

# Sosyal Ağ Yorgunluğunun Öncüllerinin Belirlenmesinde Kullanılan Modellerin Betimsel İçerik Analizi ile İncelenmesi\*

Investigation of the Models Used in Determining the Precursors of Social Network Fatigue by Descriptive Content Analysis

Nihal ACAR\*\* Birol GÜLNAR\*\*\*

Araştırma Makalesi Research Article

Başvuru Received: 14.02.2023 ■ Kabul Accepted: 22.09.2023

## ÖZ

Sosyal ağların kullanıcı sayılarının azalmaya başlaması, iletişim bilimlerinde yeni bir kavramın ortaya çıkmasını sağlamıştır: "sosyal ağ yorgunluğu". Kavram henüz net yargılar ile tanımlanamamıştır. Bu yüzden çok fazla araştırmanın yapılmasını gerekli kılmaktadır. Kavramın tanımla işleminin modeller kapsamında yapılacak araştırmalar ile genişleyeceği öne sürülmektedir. Modellerin, sosyal ağ yorgunluğu ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkinin sonuçlarını öncüller özelinde belirginleştirerek, sınırlarını genişletmesi beklenmektedir. 2012 yılında incelenmeye başlanan sosyal ağ yorgunluğu araştırmaları, 2015 yılı itibarı ile bir model ışığında öncüllere yönelik yapılandırılmıştır. Sosyal ağ yorgunluğu Türkçe literatürde henüz yer almamıştır. İşte bu araştırma temelde bu eksikliği gidermek ve gelecekte yapılabilecek araştırmalara yol göstermek amacı ile ele alınmıştır. Araştırma, fenomenin yeni olmasından dolayı betimsel içerik analizi ile tasarlanmış ve model özelinde yapılan tüm araştırmaların eğilimleri belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma sonunda, sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerinin en fazla stresör-zorlanma-sonuç (SSO) modelinde; bilginin, iletişimin, sosyalliğin ve sistemin aşırı yüklenmesi bağımsız değişkenleri ile belirlenmeye çalışıldığı saptanmıştır. Son olarak araştırmacılar, kavramın hala gelişim aşamasında olmasından dolayı Türkiye'de yapılabilecek sosyal ağ yorgunluğu araştırmalarının da öncülleri genişletmek üzere SSO modeli ile yapılmasını tavsiye etmiştir. Araştırmacılar, model bazında yapılacak çalışmaların artması ve farklı değişkenlerin eklenmesi ile bu yeni kavrama ait öncüllerin de hacim kazanacağını düşünmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sosyal Ağ Yorgunluğu, Öncül, Model, SSO, Betimsel İçerik Analizi.

## ABSTRACT

The fact that the number of users of social networks has started to decrease has led to the emergence of a new concept in communication sciences: "social network fatigue". The concept has not yet been defined with clear judgments. That is why it makes it necessary to conduct a lot of research. It is suggested that the definition process of the concept will be expanded with the research to be carried out within the scope of models. It is expected that the models will expand their boundaries by Deciphering the results of the relationship between social network fatigue and independent variables by antecedents. the research on social network fatigue, which started to be examined in 2012, has been structured towards the precursors in the light of a model as of 2015. Social network fatigue has not yet been included in the Turkish literature. This research is basically discussed with the aim of eliminating this deficiency and guiding the research that can be done in the future. The research was designed with descriptive content analysis since the phenomenon is new, and the trends of all model-specific research were tried to be determined. At the end of the research, it was determined that the precursors of social network fatigue were mostly determined in the stressor-strain-consequence (SSO) model with the independent variables of information, communication, sociability and system overload. Finally, the researchers recommended that social network fatigue studies that can be conducted in Turkey should also be conducted with the SSO model in order to expand the premises, since the concept is still in the development stage. The researchers think that with the increase of the studies to be carried out based on the model and the addition of different variables, the precursors of this new concept will also gain volume.

**Keywords:** Social Network Fatigue, Premise, Model, SSO, Descriptive Content Analysis.

\* Bu makale ikinci yazarın danışmanlığında, birinci yazarın "Sosyal Ağ Yorgunluğunun Öncülleri: Bir Model Önerisi" isimli doktora tezinden geliştirilerek üretilmiştir.



## Giriş

Sosyal ağ yorgunluğu; özel firmaların talepleri doğrultusunda dijital araştırma şirketlerine yaptırılan saha çalışmaları sonucunda, ekonomik risklerin başlamasına işaret eden bir durum olarak ortaya çıkmıştır. Bu durum ilk olarak pazar şirketleri tarafından hemen hemen aynı dönemde yapılan nicel araştırmalarda tespit edilmiştir. Gartner Dijital Danışmanlık Şirketi, 2010-2011 yılları arasında yaptığı bir araştırma sonucunda katılımcıların yüzde 24'ünün ağları önceki dönemlere göre daha az kullandığını saptamıştır (Goasduff & Pettey, 2011, s. 1). 2 yıl sonra ise Pew Araştırma Şirketi, sosyal ağ kullanan üyelerin yüzde 61'inin platformları bir süreliğine dondurduğunu vurgulamıştır (Rainie, Smith & Duggan, 2013, s. 1-7). Dijital pazar araştırmacıları bu durumu "Sosyal Ağ Yorgunluğu (Social Network Fatigue)" olarak dillendirmiş ve işletmelere risk oluşturabilecek bir durum olarak nitelendirmiştir (Goasduff & Pettey, 2011).

Sosyal ağ yorgunluğu kavramına ait akademik incelemeler 2012 yılı itibari ile yapılmaya başlamıştır. Yapılan ilk araştırmada (Maier, Laumer, Eckhardt & Weitzel, 2012) stres ve bilgisayar kullanımı gibi değişkenlere bağlı olarak kullanıcıların platformları daha az kullanmaya doğru bir eğimin başladığı ortaya çıkmıştır. Ama ilk araştırmada sosyal ağ yorgunluğu kavramı tanımlanmamış, dijital pazar araştırmalarının çalışma sonuçlarından elde edilen kullanıcı kayıplarının dinamikleri incelenmiştir. İlk teorik araştırmalar Ravindran ve diğerleri (2013) tarafından kavram analizi yapılarak gerçekleştirilmiştir. Ravindran ve diğerleri (2013, s. 431) sosyalağ yorgunluğunun tıp biliminde kavramsal çerçevesi çizilmiş olan yorgunluk tanımından hareketle açıklamaya çalışmıştır. Berelson'ın aktivite analizi teorisine göre tanımlanmaya çalışılan sosyal ağ yorgunluğunu, Ravindran ve diğerleri (2013) ilk olarak nitel bir araştırma yaparak açıklamaya çalışmıştır. Araştırma sonunda kavram sosyal ağ faaliyetlerine katıldıktan sonra hissedilen öfke, kızgınlık, stres, kullanma motivasyonunda düşme ve enerjide azalma gibi olumsuz duygulara katkıda bulunan psikolojik bir deneyim olarak tanımlanmıştır (Ravindran vd., 2013, s. 431).

