



JOURNAL OF SOCIAL AND HUMANITIES SCIENCES RESEARCH

Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma Dergisi
Open Access Refereed e-Journal & Refereed & Indexed

Article Type	Research Article	Accepted / Makale Kabul	28.02.2019
Received / Makale Geliş	29.12.2018	Published / Yayınlanma	28.02.2019

KENDİMİ BİLİYORUM, KORK(M)UYORUM!

YENİLİKLERİ KAÇIRMA KORKUSU (FOMO) VE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞINDA DİJİTAL ÜSTBİLİŞİN ROLÜ

I KNOW MYSELF, I DO (NOT) WORRY!

THE ROLE OF DIGITAL METACOGNITION ON FEAR OF MISSING OUT (FOMO) AND SOCIAL MEDIA ADDICTION

Öğr. Görevlisi Çiğdem ALIÇAVUŞOĞLU

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Pazar MYO, Finans, Bankacılık ve Sigortacılık Bölümü,
Tokat / TÜRKİYE, ORCID: 0000-0002-4542-3432

Dr.Öğr. Üyesi Elif BOYRAZ

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Bölümü, Tokat
/ TÜRKİYE, ORCID: 0000-0003-4717-1678

ÖZET

Bu araştırmanın amacı gençlerin dijital üstbilmiş düzeylerinin kompulsif sosyal medya kullanımı ve yenilikleri kaçırma korkusu (Fomo) davranışları üzerindeki etkisini ortaya koymak olarak belirlenmiştir. Araştırmanın anakütlesini Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Kota örnekleme yöntemiyle belirlenen 699 öğrenciye yüz yüze anket uygulanmıştır. Veriler SPSS 18 istatistik programı ile analiz edilmiştir. Elde edilen verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler, açıklayıcı faktör analizi, kümeleme ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Analiz sonuçları öğrencilerin üstbilmiş düzeyleri açısından dört kümeye ayrıldığını göstermektedir. İlgili kümeler kontrolsüzler, ihtiyatlılar, kontrol benciler ve şüpheliler olarak isimlendirilmiştir. Ders esnasında telefon kullanmayarak derse odaklanma eğilimi en yüksek küme ihtiyatlılar kümesi iken derste telefon kullanarak kendilerini kontrol edemeyip odaklanmada problem yaşayan küme kontrolsüzler kümesidir. Üstbilmiş stratejileri geliştirerek bu olumsuz durumu bertaraf etmeleri önerilmektedir. Kontrolsüzler kümesi yenilikleri kaçırma korkusu ve sosyal medya bağımlılığı en yüksek kümedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital üstbilmiş, Fomo, Sosyal Medya Bağımlılığı, Yenilikleri Kaçırma Korkusu

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the effect of digital metacognition levels of young people on compulsive social media usage and fear of missing out (Fomo). In line with this purpose a questionnaire was applied to 699 students reside in Tokat Gaziosmanpaşa University that selected by quota sampling. The data was analyzed by SPSS 18 pocket program. Descriptive statistics, factor analysis, cluster analysis and One-Way ANOVA were used to analyze the data. The results showed that the digital metacognition level of students could be divided into four clusters. These clusters were named as uncontrolled, cautious, control myself and skeptical ministers. The highest tendency to focus on the lesson is cautious cluster. Students who use the phone on course and who with problems of focus on the course are the uncontrolled cluster. It is recommended to eliminate this negative situation by developing metacognitive strategies. The uncontrolled cluster has the higher fear of missing out and social media addiction.

Keywords: Digital metacognition, Fomo, Compulsive Social Media Use, Fear of Missing Out

1. GİRİŞ

İnternetin kişilerin yaşamında ayrılmaz bir parça olduğu postmodern zaman diliminde yaşamaktayız. Ancak internetin sağladığı erişim ve kullanım kolaylığı hayatımıza olumlu anlamda katkılar yaparken takıntılı internet kullanımı olarak ifade edilen sorunları da beraberinde getirmektedir. Özellikle gençlerin internet ortamında kullandıkları pek çok uygulama sürekli katılım gösterilmesi gereken, yeni bilgi aramaya ve bulmaya yönelik uygulamalardır (interaktif oyunlar vb.) ve sosyal iletişimi sürdürmek

üzere tasarlanmıştır (Gee, 2007). Uygulamaların işleyiş şekli, gençlerin iletişim biçimleri, anı yaşama mottosu, anlık deneyim, diğerlerinin yaptıklarıyla sürekli olarak bağlantı kurma isteği aşırıya kaçan internet kullanımıyla beraber bağımlılık geliştirmektedir.

İnternet üzerinden alınan hizmet sayısının her geçen gün artmasıyla birlikte kullanıcı sayısı da bir o kadar artış göstermiştir. We are Social ve Hootsuite tarafından yayınlanan “Digital 2018 Q4 Global Digital Statshot (October 2018)” raporuna göre Dünyada internet kullanıcı sayısı bir önceki yıla göre (2017) %7 oranında artarak 4.2 milyar kişiye ulaşmıştır. Sosyal medya kullanım oranına bakıldığında yıllık değişimin %10 artışla 3,4 milyar kişi olduğu ve web kullanım trafiğinin liderinin %51,6 ile cep telefonları olduğu görülmektedir.

GSMA Intelligence (<https://www.gsmainelligence.com>) verileri ise dünya nüfusunun 2/3'ünden fazlasının cep telefonu sahibi olduğunu açıklamaktadır. Bu rakam Türkiye için 59,05 milyon kişidir (We are Social and Hootsuite, Jan 2018). Google tarafından yayınlanan “consumer barometer” anketine göre ülke nüfusumuzun % 63'ü günlük olarak internete giriş yapmaktadır. Aktif sosyal medya kullanıcısı olan 51 milyon kişinin 44 milyonu sosyal medyaya cep telefonu üzerinden erişmektedir (We are Social and Hootsuite, Jan 2018).

İnternetin sağladığı olanaklar karşısında yaşamın kolaylaştığı göz ardı edilmeyecek bir gerçekliktir. Ancak diğer bir gerçeklik ise yarattığı olumsuz durumlardır. Bu durumlara yol açan ise internet kullanımının sağlıklı mı yoksa bağımlılık düzeyinde mi olduğuyla ilgilidir. Günlük yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelen interneti bir amaç dahilinde ve bu amaç için yeterli bir süre kapsamında kullanmak sağlıklı internet kullanma davranışdır (Davis, 2001). Literatürde kompulsif internet kullanımı, aşırı internet kullanımı, patolojik internet kullanımı, problemlerle internet kullanımı, internet bağımlılığı, yüksek internet düşkünlüğü, takıntılı internet kullanımı (Widyanto ve Griffiths, 2006) gibi kavramlarla ifade edilen durum ise, interneti kontrolsüz kullanarak psikolojik, fizyolojik ve sosyal açıdan problemler yaşanmasını ifade etmektedir (Young ve Abreu, 2011). Takıntılı internet kullanımı aile hayatı, iş yaşamı, fiziksel ve ruhsal sağlık, sosyal ilişkiler ve uykusuzluğa varan kayıplara neden olmaktadır (Greenfield, 2017).

Cep telefonlarının ve beraberinde internet kullanımının bu derece yaygınlaşmasının depresyon (Young ve Rogers, 1998; Kim vd., 2006; Brunborg vd., 2014; Woods ve Scoot, 2016), yalnızlık (Nie ve Erbring, 2002; Billieux vd., 2007; APA, 2013; Savcı ve Aysan, 2016), uyku kalitesi (Espinoza ve Juvane, 2011; Lam, 2014; Demirci vd., 2015; Woods ve Scoot, 2016), iyi olma hali (Wang vd., 2013; Odacı ve Çıkrıkçı, 2014; Brooks, 2015), akademik performans (Krischner ve Karpinski, 2010; Stavropoulos, 2013; Brunborg vd., 2014), öz saygı (Ehrenberg vd., 2008; Wilson vd., 2010; Bozoğlan vd., 2014) durumları üzerinde negatif etkiler yaratmakta olduğu tespit edilmiştir.

TÜİK tarafından yayınlanan son üç ay içerisinde (Ocak-Mart) bireylerin interneti kişisel kullanım amaçları (2018) raporuna bakıldığında kişilerin % 84,1'inin sosyal medya üzerinde profil oluşturma, fotoğraf çekme veya mesaj gönderme vb. anlamında içerik paylaşma davranışında bulduklarını görmektedir. Zirvedeki bu kullanım amacını sırasıyla paylaşım sitelerinden video izleme (%78,1) ve internet üzerinden telefon ile görüşme/ video görüşmesi (%69,5) izlemektedir (http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028). Bu kişilerin günlük ortalama olarak 7 saat olan internette kalma sürelerinin 3 saate yakın bir zamanını sosyal medya için feda etmekte oldukları görülmektedir (We Are Social and Hootsuite, Jan 2018). 2017 yılı için en çok kullanılan sosyal medya uygulamalarına bakıldığında sırasıyla Youtube (%55), Facebook (%53), Whatsapp (50), Instagram (%46), FB Messenger (%37), Twitter (%36), Google + (%31), Skype (%25), Snapchat (%21), LinkedIn (%20), Pinterest (%16) ve Tumblr (%14) raporlanmaktadır (We Are Social and Hootsuite 2018).

