermektedir.

Çoklu doğrusal regresyon analizinin varsayımlarından biri de kurulan regresyon modelinin uç değerler (etkili gözlemler/influential cases) tarafından etkilenmemesidir. Bu amaçla her bir gözlemin standardize edilmiş artık değerlerinin incelenmesi ve 3.29'un üzerinde Z değerine sahip gözlemlerin etkili gözlem olarak yorumlanması gerektiği belirtilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Etkili gözlemlerin incelenmesinde başvurulan bir diğer yol da Cook uzaklığının (Cook's distance) analiz edilmesidir. Bu değer 1'i geçmesi gözlemin etkili olduğu anlamına gelmektedir (İyilikçi, 2022). Bir başka seçenek ise Mahalanobis uzaklığının (Mahalanobis distance) hesaplanmasıdır. Gerçekleştirilen analizler sonucunda hiçbir gözlemin Cook uzaklığının 1'i geçmediği (en yüksek .072), üç gözlemin standardize edilmiş artık değerlerinin 3.29'un üzerinde olduğu, iki gözlemin de Mahalanobis uzaklıklarının etkili gözlem sayılmaları için kabul edilen düzeyde olduğu görülmüştür. Bu beş gözlem analiz dışında tutularak çoklu doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5.

Kırılğan Narsisizm, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Etkilerini Sınayan Çoklu Doğrusal Regresyon Analizine Ait Standardize ve Standardize Olmayan Regresyon Katsayıları

Yordanan	Yordayıcı	B	SH	B	t	P
Sosyal Medya Bağımlılığı	Sabit	36.300	2.041		17.785	< .001
	Kırılğan Narsisizm	.140	.026	.291	5.402	< .001
	Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	.622	.132	.251	4.710	< .001
	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	.215	.123	.099	1.754	.080

Sosyal medya bağımlılığı puanlarının, kırılğan narsisizm, gelişmeleri kaçırma korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu puanları tarafından ne düzeyde yordandığını incelemek üzere gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda, sosyal medya bağımlılığı puanının modeldeki yordayıcı değişkenler tarafından anlamlı düzeyde yordandığı saptanmıştır ($F(3, 491) = 78.396, p < .001$). Hesaplanan R^2 değeri, sosyal medya bağımlılığı puanlarındaki varyansın % 32'sinin regresyon denklemi tarafından açıklanabildiğini göstermektedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık testleri göz önüne alındığında yordayıcı değişkenlerden kırılğan narsisizm ($\beta = .291, p < .001$) ve gelişmeleri kaçırma korkusunun ($\beta = .251, p < .001$) sosyal medya bağımlılığı ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrusal ilişkiye sahip olduğu, olumsuz değerlendirilme korkusunun ise ($\beta = .099, p > .05$) sosyal medya bağımlılığını anlamlı düzeyde yordamadığı saptanmıştır.

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde, araştırmanın hipotezlerine göre yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular literatür ile karşılaştırılarak tartışılmış ve yorumlanmıştır.

5.1. Cinsiyet Değişkenine Göre Sosyal Medya Bağımlılığı, Kırılgan Narsisizm, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Açıklanması

Araştırmanın bağımlı değişkeni sosyal medya bağımlılığı ile bağımsız değişkenleri olan gelişmeleri kaçırma korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve kırılgan narsisizmin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı seviyelerinin cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini sınamak için gerçekleştirilen bağımsız gruplar t-testi sonuçları incelendiğinde kadın katılımcıların sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden aldıkları toplam puanın erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu ve istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde bu bulguyu destekleyen araştırmalar olduğu (Andreassen vd., 2017; Chung vd., 2019; Kircaburun vd., 2020; Su vd., 2020; Wolniewicz vd., 2018;) görülmüştür. Türkiye de yapılan çalışmalar incelendiğinde Tutgun Ünal ve Deniz (2015) tarafından geliştirilen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeğinin yoğun olarak kullanıldığı ve bu ölçeğin meşguliyet alt boyutu boyutuna göre kadın katılımcıların bağımlılık düzeyinin erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu (Demir Türkdoğan 2019; Deniz ve Gürültü, 2018; Tutgun Ünal ve Deniz, 2016) tespit edilmiştir. Meşguliyet alt boyutunun soruları ile bu araştırmada kullanılan Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeğinin dikkat çekme alt boyutunun benzer sorulara sahip olduğu görülmüştür. Bu bulguların aksine bazı çalışmalarda (Balcı ve Gölcü, 2013; Çam ve İşbulan, 2012; Özdemir, 2019) erkek katılımcıların sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bazı çalışmalarda ise (Aktan, 2018; Dailey vd., 2020; Kırık vd., 2015; Taş vd., 2014) cinsiyet değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunmamıştır. Literatürde incelenen araştırmalarda cinsiyet değişkenine göre sosyal medya bağımlılığı düzeyinin farklılaşıp farklılaşmadığı ile ilgili birbirinden farklı bulgular bulunmamaktadır. Bu duruma her araştırmada farklı örneklem gruplarının katılım göstermesi, farklı ölçme araçlarının kullanılması ya da dışsal değişkenlerin etkilerinin neden olabileceği belirtilmektedir (Kuss ve Griffiths, 2017). Aynı zamanda

yaş, eğitim düzeyi, sosyal medya uygulamalarının fazlalığı, sosyal medyayı kullanım amacı ve katılımcıların duygusal, zihinsel ya da eylemsel süreçlerinin de bulgular üzerinde etkili olabileceği düşünülebilir.

Katılımcıların kırılğan narsisizm seviyelerinin cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini sınamak için yapılan bağımsız gruplar t-testi incelendiğinde erkek ve kadın katılımcıların kırılğan narsisizm toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Alanyazın incelendiğinde araştırma bulguları ile benzer sonuçların olduğu birçok çalışma (Grijalva ve ark., 2015; Hacıoğlu, 2018; Otway ve Vignoles, 2006; Türkler, 2018; Twenge ve ark., 2008; Üzümcü, 2016) bulunmaktadır. Rıhtım (2020) ise yaptığı araştırma sonucunda erkek katılımcıların kırılğan narsisizm düzeyinin kadın katılımcılara göre anlamlı seviyede yüksek olduğunu tespit etmiştir. Aynı zamanda kadınların kırılğan narsisizm düzeyinin erkeklere göre anlamlı seviyede yüksek olduğu çalışmalar da (Bora vd., 2019; Carroll, 1989; Rohmann vd., 2012) mevcuttur. Literatürdeki bulgularda cinsiyet değişkenine göre kırılğan narsisizm düzeyinin farklılık gösterme sebeplerinin: toplumsal cinsiyet rolleri (Bora vd.,2019), farklı ölçme araçlarının kullanılması, örneklem gruplarının farklılaşması ve çevresel faktörlerin etkileri olabileceği düşünülmektedir.

Katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu seviyelerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını sınamak için yapılan bağımsız gruplar t-testi incelendiğinde kadın ve erkek katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Alanyazında bulunan çalışmalar incelendiğinde birçok araştırmanın cinsiyet değişkenine göre gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını tespit ettiği görülmüştür (Altınay Bor, 2018; Gökler vd., 2016; Hızarcı, 2018; Karahisar 2019; Karakoç, 2023; Tanhan vd., 2022; Wolniewicz vd., 2018; Yalçın Çınar, 2017). Bu konuda yapılan bazı araştırmaların ise farklı sonuçlara ulaştığı görülmüştür. Gezgın vd. (2017) yaptıkları çalışmada erkeklerin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyinin kadınlara göre daha yüksek olduğunu gözlemlemiştir. Przybylski vd. (2013) de gelişmeleri kaçırma korkusu değişkeninde tespit edilen cinsiyet farkının sadece genç erkeklerde yüksek düzeyde olduğunu ve yaş ortalaması yükseldikçe herhangi bir farklılık tespit edilmediğini söylemişlerdir. Çiğdem (2021) ise bu bulgulardan tamamen farklı olarak kadın katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Cinsiyet değişkeni; yaş, eğitim düzeyi, kültür, cinsiyet rolleri gibi kontrol dışı birçok değişken tarafından etkilenebileceğinden ve araştırmalarda farklı

örneklem grupları ile çalışma yapıldığından dolayı farklı sonuçların elde edilmesinin olağan bir durum olduğu düşünülmektedir.

Katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu seviyelerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını sınamak için yapılan bağımsız gruplar t-testi incelendiğinde kadın katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu ölçeğinden aldıkları toplam puanın erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu ve istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Ayan ve Ünsar (2015), kadın katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyinin erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Casale vd. (2018) ile Avcı (2019) da çalışmaları sonucunda Bu araştırmada elde edilen bulguya paralel bir sonuç elde etmişlerdir. Literatürde araştırma bulgumuzu desteklemeyen, olumsuz değerlendirilme korkusu ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını belirten çalışmalar da mevcuttur (Çetinkaya, 2021; Gültekin, 2019; Harmancı vd., 2019; Wolniewicz vd., 2018).

Alanyazındaki araştırmalar incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre yapılan incelemelerde bazı araştırmacıların benzer sonuçlar elde ederken bazı araştırmacıların farklı sonuçlar elde ettiği gözlemlenmiştir. Bu durumun en büyük sebeplerinden birinin araştırmacıların farklı yaş gruplarına, eğitim düzeylerine ve farklı kültürlere sahip örneklem grupları ile çalışması olduğu düşünülmektedir. Bu sebeplere ek olarak değişkenleri ölçmede farklı ölçme araçlarının kullanılması, araştırmaya katılım gösteren kadın ve erkek sayısı ya da araştırma dışı kontrol edilemeyen dışsal değişkenler gibi birçok etken olabileceği değerlendirilmektedir.

5.2. Sosyal Medya Bağımlılığı ile Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, Kırılgan Narsisizm ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Arasındaki İlişkilerin Açıklanması

Araştırmanın bağımlı değişkeni sosyal medya bağımlılığı ile bağımsız değişkenleri olan gelişmeleri kaçırma korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve kırılgan narsisizm arasında anlamlı ilişkiler olup olmadığını sınamak için katılımcıların bu değişkenleri ölçmek için kullanılan ölçme araçlarından aldıkları puanlar arasındaki Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır.

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı düzeyleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyleri arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Daha açık bir ifadeyle katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkusu toplam puanları yükseldikçe sosyal medya bağımlılığı toplam puanları da yükselmektedir. Alanyazındaki sosyal

medya bağımlılığı ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasında bulunan ilişkiyi araştıran çalışmalar incelendiğinde (Casale vd., 2018; Fiorovanti vd., 2021; Hamutoğlu vd., 2020; Hoşgör vd., 2018; Karakoç, 2023; Koçak ve Traş, 2021) araştırma bulgumuz ile tutarlı bulgular tespit edildiği görülmektedir. Uyar ve Yağcı Özen (2023), bireylerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile gelişmeleri kaçırma düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla bu konu üzerinde yapılmış 25 farklı çalışmayı analiz etmişlerdir. Bu analiz sonucunda bu iki değişken arasında orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yapılan incelemeler sonucunda araştırmada elde edilen bulgunun literatür ile tutarlı olduğu söylenebilir.