Ravindran ve diğerlerinin (2014) bir yıl sonra yaptığı karma desen (nitel ve nicel) araştırma bulgularına göre sosyal ağ yorgunluğu yeniden tanımlanmıştır. Kavram, iletişim bilimlerinde güncel hali ile şu şekilde yer almıştır.

"Kullanıcının aktivite analizini olumsuz olarak etkileyen dışsal ve içsel faktörlerin etkileşimine bağlı olarak geçici ya da kalıcı iki değişik şekilde ortaya çıkan öznel/çok boyutlu sosyal ağ davranış değişikliği" (Ravindran vd., 2014, s. 2315).

Her iki tanımdan da anlaşılacağı üzere sosyal ağ yorgunluğuna yönelik yapılan ilk kavramsallaştırma araştırmalarında klinik ve mesleki çalışmalarda tanımlanan tıbbi yorgunluğun özelliklerini karşılayan öncüllerin, platformlara entegre edilmeye çalışıldığı görülmektedir. Ravindran ve diğerleri (2014, s. 2318) sosyal ağ yorgunluğunun tam olarak ne olduğunun açıklanabilmesi için ilk olarak öncüllerin varlığına ihtiyaç duyulduğunu belirtmektedir. Ravindran ve diğerlerinin (2013) yaptığı aktivite analizi ve derinlemesine görüşme verilerinden hareketle sosyal ağ yorgunluğunun öncülleri aynı tıbbi yorgunlukta yer alan fiziksel/psikolojik öncüller gibi içsel (kişisel) ile dışsal (çevresel) öncüller olmak üzere 2 gruba ayrılmıştır. İçsel öncüller; kullanıcının kişisel durumuna bağlı olarak platform kullanım performansını olumsuz olarak etkileyen öncüllerdir. Dışsal öncüller ise çevresel uyarıların neden olduğu öncüllerdir. Literatürde sıkça vurgulandığı (Ravindran vd., 2013; Ravindran vd., 2014; Lee, Son, & Kim, 2016; Bright vd., 2015; Zhang, Zhao, Lu & Yang 2016; Logan, Bright & Grau, 2018; Zhang, Liu, Lu, Peng & Yuan, 2019; Malik, Dhir, Kahur & Johri, 2020; Liu, Liu, Yoganathan & Osburg, 2021) üzere kavramın da öncüllerin de keşif aşaması bitmemiştir. Bu yüzden araştırmaların modeller ile yapılmasının literatüre daha fazla katkı sağlayacağı düşünülmektedir (Ravindran vd., 2013, s. 438).

Sosyal ağ yorgunluğu henüz Türkçe literatürde yer almamıştır. Gelecekte yapılabilecek sosyal ağ yorgunluğu araştırmalarına öncülük etmesi ve sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerinin belirlenmesinde kullanılan modellerin eğimlerinin

ortaya çıkarılması amacı ile bu araştırma içerik analizi yöntemlerinden betimsel teknik ile yapılandırılmıştır. Böylece daha sonra yapılabilecek araştırmalarda sosyal ağ yorgunluğunun öncül sayısının artabileceği, kavramın da sınırlarının genişleyebileceği düşünülmektedir.

### **Sosyal Ağ Yorgunluğunun Öncüllerinin Belirlenmesinde Kullanılan Modeller**

Sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerinin belirlenmesinde kullanılan modeller 1989 yılı itibarıyla ekonomi ve psikoloji biliminde, kişilerin çalışma şartları ve bunların sonuçları özelinde araştırılarak geliştirilmiştir. Sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerinin de bir model ile araştırılarak elde edilebileceği fikri ilk kez Maier ve diğerleri (2012) tarafından belirginleştirmiştir. Araştırmanın alt başlığında öncüllerin belirlenmesinde diğer disiplinlerde kullanılan modellerin kuramsal çerçevesi tüm noktaları ile vurgulanacak ardından ise sosyal ağ yorgunluğu araştırmalarına nasıl uyarlandığı incelenmiştir.

#### **Stresör-Zorlama-Sonuç Modeli (SSO)**

Stresör-zorlanma-sonuç modeli, 1956-1986 yılları arasında stres ve zorlanma gibi farklı değişkenler açısından yapılan araştırmalardan (Selye, 1956; Krowinski, 1981; Maslach ve Jackson, 1981; Jackson, Schwab & Schuler 1986) beslenerek literatüre kazandırılmış, Koeske ve Koeske'nun 1989 yılındaki çalışmasında ise sonuç kısmının eklenmesi ile modelin teorik ve uygulama alanı çizilmiştir.

Stresör-zorlanma modeli temelde Selye (1956), Krowinski (1981), Maslach ve Jackson (1981) ile Jackson, Schwab, Schuler'ın (1986) iş yükü ve tükenmişlik araştırmalarına dayanılarak "stres-zorlanma" değişkenlerinin arasındaki ilişkinin doğasını saptamak üzere temellendirilmiştir (Koeske & Koeske, 1989). İlk olarak Selye (1956), çevresel etkenler gibi tek bir değişkenin çalışanlarda iş yükü oluşturduğunu, ortaya çıkan bu yükün de kişilerde strese bağlı olarak zorlanmaya neden olduğunu iddia etmiştir. Selve (1956), stresin çalışanlarda iş yükünü artırdığını ve çalışma ortamı üzerinde olumsuz sonuçlar meydana getirdiğini son olarak ise müşteriler tarafından dile getirilen bir

dizi tepkinin "zorlanma" olduğunu öne sürmüştür. Stres gibi tek bir değişken, iş yükünün arttığını göstermiş ve ilerleyen zamanlarda çalışanların kritik kararlar alabileceğine yönelik ipuçları sunmuş fakat bir sonuç bulgusundan bahsedilmemiştir. Bu açıdan iş tükenmişliğinde stres, zorlanma üzerinde etkili olan ve ilk kabul edilen olası öncül olarak nitelendirilmiştir.