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Sosyal medya kişilerin birbirleriyle iletişime geçip sosyal yaşamlarını ve deneyimlerini; ürün, marka ve şirketler hakkındaki fikirlerini ve yorumlarını paylaşma, diğerleriyle etkileşime geçme fırsatı sunan bir mecra olarak kabul edilmektedir (Odabaşı, 2017). Yaşadığımız çağda sosyal medyanın hayatımızdaki var oluşu kaçınılmaz görülmektedir. Rakamlar kişilerin zamanlarının çoğunu sosyal medyada geçirdiğine işaret etmektedir. Başkalarının sosyal medya sitelerine ne yazdıkları, neleri beğendikleri, nerede oldukları, neler okuyup hangi mekanlarda bulduklarını takip etmeden kalmak en fazla birkaç saat sürmektedir. Bu alışkanlıkların artık bağımlılık halini aldığı görülmektedir (Abel vd., 2016).

Başkalarının yaptıklarını her zamankinden daha fazla merak etme hayatımızın her aşamasında doğru bir seçim yapıp yapmadığımızı sorgulamamıza neden olmaktadır. Sosyal medya bu duygumuzu her geçen gün kışkırtmaya devam ederken, kaybetme korkusuyla yaşayanlar için ise bulunmaz bir nimet olarak kabul edilmektedir.

İlgili istatistikler gösteriyor ki sosyal medya siteleri eskiden dutlukken günümüzde altında meyvelerini yiyen çok sayıda kişi yer almaktadır. Zaman ve mekan sınırlarını ortadan kaldıran sosyal medya, insanların birbirleri ile etkileşimini sağlayan bir kaynak, sosyal yeterlilik güçlendirme aracı ve toplumsal bağları derinleştirmek amacıyla kullanılan bir araçtır. Lokasyonlar, faaliyetler, konular, kişiler vb. şeyler hakkında online bilgi erişimi sağlayan ve bizi sosyal bilgiye kolaylıkla eş zamanlı olarak ulaştıran bir mecra olarak karşımıza çıkmaktadır. Sosyal medyanın herkese açık kapısı, diğerlerinin ne yaptığını öğrenmeyi kolay bir hale dönüştürmüştür. Bu açık erişim ise başkalarının yaşayabileceği deneyimler hakkında habersiz kalmaktan endişe edilen bir psikolojik bozukluğun temelini atmıştır. Fomo (fear of missing out) yani yenilikleri kaçırma korkusu, ilerleyen teknolojik gelişmelerin getirdiği yeni hastalıklardan biri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Fomo'nun Türkçe karşılığı olarak gelişmeleri, gündemi, fırsatları ve yenilikleri kaçırma korkusu kavramlarının kullanıldığı görülmektedir. Fomo ile ilgili çokça tanım yapılmaya çalışılsa da en fazla kabul gören tanımların 2006 yılında Beaon ve 2013 yılında Przybylski ve arkadaşları tarafından yapılan tanımlar olduğu görülmektedir. Beaon (2006) Urban Dictionary'de yayınlanan tanımında Fomo'yu herhangi bir şey, yer, kişi, faaliyet, organizasyon, ürün kaçırıldığında "mükemmel bir şeyi" kaçırmış olmanın ortaya çıkardığı korku olarak ifade etmektedir.

Fomo'nun altında yatan motivasyonu belirlemek amacıyla Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi, Sosyal Karşılaştırma Teorisi, Öz Belirleme Teorisi, Görelî Yoksunluk Teorisi kuramlarından yararlanıldığı görülmektedir (Argan vd., 2018). İhtiyaçları temel ve üst düzey olmak üzere ikiye ayıran Maslow (1943)'a göre her biri kendi içinde önemli olan ve beş basamaktan (fizyolojik, güvenlik, ait olma, saygınlık, kendini gerçekleştirme) oluşan bir hiyerarşi söz konusudur. Alt basamaktaki ihtiyaçlar giderilmeden bir üste geçilemeyeceği ifade edilmektedir. Sosyal Karşılaştırma Teorisini ileri süren Festinger (1954), kişilerin diğer kişilerin beceri ve özellikleriyle kendilerini karşılaştırarak değerlendirmede bulduklarını ifade etmektedir. Ryan ve Deci (2000) tarafından geliştirilerek literatüre kazandırılan Öz Belirleme Teorisi doğuştan gelen özerklik, yeterlik ve ilişkili olma ihtiyaçları doyurulduğunda bireyin psikolojik, fizyolojik ve sosyolojik açıdan iyi olacağını ifade etmektedir. Görelî Yoksunluk Teorisi ise kişinin kendini referans olarak belirledikleri ile karşılaştırdığında, sahip olduklarında eşitsizlik algılaması durumunda psikolojik yıkıma uğraması ve görelî olarak yoksunluk hissetmesini ifade etmektedir (Crosby, 1976).

Przybylski ve arkadaşları (2013) Fomo'nun yeni bir olgu olmadığını, yeni olan şeyin sosyal medyanın kullanımının artmasıyla birlikte diğerlerinin yaşamlarına erişim imkanının artması olduğunu ifade etmektedir. Fomo'yu kişilerde başkalarının yaptıklarını sürekli olarak izleme arzusu ve diğerleriyle kendini karşılaştırdığında daha iyisine sahip olabileceğini düşünerek endişe duyduğu bir fenomen olarak tanımlamaktadır. Aynı zamanda kavramın kişilerin sosyal medya üzerinde neden sürekli güncelleme yaptıklarının nedenlerini açıkladığını ifade etmektedir (Przybylski vd., 2013).

Bireylerin varlıklarını sergilemesine imkan tanıyan sosyal medya hep "daha iyisi var mı?" diye sorgulayan hayatlar yaratmaktadır. Diğerlerinin yaptıklarıyla sürekli olarak bağlantı kurma arzusu bir bağımlılık durumu yaratmıştır. American Psychiatric Association (APA) tarafından 1994 yılında yayınlanan DSM-IV (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) raporunda kimyasal madde kullanımı ve davranışsal anlamda dürtü kontrol bozukluğu bağımlılık olarak tanımlanmıştır. 2013 yılında yayınlanan DSM-5 raporunda ise madde ile ilişkili olmayan bozukluklara kumar oynama alışkanlığı eklenmiştir (APA, 2013). Fomo ve internet bağımlılığı henüz bu bağımlılıklar arasında tanımlanmamış olsa da yakın gelecekte ilgili raporda kendine yer bulacağı düşünülmektedir (Süler, 2016).

Özellikle gençlerin sosyal medya hesaplarını sürekli kontrol etme ve kontrol etmediğinde kaçırdıkları şeyler için endişe etmeleri sıklıkla karşılaştığımız durumlardan biri haline gelmiştir. Teknoloji kullanımı ile ilgili alınacak kararlar üstbiliş gerektirmektedir (Rosen vd., 2011). Öğrenmeyi öğrenmek anlamında bir karşılığa sahip olan üstbiliş kavramı, kendi öğrenme yeteneğini, stilini, bilgi ve beceri düzeyini

bilerek verilen kararları içermektedir. Rosen ve diğerleri (2011), öğrenme açısından faydalı olan teknoloji kullanımının, kendi öğrendiklerinin farkında olma durumu olduğunu ifade etmektedir.

Üstbilis kavramı resmi anlamda ilk kez Flavell'in (1976) "Metacognitive Aspects of Problem Solving" isimli makalesinde literatüre kazandırılmıştır. İlgili makalede üstbilisin izleme ve değerlendirme yönlerinin bulunduğu işaret edilmektedir. Flavell çalışmalarını geliştirerek 1979 yılında yayınladığı makalesinde bilis durumunu üstbilisel bilgi, üstbilisel deneyim, hedefler ve stratejiler olmak üzere dört boyutlu olarak ele almaktadır. Kişinin kendi idrakinin, becerilerinin farkında olması, öğrendiklerini sorgulaması, öğrenmeyi öğrenmesi ve bir amaç kapsamında bu bilisi yönlendirebilmesi üstbilis olarak tanımlanmaktadır (Flavell, 1979; Wellman, 1985; Crick, 2000; Jager vd., 2005).

Hacker vd. (1998) çalışmalarında üstbilis kavramını kişilerin sahip oldukları bilgileri, bilisel ve duygusal durumlarını bilinçli ve tasarlayarak izleyebilme ve düzenleyebilme yeteneği olarak tanımlamaktadır.

Literatür tarandığında üstbilis kavramının farklı terimler ile tanımlandığı dikkat çekmektedir. Yürütücü bilis (Sübaşı, 2000; Senemoğlu, 2004; Erden & Akman, 2011), bilisel farkındalık (Doğanay, 1996; Selçuk, 2000; Gelen, 2003) ve yüksek düzeyli bilis (Shunk, 2009) en sık kullanılanlar olarak karşımıza çıkmaktadır.