Literatürde bulunan benzer araştırmalar incelendiğinde; sosyal medyaya yönelik tutumlar, internet bağımlılığı, aşırı Facebook kullanımı. problemler internet ve sosyal medya kullanımı ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalarda da değişkenler arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (Aygaz vd., 2019; Beyens vd., 2016; Çetinkaya vd., 2021; Erdoğan ve Şanlı, 2019; Weaver ve Swank, 2021; Wolniewicz vd., 2018; Yalçın Çınar, 2017). Benzer araştırmalara ait bulguların da araştırma bulgumuza paralellik gösterdiği görülmüştür. Kuss ve Griffiths (2017), sosyal medya bağımlılığı yaşayan bireylerin sosyal ağlara girememeye endişesi ile sürekli sosyal medyayı kontrol etme ya da yaptıkları paylaşımlara gelen geri dönüşleri kontrol etme gibi dürtüsel davranışlar sergileyebileceğini ve bu nedenle, gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerinde oldukça etkili olacağını öne sürmüşlerdir. İnternete erişimin kolaylaşması ve sosyal medya uygulamalarının bireylerin hayatlarında aktif olarak kullanılmasıyla artan bağımlılık düzeyi ile birlikte gelişmeleri kaçırma korkusu da yükselişe geçmiştir (Uyar ve Yağcı Özen, 2023).

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı düzeyleri ile olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyleri arasında bir ilişki olup olmadığını tespit etmek için yapılan analiz incelendiğinde iki değişken arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çetinkaya (2021) ile Harmancı vd. (2019) de araştırmaları sonucunda sosyal medya bağımlılığı değişkeni ile olumsuz değerlendirilme korkusu değişkeni arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Casale vd. (2018) ise bu çalışmalardan farklı olarak araştırmalarında olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasında doğrudan bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmacılar, asıl amaçlarının sosyal medya bağımlılığı üzerinde gelişmeleri kaçırma korkusu ve olumlu üstbilişlerin rolünü belirlemek olduğunu ve bu nedenle literatürden

farklı bir bulgu elde edilmiş olabileceğini söylemişlerdir. Ek olarak diğer çalışmalardan farklı ölçme araçları kullanılması, farklı örneklem grubu ve farklı bir kültür ile çalışılmasının da araştırma bulgusu üzerinde etkili olabileceği düşünülmektedir.

Alanyazın incelendiğinde olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların oldukça az olduğu görülmüştür. Sosyal kaygı kavramı incelendiğinde ana unsurunun olumsuz değerlendirilme korkusu olduğunu söylemek mümkündür. Bu nedenle problemlili internet kullanımı, sosyal medya kullanımı, akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar da incelenmiş (Arslan 2021; Bektaş, 2018; Gültekin, 2019; Malgaz Güçlü, 2024; Öztürkçe, 2021; Wolniewicz vd., 2018; Zorbaz ve Tuzgöl Dost, 2014) ve değişkenler arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Benzer araştırmalara ait bulguların da araştırma bulgumuza paralellik gösterdiği görülmüştür.

Bireyin başkaları tarafından değerlendirildiğinde bu değerlendirmenin olumsuz yönde olacağı düşüncesi ile yoğun korku duyması ve sosyal durumlardan kaçınması (Watson ve Friend, 1969) olarak tanımlanan olumsuz değerlendirilme korkusuna sahip bireylerin uzaktan iletişim ile kendini gizleyebilme imkânı ve sosyal medyada iletişim kurmanın daha az riskli olduğunu düşüncesi ile hissettikleri korku yoğunluğunun azaldığını; bu nedenle sosyal medyayı buna benzer bir kaygıya sahip olmayan bireylere göre daha fazla kullanma eğiliminde oldukları görülmüştür (Caplan, 2017; Zorbaz ve Tuzgöl Dost, 2014).

Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı düzeyleri ile kırılğan narsisizm düzeyleri arasında ise orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Alanyazındaki sosyal medya bağımlılığı ile kırılğan narsisizm arasında bulunan ilişkiyi araştıran çalışmalar incelendiğinde (Baydaş, 2022; Bedir, 2023; Casale ve Banchi, 2020; Lee, 2017; Shin vd., 2016; Şeker, 2021) araştırma bulgumuz ile tutarlı olduğu görülmektedir. Angın (2023), yaptığı çalışmada kırılğan narsisizmi ölçmek amacıyla araştırmamızda kullanılan, geçerlik ve güvenirlik çalışması Büyükgüngör (2016) tarafından yapılmış olan Patolojik Narsisizm Envanterini kullanmıştır ve sosyal medya bağımlılığı ile kırılğan narsisizm arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Malik ve Khan (2015), sosyal medya uygulaması olan Facebook'un bağımlılık seviyesinde kullanılması ile kırılğan narsisizm arasında pozitif yönde bir ilişki tespit etmiştir. Casale vd. (2016), katılımcıların problemlili internet kullanımları ile kırılğan narsisizm arasında pozitif yönde bir ilişki bulmuştur. Rıhtım (2020) ise literatürden farklı bir bulgu bulmuş ve

sosyal medya bağımlılığı ile kırılğan narsisizm arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Negatif yönde bir ilişki bulunmasının sebebinin değişkenleri ölçmek için farklı ölçme araçlarının kullanılmasına ya da katılımcıların bu ölçme araçlarından aldıkları puanların tutarlı olmamasına bağlı olabileceği düşünülebilir.

Literatür incelendiğinde narsisizm ve narsisizmin büyüklenmeci boyutu ile ilgili yapılan araştırmalara daha çok ağırlık verildiği görülmüştür. Bu nedenle sosyal medya bağımlılığı, Facebook kullanımı, sosyal medya kullanım sıklığı ile narsisizm kavramı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar da incelenmiş (Andreassen vd., 2017; Çağlar 2021; Çakmak, 2018; Ertürk ve Eray, 2016; Mehdizadeh 2010; Ryan ve Xenos, 2011; Oğuz, 2016; Sağır 2021) ve değişkenler arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Araştırma sorumuz ile aynı ya da benzer soruları araştıran çalışmaların bulguları ile araştırma bulgumuz karşılaştırdığında literatür ile paralellik gösterdiği görülmektedir.

5.3. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, Kırılğan Narsisizm ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Sosyal Medya Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Etkilerinin Açıklanması

Bu araştırmanın yapılmasının ana amacı doğrultusunda, araştırmanın bağımsız değişkenleri olan gelişmeleri kaçırma korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve kırılğan narsisizmin araştırmanın bağımlı değişkeni sosyal medya bağımlılığı üzerinde yordayıcı bir etkisi olup olmadığını sınamak amacıyla katılımcıların bu değişkenleri ölçmek için kullanılan ölçme araçlarından aldıkları puanlar ile çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

Yapılan analiz sonucunda gelişmeleri kaçırma korkusu değişkeninin sosyal medya bağımlılığı değişkenini yordayıcı bir değişken olduğu saptanmıştır. Alanyazında bulunan gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisini araştıran çalışmalar incelendiğinde (Elhai vd., 2018; Hamutoğlu vd., 2020; Koçak ve Traş, 2021; Pontes vd., 2018; Przybylski vd., 2013; Tunç Aksan ve Akbay, 2019) araştırma bulgumuz ile tutarlı bulguların saptandığı görülmektedir. Franchina vd. (2018) de gelişmeleri kaçırma korkusunun problemlili sosyal medya kullanımını yordayıcı bir değişken olduğunu tespit etmiştir.

Gelişmeleri kaçırma korkusu kavramının, internete erişimin kolaylaşması ve sosyal medya uygulamalarının aktif olarak kullanılmasıyla artan bağımlılık düzeyinden dolayı ortaya çıkan olumsuz etkiler ile yaygınlaşmış yeni bir olgu olduğu görülmektedir (Uyar

ve Yağcı Özen, 2023). Bireyin, diğerler insanlarla olmadığı zamanlarda onların keyifli deneyimler yaşadığını düşünerek hissettiği yoğun kaygı durumundan dolayı sürekli iletişimde kalma isteği (Przybylski vd., 2013) olarak tanımlanan gelişmeleri kaçırma korkusuna sahip bireylerin sosyal medya uygulamalarını aktif olarak kullanmanın oldukça önemli olduğunu düşündükleri ve sosyal ortamlarda daha çok vakit geçirdikleri görülmüştür (Özcan ve Koç, 2023). Sosyal medya bağımlılığının olumsuz etkilerini azaltmak için yapılan çalışmalarda gelişmeleri kaçırma korkusunun göz ardı edilmemesi gerektiği düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda kırılğan narsisizm değişkeninin sosyal medya bağımlılığı değişkenini yordayıcı bir değişken olduğu saptanmıştır. Alanyazında bulunan kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisini araştıran çalışmalar incelendiğinde (Bedir 2023;Liu ve Ma, 2018;Şeker, 2021) araştırma bulgumuz ile tutarlı olduğu tespit edilmiştir. Angın (2023) çalışmasında araştırmamızda kullanılan, geçerlik ve güvenirlik çalışması Büyükgüngör (2016) tarafından yapılmış olan Patolojik Narsisizm Envanterini kullanmıştır ve kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılığını yordayıcı bir değişken olduğunu bulmuştur. Literatür incelendiğinde narsisizmin kırılğan narsisizm boyutuyla yapılan çalışma sayısının oldukça az olduğu görülmüştür. Benzer araştırmalardan birisi olan Kong vd. (2020), gerçekleştirdiği çalışmada kırılğan narsisizmin cep telefonu bağımlılığını pozitif yönde yordadığını tespit etmiştir. Şahin ve Kumcağız (2017) ise narsisizmin sosyal medya bağımlılığını yordayıcı bir değişken olduğunu tespit etmiştir. Hawk vd.(2019) de yaptıkları araştırmada aynı bulguyu elde ettikleri görülmüştür. McCain ve Campbell, (2018) ise kırılğan narsisistik bireylerin sosyal medya uygulamalarında durum güncelleme sıklığının oldukça fazla olduğunu dile getirmiştir. Bu durum aşırı sosyal medya kullanımı ile ilişkilidir. Casale vd. (2016), kırılğan narsisistlerin sosyal medyada kendini daha rahat hissettiğini, bu nedenle onaylanma ya da hayranlık kazanma gibi isteklerinin tatmini için aşırı düzeyde bir kullanım sergileyebileceklerini belirtmişlerdir.

Kırılğan narsisizmin son dönemlerde yaygınlaşmış bir kavram olduğu görülmektedir. Kırılğan narsisizm ile sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılan benzer araştırmalar dâhil tüm araştırmalar incelendiğinde aralarındaki korelasyonel ilişkiyi ve kırılğan narsisizmin sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisini net bir şekilde gözlemek mümkündür. Tüm bu bulgular göz önüne alındığında araştırma bulgumuzun literatüre ve gelecekte bu konu üzerine yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağı söylenebilir.