Krowinski (1981), sosyal hizmet çalışanlarının birden fazla değişkene (çevre, kişisel temas, kişisel başarı) bağlı olarak iş tükenmişliğini incelemiştir. Devam eden ağır iş yükü sonunda çalışanların kişisel başarılarının anlamlı şekilde düştüğü daha ilerisinde ise işi bırakma eğilimlerinin olduğuna yönelik zorlanma belirtileri saptanmış yine bu araştırmada da stres ve zorlanmanın ne gibi sonuçlar ortaya çıkartabileceği üzerine değerlendirme yapılmamıştır.

Maslach ve Jackson (1981), duygusal tükenme yaşayan 248 sosyal hizmet çalışanın iş tükenmesine yönelik tutumları/düşünceleri, çalışan beklentileri ve iş koşulları, değişkenlerine bağlı olarak incelenmiştir. Araştırmada tükenmişlik; duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve düşük kişisel başarı olarak 3 bileşenli bir sendrom olarak tanımlanmıştır. Maslach ve Jackson (1981), duygusal tükenme yaşayan sosyal hizmet çalışanlarının semptomları tedavi edilmez ise fiziksel/psikolojik sorunlar ortaya çıkabileceğini vurgulamıştır. Moral bozukluğu gibi psikolojik semptomların **(1)** yeni bir iş arama davranışı **(2)** işten ayrılma eğilimi ve **(3)** gönüllü ayrılma gibi fiziksel semptomlar ile sonuçlanabileceğini saptamıştır. Jackson, Schwab, Schuler (1986) da benzer şekilde yüksek duygusal tükenme seviyelerinin düşürülemediği durumlarda çalışanların psikolojik/fiziksel olumsuz durumlara maruz kalabileceğini vurgulamıştır.

Yukarıda vurgulanan stres-zorlanma modeline yönelik yapılan araştırmalarda katılımcıların, yaşadıkları iş tükenmişliğinin nihai sonucunun saptanmadığı dikkat çekmiştir. Diğer bir ifade ile zorlanma üzerinde etkili olan stres faktörünün iş tükenmesine olan sonuçları incelenmemiştir. 1989 yılı itibarıyla Koeske ve Koeske tarafından

sonuç aşaması eklenen model “stres-zorlanma-sonuç” olarak yeniden yorumlanmıştır. Model, temelde iş yükünden kaynaklanan stresin çıktılarına odaklanmış, 1991 yılında ise öğrencilerin ders yoğunlukları araştırılarak modelin, teori ve uygulama alanı geliştirilmiştir. Bu açıdan modelin “stresör-zorlanma-sonuç” olarak şekil almasında farklı zamanlarda ve farklı örnekleme sahip 2 araştırma kritik rol oynamıştır.

Koeske ve Koeske (1989, s. 243), “stresör-zorlanma-sonuç” modelini; çalışan kişilerde ve öğrencilerde fiziksel/psikolojik yorgunluğun, ayırt edici ve baskılayıcı olası bir öncül olarak kabul edilen iş/ ders yükünden kaynaklandığını ve 3 ayrı aşamada gerçekleştiğini öne süren bir yaklaşım olarak tanımlanmaktadır. Koeske ve Koeske 1989 yılındaki araştırmalarında temelde 3 kavram üzerinden modeli açıklama çabası gütmüş ve ilk araştırma 6 sosyal hizmet çalışanı ile gerçekleştirilmiştir. Stresör-zorlanma-sonuç modeli; iş yükü (stresör), iş stresi/iş stresi seviyesi (zorlanma) ve tükenme (sonuç) bağlamında açıklanmıştır. Modelin bileşenleri aşağıda verilmiştir.

**Stresör** ⇔ İş Yükü

**Zorlanma** ⇔ İş Stresi/ İş Stresinin Yoğunluğu

**Sonuç** ⇔ Tükenme /İş Bırakma Eğilimi/ Gönüllü İş Bırakma

Koeske ve Koeske araştırma (1989) bulgularına dayanarak tükenme kavramını çalışmanın sonunda daha kesin sınırlar ile yeniden tanımlamıştır. Elde edilen nicel veriler sonucuna göre tükenmişlik; çevresel stresörlerin (iş yükü/iş stresi ve iş stresi seviyesi) kişiyi tükenmeye zorlayarak, iş tatminsizliği, işten ayrılma niyeti ya da gönüllü işten ayrılma ile sonuçlanmaktadır. Koeske ve Koeske'ye (1989, s. 248) göre bu araştırma, sosyal hizmet çalışanlarının tükenmeye maruz kaldığını göstermesine rağmen modelin hem kuramsal hem de uygulama alanlarının genişletilmesine ihtiyaç olduğunu vurgulamıştır. Koeske ve Koeske 1989 yılında yaptıkları araştırmadan 2 yıl sonra (1991) stresör-zorlanma-sonuç modelini öğrenci

örnekleminde incelemiştir. Koeske ve Koeske (1991) araştırmalarında lisansüstü eğitim gören 136 katılımcı ile stresör-zorlanma-sonuç modelini “öğrenci tükenmişliği” özelinde açıklamaya çalışmıştır. Bu araştırma sonucu modelin bileşenleri;

**Stresör** ⇔ Çatışma-Olaylar-Hissedilen Stres

**Zorlanma** ⇔ Duygusal Tükenme

**Sonuç** ⇔ Fiziksel/Psikolojik Sorunlar olarak yeniden belirlenmiştir.

### **Sınırlı Kapasite Modeli**

Veri odaklı bir model olan sınırlı kapasite modelinin kökenleri bilişsel psikolojinin bilgi işleme geleneği ile iletişim disiplinindeki etki çalışmalarına dayanmaktadır (Lang, 2000, s. 46). Sınırlı kapasite modeli, kitle iletişim araçları ile verilmek istenen mesajın içeriğinin/yapısının, bir iletinin hangi bölümünün ne kadarının kodlanıp/depolanıp/hatırlandığını belirlemek için kullanıcının, bilgi işleme sistemi ile nasıl etkileşime girdiğinin anlaşılmasına olanak sağlamaktadır (Lang, 2000, s. 46).