Bağımlılık düzeyinde sosyal medya kullanımı ve sonucunda oluşan gelişmeleri kaçırma korkusuyla baş etmenin yolunun üstbilisten geçtiği görülmektedir. Sınıf ortamında sosyal medyadan uzak kalmanın yaratacağı endişenin farkına varmak, ders esnasında sosyal medya takibini ne zaman sonlandıracağını veya cep telefonuna bakmayı ne zaman sonlandıracağını bilmek üstbilis gerektirmektedir. Dijital üstbilis kişinin internetle ilgili platformlarda öğrenimini yönetmede önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Carrier vd., 2015). Dijital üstbilisin ders dinlemek ve odaklanmak için stratejiler geliştirip, dikkat dağıtıcıları en aza indirerek performansı en üst düzeye çıkarmaya yardımcı olacağı düşünülmektedir.

3. LİTERATÜR TARAMASI

İnternet bağımlılığı üzerine yapılan çalışmaların 21. yüzyılın internet çağı olmasının da etkisiyle yoğun bir şekilde arttığı görülmektedir. İnternet bağımlılığının artması beraberinde Fomo olarak isimlendirilen bir nevi hastalığın doğmasına yol açmış ve dijital üstbilis (yeterlilik) olarak isimlendirilen; bilgi toplumunda kişilerin sahip olması gereken becerilerin geliştirilmesi hususunda tartışmalara neden olmuştur. Literatür taraması neticesinde internet bağımlılığı, Fomo ve dijital üstbilisi bir arada araştıran yerli çalışmaya rastlanmamıştır. Yerli çalışmalar çoğunlukla internet bağımlılığı ve akademik başarıya etkisini araştıran çalışmalar olarak karşımıza çıkmaktadır. Yabancı literatürde ise sınırlı sayıda Fomo ve üstbilis bağlamında teknoloji kullanımı davranışını araştıran çalışmalar yer almaktadır.

Hoşgör vd. (2017) üniversite öğrencilerinde Fomo yatınlığını incelemişler ve 210 öğrenci örnekleminde orta düzey Fomo olgusu tespit edilmiştir. En çok kullanılan ilk üç uygulamanın sırasıyla WhatsApp, Instagram ve Facebook olduğu ifade edilmektedir.

Diker ve Taşdelen (2017) tarafından yürütülen çalışmada 149 üniversite öğrencisi örnekleminde, sosyal medya bağımlılık düzeylerini nicel yöntemle belirlenmiş ve yüksek bağımlılık tespit edilen 10 öğrenci ile nitel yöntemle devam ederek araştırmanın detaylandırılması sağlanmıştır. Çalışma bulguları bağımlılık gösteren gençlerde Fomo olgusunun ve aynı zamanda stres, kaygı, yalnızlık, endişe durumlarının tespit edildiğine işaret etmektedir.

Gür vd. (2018) çalışmalarında üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeyleri ve akademik görevlerini erteleme davranışlarını incelemiştir. Sosyal medya bağımlılığı yüksek olan grupların akademik ertelemelerinin de yüksek olduğu raporlanmıştır. Sosyal medya kullanım süreleri artan öğrencilerin akademik anlamda üzerlerine düşen görevlerine daha az önem verdikleri ifade edilmektedir.

Przybylski ve diğerlerinin (2013) çalışması Fomo ile motivasyonel, duygusal ve davranışsal bağlantılar arasındaki ilişkileri incelemektedir. Özgür irade (kendi kaderini tayin etme) teorisi bağlamında ele alınan çalışma demografik ve bireysel farklılık faktörleri ile sosyal medya bağımlılığını FOMO kapsamında ele almaktadır. Çalışma sonuçları düşük düzeyde özgüven ve amaçlanan bir sonucu üretme

yeteneği bulunan bireylerde yüksek düzeyde Fomo tespit etmektedir. Aynı zamanda FOMO'nun sosyal medya bağıllığıyla pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır.

Carrier ve diğerlerinin (2015) günlük çoklu görevlerin nedenleri ve etkilerini araştıran çalışmaları gençlerin teknoloji kullanım davranışlarının çoklu görevleri yerine getirmede olumsuz etkiye sahip olabileceğini ifade etmektedir. Gündemi kaçırma korkusunun bu durumun tetikçisi olduğu, ders esnasında öğrenme, ödev yapma veya ders çalışma teknoloji ile iç içe yapıldığında doğacak olumsuz sonuçların üstbilis ile telafi edilebileceği ortaya konmaktadır.

Lepp ve diğerleri (2015) tarafından yürütülen örneklemini 536 lisans öğrencisinin oluşturduğu çalışmada cep telefonu kullanımı, kaygı ve akademik başarı arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir.

Beyens, Frison ve Eggermont (2016) çalışmalarında gençlerin teknoloji kullanımı ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasında bir ilişki kurmaktadır. Yapısal eşitlik modellemesini kullandıkları çalışma bulguları ait olma ve popülerlik ihtiyacının Facebook kullanımı arttıkça arttığını ve bu duruma Fomo'nun aracılık ettiğini raporlamaktadır.

Rosen ve diğerlerinin (2017) çalışmasında teknoloji kullanımı ve akademik performans arasındaki ilişki 216 öğrencinin katıldığı bir örneklem özelinde incelenmiştir. Teknolojinin ders anında nasıl kullanıldığı yönetici işlev sorunları ve Fomo'nun ışığında açıklanmaya çalışılmıştır. Yönetici işlev sorunlarının ders esnasında dikkatli olmayı ve cep telefonu kullanmaya yönelik üstbilis tahmin ettiğini ve Fomo'nun ders esnasında cep telefonu kullanmaya yönelik tutumları etkilediğini ortaya koymuşlardır. İlgili durumların ders performansını dolayısıyla toplam akademik performansı etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

4. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Uygulamalı bir çalışma olarak tasarlanan bu araştırma tanımlayıcı nitelikte bir araştırmadır. Araştırma kapsamında yanıtı aranan sorular şunlardır:

- Öğrencilerin üstbilis düzeyleri nedir?
- Öğrenciler üstbilis düzeylerine göre kümelere ayrılabilir mi?
- Üstbilis düzeyi farklı olan öğrencilerin yenilikleri kaçırma korkusu düzeyleri de farklı mıdır?
- Üstbilis düzeyi farklı olan öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri de farklı mıdır?

Araştırmanın anakütlesini Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Üniversitenin 2018-2019 öğretim yılı fakülte, yüksekokul, meslek yüksekokulu olmak üzere öğrenci sayısının 31593 olduğu görülmektedir. Farklı fakültelerde öğrenim gören öğrencilerin farklı eğilimlere sahip olabileceği düşüncesiyle tesadüfi olmayan örnekleme metotlarından kota örnekleme ile seçim yapılmıştır. Gerçekleştirilen saha çalışması neticesinde toplam 720 öğrenciye yüz yüze anket uygulanmış, 21 anket eksik veya geçersiz olması sebebiyle elenmiştir. 699 adet anket formu üzerinden analizler gerçekleştirilmiştir. İlgili veriler 03-28 Aralık 2018 tarihleri arasında yapılan saha çalışması ile toplanmıştır.

Araştırmada kullanılan veri toplama aracı üç bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde, öğrencilerin cep telefonu ve sosyal medya kullanım davranışlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiş olan dokuz adet açık uçlu ve kapalı uçlu soru yer almaktadır. Gün içerisinde internette geçirilen süre, kullanılan sosyal medya aracı ve telefonu yanında bulundurma sıklığı gibi değişkenler sorgulanmıştır. Veri toplama aracının ikinci bölümünde öğrencilerin sosyal medya bağımlılığı, Fomo ve üstbilis düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş olan 5'li Likert tipi 43 ifade yer almaktadır. Son bölümde ise, öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemeye yönelik 4 adet kapalı uçlu ve 1 adet açık uçlu soru bulunmaktadır.

Dijital üstbilis ölçmek amacıyla Rosen vd. (2017) tarafından geliştirilen ölçek kullanılmıştır. Fomo düzeyini ölçmek amacıyla Przybylski vd. (2013) tarafından geliştirilen on maddelik ölçek kullanılmıştır. Kompulsif sosyal medya kullanımını ölçmek amacıyla Meerkerk vd. (2009) tarafından geliştirilen ölçekten yararlanılmıştır. İlgili ölçme araçlarının kullanılma nedeni literatürde sıklıkla başvurulan ölçekler olmasıdır.

Katılımcıların ölçek ifadelerine hangi düzeyde katılıp katılmadıkları 5'li Likert ölçeği ile sorulmuştur (1:Kesinlikle Katılmıyorum; 2:Katılmıyorum; 3:Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum; 4:Katılıyorum; 5:Kesinlikle Katılıyorum). Veriler SPSS 18 istatistik programı ile analiz edilmiştir.