Yapılan çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda olumsuz değerlendirilme korkusu değişkeninin sosyal medya bağımlılığı değişkenini anlamlı düzeyde yordamadığı saptanmıştır. Alanyazındaki çalışmalar incelendiğinde araştırma bulgumuzun aksine olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal medya bağımlılığını yordayıcı bir değişken olduğuna dair bulguların tespit edildiği görülmüştür (Ali vd., 2021; Çetinkaya, 2021, Savcı ve Aysan; 2018; Piko vd., 2024;). Olumsuz değerlendirilme korkusu yaşayan bireylerin genellikle sosyal medyayı uzaktan iletişim, kendini gizleyebilme ve olumsuz değerlendirilmeden kaçınma amacıyla kullandığı gözlemlenmiştir (Harmancı vd.,2019). Alanyazında bu değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların oldukça az olduğu görülmüştür. Araştırmada sosyal medya bağımlılığı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasında orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilirken yordayıcı etki bulunmama nedeninin regresyon denklemine dâhil edilen diğer bağımsız değişkenler olduğu söylenebilir. Olumsuz değerlendirilme korkusu ile kırılman narsisizm arasındaki ilişki incelendiğinde ($r=.676$) iki değişkenin orta düzeyde ve pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Daha açık bir ifadeyle; olumsuz değerlendirilme korkusu değişkeni kırılman narsisizm değişkeni ile ortak varyansa sahiptir. Olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal medya bağımlılığını anlamlı düzeyde yordadığını ortaya koyan çalışmalardan farklı olarak bu çalışmada olumsuz değerlendirilme korkusu ve kırılman narsisizm, regresyon denklemine birlikte dâhil edilmiştir. Bu iki değişken arasındaki ortak varyans, kırılman narsisizmin denkleme dâhil edilmesiyle olumsuz değerlendirilme korkusunun yordayıcılığının manidarlığını yitirmesine neden olmaktadır. Değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları incelendiğinde kırılman narsisizm değişkeni yordayıcı değişken olarak denkleme dâhil edilmediğinde olumsuz değerlendirilme korkusunun yordayıcı etkisine dair bulgu elde edilebileceği görülmektedir. Nitekim olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki olduğu ($r= .469$) dikkate alındığında olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal medya bağımlılığındaki varyansın yaklaşık %22'si açıklayabildiği görülmektedir. Kırılman narsisizmin denkleme dâhil edilmesiyle, diğer bir ifadeyle kontrol edildiğinde olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal medya bağımlılığını yordama düzeyinin anlamlılığını yitirmesi önemli bir bulgudur. Bu bulgu olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal medya bağımlılığını yordama gücünü kırılman narsisizmle paylaştığı ortak varyansa borçlu olduğunu göstermektedir. Özetle sosyal medya bağımlılığı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki ilişkide kırılman narsisizmin aracı bir rol

oynayabileceği söylenebilir. Kahraman vd. (2020), yaptıkları çalışmada kırılğan narsisizmin bireylerin sosyal medya kullanımında hissettikleri yoğun sosyal kaygıyı yordadığını bulmuştur. Bu sonucun araştırma bulgumuz ile paralellik gösterdiği düşünölmüştür.

6. ÖNERİLER

Araştırma 18 ile 60 yaş arası yetişkin bireyler ile gerçekleştirilmiştir. Yapılacak diğer çalışmalar, telefon kullanımının ve buna bağlı olarak sosyal medyanın küçük yaşlardan itibaren kullanıldığını göz önünde bulundurarak çocuk ve ergen gruplarıyla da araştırmayı gerçekleştirebilir.

Araştırmada kullanılan araştırma yöntemi nedeniyle neden-sonuç ilişkisi belirlenememiştir. Araştırmanın değişkenleri arasındaki neden-sonuç ilişkisini açıklığa kavuşturmak için yapılacak diğer çalışmalar araştırma yöntemi olarak deneysel bir model kullanarak bu değişkenleri incelendiği araştırmalar tasarlayabilir.

Araştırmada kullanılan sosyal ağ bağımlılığı ölçeği ile patolojik narsisizm envanterinin alt boyutları mevcuttur ancak araştırmanın amacından dolayı alt boyutlar tek tek ele alınmamıştır. Yapılacak diğer çalışmalar sosyal medya bağımlılığı ve kırılğan narsisizm arasındaki ilişkiyi daha detaylı incelemek amacıyla bu ölçekler ile ayrı bir çalışma yapılabilir.

Araştırma bulgularından yola çıkarak sosyal medya bağımlılığı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki ilişkide kırılğan narsisizmin aracı bir rolü olup olmadığını belirlemeye yönelik araştırmalar gerçekleştirilebilir.

Araştırma verilerinden yola çıkarak sosyal medya bağımlılığının olumsuz etkilerini azaltmak için yapılan çalışmalarda bireysel ya da grup müdahaleleri gerçekleştiren ruh sağlığı çalışanları, bireylerin kırılğan narsisizm ile gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerini azaltma üzerine çalışmalar gerçekleştirebilir.

KAYNAKÇA

- Ahn, H., Kwolek, E. A., & Bowman, N. D. (2015). Two faces of narcissism on SNS: The distinct effects of vulnerable and grandiose narcissism on SNS privacy control. *Computers in Human Behavior*, 45, 375-381. DOI: 10.1016/j.chb.2014.12.032
- Akça, S. (2017). Kohut'un Kendilik Nesnesi İhtiyaçları Bağlamında Kırılğan Narsisizmin İncelenmesi: Bir Vaka Örneği. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 4(1), 1-13. <https://doi.org/10.31682/ayna.470729>
- Akhtar, S. (1989). Narcissistic personality disorder: Descriptive features and differential diagnosis. *Psychiatric Clinics of North America*, 12(3), 505-529. [https://doi.org/10.1016/S0193-953X\(18\)30411-8](https://doi.org/10.1016/S0193-953X(18)30411-8)
- Akhtar, S., & Thompson, J. A. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 139(1), 12-20. <https://doi.org/10.1176/ajp.139.1.12>
- Aksoy, M. E. (2018). A qualitative study on the reasons for social media addiction. *European Journal of Educational Research*, 7(4), 861-865.
- Aktan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4), 405-421.
- Akyol Kol, H. (2023). Narsisizmin iki yüzü: Büyükleme ve kırılğan narsisizmin gelişimsel temelleri üzerine bir gözden geçirme. *Türk Eğitim Değerlendirmeleri Dergisi*, 4(4), 6-29.
- Alhinaı, T. Z. (2019) *Grandiose and Vulnerable Narcissists Responses to Threats to Self-Esteem: Psychological Withdrawal and Self-Handicapping*. [Doktora Tezi, Durham University].
- Ali, F., Ali, A., Iqbal, A., & Zafar, A. U. (2021). How socially anxious people become compulsive social media users: The role of fear of negative evaluation and rejection. *Telematics and Informatics*, 63, 101658.
- Alkan, V., & Çokluk-Bökeoğlu, Ö. (2020). Akademik ortamlarda olumsuz değerlendirilme korkusu ölçeğinin geliştirilmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 7(5), 302-318.
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 49, 111-119.

- Alt, D. (2017). Students' social media engagement and fear of missing out (FoMO) in a diverse classroom. *Journal of Computing in Higher Education*, 29(2), 388-410.
- Altınay Bor, H. (2018). *Ergenlerde sosyal medyaya yönelik tutum, sosyal medya kullanımında gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiler*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi].
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). *Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5)*. (E. Köroğlu, Çev.). Hekimler Yayın Birliği.
- Andreassen, C., Pallesen, S., & Griffiths, M. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 287-293.
- Angın, E. (2023). *Sosyal medya kullanımı: Kırılgan narsisizm temelinde psikolojik belirtiler açısından bir inceleme* [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi].
- Argan, M., Tokay Argan, M., & İpek, G. (2018). I Wish I Were! Anatomy of A Fomsumer. *İnternet Uygulamaları ve Yönetimi Dergisi*, 9(1), 43-57. <https://doi.org/10.34231/iuyd.407055>
- Arslan, S. (2021). *Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi].
- Avcı, M. (2019). *Lise öğrencilerinin olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyleri öznel iyi oluş düzeyleri ile sanal zorbalık düzeyleri arasındaki yordayıcı ilişkiler*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi].
- Ayan, A., & Ünsar, A. S. (2015). Olumsuz değerlendirilmekten korkma düzeylerinin belirlenmesi: Bir devlet üniversitesi öğrencileri üzerine araştırma. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(5), 263-277.
- Aydın, H. (2018). Sosyal medya'daki gelişmeleri kaçırma korkusunun (FoMo) içgüdüsel alımlara etkisinin öz belirleme kuramı ile açıklanması. *Uluslararası İktisadi ve İdari İncelemeler Dergisi*, 415-426. <https://doi.org/10.18092/ulikidince.439179>
- Aygar, H., Göktaş, S., Akbulut Zencirci, S., Alaiye, M., Önsüz, M. F., & Metintaş, S. (2019). Association between fear of missing out in social media and problematic internet use in university students. *Düşünen Adam-Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 32(4), 302-308. <http://doi.org/10.14744/dajpns.2019.00044>
- Barker, E. (2016). This is the best way to overcome fear of missing out. *Time Magazine*. <https://time.com/4358140/overcome-fomo/>

- Barutçu, S., & Tomaş, M. (2013). Sürdürülebilir sosyal medya pazarlaması ve sosyal medya pazarlaması etkinliğinin ölçümü. *İnternet Uygulamaları Yönetimi Dergisi*, 4(1), 5-7. <https://doi.org/10.5505/iuyd.2013.69188>
- Baydaş, K. (2022). *Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının kırılğan narsisistik kişilik özellikleriyle ilişkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi].
- Bedir, Ö. (2023). *Genç yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığının yordayıcıları olarak kırılğan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm, sosyal kaygı ve yalnızlık düzeyleri* [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi].
- Bektaş, N. (2018). *Çalışan kadınların internet ve sosyal medya bağımlılığının sosyal kaygı ile ilişkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi].
- Beyens, I., Frison, E., & Eggermont, S. (2016). “I Don’t Want to Miss a Thing”: Adolescents’ Fear of Missing Out and its Relationship to Adolescents’ Social Needs, Facebook Use, and Facebook Related Stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1-8.
- Bora, A., Belendir, Ç., & Ekinci, E. A. (2019). Narsisistik kişilik örgütlenmesinde sosyal endişenin görünümü. In E. Hamarta (Ed.), *21. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, 15-23. Ankara: Türk PDR Derneği Yayınları.
- Büyükgüngör, A. (2016). *The Turkish adaptation of the Pathological Narcissism Inventory*. [Yüksek Lisans Tezi, Bahçeşehir Üniversitesi].
- Cambridge Online Dictionary, (2023). Narcissism. <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/narcissism>, Erişim Tarihi: 10.05.24
- Caplan, S. (2007). Relations Among Loneliness, Social Anxiety and Problematic İnternet Use. *Cyberpsychology & Behavior*, 10(2), 234-242. doi: 10.1089/cpb.2006.9963
- Carleton, N., McCreary, D., Norton, P. & Asmundson, G. (2006). Brief fear of negative evaluation scale revised. *Depression and Anxiety*, 23(5), 297-30. doi: 10.1002/da.20142
- Carroll, L. (1989). A comparative study of narcissism, gender, and sex-role orientation among bodybuilders, athletes, and psychology students. *Psychological Reports*, 64(3, Pt 1), 999–1006. <https://doi.org/10.2466/pr0.1989.64.3.999>
- Casale, S., & Banchi, V. (2020). Narcissism and problematic social media use: A systematic literature review. *Addictive Behaviors Reports*, 11, 100252-100262. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100252>