Sınırlı kapasite modeli Lang, tarafından hem kitle iletişim araçlarının etkilerinin altında yatan bilişsel sürecin teorik bir çerçevesini sunmak hem de metodolojik bir süreç sağlayan bir ölçümleme aracı olarak insanın “bilgi işleme sınırlarını” belirlemek üzere literatüre 2000’li yıllar itibarıyla kazandırılmıştır. Lang (2000, s. 47) bilgi işlemeyi; öznenin uyarılar üzerinde zihinsel temsil olarak gerçekleştirdikleri bir grup eşzamanlı meydana gelen bileşen süreçleri olarak tanımlamaktadır. Sınırlı kapasite modelinin, bilgi işleme sınırları birbirini takip eden 3 alt süreçten meydana gelmektedir. Lang (2000, s. 47-51) süreci sırası ile şu şekilde açıklamaktadır;

*Kodlama:* Ekranda ya da sayfada olan görüntü/ bilginin mesaj olarak insan zihninde bir temsile dönüşmesine gönderme yapmaktadır. Kodlama, fiziksel bir maruz kalmanın zihinsel bir sonucudur. Kaynaktan alınan veriler duyusal depo olarak

adlandırılan duyuşal reseptörler tarafından işlenmekte ve göz, kulak, cilt üzerinde fiziki algı oluşturmaktadır. Toplanan her veri duyuşal reseptörlerin karakterlerine göre ayrışmaktadır. Her bir duyu için beyinde odacıklar bulunmakta ve kodlanmaktadır. Kodlama, insan zihninde sürekli olarak gerçekleşmektedir fakat alınan veriler bu duyuşal reseptörlere göre ayrıştırılmaz ise 4-5 saniye gibi çok kısa sürelerde odacıklardan çıkarılmaktadır.

*Depolama:* Kodlanmış bir zihinsel temsilin bellekte eş zamanlı olarak aktive olmasına olanak sağlayan aşama olarak tanımlanabilmektedir. Kodlamada oluşturulan zihinsel temsiller aktif bellekte yer edinmeye başlamakta ve etkin bir mesaj bilgisi alanı açılmaktadır. Depolamada yeni ve eski temsillerin çatışması sıklıkla görülmektedir. İyi bir şekilde kodlanmış eski bir temsilin depolanması odacıklarda bilginin aktif olmasına olanak sağlamaktadır.

*Geri Alma:* Bu aşamada kodlanmış, depolanmış ve temsile dönüştürülmüş mesajların bazı yönleri yeniden etkinleştirilmektedir. Geri alma işleminde zihin her zaman aktiftir ve temsilleri sürekli olarak işlemektedir. İyi depolanan zihinsel temsil geri almada küçük anımsatıcılarla bile olsa her zaman yeniden çağrılabilir.

Sınırlı kapasite modeline ait ilk araştırmaların Lang (2000) tarafından televizyon özelinde yapıldığı görülmektedir. Lang (2000, s. 54) modeli, bir televizyon mesajını oluşturan bilgilerin kodlanması, depolanması ve geri alınması için otomatik ve kontrollü seçim süreci mekanizmalarının bir kombinasyonu olarak tanımlar. Modelin, televizyon özelinde geliştirilmesine rağmen diğer kitle iletişim araçları üzerinde de uygulanabileceği vurgulanmaktadır (Lang, 2000, s. 63-64). Modelin diğer iletişim araçlarına uygulanabilmesi için 4 soruya cevap vermesi beklenmektedir; (1) İletişim aracı, otomatik seçim süreci için elverişli midir? (2) İletişim aracı, kaynak çeşitliliğinde özne üzerinde bir etki meydana getirmeye uygun mudur? (3) İletişim aracı, özne üzerinde bir zihinsel temsil oluşturacak yapıya sahip midir? (4) İletişim aracı, otomatik

seçim süreci için elverişli midir? Bu 4 soruya cevap alınması durumunda modelin diğer iletişim araçlarına da uygulanabileceği belirtilmektedir.

### **İnsan-Çevre Uyum Modeli**

İnsan-çevre uyum modeli, özne-yaşam birlikteliğinden meydana gelen ilişkilerin temeline odaklanan ve stresörlerin bu ikili üzerindeki etkilerini açıklamayı amaçlayan bir yaklaşımdır (Edwards, Caplan ve Harrison, 1998, s. 2). Literatürde yer alan araştırmalarda (Caplan, 1987b; Edwards & Harrison, 1993; Edwards, 2005) kişisel stresin doğasını ve sonuçlarını saptamada hem kişinin hem de çevrenin önemi sıklıkla vurgulanmaktadır.

İnsan-çevre uyum modeli, kişilerin sahip oldukları stresin özne-çevre arasındaki uyumsuzluktan beslenerek ortaya çıktığını savunmaktadır. İnsan-çevre uyum modelinin temelinde bu sava bağlı olarak strese neden olan ve insan-çevre uyumsuzluğunu tetikleyen 3 temel ayrıma gidilmiştir. Edwards ve diğerleri (1998, s. 3-6) bu ayrımı şu şekilde açıklamaktadır;

*İnsan-Çevre Ayrımı:* Bu ilk ayırım; kişi ile çevre arasındaki karşılıklı ilişkinin nedenselliğini stres doğrultusunda incelemek için temel sağlamaktadır. Modelde insan; çevresel ilişkilerde etkili olan faktörlere bağlı olarak ortaya çıkan ve stresörlerden etkilenen özneye gönderme yapmak için kullanılmaktadır. İnsan kavramı akla gelen ilk anlamında diğer bir ifade ile temel açıklayıcısı ile kullanılmaktadır. Modelde çevre kavramı ise zihinde fiziki bir gösterge olarak temsil edilen "dış dünya" anlamından farklı olarak, öznenin; özel (aile, eş, duyuşal birliktelik), sosyal (arkadaş, eğlence, kitle iletişim araçları) ve iş hayatında (yönetici, iş partneri) yer alan insan gruplarına/nesnelere gönderme yapmaktadır.