Araştırma anakütlesinin belirlenmesinin mümkün olmasının yanı sıra her bir öğrenciye ulaşmanın zaman ve maliyet açısından bir kısıt oluşturması olasılıksız örnekleme yöntemlerinden kota örnekleme yönteminin seçilmesine yöneltmiştir. Bu nedenle araştırma bulgularının evrene genellenememesi araştırmanın en önemli kısıtını oluşturmaktadır.

5. BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırma katılımcılarının demografik özelliklerini belirlemek amacıyla frekans analizinden yararlanılmıştır. Demografik özelliklere ilişkin dağılım Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Demografik Özellik		n	%	Demografik Özellik		n	%	
Cinsiyet	Kadın	368	52,6	Sınıf	Hazırlık	1	,1	
	Erkek	331	47,4		1.sınıf	298	42,6	
	Toplam	699	100		2.sınıf	204	29,2	
			3.sınıf		75	10,7		
			4.sınıf		115	16,0		
			5.sınıf		5	,6		
			Artık yıl		4	,7		
			Toplam		699	100		
Fakülte	İİBF	83	11,9		Fakülte (devamı)	Tur. Shmyo	16	2,3
	Fen-Ed.	67	9,6			Er. Shmyo	16	2,3
	Tok.Sos.Bil	48	6,9	Tur.Uyg.Bil		15	2,1	
	Eğitim	47	6,7	Artova myo		15	2,1	
	Tok.Tek.Bil	44	6,3	Almus myo		15	2,1	
	Erbaa Myo	38	5,4	Nik.Tek.Bil		14	2,0	
	Mühendislik	36	5,2	Reş. Myo		14	2,0	
	İlahiyat	35	5,0	Tıp		13	1,9	
	Zile Myo	28	4,0	Erbaa Syo		11	1,6	
	Nik.Sos.Bil	21	3,0	Pazar Myo		10	1,4	
	Sağ.Bil.	21	3,0	Diş. Hek.		9	1,3	
	Turhal Myo	21	3,0	Nik.Uyg.Bil		5	,7	
	Besyo	18	2,6	Tok.Sağ.Hiz		3	,4	
	Ziraat	18	2,6	Adalet Myo		1	,1	
	Zile Dinç.	16	2,3	Dev.Kons.		1	,1	
			Toplam	699	100			
Gelir	1000'den az	81	11,6	Memleket	Tokat	227	32,5	
	1001-2000	256	36,6		Samsun	42	6,0	
	2001-4000	225	32,2		Ordu	31	4,4	
	4001-6000	89	12,7		Ankara	30	4,3	
	6001-8000	21	3,0		Sivas	28	4,0	
	8001 ve üz.	27	3,9		Amasya	26	3,6	
	Toplam	699	100		Kayseri	18	2,6	
					Malatya	17	2,4	
			İstanbul		16	2,3		
			Diğer		264	37,9		
			Toplam	699	100			

Tablo 1 incelendiğinde cinsiyet açısından kadın ve erkek öğrenci dağılımının yakın olduğu görülmektedir. Sınıf açısından 1. sınıf öğrencilerinin, gelir açısından 1001-2000 TL aralığının, memleket açısından Tokatlı olanların ağırlıkta olduğu görülmektedir. Örnekleme yöntemi kota örnekleme olarak belirlendiği için fakültedeki öğrenci sayısı dağılımları anakütle ile paralellik göstermektedir.

Veri toplama aracının birinci bölümde katılımcıların cep telefonu ve sosyal medya kullanım davranışlarını ortaya koymak amacıyla iki açık uçlu ve yedi kapalı uçlu soru yöneltilmiştir. Tablo 2'deki frekans dağılımları incelendiğinde öğrencilerin çok büyük bir oranının cep telefonunu devamlı olarak yanında bulundurduğu görülmektedir. Uykudayken telefonunu başucunda bulunduran katılımcı sayısı da oldukça yüksektir.

Tablo 2. Katılımcıların Cep Telefonu Kullanım Davranışları

İfadeler	Evet		Hayır		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
Telefonu devamlı yanında bulundurma	657	94	42	6	699	100
Yanında şarj cihazı/powerbank taşıma	235	33,6	464	66,4	699	100
Uykudayken başucunda telefon bulundurma	507	72,5	192	27,5	699	100
Telefonun yanında olmadığı bir gün	279	39,9	420	60,1	699	100
Evde/yurtta telefonu sürekli yanında bulundurma	554	79,3	145	20,7	699	100

Tablo 3'teki dağılımlara bakıldığında katılımcıların internete girdiğinde ilk yaptıklarının ne olduğuna yönelik bulgular, %56,4 gibi bir çoğunluğunun sosyal medyaya giriş yaptığını göstermektedir.

Tablo 3. Katılımcıların İnternete Girdiklerinde İlk Yaptıkları

İnternette ilk yapılan	n	%
Sosyal medyaya girmek	394	56,4
Mesajlaşmak	134	19,2
Bilgi Edinmek	48	6,9
Haber okumak	31	4,4
Sohbet etmek	25	3,6
Müzik indirme/dinlemek	20	2,9
Film indirmek/izlemek	14	2,0
Diğer	5	0,7
Online Alışveriş Yapmak	4	0,6
E-posta bakmak/göndermek	3	0,4
Program indirmek	1	0,1
Toplam	699	100

Sosyal medyaya giriş yapanların ilk girdikleri sosyal platformun ne olduğunu öğrenmek amacıyla yapılan frekans analizi sonuçları Tablo 4'te yer almaktadır. Dağılımlar incelendiğinde Instagram'ın birinci sırayı aldığı, WhatsApp uygulamasının ikinci olarak onu izlediği görülmektedir.

Tablo 4. Sosyal Medyada İlk Giriş Yaptıkları Platform

İlk Giriş Yapılan	n	%
Instagram	240	34,3
WhatsApp	131	18,7
Youtube	14	2,0
Twitter	8	1,1
Facebook	3	0,4
Google	1	0,1
Toplam	397	56,8

Katılımcılardan uyandıklarında ne kadar süre içerisinde telefonu kontrol ettiklerini belirtmeleri istenmiştir. Yapılan frekans analizi neticesinde %25,8'inin hemen, %33,2'sinin on dakika içerisinde, %23,9'unun on bir ile otuz dakika içerisinde, %11,9'unun otuz bir ile altmış dakika içerisinde ve %3,9'unun bir saatten daha uzun bir süre içerisinde telefonlarını kontrol ettikleri tespit edilmiştir.

Ölçeklerin yapı geçerliliğini test etmek maksadıyla açıklayıcı faktör analizinden faydalanılmıştır. Dijital üstbilis davranışına ilişkin faktör analizi sonucunda ölçek ifadeleri beş faktör altında toplanmıştır. Açıklanan varyans değeri %59,756'dır. KMO değeri %81,8 ve Barlett küresellik test sonuçları istatistiki açıdan anlamlıdır. Tablo 5 dijital üstbilis davranışı ölçeğine yönelik faktör analizi sonuçlarını göstermektedir. Faktör isimleri sırasıyla derse odaklanma, derste telefon kullanımı, üstbilis stratejileri kullanımı, kullanıma ilişkin olumlu tutum ve kontrol özgüveni olarak isimlendirilmiştir.

Tablo 5. Dijital Üstbilis Davranışı Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

FAKTÖRLER	Özdeğer	Açık. Varyans	Faktör Yüğü	Cronbach α
Faktör 1: Derse Odaklanma	4,402	23,166		0,842
Önemli derslerde kritik bilgileri kaçırmamak için dersin hocasına odaklanırım			0,832	
Gerektiğinde kendime derse odaklanma konusunda telkinde bulunabilirim.			0,751	
Eğer istersem ders boyunca gözlerimi dersin hocasına odaklayabilirim.			0,711	
Kendi öğrenme sürecimi kendim kontrol edebilirim.			0,699	
Ders başladığında dikkatimi telefonumdan ayırıp derse verebilirim.			0,685	
Faktör 2: Derste telefon kullanımı	2,495	13,132		0,717
Ders sıkıcıysa cep telefonumla vakit geçirmeyi tercih ederim.			0,799	
Derste anlatılanları biliyorsam cep telefonumla vakit geçirmeyi tercih ederim.			0,797	
Ders boyunca cep telefonumla bir şeyler yaparım.			0,684	
Cep telefonumu kullanmak için dersin bitmesini beklerim.			-0,560	
Faktör 3: Üstbilis stratejileri kullanımı	1,910	10,054		0,709
Derste gerek olmadıkça telefon kullanmaktan kaçınmak için başvurduğum yollar vardır.			0,828	
Derste cep telefonum dikkatimi dağıttığında kendime engel olmak için yeni yollar bulurum.			0,780	
Derste cep telefonu kullanmamı engelleyecek en iyi yolun hangisi olduğunu bilirim.			0,611	
Derste cep telefonundan kaçınacak stratejilere sahip olmak benim için önemlidir.			0,609	
Faktör 4: Kullanıma İlişkin Olumlu Tutum	1,1441	7,583		0,636
Cep telefonu kullanmak benim görevlerimi yerine getirmemi kolaylaştırıyor.			0,779	
Cep telefonumu kullandığımda kullanmadığım zamankinden daha çok şey öğreniyorum.			0,685	
Derste cep telefonu kullanmanın yararları zararlarından fazladır.			0,632	
Derste cep telefonu kullanmak yararlıdır.			0,587	
Faktör 5: Kontrol Özgüveni	1,106	5,821		0,698
Cep telefonum kolay kolay dikkatimi dağıtmaz.			0,777	
Kendimi cep telefonumu kullanmaktan kolaylıkla alıkoyabilirim.			0,719	