- Casale, S., Fioravanti, G., & Rugai, L. (2016). Grandiose and vulnerable narcissists: Who is at higher risk for social networking addiction? *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 19(8), 510–515. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0189>
- Casale, S., Rugai, L., & Fioravanti, G. (2018). Exploring the role of positive metacognitions in explaining the association between the fear of missing out and social media addiction. *Addictive Behaviors*, 85, 83-87. Doi:10.1016/j.addbeh.2018.05.020
- Chung, K. L., Morshidi, I., Yoong, L. C., & Thian, K. N. (2019). The role of the dark tetrad and impulsivity in social media addiction: Findings from Malaysia. *Personality and Individual Differences*, 143, 62–67. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.02.016>
- Crockatt, P. (2006). Freud's 'On narcissism: an introduction.' *Journal of Child Psychotherapy*, 32(1), 4–20. <https://doi.org/10.1080/00754170600563638>
- ÇAĞLAR, F. (2021). *Sosyal Medya Bağımlılığı ile Narsisistik Kişilik Özellikleri ve Beğenilme Arzusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi].
- Çağlayaner, A., & Çoklar Okutkan, I. (2021). Reddedilme duyarlılığı ile yalnızlık arasındaki ilişki: Kırılgan narsisizm, büyüklenmeci narsisizm ve benlik saygısının aracı rolü. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 5(2), 160-182. <https://doi.org/10.5455/kpd.26024438m000043>
- Çakmak, V. (2018). Online Benlik Sunumu ve Narsisizm Arasındaki İlişki: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *AJIT-E: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi*, 9(31), 137-152.
- Çam, E., & İşbulan, O. (2012). A new addiction for teacher candidates: Social networks. *The Turkish Online Journal of Educational Technology (TOJET)*, 11(3), 14-19.
- Çam, S., & Yerlikaya, E. E., (2020). A Study on the Construct Validity of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale (BFNE). *The European Journal Of Educational Sciences*, 7(4), 40-56.
- Çam, S., Sevimli, D., & Yerlikaya, E. E., (2010). Olumsuz değerlendirilmekten korkma ölçeğine (ODKÖ) ilişkin bir geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(1), 132-140.

- Çetin, B., Doğan, T., & Sapmaz, F. (2010). Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 35(156), 205-216.
- Çetinkaya, A., Kırık, A. M., & Gündüz, U. (2021). Fear of Missing Out and Problematic Social Media Use: A Research Among University Students in Turkey. *AJIT-E: Academic Journal of Information Technology*, 12(47), 12-31. <https://doi.org/10.5824/ajite.2021.04.001.x>
- Çetinkaya, S. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığının Sosyal Görünüş Kaygısı Ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusuyla İlişkisi*. [Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi].
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 417-435.
- Çiğdem, B. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkularının, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ve Bilişsel Tamamlanma İhtiyacı İle İlişkisi. [Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi].
- Dailey, S. L., Howard, K., Roming, S. M., Ceballos, N., & Grimes, T. (2020). A biopsychosocial approach to understanding social media addiction. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(2), 158-167. <https://doi.org/10.1002/hbe2.182>
- Deci, E. L., & Ryan, R.M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Demir Türkdöğan, R. (2019). *Sosyal Medya Bağımlılığı ve Gençlik: Cumhuriyet Üniversitesi Örneği*. [Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi].
- Demirci, İ., & Ekşi, F. (2017). Büyüklenmeci narsisizmin iki farklı yüzü: Narsistik hayranlık ve rekabetin mutlulukla ilişkisi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 46(46), 37-58.
- Deniz, L., & Gürültü, E. (2018). *Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları*. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26(2), 355-367.
- Dickinson, K. A. & Pincus, A.L. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorder*, 17(3), 188-207.
- Diker, E., & Taşdelen, B. (2017). Sosyal medya olmasaydı ne olurdu? Sosyal medya bağımlısı gençlerin görüşlerine ilişkin nitel bir araştırma. *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 5(17), 189-206.

- Dogan, V. (2019). Why do people experience the fear of missing out (FoMO)? Exposing the link between the self and the FoMO through self-construal. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 50(4), 524-538.
- Doğan, T. (2009). *Bilişsel ve Kendini Değerlendirme Süreçlerinin Sosyal Anksiyete Açısından İncelenmesi*. [Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi].
- Dossey, L. (2014). FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 10(2), 69-73. <http://dx.doi.org/10.1016/j.explore.2013.12.008>
- Eldoğan, D. (2016). Hangi narsizm? Büyüklenmeci ve kırılğan narsizmin karşılaştırılmasına ilişkin bir gözden geçirme. *Türk Psikoloji Yazıları*, 19(37), 1-10.
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Alghraibeh, A. M., Alafnan, A. A., Aldraiweesh, A. A., & Hall, B. J. (2018). Fear of missing out: Testing relationships with negative affectivity, online social engagement, and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, 289-298. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.020>
- Ellis, H. (1898). Auto-eroticism: A psychological study. *Alienist and Neurologist*, 19, 260-299.
- Erdoğan, P., & Şanlı, Y. (2019). Gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya tutumları üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 22(2), 615-627. <http://doi.org/10.29249/selcuksbmyd.598768>
- Ertürk, Y. D., & Eray, T. E. (2016). Fenomenolojik bir kavram olarak kendilik ve sosyal ağlarda kendilik sunumu ile narsistik eğilimler ilişkisi: İletişim Fakültesi (İ.Ü.İ.F.) öğrencileri üzerine bir ön çalışma. *Intermedia International e-Journal*, 3(1), 12-29.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS* (3rd ed.). California: Sage Publications.
- Fioravanti, G., Casale, S., Benucci, S. B., Prostamo, A., Falone, A., & Ricca, V. (2021). Fear of missing out and social networking sites use and abuse: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 122, 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106839>

- Franchina, V., Vanden Abeele, M., Van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(10), 1-18. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102319>
- Freud, S. (1914). On narcissism: An introduction. In J. Strachey (Ed. & Trans.), *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*, 14, 67-102, Hogarth Press.
- Gezgin, D. M., Hamutoğlu, N. B., Gemikonaklı, O., & Raman, I. (2017). Social networks users: Fear of missing out in preservice teachers. *Journal of Education and Practice*, 8(17), 156–168.
- Gökler, M. E., Aydın, R., Ünal, E., & Metintaş, S. (2016). Sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırmaya korkusu ölçeğinin Türkçe sürümünün geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 52-59.
- Grijalva, E., Newman, D. A., Tay, L., Donnellan, M. B., Harms, P. D., Robins, R. W., & Yan, T. (2015). Gender differences in narcissism: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 141(2), 261–310. <https://doi.org/10.1037/a0038231>
- Gültekin, Ş. (2019). *15-18 yaş grubundaki ergenlerin akıllı telefon bağımlılığı ve olumsuz değerlendirilme korkusunun incelenmesi*. [Doktora Tezi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi].
- Hacıoğlu, M. B. (2018). *Kişilerarası bağımlılık eğilimi ile kırılabilir ve büyülenmeci narsistik kişilik özellikleri: Şema terapi modelinde bir inceleme*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Şehir Üniversitesi].
- Hamutoğlu, N. B., Topal, M., & Gezgin, D. M. (2020). Investigating direct and indirect effects of social media addiction, social media usage, and personality traits on FOMO. *International Journal of Progressive Education*, 16(2), 249-261.
- Harmancı, H., Dayıoğlu, H., & Kırkpınar, S. N. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve olumlu değerlendirilme korkusu ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3, 242-255.

- Hawk, S. T., van den Eijnden, R. J. J. M., van Lissa, C. J., & ter Bogt, T. F. M. (2019). Narcissistic adolescents' attention-seeking following social rejection: Links with social media disclosure, problematic social media use, and smartphone stress. *Computers in Human Behavior*, 92, 65–75. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.10.032>
- Hayran, C., Anık, L., & Gürhan Canlı, Z. (2016). Exploring the antecedents and consumer behavioral consequences of 'feeling of missing out' (FOMO). *Association for Consumer Research North American Advances*, 44, 468.
- Hazar, M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı: Bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 32, 151-175.
- Hızarcı, Ö. (2018). *Problemlili cep telefonu kullanımı, sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (GKK), yaşam doyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi].
- Horney, K. (1939). *New ways in psychoanalysis*. W. W. Norton & Company.
- Hoşgör, H., Koç Tütüncü, S., Gündüz Hoşgör, D., & Tandoğan, Ö. (2017). Üniversite öğrencileri arasında sosyal medyadaki gelişmeleri kaçırma korkusu yaygınlığının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Academic Value Studies*, 3(17), 213-223.
- İyilikçi, O. (2022). *Psikologlar için SPSS ve araştırma desenleri*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kahraman, A., Sapancı, A., & Serbes, F. (2020). Ergenlerin sosyal medya kullanımında yaşadıkları sosyal anksiyetenin kırılıgan narsisizm bağlamında değerlendirilmesi. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 7(2), 189-203. <https://doi.org/10.31682/ayna.611758>
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. *Business Horizons*, 53(1), 59-68. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2009.09.003>
- Kara, T. (2013). *Sosyal medya endüstrisi: İnsan, toplum, ekonomi*. Beta Yayıncılık. <https://www.researchgate.net/>
- Karaaziz, M., & Atak, İ. E. (2013). Narsisizm ve narsisizmle ilgili araştırmalar üzerine bir gözden geçirme. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 1(2), 44-59. <https://doi.org/10.7816/nesne-01-02-03>

- Karaca, F., Yıldırım, O. G., & Kulaksız, T. (2019). Sosyal ağ bağımlılığı ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(2). <https://doi.org/10.15805/addicta.2019.6.2.0049>
- Karahisar, T. (2019). Sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusunun akademik başarıya olan etkisi üzerine bir analiz: Bakırköy Anadolu Lisesi örneği. *Uluslararası, Erasmus Uluslararası Akademik Araştırmalar Sempozyumu*, 891-907.
- Karakoç, T. (2023). Narsisizm ile sosyotelizm arasındaki ilişkide gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal medya bağımlılığının aracı rolünün incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Beykoz Üniversitesi Lisansüstü Programlar Enstitüsü.
- Kernberg, O. F. (1970). Factors in the psychoanalytic treatment of narcissistic personalities. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 18, 51-85.
- Kırık, A. M., Arslan, A., Çetinkaya, A., & Gül, M. (2015). A quantitative research on the level of social media addiction among young people in Turkey. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(3), 108-122.
- Kircaburun, K., Alhabash, S., Tosuntaş, Ş. B., & Griffiths, M. D. (2020). Uses and gratifications of problematic social media use among university students: A simultaneous examination of the Big Five of personality traits, social media platforms, and social media use motives. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 525-547. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9940-6>
- Koçak, M., & Traş, Z. (2021). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ve yaşamın anlamı arasındaki yordayıcı ilişkiler. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(3), 1618-1631. <https://doi.org/10.33206/mjss.893201>
- Koçyiğit, A., & Koçyiğit, M. (2018). Değişen ve gelişen dijital iletişim: Yazılabilir web teknolojisi (web 2.0). In V. Çakmak & S. Çavuş (Eds.), *Dijital kültür ve iletişim*. İstanbul: Literatürk Yayınları.
- Kohut, H. (1968). The psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders: Outline of a systematic approach. *Psychoanalytic Study of the Child*, 23, 86-113.
- Kong, F., Tang, F., Zhang, H., Sun, X., & Zhang, Y. (2020). Does downward social comparisons affect mobile phone addiction? Narcissism matters! *Journal of Technology in Behavioral Science*, 5(3), 266-272. <https://doi.org/10.1007/s41347-020-00136-9>