*Çevre Ayrımı:* İnsan-çevre modelinin kavramsallaştırmasının ikinci koşulu gerçeklik algısına bağlı olarak çevrenin objektif (nesnel) ve sübjektif (öznel) tanımlanmasına dayanmaktadır. Objektif ya da nesnel çevre; öznenin algılarından bağımsız olarak var oldukları fiziksel, sosyal durumları ve olayların içerik temsillerine gönderme

yapmaktadır. Objektif çevre; iş ya da eğitim arakadaşları gibi öznenin, özel hayatı dışında kalan insan gruplarının bütünüdür. Sübjektif çevre, öznenin bilinçli davranışlarının bir çıktısı olarak yorumlanabilmektedir. Buna bağlı olarak da sübjektif çevre, öznel bir karaktere sahip olduğu için kişinin kendi niteliklerini gerçekte var olduğu gibi temsil etmesi beklenmektedir. Sübjektif çevre, aile ya da duygusal birliktelik gibi öznenin nesnel hayatı dışında kalan kişileri temsil etmektedir.

*Öz Değerlendirme Ayrımı:* Bu ayrımın modelinde 2 farklı insan-çevre uyumu oluşturduğu anlaşılmaktadır. 1. ayrımın objektif-sübjektif çevre özelinde; talepler-gereçler doğrultusunda yapıldığı görülmektedir. 1. küme çevrenin talepleri ile gerekli olan malzemeler arasındaki uyumu içermektedir. Çevresel talepler; öznenin beklenen iş performanslarını, rol beklentilerini, grup ve örgütsel kurallara uygunluğu kapsamaktadır. Çevresel taleplerin özne tarafından karşılanabilmesi için ise malzemelerin karşılanması sağlanmalıdır. Malzemeler; yeme-içme, barınma, finans, sosyal aktivite gibi kişinin öznel ihtiyaçlarını karşılayabilecek fiziksel ve psikolojik gereksinimlere gönderme yapmaktadır. Modelde diğer ayrımın ise nesnel-öznel kişi özelinde yetenekler-ihtiyaçlar doğrultusunda kümelendiği anlaşılmaktadır. Öznel-nesnel kişide bulunan yetenekler; kişinin objektif-sübjektif çevrelerden gelen talepleri karşılamak için daha önceden sahip olduğu; beceri, eğitim, enerji ve zamanı yönetme gibi kişisel performanslarına gönderme yapmaktadır. Nesnel-öznel kişinin ihtiyaçları ise ilgili ortamdaki malzemelerden farklı olarak sonradan ortaya çıkan değil de doğuştan getirilen; öğrenme, hedefe ulaşma, başarıma gibi motivasyonları içeren kavramları kapsamaktadır.

İnsan-çevre uyum modelinin ölçülebilmesi için talep-malzeme; ihtiyaç-yetenek arasındaki yapıların orantılı olması gerekmektedir çünkü bu boyutlar orantılı olmadığında uyumsuzluklar meydana gelebilmektedir (Edwards, 2008, s. 5). İnsan-çevre uyumsuzluğunun sonucu ise kendisini suçlar ile göstermektedir. Suç kavramı stresörlerin

neden olduğu fiziksel/psikolojik sonuçlara verilen genel bir kavram olarak vurgulanabilmektedir (Fu, Li, Liu, Pirkkalainen, & Salo, 2020, s. 2). İnsan-çevre uyum modeline göre ayrımlardaki uyumsuzluk fiziksel/psikolojik olmak üzere 2 suç kümesinde toplanmaktadır. Edwards'e (2008, s. 32-35) göre suçların ayrımı şu şekilde yapılabilmektedir;

Fiziksel suçlar; insan-çevre uyumsuzluğunun bir göstergesi olarak kendini fiziki bir şekilde temsil etmektedir. Tansiyon, kolesterol, bozulmuş bağışıklık sistemi, sigara içmeye başlama, gıda tüketiminin artması ile sık sık hastaneye gitmek fizyolojik suçlar arasında yer almaktadır. Fiziksel suçların tedavisi yapılmadığında kalp hastalığı, ülser, kanser gibi ciddi sağlık sorunlarının ortaya çıkması beklenmektedir.

Psikolojik suçlar; yine insan-çevre uyumsuzluğunun bir göstergesi olarak kendini ruhsal bir şekilde temsil etmektedir. Psikolojik suçlar arasında memnuniyetsizlik, kaygı, mutsuzluk, disfori, uykusuzluk ve huzursuzluk gibi şikayetler yer almaktadır.

Bir süreç teorisi olarak, insan-çevre uyum modeli farklı disiplinlere tükenme özelinde uygulanabilecek sağlam bir zemine sahip görünmektedir (Edwards vd., 2008, s. 45-46).

### **Uyaran-Organizma-Tepki Modeli (S-O-R)**

Mehrabian ve Russell (1974) "uyaran-organizma-tepki" modelini, öznenin fiziksel/psikolojik davranışları üzerinde bir çevrenin rol oynayabileceğini (uyaran) ve bir kişide fiziksel/ruhsal (organizma) sonuçlara (tepki) neden olabileceğini öne süren bir yaklaşım olarak açıklamaktadır. Model, temelde çevreden gelen uyaranların bireyin bilişsel ve duygusal tepkilerini etkilediğini ve bunun da bazı davranışlar ile sonuçlandığını öne sürmektedir. Uyaran-organizma-tepki modeli, öznenin çeşitli çevresel faktörlerden etkilenerek ortaya çıkan bir dizi davranış şekline gönderme yapmaktadır. Eroğlu, Machleit ve Davis (1999, s. 178-182), araştırmalarında modelin bileşenlerini şu şekilde açıklamaktadır;

**Uyaran:** Bireyi uyandıran bir etki olarak tanımlanabilmektedir. Organizmanın fiziksel/psikolojik durumunu etkileyen faktörlerin hepsi ayrı ayrı uyaran olarak bilinmektedir.

**Organizma:** Uyaran ile öznenin tepkileri arasındaki ilişkiye müdahale eden duygusal ve bilişsel süreçler olarak tanımlanmaktadır. Çevresel uyaranlara beklenen tepkiler olarak duygusal/bilişsel tepkilerin; hedonik zevk, uyarılma, baskınlık olduğu vurgulanmaktadır (Mehrabian & Russel, 1974).

**Tepki:** Çevresel uyaranların ve organizmanın duygusal/bilişsel süreci sonunda ortaya çıkan “devam etme ya da kaçınma/sonlandırma” eylemi tepki olarak adlandırılmaktadır. Modelde özne, olumlu ya da olumsuz bir şekilde uyaranlara tepki vermektedir.