Kompulsif sosyal medya kullanım davranışına yönelik ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla açıklayıcı faktör analizinden yararlanılmıştır. Analiz neticesinde açıklanan varyansın %61,098 ve KMO değerinin %88,9 olduğu tespit edilmiştir. Barlett küresellik test sonuçları da istatistiki açıdan anlamlıdır. Analiz neticesinde ifadeler üç faktör altında toplanmıştır. İlgili faktörler duygusal bağımlılık, özkontrol

yoksunluğu ve terapi olarak isimlendirilmiştir. Tablo 6 kompulsif sosyal medya kullanım davranışı ölçeğine yönelik faktör analizi sonuçlarını göstermektedir.

Tablo 6. Kompulsif Sosyal Medya Kullanım Davranışı Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

FAKTÖRLER	Özdeğer	Açık. Varyans	Faktör Yüğü	Cronbach α
Faktör 1: Duygusal Bağımlılık	5,900	42,141		0,856
Sosyal medyada daha çok vakit geçirmek için randevularımı ya da işlerimi iptal ettiğim oluyor.			0,812	
Sosyal medyaya giremediğimde kendimi yorgun, engellenmiş ve rahatsız hissediyorum.			0,735	
Bir sonraki sosyal medya bağlantısını heyecanla bekliyorum.			0,708	
Başkalarıyla vakit geçirmek yerine sosyal medyada vakit geçirmeyi tercih ediyorum.			0,654	
Sosyal medyada vakit geçirirken derse ya da işlerime geç kaldığım oluyor.			0,618	
Online olmadığım zamanlarda da sosyal medyaya girmeyi düşünüyorum.			0,581	
Sosyal medya yüzünden daha az uyuyorum.			0,571	
Faktör 2: Özkontrol yoksunluğu	1,605	11,466		0,808
Sosyal medyadan çıkmak istediğim halde kalmaya devam ettiğim çok oluyor.			0,776	
Sosyal medyada olduğumda çıkmak çok zor geliyor.			0,759	
Zaman zaman daha az sosyal medya kullanmam gerektiğini düşünüyorum.			0,671	
Çoğu zaman sosyal medyada daha az vakit geçirmek istediğim halde bunu başaramıyorum.			0,609	
Yakınlarım daha az sosyal medya kullanmam gerektiğini söylüyor.			0,562	
Faktör 3: Terapi	1,049	7,492		0,837
Canım sıkın olduğunda sosyal medyada vakit geçirerek yenmeye çalışıyorum.			0,901	
Üzüntülü ruh halinden kaçmak veya rahatlamak için sosyal medyada vakit geçiyorum.			0,890	

Araştırmada Fomo ölçeğinin yapı geçerliliği de açıklayıcı faktör analiziyle test edilmiştir. Analiz sonucunda ifadeler iki faktör altında toplanmış ve sırasıyla eğlenceli deneyimleri kaçırma korkusu, sosyalleşme fırsatlarını kaçırma korkusu olarak isimlendirilmiştir. Analiz neticesinde KMO değeri %80,7 ve Barlett test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı çıkmıştır. Açıklanan varyans %58,06'dır. Tablo 7 faktör analizi çıktıları göstermektedir.

Tablo 7. Fomo Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

FAKTÖRLER	Özdeğer	Açık. Varyans	Faktör Yüğü	Cronbach α
Faktör 1: Eğlenceli deneyimleri kaçırma korkusu	4,016	40,162		0,858
Arkadaşlarımın benimkilerden daha doyurucu deneyimler yaşadığından korkarım.			0,875	
Başkalarının benimkilerden daha doyurucu deneyimler yaşadığından korkarım.			0,864	
Arkadaşlarımın ben yokken eğlendiklerini öğrendiğimde endişelenirim.			0,796	
Arkadaşlarımın neler yaptığını bilmediğimde kaygı hissederim.			0,725	

Faktör 2: Sosyalleşme fırsatlarını kaçırma korkusu	1,790	17,898	0,776
Arkadaşlarımla buluşmak için bir fırsatı kaçırmış olmak canımı sıkar.			0,766
Planlanmış bir etkinliği kaçırmak canımı sıkar.			0,745
Arkadaşlarımla 'aralarındaki şakaları, muhabbetleri' anlamak benim için önemlidir.			0,700
Tatile çıktığımda arkadaşlarımla ne yaptığımı takip etmeye devam ederim.			0,623
Bazen neler olup bittiğini takip etmek için fazla zaman harcıyorum harcamadığımı merak ederim.			0,620
İyi bir zaman geçirdiğimde bunun detaylarını online olarak paylaşmak benim için önemlidir.			0,500

Öğrencilerin farklı üstbilgi düzeylerinin ortaya koyulabilmesi amacıyla dijital üstbilgi ölçeğinden elde edilen beş faktör bağlamında kümeleme analizi yapılmıştır. Uygun küme sayısını ortaya koymak amacıyla ilk olarak hiyerarşik kümeleme yöntemlerinden Ward yönteminden faydalanılmış ve dendrogram çıktısından uygun küme sayısının dört olduğu tespit edilmiştir. Sonrasında hiyerarşik olmayan kümeleme için kullanılan k-ortalamlar (k-means) analizi dört küme üzerinden gerçekleştirilmiştir. Tablo 8'de her kümede bulunan katılımcı sayısı yer almaktadır.

Tablo 8. Küme Büyüklükleri

Küme	Büyüklük
Küme 1	122
Küme 2	239
Küme 3	207
Küme 4	131

Tabloya bakıldığında her bir kümede bulunan katılımcı sayısının birbirine yakın dağılım gösterdiği, nispeten ikinci ve üçüncü kümenin diğerlerinden az bir farkla katılımcı sayısında önde olduğu görülmektedir. ANOVA analizi ile kümelerin birbirinden farklılıkları tespit edilmek istenmiştir. Aşağıda yer alan Tablo 9 final küme merkezlerine yönelik bilgileri içermektedir.

Tablo 9. Final Küme Merkezleri

	Küme 1	Küme 2	Küme 3	Küme 4
Derse odaklanma	2,96	4,22	4,12	3,53
Derste Telefon Kullanımı	3,30	1,90	3,16	2,63
Üstbilgi Stratejileri	2,58	3,52	3,45	3,65
Olumlu Tutum	2,38	2,22	3,17	2,99
Kontrol Özgüveni	2,33	3,94	3,83	2,29

Kümelerin faktörler ortalamaları itibariyle anlamlı fark gösterip göstermedikleri tek yönlü varyans analizi ile test edilmiştir. Sheffe testi sonuçları derse odaklanma düzeyi en düşük kümenin birinci küme olduğunu, bunu dördüncü kümenin takip ettiğini, ikinci ve üçüncü küme arasında anlamlı fark olmamakla birlikte derse odaklanma düzeylerinin yüksek olduğunu göstermiştir. Derste telefon kullanımı en yüksek kümelerin küme 1 ve küme 3 olduğu görülmektedir. 2. kümenin derste telefon kullanımı ise oldukça düşüktür. Dördüncü küme de derste telefon kullanımı düşük bir kümedir. Üstbilgi stratejileri açısından en yetersiz küme birinci kümedir. Diğer üç kümenin üstbilgi düzeyleri arasında anlamlı fark yoktur. Üçüncü ve dördüncü kümeler derste telefon kullanımına karşı olumlu tutum sahibiyken, birinci ve ikinci kümeler olumlu bakmamaktadır. Birinci ve dördüncü kümelerin kontrol özgüvenleri düşükken; ikinci ve üçüncü kümelerinki yüksektir.