- Koydemir, S., & Demir, A. (2007). Psychometric properties of The brief fear of negative evaluation scale in a Turkish sample. *Psychological Reports, 100*, 883–893.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 8*(9), 3528–3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>,
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 14*(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- Leary, M. R. (1983). A brief version of The fear of negative evaluation scale. *Personality and Social Psychology Bulletin, 9*, 371–375.
- Lee, W. K. (2017). The relationship between narcissism and problematic social networking sites (SNS) use: Mediating role of attachment instability. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience, 19*(3), 1-5.
- Leigh, E., & Clark, D. M. (2018). Understanding social anxiety disorder in adolescents and improving treatment outcomes: Applying the cognitive model of Clark and Wells (1995). *Clinical Child and Family Psychology Review, 21*(3), 388–414. <https://doi.org/10.1007/s10567-018-0258-5>
- Levine, A. B., & Faust, J. (2013). A psychodynamic approach to the diagnosis and treatment of closet narcissism. *Clinical Case Studies, 12*(3), 199–212.
- Levy, K. N., Ellison, W. D., & Reynoso, J. S. (2011). A historical review of narcissism and narcissistic personality. In W. K. Campbell & J. D. Miller (Eds.), *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments* (pp. 3–13). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118093108.ch1>
- Liu, C., & Ma, J. (2018). Development and validation of the Chinese social media addiction scale. *Personality and Individual Differences, 134*, 55-59. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.05.046>
- Malgaz Güçlü, D. (2024). *Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının depresyon, bağlanma stilleri ve sosyal kaygı ile ilişkisi*. [Doktora Tezi, Doğuş Üniversitesi].

- Malik, S., & Khan, M. (2015). Impact of Facebook addiction on narcissistic behavior and self-esteem among students. *The Journal of the Pakistan Medical Association*, 65(3), 260-263.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98(2), 224–253. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.98.2.224>
- McCain, J. L., & Campbell, W. K. (2018). Narcissism and social media use: A meta-analytic review. *Psychology of Popular Media Culture*, 7(3), 308.
- Mehdizadeh, S. (2010). Self-presentation 2.0: Narcissism and self-esteem on Facebook. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(4), 357–364. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0257>
- O’Connell, C. (2020). How FOMO (Fear of Missing Out), the smartphone, and social media may be affecting university students in the Middle East. *North American Journal of Psychology*, 22, 83–102.
- Oğuz, T. (2016). ‘Çağdaş Narkisisos’lar: Facebook kullanım alışkanlıkları ve narsisizm. *Selçuk İletişim*, 9(2), 51-68.
- Otu, A. A. (2015). Social Media Addiction among Students of the University of Ghana [Doktora Tezi, University of Ghana]. http://ugspace.ug.edu.gh/bitstream/handle/123456789/21223/Social%20Media%20Addiction%20among%20Students%20of%20the%20University%20of%20Ghana_October%202015.pdf?sequence=1
- Otway, L. J., & Vignoles, V. L. (2006). Narcissism and childhood recollections: A quantitative test of psychoanalytic predictions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(1), 104-116.
- Özcan, H. M., & Koç, U. (2023). The role of fear of missing out (FoMO) in the relationship between personality traits and cyberloafing. *Ege Academic Review*, 23(1), 11-26. <https://doi.org/10.21121/eab.987487>
- Özdemir, Z. (2019). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *Beykoz Akademi Dergisi*, 7(2), 91–105.
- Özgür Güler, E., Veysikarani, D., & Keskin, D. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı üzerine bir araştırma. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 1–13.
- Öztürk, A. (2014). Sosyal kaygıyı açıklayan yaklaşımlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(48), 15–26. <https://doi.org/10.17755/esosder.86289>

- Öztürkçe, M. (2021). Üniversite öğrencilerinin sosyal fobisi ile sosyal medya kullanımının olumsuz değerlendirilme korkusu bakımından incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi].
- Piko, B. F., Krajczár, S. K., & Kiss, H. (2024). Social media addiction, personality factors, and fear of negative evaluation in a sample of young adults. *Youth, 4*(1), 357-368.
- Pincus, A. L., Ansell, E. B., Pimentel, C. A., ve diğerleri. (2009). Initial construction and validation of the Pathological Narcissism Inventory. *Psychological Assessment, 21*(3), 365-379.
- Pincus, A. L., & Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology, 6*, 421-446. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131215>
- Pontes, H. M., Taylor, M., & Stavropoulos, V. (2018). Beyond “Facebook addiction”: The role of cognitive-related factors and psychiatric distress in social networking site addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 21*(4), 240-247. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0609>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior, 29*(4), 1841-1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A Cognitive-Behavioral Model of Anxiety in Social Phobia. *Behaviour Research and Therapy, 35*(8), 741-756. [https://doi.org/10.1016/s0005-7967\(97\)00022-3](https://doi.org/10.1016/s0005-7967(97)00022-3)
- Reich, A. (1960). Pathological forms of self-esteem regulation. *Psychoanalytic Study of the Child, 18*, 218-238.
- Rıhtım, Z. B., & Deniz, D. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığının Kırılgan Narsisizm ve Sanal Ortam Yalnızlık Düzeyi İle İlişkisinin İncelenmesi. 17. Ulusal Adli Bilimler Kongresi, 349-362.
- Rohmann, E., Neumann, E., Herner, M. J., & Bierhoff, H. W. (2012). Grandiose and vulnerable narcissism: Self-construal, attachment, and love in romantic relationships. *European Psychologist, 17*(4), 279-290.
- Ryan, T., & Xenos, S. (2011). Who Uses Facebook? An Investigation Into The Relationship Between The Big Five, Shyness, Narcissism, Loneliness, And Facebook Usage. *Computers in Human Behavior, 27*(5), 1658–1664. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2011.02.004>

- Sağar, M. E. (2022). Yetişkinlerde sosyal medya bağımlılığının yordayıcısı olarak psikolojik esneklik ve problem çözme becerileri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (35), 179–192. <https://doi.org/10.20875/makusobed.1080674>
- Sağır, R. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığı Ve Narsisizm Arasındaki İlişki*. [Yüksek Lisans Tezi, Demiroğlu Bilim Üniversitesi].
- Sarıbay, B., & Durgun, G. (2019). Dokunmatik toplumların fobileri: Netlessfobi, nomofobi ve fomo kavramları üzerine bir içerik analizi çalışması. *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, 15, 280–294.
- Savcı, M., & Aysan, F. (2018). Kişilerarası yetkinlik, yalnızlık, olumsuz değerlendirilme korkusu, ödül ve cezanın sosyal medya bağımlılığını yordama ve sosyal medya kullanan-kullanmayan ergenleri doğru sınıflandırma düzeyi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(3), 1-41. <https://doi.org/10.15805/addicta.2018.5.3.003>
- Shin, M., Lee, J., Chyung, Y. J., Kim, P. W., & Jung, S. Y. (2016). Integrating psychosocial and cognitive predictors of social networking service addiction tendency using structural equation modeling. *Psychologia*, 59(4), 182-201. <https://doi.org/10.2117/psysoc.2016.182>
- Su, W., Han, X., Yu, H., Wu, Y., & Potenza, M. N. (2020). Do men become addicted to internet gaming and women to social media? A meta-analysis examining gender-related differences in specific internet addiction. *Computers in Human Behavior*, 113. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106480>
- Sucu, İ. (2012). Sosyal Medya Oyunlarında Gerçeklik Olgusunun Yön Değiştirmesi: Smeet Oyunu Örneği. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 1(3), 55-88. <https://doi.org/10.19145/gumuscomm.98392>
- Şahin, C., & Kumcağız, H. (2017). Narsisizm ve benlik saygısının sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı rolü. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 8(30), 2136-2155.
- Şahin, C., & Yağcı, M. (2017). Sosyal medya bağımlılığı ölçeği-yetişkin formu: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 523-538.
- Şeker, G. (2021). *Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile kırılğan narsisizm ve yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi].

- Şen, G., & Barışkın, E. (2019). Patolojik Narsisizm Envanterinin Türkçe standardizasyonu, geçerlik ve güvenilirliğinin sınanması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 30(2), 118-129.
- Şengül, B. Z., Ünal, E., Akça, S., Canbolat, F., Denizci, M., & Baştuğ, G. (2015). Validity and reliability study for the Turkish adaptation of the Hypersensitive Narcissism Scale (HSNS). *Düşünen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 28, 231-241. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2015280306>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Boston: Pearson Education
- Tanhan, F., Özok, H. İ., & Tayız, V. (2022). Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO): Güncel Bir Derleme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 74-85. <https://doi.org/10.18863/pgy.942431>
- Taş, İ., Eker, H., & Anlı, G. (2014). Ortaöğretim Öğrencilerinin İnternet Ve Oyun Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 1(2), 37-57.
- Tunç-Aksan, A., & Akbay, S. E. (2019). Smartphone addiction, fear of missing out, and perceived competence as predictors of social media addiction of adolescents. *European Journal of Educational Research*, 8(2), 559-566. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.8.2.559>
- Tutgun-Ünal, A. (2015). *Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma*. [Yayımlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi].
- Tutgun-Ünal, A., & Deniz, L. (2015). Development of the Social Media Addiction Scale. *Online Academic Journal of Information Technology*, 6(21), 51-70.
- Tutgun-Ünal, A., & Deniz, L. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının incelenmesi. *Route Educational and Social Science Journal*, 3(2), 155-181.
- Türkçapar, M. H. (1999). Sosyal fobinin psikolojik kuramı. *Klinik Psikiyatri*, 2, 247-253.
- Türker, Ö. (2018). *Anneye dair algılanan narsisizm ve depresyonun narsisistik kişilik örgütlenmesinin gelişimine etkisi*. [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bilgi Üniversitesi].

- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2023). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması-2023. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407). Erişim tarihi: 24.04.2024
- Twenge, J. M., Konrath, S., Foster, J. D., Campbell, W. K., & Bushman, B. J. (2008). Egos inflating over time: A cross-temporal meta-analysis of the Narcissistic Personality Inventory. *Journal of Personality*, 76(4), 875-902. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00507.x>
- Uyar, S., & Yağcı Özen, M. (2023). Gelişmeleri kaçırma korkusu (Fomo) ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisi: Meta analiz. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(3), 1428-1436. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1350605>
- Uzbay, İ. T. (2009). Madde Bağımlılığının Tarihçesi, Tanımı, Genel Bilgiler ve Bağımlılık Yapan Maddeler. *Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, 5-15.
- Uzun Ö., Yıldırım V., & Uzun E. (2016). Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu olan Ergenlerde Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları ve Sosyal Medya Bağımlılığı, Benlik Saygısı ve Algılanan Sosyal Destek İlişkisi. *TJFM&PC*, 10(3), 142-147.
- Ünal, E., Arık, S., & Uzun, B. (2016). Sınıf ve sosyal bilgiler eğitiminde öğrenim gören öğretmen adaylarının olumsuz değerlendirilme korkuları. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8, 22; 289-307.
- Üzümcü, E. (2016). *Büyükleme ve kırılma narsistik kişilik özellikleri ile ilişkili faktörlerin şema terapi modeli çerçevesinde incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi].
- Vural, Z. & Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesine yönelik bir araştırma. *Journal of Yasar University*, 5(20), 2248-3382.
- Walker L. (2011). What Is Social Networking Addiction?. <http://personalweb.about.com/od/socialmediaaddiction/a/Social-Networking-Addiction.htm>. Erişim Tarihi: 06.05.24
- Wang, X. (2008). *Research on the influence of college students' narcissistic personality on self-esteem and subjective well-being*. [Yüksek Lisans Tezi, Shanxi Normal University].
- Wasserman, S. & Faust, K. (1994). Social Network Analysis in the Social and Behavioral Sciences. In *Social Network Analysis: Methods and Applications*. Cambridge University Press.

- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of Social-Evaluative Anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(4), 448-457. <https://doi.org/10.1037/h0027806>
- We Are Social (2023). Digital 2023. <https://wearesocial.com/uk/blog/2023/01/digital-2023/>. Erişim Tarihi: 26.04.24.
- We Are Social (2024). Digital 2024. <https://wearesocial.com/uk/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/>. Erişim Tarihi: 26.04.24
- Weaver, J. L., & Swank, J. M. (2021). An examination of college students' social media use, fear of missing out and mindful attention. *Journal of College Counseling*, 24(2), 132-145. <https://doi.org/10.1002/jocc.12181>
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G., & Rodebaugh, T. L. (2008). The Fear of Positive Evaluation Scale: Assessing a proposed cognitive component of social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 22(1), 44-55.
- Wells, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., & Gelder, M. (1995). Social phobia: the role of in-situation safety behaviors in maintaining anxiety and negative beliefs. *Behavior Therapy*, 26, 153-161. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(05\)80088-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(05)80088-7)
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.4.590>
- Wolniewicz, C. A., Tiamiyu, M. F., Weeks, J. W., & Elhai, J. D. (2018). Problematic smartphone use and relations with negative affect, fear of missing out, and fear of negative and positive evaluation. *Psychiatry Research*, 262, 618-623.
- Yalçın Çınar, Ç. (2017). *Üniversite öğrencilerinde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusunun düzeyi ve ilişkili etmenler*. [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi].
- Yanardağ, M. Z., Bilge, M., & Yanardağ, U. (2020). Davranış bağımlılığına sahip müracaatçılara yönelik sosyal hizmet uygulamaları üzerine bir tartışma. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(4), 551-560. <https://doi.org/10.34087/cbusbed.713866>
- Yeniçeri-Alemdar, M., İşbilen, D., Demirel, K., & Günal-Telli, N. (2017). Özçekim davranışı narsisizm göstergesi olabilir mi? Özçekim ve narsisizm arasındaki ilişkiyi tanımlamaya yönelik bir nitel araştırma. *Global Media Journal TR Edition*, 71-97.

- Yıldırım, T., Çırak, Y., & Konan, N. (2011). Öğretmen adaylarında sosyal kaygı. *İnönü University Journal of the Faculty of Education (INUJFE)*, 12(1).
- Young, K. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behaviour*, 3, 237-244.
- Young, K. S., Pistner, M., O'Mara, J., & Buchanan, J. (2000). Cyber-Disorders: The mental health concern for the new millennium. *Cyberpsychology & Behavior*, 3(5).
- Zorbaz, O., & Dost, M. T. (2014). Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-1), 298-310.

EKLER

Ek A. Tez Etik Kurul Onay Formu

T.C	
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ	
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ	
TEZ / ARAŞTIRMA / ANKET / ÇALIŞMA İZİNİ / ETİK KURULU İZİNİ TALEP FORMU VE ONAY TUTANAK FORMU	
ÖĞRENCİ BİLGİLERİ	
T.C. NOSU	
ADI VE SOYADI	Rukiye Yaren OZAN
ÖĞRENCİ NO	2021011029
TEL. NO.	
E - MAİL ADRESLERİ	
ANA BİLİM DALI	Psikoloji
HANGİ AŞAMADA OLDUĞU (DERS / TEZ)	TEZ
İSTEKDE BULUNDUĞU DÖNEME AİT DÖNEMLIK KAYDINI YAPILIP- YAPILMADIĞI	2023 / 2024 GÜZ DÖNEMİ KAYDINI YENİLEDİM.
ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ BİLGİLER	
TEZİN KONUSU	Sosyal Medya Bağımlılığının Yordayıcıları Olarak Kırılgan Narsisizm, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu
TEZİN AMACI	Amacı, kırılgan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu ve gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisini değerlendirmektir. Bu kapsamda, kırılgan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu ve gelişmeleri kaçırma korkusu değişkenlerinin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkileri incelenecektir.
TEZİN TÜRKÇE ÖZETİ	İnsan hayatı tarih boyunca birçok dönüşüme şahit olmuştur ve teknolojik gelişmeler, özellikle internetin yaygınlaşması, bu dönüşümlerden biri olarak öne çıkmaktadır. Bu dönüşümler, sosyal, kültürel ve ekonomik açıdan büyük etkilere sahiptir. İşte bu değişimlerden insanları her alanda etkileyen, yaşam şekillerini, arkadaşlıklarını etkileyen ve günlerinin çoğunu geçirdiği sosyal medyadır. Sosyal medya kullanımının artması, sosyal medya bağımlılığı olarak bilinen bir davranışsal bağımlılık türünün ortaya çıkmasına neden olmuştur. Sosyal medya bağımlılığının yordayan bir çok değişken mevcuttur. Bu değişkenler bilişsel, davranışsal ya da duygusal olabilmektedir. Bu tez çalışmasının amacı, yaşları 18-65 arası değişen bireylerde kırılgan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu ve gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisini değerlendirmektir. Çalışma, ilişkisel tarama yöntemine göre tasarlanmıştır. Araştırma verilerinin elde edilebilmesinde Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği, Patolojik Narsisizm Envanteri, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği ve Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği kullanılacaktır. Bu araştırmada toplanan veriler Statistical Package for the Social Sciences(SPSS) Paket Programı kullanılarak analiz edilecektir.
ARAŞTIRMA YAPILACAK OLAN SEKTÖRLER/ KURUMLARIN ADLARI	Araştırmada veriler çevrimiçi ortamlarda sosyal medya uygulamaları aracılığıyla iletilen anket linkleri ile toplanacaktır. Araştırmanın çalışma grubu, yaşları 18-65 arasında değişen, farklı eğitim düzeylerine sahip olan, sosyal medya kullanan genç ve yetişkinlerden oluşan genel popülasyondur.
İZİN ALINACAK OLAN KURUMA AİT BİLGİLER (KURUMUN ADI- ŞUBESİ/ MÜDÜRLÜĞÜ - İLİ - İLÇESİ)	Çalışma, yaşları 18-65 arasında değişen, farklı eğitim düzeylerine sahip olan, sosyal medya kullanan genç ve yetişkinlerden oluşan genel popülasyon ile gerçekleştirilecektir. Araştırmaya katılmaya gönüllü olup olmadıkları kendilerine ulaştırılan anketin ilk sorusunda gerekli açıklamalarda yapılarak sorulacak ve bilgilendirilmiş onam elde edilecektir. Herhangi bir kurumda yüz yüze, kağıt-kalem testi ile uygulama yapılmayacaktır.
YAPILMAK İSTENEN ÇALIŞMANIN İZİN ALINMAK İSTENEN KURUMUN HANGİ İLÇELERİNE/ HANGİ KURUMUNA/ HANGİ BÖLÜMÜNDE/ HANGİ ALANINA/ HANGİ KONULARDA/ HANGİ GRUBA/ KİMLERE/ NE UYGULANACAĞI GİBİ AYRINTILI BİLGİLER	Veriler çevrim içi toplanacağı için herhangi bir kurumda veri toplama amaçlı bir uygulama gerçekleştirilmeyecektir.
UYGULANACAK OLAN ÇALIŞMAYA AİT ANKETLERİN/ ÖLÇEKLERİN BAŞLIKLARI/ HANGİ ANKETLERİN - ÖLÇELERİN UYGULANACAĞI	KİŞİSEL BİLGİ FORMU SOSYAL AĞ BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ SOSYAL ORTAMLARDA GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU ÖLÇEĞİ OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU ÖLÇEĞİ PATOLOJİK NARSİSİZM ENVANTERİ

EKLER (ANKETLER, ÖLÇEKLER, FORMLAR, V.B. GİBİ EVRAKLARIN İSİMLERİYLE BİRLİKTE KAÇ ADET/SAYFA OLDUKLARINA AIT BİLGİLER İLE AYRINTILI YAZILACAKTIR)	1) 1 (bir) Sayfa Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği. 2) 1 (bir) Sayfa Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği. 3) 1 (bir) Sayfa Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği. 4) 3 (üç) Sayfa Patolojik Narsisizm Envanteri. 4) 1 (bir) Kişisel Bilgi Formu.					
ÖĞRENCİNİN ADI - SOYADI: Rukiye Yaren OZAN	ÖĞRENCİNİN İMZASI: .. Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır. TARİH: / / 20....					
TEZ/ ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ DEĞERLENDİRME SONUCU						
1. Seçilen konu Bilim ve İş Dünyasına katkı sağlayabilecektir.						
2. Anılan konu Psikoloji faaliyet alanı içerisine girmektedir.						
1.TEZ DANIŞMANININ ONAYI	2.TEZ DANIŞMANININ ONAYI (VARSA)	ANA BİLİM DALI BAŞKANININ ONAYI	SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRÜNÜN ONAYI			
Adı - Soyadı: Eşef Erciment YERLİKAYA	Adı - Soyadı:	Adı - Soyadı: Şükür UĞUZ	Adı - Soyadı: Murat KOÇ			
Unvanı: Dr. Öğr. Üyesi	Unvanı:	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.			
Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.	İmzası: / / 20....	Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.	Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.			
ETİK KURULU ASIL ÜYELERİNE AİT BİLGİLER						
Adı - Soyadı: Şehnaz ŞAHİNKARAKAŞ	Adı - Soyadı: Yücel ERTEKİN	Adı - Soyadı: Şirvan KALSIN	Adı - Soyadı: Mustafa BAŞARAN	Adı - Soyadı: Mustafa Tefvik ODMAN	Adı - Soyadı: Hüseyin Mahir FİSUNOĞLU	Adı - Soyadı: Jülide İNÖZÜ
Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.
Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.	Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.	Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.	Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.	Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.	Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.	Enstitü müdürlüğünde evrak aslı ıslak imzalıdır.
Etik Kurulu Jüri Başkanı - Asıl Üye	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi
OY BİRLİĞİ İLE	<input checked="" type="radio"/>	Çalışma yapılacak olan tez için uygulayacak olduğu Anketleri/Formları/Ölçekleri Çağ Üniversitesi Etik Kurulu Asıl Jüri Üyelerince İncelenmiş olup, / / 20..... - / / 20..... tarihleri arasında uygulanmak üzere gerekli izin verilmesi tarafımızca uygundur.				
OY ÇOKLUĞU İLE	<input type="radio"/>					
AÇIKLAMA: BU FORM ÖĞRENCİLER TARAFINDAN HAZIRLANDIKTAN SONRA ENSTİTÜ MÜDÜRLÜĞÜ SEKRETERLİĞİNE ONAYLAR ALINMAK ÜZERE TESLİM EDİLECEKTİR. AYRICA FORMDAKİ YAZI ON İKİ PUNTO OLACAK ŞEKİLDE YAZILACAKTIR.						