Uyaran-organizma-tepki çalışmaları, 1980'lerin sonuna gelindiğinde ampirik olarak geliştirilmeye başlanmış ve disiplinler arası bir model olarak sıklıkla kullanılmıştır. (Eroğlu, Machleit & Davis, 1999, s. 180).

### Sosyal Ağ Yorgunluğuna Neden Olduğu İddia Edilen Öncüller

İlgili literatür incelendiğinde farklı modeller bağlamında yapılan araştırma bulgularında sosyal ağ yorgunluğuna neden olduğu öne sürülen

öncüllerin farklı değişkenlerde; kişisel/psikolojik ve dışsal/çevresel olmak üzere 2 grupta toplandığı görülmektedir. Bu öncüller bir alt başlıkta detaylı olarak verilecektir.

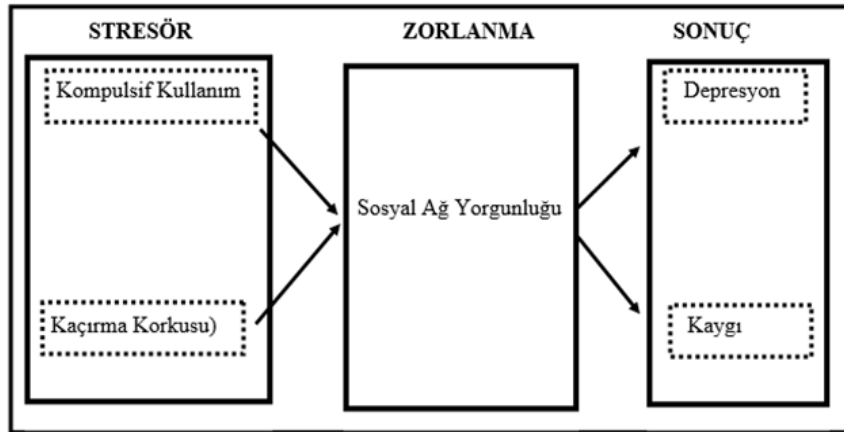
### Sosyal Ağ Yorgunluğunun Kişisel/Psikolojik Öncülleri

Sosyal ağ yorgunluğunun öncülleri bir model özelinde ilk kez Maier ve diğerleri tarafından saptanmaya çalışılmıştır. Araştırma, SSO modeline göre yapılandırılmış ve kendinden sonra gelecek araştırmalar için de yol gösterici olmuştur. Bir başka araştırma ise sınırlı kapasite modeli özelinde yapılmış fakat verilerin model çerçevesine oturtulamadığı bunun için daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu vurgulanmıştır (Bright vd., 2015, s. 154).

Bir başka araştırma ise Dhir ve diğerleri (2018) tarafından stresör-zorlanma-sonuç (SSO) modeli özelinde kesitsel desende 2 farklı zaman aralığında yapılmıştır. Araştırmanın ilk dönemi 2017 yılının mayıs ayında 12-18 yaş aralığında 1554; ikinci dönemi ise aynı yılın ekim ayında 1144 ergen sosyal ağ kullanıcısı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, A ve B dönemi olmak üzere 2 ayrı kısma bölünmüştür. Araştırmanın model çerçevesi; uyarıcılar (stresör), duygusal olarak stresli durumlar (zorlanma) ve psikolojik/fiziksel sonuçlar (sonuç) olmak üzere üç temel bileşenden oluşmaktadır. Bir bireyin rutin performanslarını yönetemediği

Model 1

Stresör-Zorlanma-Sonuç (SSO) Modeli



**Kaynak:** Dhir, A., Yossatarn, Y., Kaur, P., Chen, S. & Pallesen, S. (2018). Online social media fatigue and psychological wellbeing-a study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression. *International Journal of Information Management*, 40, 141-152.

durumlardaki anormalliğini ifade eden kompulsif ağ kullanımı ve ağlardaki paylaşımları kaçırma korkusu (FOMO) stresör; duygusal stresli durum yani zorlanma sosyal ağ yorgunluğu; depresyon ve kaygı ise sosyal ağ yorgunluğunun sonucu olarak varsayılmıştır. Her iki araştırma döneminde de kompulsif ağ kullanımının katılımcılar arasında sosyal ağ yorgunluğunun önemli bir iç öncülü olduğu saptanmıştır.

Araştırmada, kompulsif sosyal ağ kullanımı ile FOMO'nun sosyal ağ yorgunluğuna yol açtığı bunun da depresyon ve anksiyete gibi fiziksel/psikolojik suçlar ile sonuçlandığı saptanmıştır.

Dhir, Yassotorn, Kaur, Chen ve Pallesen'in 2019 yılında yaptıkları araştırmada da stresör-zorlanma-sonuç modeli baz alınarak sosyal ağ yorgunluğunun kişisel/psikolojik öncülleri belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma sonunda sosyal ağ yorgunluğunun iç öncülleri; gizlilik kaygıları, kendini ifşa etme/açıklama, akademik performans, ebeveyn kaygıları olarak sıralanmıştır. Ayrıca Malik ve diğerleri (2020, s. 19) de Dhir ve diğerlerinin (2019, s. 200-2001) araştırma sonuçlarına benzer olarak gizlilik endişeleri, kendini ifşa etme ve akademik performansın sosyal ağ yorgunluğunun kişisel/psikolojik öncülleri arasında yer aldığını ortaya çıkartmıştır.

İlgili literatürde yer alan araştırmalar (Dhir vd., 2018; Dhir vd., 2019; Yu, Shi, & Cao, 2019; Zhang vd., 2019; Malik vd., 2020) incelendiğinde genel olarak sosyal ağ yorgunluğunun kişisel/psikolojik öncüllerinin çoğunlukla stresör-zorlanma-sonuç modeli ile tasarlandığı söylenebilmektedir. Sosyal ağ yorgunluğunun iddia edilen kişisel/psikolojik öncüllerini; stres, kişisel kullanım/tercih, sosyal refah, çevrimiçi gizlilik endişeleri, kişisel sunum, kişisel ifade gücü, paylaşımları kaçırma korkusu, hedonik kullanım, can sıkıntısı, ebeveyn endişesi/korkusu, öz-yeterlik, kullanım kolaylığı, güven, kişilik tipleri, kaygı olarak vurgulanmaktadır.