Kümeler arasındaki bu farklılıklar incelendiğinde ilk kümenin derse odaklanma konusunda en düşük performansı sergileyen, derste telefon kullanılması halinde üstbilgi geliştiremeyen, kullanıma yönelik kendilerini kontrol edemeyen bir küme olduğu görülmektedir. Bu özellikleri ışığında birinci kümenin "kontrolsüzler" olarak isimlendirilmesi uygun görülmüştür. İkinci kümenin en belirgin özellikleri dersi

odaklanarak dinleyen, derste cep telefonu kullanmayan ve kullanılmasına da sıcak bakmayan tutum sergilemesidir. Derste telefonu hiç kullanmadıkları için üstbilis stratejisi geliştirmeye ve kendilerini bu konuda kontrol etmeye gerek olmadığı yönünde tutum geliştirmiştir. Bu özellikler kapsamında ikinci küme “ihtiyatlılar” olarak isimlendirilmiştir. Üçüncü kümedeki öğrenciler derse odaklanan, ders esnasında telefon kullanımına olumlu bakan ve kendilerini kontrol etme konusunda özgüvene sahip olanlardan oluşmaktadır. İlgili özellikleri ışığında üçüncü küme “kontrol bendeciler” olarak isimlendirilmiştir. Dördüncü küme derse odaklanmanın orta seviyede, telefon kullanmaya olumlu bakan ancak kullanıp kullanmamakta kaygıları bulunan çünkü kontrol özgüveni yüksek olmayan öğrencilerden oluşmaktadır. Bu nedenle ilgili küme “şüpheliler” olarak isimlendirilmiştir.

Kümelerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri ve yenilikleri kaçırma korkusu düzeyleri arasındaki farkları incelemek amacıyla tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Analiz sonuçları duygusal bağımlılık, özkontrol yoksunluğu, terapi ve eğlenceli deneyimleri kaçırma korkusu, sosyalleşme fırsatlarını kaçırma korkusu açısından kümeler arasında anlamlı fark olduğunu göstermektedir ($p \leq 0,05$). Farklılıkların yönünü tespit etmek amacıyla Scheffe testi kullanılmıştır. Tablo 10 Scheffe test sonuçlarını göstermektedir.

Tablo 10. Scheffe Test Sonuçları

Bağımlı Değişken	Küme (I)	Küme (J)	Ortalama Farkı	Standart Hata	P
Duygusal Bağımlılık	Kontrolsüzler	İhtiyatlılar	,66979*	,09117	,000
		Kontrol Bendeciler	,01096	,09352	1,000
		Şüpheliler	,01990	,10309	,998
	İhtiyatlılar	Kontrol Bendeciler	-,65883*	,07780	,000
		Şüpheliler	-,64989*	,08907	,000
		Kontrol Bendeciler	,00894	,09148	1,000
Özkontrol Yoksunluğu	Kontrolsüzler	İhtiyatlılar	,44107*	,09932	,000
		Kontrol Bendeciler	-,13817	,10188	,607
		Şüpheliler	-,26913	,11231	,126
	İhtiyatlılar	Kontrol Bendeciler	-,57923*	,08475	,000
		Şüpheliler	-,71020*	,09704	,000
		Kontrol Bendeciler	,13097	,09966	,631
Terapi	Kontrolsüzler	İhtiyatlılar	,01979	,12350	,999
		Kontrol Bendeciler	-,21933	,12668	,393
		Şüpheliler	-,36804	,13965	,075
	İhtiyatlılar	Kontrol Bendeciler	-,23912	,10538	,162
		Şüpheliler	-,38783*	,12066	,016
		Kontrol Bendeciler	-,14871	,12391	,696
Eğlenceli deneyimleri kaçırma	Kontrolsüzler	İhtiyatlılar	,39426*	,10625	,003
		Kontrol Bendeciler	-,10207	,10899	,831
		Şüpheliler	-,09658	,12014	,886
	İhtiyatlılar	Kontrol Bendeciler	-,49633*	,09066	,000
		Şüpheliler	-,49084*	,10381	,000
		Kontrol Bendeciler	,00549	,10661	1,000
Sosyalleşme fırsatlarını kaçırma	Kontrolsüzler	İhtiyatlılar	,06589	,08760	,904
		Kontrol Bendeciler	-,16300	,08986	,350
		Şüpheliler	-,26768	,09906	,064
	İhtiyatlılar	Kontrol Bendeciler	-,22889*	,07475	,025
		Şüpheliler	-,33357*	,08559	,002
		Kontrol Bendeciler	-,10467	,08790	,701

Kümelerin üstbilis düzeyleri ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri arasındaki farklar incelendiğinde kontrolsüzler, kontrol bendeciler ve şüphelilerin ihtiyatlılardan daha çok sosyal medyaya yönelik duygusal bağımlıklarının olduğu ve ihtiyatlılara kıyasla özkontrol yoksunluğu duydukları tespit edilmiştir. Şüpheli öğrenciler ihtiyatlılara kıyasla sosyal medyayı terapi amaçlı kullanmaktadır.

Kümelerin üstbilis düzeyleri ile yenilikleri kaçırma korkusu düzeyleri arasındaki farklar incelendiğinde ise, kontrolsüzler, kontrol bendeciler ve şüphelilerin ihtiyatlılara kıyasla daha çok eğlenceli deneyimleri kaçırma korkusuyla hareket ettikleri görülmektedir. Yine kontrol bendeciler ve şüpheliler ihtiyatlılardan

daha çok sosyalleşme fırsatlarını kaçırma korkusu yaşamaktadır. Kontrolsüz olarak isimlendirilen kümedeki öğrencilerin ise diğerlerine kıyasla sosyalleşme fırsatlarını kaçırma korkusu yaşamadığı görülmektedir. Kontrolsüzler kümesindeki öğrencilerin telefon kullanımına olumlu baktıkları ve ders esnasında sosyal medya üzerinden sosyalleştikleri için böyle bir korkuyla karşı karşıya kalmadığı söylenebilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Geçmişte arkadaşlarımızın veya çevrenizdekilerin siz olmadığınızda nereye gittiklerini, nasıl zaman geçirdiklerini bilmek onlar anlatmadan mümkün olmamaktaydı. Sosyal medya ile yaşamların şeffaflaşması karşılaştırma yapmaya ve devamlı takipte kalmaya neden olmaktadır. Yapılan bu sosyal karşılaştırma sonucunda takip edilenin yaşamı, arzu edilen ve içinde olunmak istenen bir yaşam ise eksiklik hissi yaşanmaktadır. Bu eksiklik karşımıza Fomo olgusunu çıkarmaktadır. Fomo bireylerin kendileri olmadığında diğerlerinin ne yaptığı ve neleri kaçırdığı düşüncesiyle hissettiği kaygı ve korku olarak tanımlanmaktadır. Bu bilgilerden hareketle çalışma örneklemini özelinde bakıldığında katılımcıların %94'ü telefonunu devamlı olarak yanında bulduklarını ve %56,4'ü internete ilk girdiklerinde sosyal medyaya girdiklerini ifade etmiştir. Aynı zamanda sosyal medyada en çok tercih ettikleri platformun Instagram (%34,3) ve WhatsApp (18,7) olduğu tespit edilmiştir. Veri girişleri esnasında aslında WhatsApp uygulamasını seçenlerin motivasyonunun bilgi edinmek amaçlı yani duruma yüklenen son güncellemeleri öğrenmek amaçlı olduğu fark edilmiştir. Sosyal medya kullanımının artmasına bağlı olarak gençlerde gözlemlenen yenilikleri kaçırma korkusunun hızlı bir şekilde artması, üzerinde düşünülmesi gerekli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır.

İnternet bağımlılığı ve paralelinde gelişen sosyal medya bağımlılığı bilişsel becerilerde bozulmaya yol açmaktadır. "Dijital demans" olarak isimlendirilen yeni bir hastalığı daha karşımıza çıkarmaktadır. Uzmanlar yoğun internet kullanımının beynin sağ lobunun sola göre daha az gelişmesiyle beyindeki dengeli gelişimi bozarak dikkat ve hafıza süresini olumsuz olarak etkilediğini rapor etmektedir. Yoğun olarak internete maruz kalanlarda demansın erken gelmesi kaçınılmaz görülmektedir (www.telegraph.co.uk).

Fomo sorunu zaman ve mekan sınırlarını yok eden sosyal medya ile artış göstermektedir. Fomo kaygısı taşıyan bireylerde ortak gözlenen özelliklerden birisi de uyandıklarında ilk olarak sosyal medya hesaplarına giriş yapmalarıdır. Katılımcıların büyük bir çoğunluğu da uyandığında hatta henüz gözlerini açmadan telefonu kontrol ettiklerini belirtmiştir. Bunun nedeninin yenilikleri kaçırmak istememeleri ve başkaları kendilerinden önce sosyal çevredeki gündemi keşfettiğinde bu durumdan habersiz kalarak endişeye kapılacaklarını düşünmeleri olduğu düşünülmektedir.

Problemlerle başa çıkmanın ve problemlerden kaçmanın bir yolu ise üstbilgi geliştirmekten geçmektedir. Endişe verici düşüncelerden zihnen sağlam durarak kaçınmanın ve bu anlamda olumlu üstbilgi işlemleri benimsemenin faydalı olacağı düşünülmektedir. Üstbilgi geliştiren bireyler, kendi zayıflıklarının ne olduğunu bilerek bu zayıflıkları telafi edecek ve üstesinden gelmek için strateji geliştirebilecektir.