EK B. Bilgilendirilmiş Onam Formu

**ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ETİK KURULU**

BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU

Bu formun amacı araştırma ile ilgili olarak sizi bilgilendirmek ve katılmanız ile ilgili izin almaktır.

Bu kapsamda "Sosyal Medya Bağımlılığının Yordayıcıları Olarak Kırılgan Narsisizm, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu" başlıklı araştırma "Rukiye Yaren Ozan" tarafından **gönüllü katılımcılarla** yürütülmektedir. Araştırma sırasında sizden alınacak bilgiler gizli tutulacak ve sadece araştırma amaçlı kullanılacaktır. Araştırma sürecinde konu ile ilgili her türlü soru ve görüşleriniz için aşağıda iletişim bilgisi bulunan araştırmacıyla görüşebilirsiniz. Bu araştırmaya **katılmama** hakkınız bulunmaktadır. Aynı zamanda çalışmaya katıldıktan sonra çalışmadan **çıkabilirsiniz**. Bu formu onaylamanız, **araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** anlamına gelecektir.

Araştırmayla İlgili Bilgiler:

Araştırmanın Amacı: Amacı, kırılgan narsisizm, olumsuz değerlendirilme korkusu ve gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyal medya bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisini değerlendirmektir.

Araştırmanın Nedeni: Bu alandaki bilgi birikimini arttırmak ve uygulamalar için bir temel sunmaktır.

Araştırmanın Yürütüleceği Yer: Çevrim içi

"Değerli katılımcı,

Bu araştırma, kişilik özelliklerimiz ve sosyal medya kullanım alışkanlıklarımız arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışma, Rukiye Yaren Ozan'ın, Çağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalında, Dr. Öğr. Üyesi E. Ercüment Yerlikaya danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tezi kapsamında gerçekleştirilmektedir. Çalışmanın yürütülmesi için etik kurul onayı Çağ Üniversitesi'nden alınmıştır.

Çalışmaya katılabilmeniz için 18 yaş üzerinde olmanız gerekmektedir.

Araştırmaya katıldığınızda ilk bölümde, sizden bazı demografik bilgileriniz (örn., yaş, cinsiyet vb.) istenecektir. Devam eden kısımda, sosyal medya kullanımıyla ilgili düşünceleriniz ve alışkanlıklarınızla ilgili 36 soru ve kişilik özellikleriniz ve kişilerarası ilişkiler konusundaki düşüncelerinizle ilgili 44 soru sorulacaktır. Sorularda kimliğinizi açığa çıkaracak herhangi bir bilgi istenmemektedir. Bu sayede verdiğiniz yanıtlar gizli kalacaktır. Çalışmaya katılmak için ankette yer alan soruları dikkatlice okuyup size uygun olan yanıtları işaretlemeniz yeterli olacaktır. Anketi tamamlamanız yaklaşık 10-15 dakika sürecektir. Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayalı olup herhangi bir aşamasında araştırmadan ayrılmak isterseniz, sayfayı kapatarak anketi sonlandırabilirsiniz.

Eğer 18 yaş veya üstünde bir sosyal medya kullanıcı iseniz ve anketi doldurarak çalışmamıza katkıda bulunmayı kabul ediyorsanız aşağıdaki soruya evet yanıtı vererek ankete ulaşabilirsiniz. Çalışma hakkında sorularınız olursa Rukiye Yaren Ozan'a ulaşabilirsiniz. Çalışmaya sağladığınız katkı için teşekkür ederiz.

Bu çalışmaya gönüllü olarak katılıyorsanız lütfen aşağıdaki kutucuğu işaretleyerek devam ediniz.

1. ONAY"

Çalışmaya Katılım Onayı:

Araştırmanın amacını, nedenini, yürütüleceği yer ile ilgili bilgileri okudum ve gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Araştırma ile ilgili ayrıntılı açıklamalar yazılı ve sözlü olarak tarafıma sunuldu. Bu araştırma ile ilgili faydalar ve riskler ile ilgili bilgilendirildim.

Bu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının (Islak imzası ile ^{***})

Adı-Soyadı:

İmzası ^{***}:

Araştırmacının

Adı-Soyadı: Rukiye Yaren OZAN

e-posta:

İmzası:

^{***}Online yapılacak uygulamalarda, ıslak imza yerine, bilgilendirilmiş onam formunun anketin ilk sayfasındaki en üst bölümüne yerleştirilerek katılımcıların kabul ediyorum onay kutusunu işaretlemesinin istenilmesi gerekmektedir.

EK C. Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz?

() Kadın () Erkek

2. Yaşınız?

.....

3. Medeni durumunuz?

() Evli () Bekâr

4. Çalışma durumunuz?

() Öğrenci () Maaşlı çalışan (Devlet ya da özel sektörde memur/işçi)

() Ev Hanımı () İşsiz

5. Mezun olduğunuz son eğitim derecesi nedir?

() İlkokul () Ortaokul () Lise

() Üniversite () Lisansüstü

6. Lütfen aşağıdaki listeden kullanıcısı olduğunuz sosyal medya uygulamalarını işaretleyiniz. (Birden fazla işaretleme yapabilirsiniz)

() Facebook () Tumblr () Instagram () LinkedIn

() Flickr () TikTok () Snapchat () Twitter

() Pinterest () Diğer

7. Lütfen aşağıdaki listede yer alan sosyal medya uygulamalarını ne sıklıkta kullandığınızı işaretleyiniz.

	<u>Hiç</u>	<u>Nadiren</u>	<u>Bazen</u>	<u>Sıkça</u>	<u>Çok sık</u>
Facebook	()	()	()	()	()
Instagram	()	()	()	()	()
Twitter	()	()	()	()	()
LinkedIn	()	()	()	()	()
Tumblr	()	()	()	()	()
TikTok	()	()	()	()	()
Snapchat	()	()	()	()	()
Flickr	()	()	()	()	()
Pinterest	()	()	()	()	()
Diğer	()	()	()	()	()

EK D. Patolojik Narsisizm Envanteri Kullanım İzni

Gönderen Ercument Yerlikaya •

Alıcı

Tarih 15 Kas 2023 18:45

[Alıntılanan metni gizle](#)

----- Forwarded message -----

Gönderen: **Aslı Buyukgungor**

Date: 15 Kas 2023 Çar 16:51

Subject: PATOLOJİK NARSİSİZM ENVANTERİ form

To: Ercument Yerlikaya

Merhaba,

Tabi ki kullanabilirsiniz.
İyi çalışmalar dilerim,

Klinik Psk. Aslı Büyükgüngör



PATOLOJİK...Rİ form.pdf



EK E. Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni

Gönderen Osman Gazi Yildirim •

Alıcı

Tarih 16 Kas 2023 16:32

Merhaba Yaren Hanım,
Ölçeği kullanmanız bizleri de mutlu eder. Bu ve bundan sonraki tüm çalışmalarınızda ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçek maddelerini ve kullanım yönergesini ekte bulabilirsiniz. Çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.

Saygılarımla,

EK F. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kullanım İzni

Gönderen

Alıcı

Tarih

28 Ara 2023 09:34

Selamlar,

Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeğinin yalnızca düz puanlanan 8 maddesinden oluşan kısa formu ekteki dosyada yer almaktadır. Bu kısa formda yer alan 8 madde, Selda Koydemir ve Ayhan Demir (2007) tarafından gerçekleştirilen uyarlama çalışmasında kullanılmış olan 12 maddelik Türkçe formda yer alan 4 maddenin (tersten puanlanan) formdan çıkarılmasıyla elde edilmiş ve psikometrik özellikleri Sabahattin Çam ve E. Ercüment Yerlikaya (2020) tarafından incelenmiştir. Ölçeğin, Koydemir ve Demir (2007) tarafından Türkçeye uyarlanmış olan 12 maddelik formu yazarların ilgili makalesinin ekler kısmında, araştırmacıların kullanımına olanak sağlayacak şekilde açık erişime sunulmuştur. Tersten puanlanan 4 maddenin de yer aldığı 12 maddelik forma da ilgili makaleden ulaşabilirsiniz. Başarılar dilerim, hoşça kalın.

Çam, S., & Yerlikaya, E. E. (2020). A Study on the Construct Validity of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale (BFNE). *European Journal of Educational Sciences, EJES*, 40.

Koydemir, S. and Demir, A. (2007). Psychometric properties of The brief fear of negative evaluation scale in a Turkish sample, *Psychological Reports*, 100, 883-893.

EK G. Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği Kullanım İzni

Gönderen: Egemen Ünal

Gönderildi: 21 Eylül 2023 Perşembe 11:51

Kime:

Konu: Re: Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği HK.

Merhabalar Yaren

Çalışmaya atıf yaparak ölçeği kullanabilirsiniz

Başarılar dilerim.

Doç. Dr. Egemen ÜNAL

EK H. Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği

Sosyal Ağ Bağımlılığı Ölçeği Maddeleri

Faktör	1 ←-----→ 5				
	Kesinlikle Katılmıyorum			Kesinlikle Katılıyorum	
	1	2	3	4	5
Dikkat Çekme	1. Gün içinde sıklıkla sosyal ağlara girme ihtiyacı duyarım.				
	2. Sosyal ağların olmadığı bir yaşam bana sıkıcı ve anlamsız gelir.				
	3. Cep telefonu, tablet ve bilgisayar gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey sosyal ağlar olur.				
	4. Gece uyumadan önce ve sabah uyandığımda ilk olarak sosyal ağ hesaplarımı kontrol ederim.				
	5. Sosyal ağ hesaplarıma bakma ihtiyacı duyduğum zaman, her ne işle uğraşıyorsam o işi bırakıp, sosyal ağ hesaplarımı kontrol ederim.				
	6. Herhangi bir işe başlamadan önce sosyal ağ hesaplarımı kontrol etme ihtiyacı duyarım.				
Duygu Durum Değişikliği	7. Kendimi kötü hissettiğim zamanlarda sosyal ağları kullanmak beni rahatlatır.				
	8. Günlük sorunlarımı unutmak için sosyal ağları kullanırım.				
	9. Kişisel sorunlarımdan kaçmak için sosyal ağları kullanmaya yönelirim.				
	10. Kendimi stresli ve kaygılı hissettiğimde sosyal ağları kullanmak bana iyi gelir.				
	11. Kendimi yalnız hissettiğimde sosyal ağları kullanma ihtiyacı hissederim.				
Geri Çekilme Belirtileri	12. Sosyal ağları kullanmam engellenirse kendimi sinirli hissederim.				
	13. Sosyal ağlardaki güncel paylaşımları takip edemediğimde kendimi huzursuz hissederim.				
	14. Sosyal ağ hesaplarıma bir süre ulaşamazsam dünya ile bağlantım kopmuş gibi hissederim.				
	15. Sosyal ağlara girememe düşüncesi bile beni rahatsız eder.				
Çatışma	16. Sosyal ağları kullanmam akademik başarıma olumsuz yönde etkiler.				
	17. Sosyal ağlarda daha fazla vakit geçirebilmek için sorumluluklarımı ihmal ederim.				
	18. Sosyal ağları kullanmam sebebiyle spor, sinema, tiyatro gibi sosyal etkinliklere zaman ayırmakta güçlük çekerim.				
	19. Sosyal ağları kullanmak günlük işlerimi aksatmama sebep olur.				
	20. Ailemle ya da arkadaşlarımla vakit geçirmek yerine sosyal ağlarda vakit geçirmeyi tercih ederim.				
	21. Sosyal ağlarda geçirdiğim zaman yüzünden uykusuz kaldığım olur.				
Nüks Etme	22. Sosyal ağları kullanmayı bırakabileceğimi düşünemiyorum.				
	23. Sosyal ağlarda her gün daha az zaman geçirmeye çalışsam da bu konuda pek başarılı olamıyorum.				
	24. Günlük hayatımı olumsuz etkilese de sosyal ağlardan vazgeçemem.				
	25. Sosyal ağlarda harcadığım süreyi kısaltmam gerektiğini düşünürüm.				
	26. Sosyal ağlarda geçirdiğim zamanı her ne kadar azaltsam da sonrasında sosyal ağları daha fazla kullanmaya başlarım.				