### **Sosyal Ağ Yorgunluğunun Dışsal/Çevresel Öncülleri**

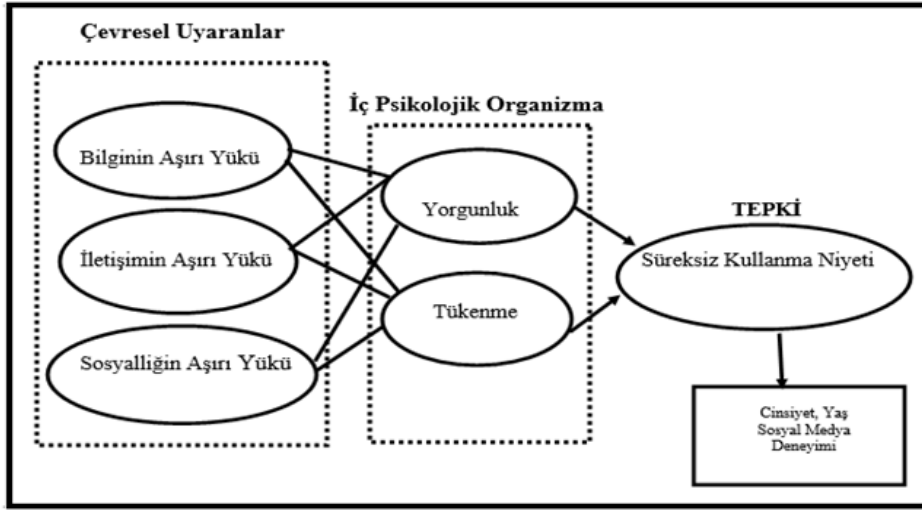
Sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerine yönelik literatür incelendiğinde araştırmalarda henüz dışsal/çevresel öncüllere sınır çizilemediği ve sadece bir değişken üzerinden keşfedilmeye çalışıldığı vurgulanmaktadır (Ravindran, 2014; Cao & Sun, 2018; Cao vd., 2018; Fu vd., 2020; Guo, Zheng, Jia, Chen, Mao, Chen, Wang, Fu, Dai, 2020). Sosyal ağ yorgunluğunun çevresel öncülü olabileceği iddia edilen bu değişkenin net olmamak ile beraber "aşırı sosyal ağ yüklenmesi" olduğu belirtilmekte fakat sadece bir değişken ile sınırlı olamayacağı da öne sürülmektedir (Cao & Sun, 2018; Shi vd., 2020).

Zhang ve diğerleri 2016 yılında Çin'de bulunan 525 Qzone kullanıcısı ile yaptıkları araştırmada; algılanan sistem özelliğinin, bilgi yüklemesinin ve sosyalliğin aşırı yüklenmesinin stres özeli açısından katılımcılar üzerinde sosyal ağ yorgunluğuyla memnuniyetsizliğe neden olarak sürekli kullanım niyeti ile sonuçlanabileceğini ve bunların da çevresel öncül olabileceğini öne sürmüştür. Zhang ve diğerlerinin araştırmalarına (2016) çok benzer başka bir araştırma da ise Cao ve Sun (2018, s. 10) yaygın sosyal ağ erişiminde başka kullanıcılar ya da sistem tarafından maruz bırakılan aşırı sosyal ağ yüklenmesinin, kullanıcılar için olumsuz psikolojik ve davranışsal sonuçlar doğurabileceğini öne sürmektedir. Cao ve Sun (2018) araştırmalarında sosyal ağ yorgunluğunun çevresel öncüllerini uyaran-organizma-tepki modeline dayanarak incelemiş ve 3 farklı yükün ağ yorgunluğunda çevresel öncül olabileceği varsayılmıştır. Bunlar; bilgi, iletişim ve sosyalliğin aşırı yükü olarak sıralanmaktadır. Araştırma deseni uyaran-organizma-tepki modeline uygun olarak model 2'de verilmiştir.



## Model 2

### Uyarın-Organizma-Tepki (SOR) Modeli



**Kaynak:** Cao, X. & Sun, J. (2018). Exploring the effect of overload on the discontinuous intention of social media users: an S-O-R perspective. *Computers in Human Behavior*, 81, 10-18.

Araştırmada, uyarın; bilgi, iletişim ve sosyal ağların aşırı yükleri, organizma; yorgunluk ve pişmanlık, tepki; cinsiyet, yaş, sosyal ağ deneyimi gibi değişkenlere bağlı olarak ağları sürekli kullanma niyeti olarak belirlenmiştir. Çevresel uyarılara bağlı olarak kullanıcılarda psikolojik olarak ortaya çıkan ağ tükenmesi ve pişmanlığının ise platformları sürekli kullanma niyeti ile sonuçlanabileceği vurgulanmıştır.

Literatürde yer alan az sayıdaki araştırma (Maidier vd., 2012; Zhang vd., 2016; Dhir vd., 2018; Yu vd., 2019; Fu vd., 2020) incelendiğinde sosyal ağ yorgunluğunun çevresel öncüllerinin genel olarak aşırı yüklenme değişkeni özelinde ele alındığı görülmektedir. Nitekim çok yakın tarihli çalışmalarda (Fu vd., 2020; Guo vd., 2020; Lin vd., 2020) da araştırmacılar bu değişkeni baz alarak sosyal ağ yorgunluğunun çevresel öncülünü araştırmıştır.

### Amaç ve Yöntem

Araştırmanın bu başlığının altında ilk olarak çalışmanın çıkış noktasını oluşturan amacı verilmiştir. Ardından ise araştırmanın tasarlanmasında ve problemin çözümünde kullanılan yöntem açıklanmıştır.

### Amaç

Araştırmanın amacı, araştırmanın tasarlanma

aşamasında kurulan problemi çözüme kavuşturmayı ifade etmektedir (Walliman, 2006, s. 71). Tasarlanan bir araştırmanın amacının yazılması, kapsam ve sınırlılıkların belirlenmiş olmasını şart koymaktadır. Araştırmanın kapsamı; çalışmanın neyi incelediğini, araştırmanın sınırlılığı ise bu inceleme işlemi nelerin dışında bırakılıp nelerin araştırmaya dahil edileceğinin belirginleştirilmesidir. Sınırlılıkların araştırmacı tarafından kabul edilmesi araştırmanın bilimsel niteliğe sahip olması için önem taşımaktadır (Özkan ve Kaya, 2015, s. 496).