Çalışmada kullanılan dijital üstbilgi ölçeği faktör analizi ile test edilmiş ve beş faktör elde edilmiştir. İlgili faktörler derse odaklanma, derste telefon kullanımı, üstbilgi stratejileri kullanımı, kullanıma ilişkin olumlu tutum ve kontrol özgüveni olarak isimlendirilmiştir. Tespit edilen faktörlere dayanarak ilk olarak hiyerarşik kümeleme ve akabinde k-ortalama kümeleme kullanılmıştır. Katılımcılar üstbilgi düzeyleri açısından sınıflandırılmıştır. Kümeleme analizi sonucunda dört üstbilgi düzeyi kümesi elde edilmiş; bu kümeler kontrolsüzler, ihtiyatlılar, kontrol benciler ve şüpheliler olarak isimlendirilmiştir.

Çalışmada kullanılan kompulsif sosyal medya kullanım ölçeği faktör analizine tabi tutulmuş ve analiz neticesinde duygusal bağımlılık, özkontrol yoksunluğu, terapi olarak isimlendirilen üç faktör altında toplanmıştır. İlgili faktörler açısından dijital üstbilgi kümeleri arasında anlamlı fark olup olmadığını test etmek amacıyla tek yönlü varyans analizinden faydalanılmıştır. Sosyal medyaya yönelik duygusal bağımlılığın ve özkontrol yoksunluğunun derse odaklanmaları yüksek olan ve telefonu derste kullanmayan ihtiyatlılar kümesinde diğerlerine kıyasla en az olduğu tespit edilmiştir. Sonuçlar ihtiyatlılar kümesinin derse odaklanmalarını engelleyici olarak düşündükleri için telefon kullanımı yapmadıklarını ve dolayısıyla üstbilgi geliştirmeye gerek kalmadığını göstermektedir. Derse odaklanma konusunda zorluk yaşayan kontrolsüzler kümesi, derste telefon kullanımına sıcak bakmakta ancak

kontrol konusunda kendilerine güvenmemektedirler. Üstbiliş geliştirme konusunda yetersiz kalan bu grup için uzman danışmanlardan destek almaları veya internet detoksu olarak adlandırılan terapi programları uygulamaları önerilebilir. Üstbiliş geliştirme konusunda kontrolsüzlere nazaran daha iyi durumda olan kontrol bencediler kümesi şüpheliler ve kontrolsüzler kümesinden daha çok derse odaklanma göstermektedir. Aynı zamanda ilgili küme derste telefon kullanıp odaklanma konusunda sıkıntı yaşamayacaklarına dair de kontrol özgüvenine sahip görülmektedir. Teknolojik bağımlılıkla mücadelede üstbilişe sahip, teknolojiden faydalanıp aynı zamanda derse odaklanma konusunda başarı gösteren bir grup olarak karşımıza çıkmaktadır. Arzu edilen durum da sosyal medyanın ya da internetin kullanılmaması değil yapılan işle ilişkili olarak başarıyı ve gelişimi artırması olacaktır.

Kullanılan Fomo ölçeği de faktör analizine tabi tutulmuş ve analiz sonucunda eğlenceli deneyimleri kaçırma korkusu, sosyalleşme fırsatlarını kaçırma korkusu olmak üzere iki faktör altında toplanmıştır. İlgili faktörler açısından kümeler arasında istatistiki açıdan anlamlı bir fark olup olmadığını tespit etmek amacıyla tek yönlü varyans analizinden yararlanılmıştır. İhtiyatlılar kümesinde belirgin farklılıklar tespit edilmiştir. Kontrolsüzler, kontrol bencediler ve şüpheliler ihtiyatlılara kıyasla eğlenceli deneyimleri kaçırma korkusu yaşamaktadırlar. Aynı zamanda kontrol bencediler ve şüpheliler ihtiyatlılara kıyasla sosyalleşme fırsatlarını kaçırma korkusu da taşımaktadırlar. Bu sonucun aslında kontrol bencedilerin derste sosyal medyadaki gelişmeleri kaçırmak istemedikleri için aynı anda dersi dinleyip güncel kalma çabalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Yukarıda bahsedilen arzu edilen durum ise ders etkileşimini artıracak bilgilerle çoklu görevleri yerine getirmek anlamındadır. Kümelerin ders başarıları ölçülmediği için hem takipte kalıp hem ders dinlemeye çalışmanın nasıl bir etkide bulunduğu ileride yapılacak çalışmalarla ortaya koyulabilecektir. Kontrol bencedi grup için de üstbiliş stratejileri planlaması ve geliştirmesi önerilmektedir.

Gündemden uzak kaldığında sosyal çevresinden dışlanacağı kaygısı yaşayan birey sayısının bu satırları yazarken bile artacağı düşünülmektedir. Derse odaklanmaktan ziyade diğerlerinin yaptıklarını takipte kalarak yapamadıkları için pişmanlık duyan gençler bu kaygıyı ileride iş hayatlarına da taşıdıklarında psikolojik sorunlar ile baş etmeye çalışır durumda olacaktır. Fomo'nun yaratacağı bu olumsuzluklar karşısında kabuğundan sıyrılıp kendi sınırlarını aşabilme yetisine ve üstbilişine sahip olmak için birçok alternatif denenebilir: internet detoksu, sosyal medya detoksu, bildirim mekanizmasını devre dışı bırakmak, uygulamaları telefonda silmek, spora ayrılan sürenin artırılması, hobi edinme, odaklanma konusunda destek almak ve aslında günümüzde en çok ihtiyaç duyulan, Japonların uzun yaşam sırrı içinde gizli olan gerçek ve samimi sosyal ilişkiler geliştirmek sayılabilir.

Sosyal medyanın her zaman bağımlılık geliştirerek bireylerde kaygı yaratacağını söylemek doğru olmayacaktır. Sanal gerçeklik çağımızın gerçeğidir. Sanal ortam sosyalleşmeleri kadar gerçek ortam sosyalleşmelerine de önem vererek ilişkilerin dengeli götürüleceği düşünülmektedir. Biletini aldığımız tiyatro seansını kaçırdığımızda duyacağımız üzüntü gibi gündemi kaçırdığımızda duyacağımız üzüntü ve kaygı da geçici olduğu sürece bağımlılık boyutuna ulaşmayacaktır.

Araştırma zaman ve maliyet kısıtı nedeniyle Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Farklı örneklemeler ile gerçekleştirilecek çalışmalarda sonuçların farklılaşacağı düşünülmektedir. İnternet bağımlılığı ve yenilikleri kaçırma korkusunun altında yatan nedenleri ortaya çıkaracak ve üstbiliş stratejilerinin nasıl geliştirilebileceğine yönelik yapılacak nitel araştırmaların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Abel, J.P., Buff, C.L., Burr, S.A. (2016). Social Media and the Fear of Missing Out: Scale Development and Assessment, *Journal of Business & Economics Research*, 14 (1), 33-44. Doi: <https://doi.org/10.19030/jber.v14i1.9554>

APA (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 4th edition (DSM-IV), Washington, DC, American Psychiatric Association

APA (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 5th edition (DSM -5), Washington, DC, American Psychiatric Association

- Argan, M.; Argan, M. T. ve İpek, G. (2018). I Wish I Were! Anatomy of A Fomsumer, Keşke OLSaydım! Bir Fomo Tüketicinin (fomsumer) Anatomisi, *İnternet Uygulamaları ve Yönetimi Dergisi*, 9(1), 43-57.
- Beaon, (2006). "Fomo", Urban Dictionary, 2 October 2006, <https://www.urbandictionary.com/define.php?term=fomo>.
- 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.
- Bian M. ve Leung L. (2014). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital, *Social Science Computer Review*, 33, 61-79. DOI: 10.1177/0894439314528779
- Billieux J., Van der Linden M., d'Acremont M., Ceschi G., Zermatten A. (2007). Does impulsivity relate to perceived dependence on and actual use of the mobile phone?, *Applied Cognitive Psychology*, 21 (4), 527-537
- Bozoglan B., Demirer V., Sahin I. (2013). Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of internet addiction: a cross-sectional study among Turkish university students, *Scandinavian Journal of Psychology*, 54 (4),313-319. doi: 10.1111/sjop.12049
- Brunborg GS, Mentzoni RA, Frøyland LR. (2014). Is video gaming, or video game addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems? *Journal of Behavioral Addictions*,3 (1), 27-32. doi: [10.1556/JBA.3.2014.002]
- Brooks S. (2015). Does Personal Social Media Usage Affect Efficiency and Well-Being?, *Computers in Human Behavior*, 46, 26-37.
- Carrier, L.M. ; Rosen, L.D. ; Cheever, N.A. ; Lim, A.F. (2015). Causes, Effects, And Practicalities Of Everyday Multitasking, *Developmental Review*, 35, 64-78.
- Crick, F. (2000). *Şaşırta Varsayım*. (Çev: Sabit Say), Ankara: Tübitak Yayınları.
- Crosby, F. (1976). A Model of Egoistical Relative Deprivation, *Psychological Review*, 83(2), 85-113.
- Davis, R. (2001). A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet use, *Computers in Human Behaviour*, 17(2), 187-195.
- Demirci K., Akgönül M., Akpınar A. (2015). Relationship of Smartphone use Severity With Sleep Quality, Depression, and Anxiety in University Students, *Journal of Behavioral Addiction*, 4 (2), 85-92. doi: 10.1556/2006.4.2015.010.
- Diker, E. Ve Taşdelen, B. (2017). Sosyal Medya Olmasaydı Ne Olurdu? Sosyal Medya Bağımlısı Gençlerin Görüşlerine İlişkin Nitel Bir Araştırma, *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 17, 189-206.
- Doğanay, A. (1996). Öğrenmenin Boyutları: Birleşik Bir Öğretim Modeli, *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 152 (2). 48-54.
- Ehrenberg A., Juckes S., White K.M., Walsh S.P. (2008). Personality and Self-esteem as Predictors of Young People's Technology Use, *Cyberpsychol Behaviour*, 11 (6), 739-741. doi: 10.1089/cpb.2008.0030
- Erden, M. & Akman, Y. (2011). *Eğitim Psikolojisi Gelişim- Öğrenme- Öğretme*, Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Erdoğan, Y. (2008). Exploring the Relationships among Internet Usage, Internet Attitudes and Loneliness of Turkish Adolescents, *Journal of Psychosocial on Cyberspace*, 2 (2), 1-7.
- Espinoza G. ve Juvonen J. (2011). The Pervasiveness, Connectedness, And Intrusiveness Of Social Network Site Use Among Young Adolescents, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14 (12), 705-709.