EK I. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği

KENDİNİ DEĞERLENDİRME ANKETİ (ODKÖ)

Aşağıda başkalarının bizi değerlendirmelerine yönelik yaşanabilecek durumlar verilmiştir. Kendinizi bu ifadelerdeki durumlar açısından tek tek değerlendirerek bu ifadelerin size ne kadar uygun olduğunu, sizi ne kadar yansıttığını ilgili sütuna işaretleyiniz.

D U R U M L A R	Beni Hiç Yansıtmıyor	Beni Biraz Yansıtmıyor	Beni Orta Derecede Yansıtmıyor	Beni Çok Yansıtmıyor	Beni Tamamıyla Yansıtmıyor
1. Bir değişiklik yaratmayacağını bilsem bile, insanların hakkımda ne düşüneceği beni kaygılandırır.					
2. Diğer insanların, eksikliklerimin farkına varmasından sıklıkla korkarım.					
3. Başkalarının beni onaylamayacak olmasından korkarım.					
4. İnsanların beni hatalı bulmasından korkarım.					
5. Biriyle konuşurken, hakkımda ne düşündüğü konusunda kaygılanırım.					
6. Nasıl bir izlenim yarattığımı konusunda genellikle kaygı duyarım.					
7. Bazen, diğer insanların hakkımda ne düşündüğüyle gereğinden fazla ilgilendiğimi hissedirim.					
8. Yanlış bir şey söyleyecek ya da yapacak olmaktan sık sık kaygı duyarım.					

EK İ. Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği

GGKÖ

Sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ile ilgili olarak aşağıdaki sorular sizin için ne kadar doğrudur.	Hiç Doğru Değildir	Bir Parça Doğrudur	Orta Derecede Doğrudur	Oldukça Doğrudur	Aşırı Şekilde Doğrudur
1) Başkalarının benimkilerden daha doyurucu deneyimler yaşadığından korkarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Arkadaşlarımın benimkilerden daha doyurucu deneyimler yaşadığından korkarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Arkadaşlarımın ben yokken eğlendiklerini öğrendiğimde endişelenirim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Arkadaşlarımın neler yaptığını bilmediğimde kaygı hissederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Arkadaşlarımın "aralarındaki şakaları, muhabbetleri" anlamak benim için önemlidir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Bazen neler olup bittiğini takip etmek için fazla zaman harcıyıp harcamadığımı merak ederim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7) Arkadaşlarımla buluşmak için bir fırsatı kaçırmış olmak canımı sıkar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) İyi bir zaman geçirdiğimde bunun detaylarını online olarak paylaşmak benim için önemlidir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Planlanmış bir toplanmayı kaçırmak canımı sıkar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10) Tatile çıktığımda arkadaşlarımın ne yaptığını takip etmeye devam ederim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

EK J. Patolojik Narsisizm Envanteri

PATOLOJİK NARSİSİZM ENVANTERİ (PNE)

Yönerge: Aşağıda 36 betimleyici ifade bulacaksınız. Lütfen her bir ifadeyi değerlendirmeye alınız ve sizi ne kadar iyi tarif ettiğini belirtiniz. Doğru veya yanlış yanıt söz konusu değildir. İfadenin yanındaki çizgiye tek bir yanıt işaretleyeceksiniz. Her bir ifadenin, 6 derecelik ölçek üzerinden, sizi ne kadar iyi tarif ettiğini belirtiniz.

0	1	2	3	4	5
Bana hiç benzemiyor	Bana biraz benzemiyor	Bana çok az benzemiyor	Bana çok az benziyor	Bana biraz benziyor	Bana çok benziyor

- ___ 1. Kendimi sık sık hayran olunan ve saygı duyulan biri olarak hayal ederim.
- ___ 2. Kendime olan güvenimde sık sık dalgalanmalar olur.
- ___ 3. Yalnızken kendimi iyi hissetmek benim için zordur.
- ___ 4. Yardım istemekten nefret ederim.
- ___ 5. İnsanlar beni fark etmediğinde kendimi kötü hissetmeye başlarım.
- ___ 6. Başkalarının beni muhtaç ve bağımlı biri gibi görmesinden korktuğum için çoğunlukla ihtiyaçlarımı gizlerim
- ___ 7. İnsanlar onlar için yaptıklarımı fark etmediğinde, sinirden deliye dönerim.
- ___ 8. Yaptıklarım ya da söylediklerimle ilgilenmeyen insanlar sinirime dokunur.
- ___ 9. Başkaları beni fark etmediğinde kendimi değersiz hissetmeye başlarım.
- ___ 10. Beni hayal kırıklığına uğratacakları endişesiyle bazen insanlardan kaçırım.
- ___ 11. Genelde, insanlardan istediğimi alamayınca çok öfkelenirim.
- ___ 12. Kendimi değerli hissetmem için, bazen önemsedğim insanların beni bu konuda rahatlatmalarına ihtiyaç duyarım.
- ___ 13. Başkaları bana güven duyduklarında kendimi önemli hissederim.
- ___ 14. Başkaları beni hayal kırıklığına uğrattığında, çoğu kez kendime kızırım.
- ___ 15. Başkaları için fedakârlık yapmak beni daha iyi bir insan yapar.
- ___ 16. Çoğu kez olanaklarımın ötesinde olan şeyleri başardığımın hayalini kurarım.
- ___ 17. Onlardan istediklerimi yapmayacaklarından korktuğum için bazen insanlardan kaçırım.
- ___ 18. İçimde hissettiğim zayıflığı başkalarına göstermek benim için zordur.

0	1	2	3	4	5
Bana hiç benzemiyor	Bana biraz benzemiyor	Bana çok az benzemiyor	Bana çok az benziyor	Bana biraz benziyor	Bana çok benziyor

- ___ 19. Diğer insanların beni beğendiğini bilmediğim sürece kendimi iyi hissetmem zordur.
- ___ 20. Sık sık çabalarım için ödüllendirildiğimin hayalini kurarım.
- ___ 21. Çoğu insanın benimle ilgilenmediğine yönelik düşünce ve endişelerle zihnimi meşgul ederim.
- ___ 22. Bana güvenen arkadaşlarım olmasından hoşlanırım çünkü bu bana kendimi önemli hissettirir.
- ___ 23. İnsanların beni sevdiğini bilmezsem, kendimi iyi hissetmekte zorlanırım.
- ___ 24. İnsanlar benim ne kadar iyi birisi olduğumu fark etmediklerinde rahatsız olurum.
- ___ 25. Hak ettiğim her şeyi elde edene dek asla tatmin olmam.
- ___ 26. Yaptığım fedakârlıklarla ne kadar iyi bir insan olduğumu göstermeye çalışırım.
- ___ 27. İnsanlar beni fark etmediğinde hayal kırıklığına uğrarım.
- ___ 28. Sık sık kahramanca davranışlarda bulunduğumun hayalini kurarım.
- ___ 29. İyi bir insan olduğumu kanıtlamak için insanlara yardım ederim.
- ___ 30. Sıklıkla başarılarıyla tanınmış biri olduğumun hayalini kurarım.
- ___ 31. Kendimi zayıf hissetmeme neden olduğu için başkalarına bel bağlamaya tahammül edemem.
- ___ 32. Diğer insanların beni onaylamasına ihtiyaç duyarım.
- ___ 33. Dünyanın gözünde bir değerimin olmasını isterim.
- ___ 34. Diğer insanlar ihtiyaçlarımı bir an için bile fark ettiğinde, kaygılanır ve utanırım.
- ___ 35. Bazen, insanlardan her istediğimi elde edemediğimi görmektense, yalnız kalmak daha kolay gelir.
- ___ 36. Başkaları benimle aynı fikirde olmadığında çok öfkelenabiliyorum.

EK K. Çağ Üniversitesi Rektörlüğü Tez Etik İzin İstek Formu

T.C.
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü



Sayı : E-23867972-050.04.04-2400000274

10.01.2024

Konu : Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği
Kurulu Kararı Alınması Hk.

REKTÖRLÜK MAKAMINA

İlgi: Rektörlük Makamının 09.03.2021 tarih ve E-81570533-050.01.01-2100001828 sayılı Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu konulu yazısı.

İlgi tarihli yazı kapsamında Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Programlarında tez aşamasında kayıtlı **İpek NUMANOĞLU EŞBERK, Gülenay TÖMEK, Barış ESER, Rukiye Yaren OZAN, Gökmen AYDIN, Muhammet Tuğrul ÖZEN, Senay DEMİR** isimli öğrencilere ait tez evraklarının " Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Onayı" alınmak üzere Ek'lerde sunulmuş olduğunu arz ederim.

Prof. Dr. Murat KOÇ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

Ek : Öğrencilere Ait Dosyalar.

EK L. SOBE Tez Etik İzin İstek Formu

T.C.
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
Rektörlük



Sayı : E-81570533-044-2400000502
Konu : Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği
Kurul İzni Hk.

17.01.2024

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : a) 08.01.2024 tarih ve E-23867972- 050.04.04-2400000172 sayılı yazınız.
b) 08.01.2024 tarih ve E-23867972- 050.04.04-2400000173 sayılı yazınız.
c) 10.01.2024 tarih ve E-23867972- 050.04.04-2400000274 sayılı yazınız.

İlgi yazılarda söz konusu edilen **Sena AKPARLAK, Oğuzhan Mete KARABIYIK, Kaan BURSAL, Muhammed Enver GÖKKILIÇ, Naime ÖRDEK, Mehmet Ali ÇİL, İpek NUMANOĞLU EŞBERK, Gülenay TÖMEK, Barış ESER, Rukiye Yaren OZAN, Gökmen AYDIN, Muhammet Tuğrul ÖZEN ve Senay DEMİR** isimli öğrencilerimize ait tez evrakları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunda incelenerek uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Ünal AY
Rektör