- Festinger, L. (1954). A Theory of Social Comparison Processes, *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Flavell, J. H. (1976). Metacognitive Aspects of Problem Solving. In L. B. Resnick (Ed). *The Nature of Intelligence*. Hillsdale, NJ: Erlbaum. 231 -236.
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and Cognitive Monitoring: A New Area of Cognitive-Developmental Inquiry, *American Psychologist*, 34 (10), 906-911.
- Gee, J. P. (2007). *What Video Games Have To Teach Us About Learning And Literacy* (2nd ed.). New York: St. Martin's Griffin.
- Gelen, İ. (2004). Bilişsel Farkındalık Stratejilerinin Türkçe Dersine İlişkin Tutum, Okuduğunu Anlama Ve Kalıcılığa Etkisi, *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, 6-9 Temmuz 2004. İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Greenfield, D. (2017). 4.5 Raising Generation D: What Parents and Clinicians Should Know About Children and Compulsive Internet Use, *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56(10), 7, <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.07.028>
- Gür., S.H., Bakırcı, Ö., Karakaş, B., Bayoğlu, F., Atli, A. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Medya Bağımlılığının Akademik Erteleme Davranışları Üzerindeki Etkisi, *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5 (10), 68-77. doi: 10.29129/inujse.466534
- Hacker, D. J., Dunlosky, J. and Graesser, A. C. (1998). *Metacognition in Educational Theory and Practice*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Hoşgör, H; Koç Tütüncü, S.; Gündüz Hoşgör, D. ve Tandoğan, Ö. (2017). Üniversite Öğrencileri Arasında Sosyal Medyadaki Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Yaygınlığının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *International Journal of Academic Value Studies*, 3 (17), 213-223.
- Jager, B., Jansen, M. ve Reezigt, G. (2005). The Development of Metacognition in Primary School Learning Environments, *School Effectiveness and School Improvement*, 16, 179-196.
- Kim, K., Ryu, E., Chon, M. Y., Yeun, E. J., Choi, S. Y., Seo, J. S., ve Nam, B. W. (2006). Internet Addiction İn Korean Adolescents And Its Relation To Depression And Suicidal Ideation: A Questionnaire Survey, *International Journal of Nursing Studies*, 43(2), 185–192.
- Kirschner P.A. ve Karpinski A.C. (2010). Facebook® and Academic Performance, *Computers in Human Behavior*, 26 (6), 1237-1245.
- Lam LT. (2014). Internet Gaming Addiction, Problematic Use Of The Internet, And Sleep Problems: A Systematic Review, *Current Psychiatry Reports*, 16 (4), 444. doi: 10.1007/s11920-014-0444-1.
- Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2015). The Relationship Between Cell Phone Use And Academic Performance İn A Sample Of US College Students, *SAGE Open*, 5(1).
- Maslow, A.H. (1943). A Theory of Human Motivation, *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
- Meerkerk, G.J., Van Den Eijnden R.J.J.M., Vermulst A.A., Garretsen, H.F.L. (2009). The Compulsive Internet Use Scale (CIUS): Some Psychometric Properties, *CyberPsychology & Behavior*, 12 (1), 1–6.
- Nie, N., ve Erbring, L. (2000). Internet and Society: A Preliminary Report, *It & Society*, 1 (1), 275-283.
- Odacı, H., ve Çıkrıkçı, Ö. (2014). Problematic Internet Use in Terms of Gender, Attachment Styles And Subjective Well-Being in University Students, *Computers in Human Behavior*, 32, 61–66.
- Odacı, H., ve Kalkan, M. (2010). Problematic Internet Use, Loneliness And Dating Anxiety Among Young Adult University Students, *Computers & Education*, 55(3), 1091–1097.
- 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.

- Ryan, R. ve Deci, E. (2000). Self – Determination Theory and The Facilitation of Intrinsic Motivation, *Social Development and Well- Being. American Psychologist*, 55 (1), 68-78.
- Rosen, L.D.; Lim, A.F.; Carrier L.M.; Cheever, N.A. (2011). An Empirical Examination Of The Educational Impact Of Text Message-Induced Task Switching In The Classroom: Educational Implications And Strategies To Enhance Learning, *Psicología Educativa*, 17 (2), 163-177.
- Rosen, L.D.; Carrier, L.M.; Pedroza, J. A.; Elias, S.; O'Brien, K.M.; Lozano, J.; Kim, K.; Cheever, N. A.; Bentley, J.; Ruiz, A. (2017). The Role of Executive Functioning and Technological Anxiety (FOMO) in College, *Psicología Educativa*, 24, 14-25. <https://doi.org/10.5093/psed2018a3>
- Savci M. Aysan, F. (2016). Relationship Between İmpulsivity, Social Media Usage And Loneliness, *Educational Process: International Journal*, 5 (2), 106-115.
- Selçuk, Z. (2000). Gelişim ve Öğrenme, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Senemoğlu, N.(2004). *Gelişim Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya*, Ankara: Gazi Kitabevi
- Shunk, H.D. (2009). Öğrenme Teorileri. (çev: Muzaffer Şahin), Ankara: Nobel Yayınları.
- Sübaşı, G. (2000). Etkili öğrenme: Öğrenme Stratejileri, *Milli Eğitim Dergisi*, 146.
- Süler, M. (2016). Akıllı Telefon Bağımlılığının Öznel Mutluluk Düzeyiine Etkisinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi
- Stavropoulos V., Alexandraki K., Motti-Stefanidi F. (2013). Recognizing Internet Addiction: Prevalence And Relationship To Academic Achievement in Adolescents Enrolled in Urban And Rural Greek High Schools, *Journal of Adolescence*, 36 (3), 565-576.
- Wang L., Luo J., Bai Y., Kong J., Luo J., Gao W., Sun X. (2013). Internet Addiction Of Adolescents in China: Prevalence, Predictors, And Association With Well-Being, *Addiction Research Theory*, 21 (1), 62-69. DOI: 10.3109/16066359.2012.690053
- Wellman, H. (1985). The Child's Theory of Mind: The Development of Conscious Cognition. San Diego: Acedemic Pres.
- Widyanto, L. ve Griffiths, M. (2006). Internet addiction: A Critical Review, *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31-51.
- Wilson K., Fornasier S., White K.M. (2010). Psychological Predictors Of Young Adults' Use Of Social Networking Sites, *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13 (2), 173-177.
- Woods HC, Scott H. (2016). Sleepyteens: Social Media Use İn Adolescence İs Associated With Poor Sleep Quality, Anxiety, Depression And Low Self-Esteem, *Journal of Adolescent*, 51, 41-49. doi: 10.1016/j.adolescence.2016.05.008
- Young, K. S. ve Rogers, R. C. (1998). The Relationship Between Depression and Internet Addiction, *CyberPsychology & Behavior*, 1(1), 25-28.
- Young, K., ve Abreu, C. (2011). Internet Addiction, A Handbook And Guide To Evaluation And Treatment. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

İnternet Kaynakları

GSMA Intelligence, <https://www.gsmaintelligence.com> Erişim: 15.12.2018

Odabaşı, Y. (2017). “FOMO” Bir Pazarlama Silahı Olabilir mi? Brandmap, <https://www.brandmap.com.tr/brandmap-makale9> Erişim: 25.12.2018

Ryall J. *Surge in “digital dementia*, Telegraph.com.uk. Available at: <http://www.telegraph.co.uk/news/worldnews/asia/southkorea/10138403/Surge-in-digital-dementia.html>. Erişim: 24.12.2018

We are Social, <https://wearesocial.com/uk/> Erişim: 15.12.2018