Çalışma, pazar araştırmacıları tarafından ortaya atılan 2012 yılı itibari ile de iletişim bilimciler tarafından teorik çerçevesi açıklanmaya uğraşılan sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerini belirlemede kullanılan modellerin eğilimlerini incelemek amacıyla literatürde yer alan makaleler ile yapılandırılmıştır. Bu amacı karşılamak üzere de araştırmaya sadece sosyal ağ yorgunluğunun belirlenmesinde kullanılan modeller dahil edilmiştir. Böylece amaca bağlı olarak araştırmanın sınırı da çizilmiştir. Araştırmanın, amacına ulaşabilmek için aşağıda yer alan araştırma soruları yazılmıştır;

*Araştırma Sorusu 1:* Araştırmaların künye bilgileri nelerdir?

*Araştırma Sorusu 2:* Araştırmalarda sosyal ağ

yorgunluğunun öncüllerini belirlemek için hangi modeller kullanılmıştır?

*Araştırma Sorusu 3:* Araştırmaların bağımlı ve bağımsız değişkenleri nasıl dağılım göstermektedir?

*Araştırma Sorusu 4:* Araştırmalarda veriler hangi yöntemle toplanmıştır?

*Araştırma Sorusu 5:* Araştırmalarda veriler hangi analiz yöntemi ile yorumlanmıştır?

### Yöntem

Bilimsel olarak yapılandırılan her araştırmada, çalışmanın içeriğini desteklemek ve sağlam bir sonuca ulaşmak için bir yöntem gereksinim duyulmaktadır. Nitel ve nicel olmak üzere 2'ye ayrılan yöntem türleri, araştırmanın amacına göre belirlenmektedir. Bu çalışmada, yukarıda belirlenen amaca göre nitel araştırma yöntemlerinden olan içerik analizi kullanılmıştır.

İçerik analizi, 20. yüzyılın hemen başlarında Colombiya Gazetecilik Okulu'nun çalışmaları ile başlamış; psikoloji, sosyoloji, tarih, edebiyat ve siyasal bilimlerin araştırmalarında sıklıkla kullanılmaya başlanmıştır (Öğülmüş, 1991, s. 2013). İçerik analizi, incelenen konunun daha sonra yapılabilecek araştırmalara öncülük etmesini ve olgu ile ilgili eğilimi ortaya çıkartmaktır (Ültay, Akyurt ve Ültay, 2021, s. 190). Bu analiz türünde veriler sistematik bir şekilde düzenlenip, okuyucuya aktarılacak istenmektedir (Yazıcı, Uzun, Kılınç, Şahin ve Karadağ, 2022, s. 1134). İçerik analizi nitel bir yöntem olarak yazılı metinler ile film, video, fotoğraf gibi işitsel ve görsel yayınların sayısallaştırılmış hali olarak da tanımlanabilmektedir.

Araştırma yöntemi olarak kullanılan içerik analizi betimsel, meta-analiz ve meta-sentez olarak 3 farklı kategoriye ayrılmaktadır (Şimşek ve Arslan, 2022, s. 438). Genel itibarıyla detaylı bir kaynak tarama yöntemi olarak görülen meta-analiz; istatistik bilimi ile yapılmış araştırmaların sistematik bir şekilde özetlenmesi olarak tanımlanmaktadır (Kürü, 2021, s. 216). Meta-sentez, araştırma olgusunun

benzerliklerini ve farklılıklarını karşılaştırmalı bir şekilde ortaya koyabilmektedir. Betimsel içerik analizi ise farklı ya da aynı zamanlarda birbirinden bağımsız olarak yapılan nitel ve nicel araştırmaların hepsinin detaylı bir şekilde incelenip düzenlendiği içerik analizi türü olarak bilinmektedir (Ültay vd. 2021, s. 189). Ayrıca bu türdeki içerik analizinde alanda yapılan tüm araştırmaların genel eğilimlerinin detaylı bir şekilde literatüre kazandırılması hedeflenmektedir. Ültay ve diğerlerine (2021, s. 191) göre betimsel içerik analizi araştırmalarında ilk olarak incelenecek çalışmaların tespit edilmesi belirli kriterlere göre yapılmalıdır. Bu kriterler sırası ile araştırılacak konunun netleştirilmesi, belirlenen konu baz alınarak genel bir literatür taramasının yapılması ve son olarak da belirlenen konunun detaylı olarak incelenmesi için anahtar kelimelerin saptanmasıdır (Ültay vd., 2021, s. 191). Betimsel içerik analizinde araştırılan yayın sayısının çok olması araştırmacıda yorum yaparken güçlük sorunu ortaya çıkartabilmektedir. Fakat üzerinde çok az sayıda yayın bulunan araştırmalarda ise araştırmacı daha kolay şartlar altında yorum yapabilmektedir. Buradan hareketle bu araştırma nitel araştırma yöntemlerinden içerik analizinin bir türü olan betimsel içerik tekniği ile yapılandırılmıştır.

### Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, sosyal ağ yorgunluğunun belirleyicilerini bir model kapsamında tanımlayan makaleler oluşturmaktadır. Çalışma grubu seçilirken araştırmacılar tarafından bazı kriterler belirlenmiştir. Bu araştırmanın çalışma kriterleri;

- ▶ Modellerin temel çalışma prensibi olan nicel araştırmalar,
  - ▶ 2015-2021 yıllarında bir modele bağlı kalınarak yapılan araştırmalar,
  - ▶ Çevrimiçi erişime açık makaleler,
  - ▶ Hakemli ve yayınlanmış makaleler,
- Araştırmacılar, çalışma grubunu oluştururken bazı sınırlar ile de karşılaşmıştır. Bazı makalelerin tüm bölümlerine erişim sağlanamamıştır. Araştırmacılar e-posta ile makaleyi yazan yazara

ulaşmış ve yayının tamamına erişim sağlanarak çalışma grubuna dahil edilmiştir.

### Veri Toplama Aracı

Betimsel içerik analizi ile tasarlanan bu araştırmada sistematik ve düzenli bir inceleme yapmak için ilk olarak makalelerin sınıflandırılması yapılmıştır. Bunun için Göktaş, Küçük, Aydemir, Telli, Arpacık, Yıldırım ve Reisoğlu (2012) tarafından hazırlanan yayın sınıflama formu kullanılmıştır. 6 farklı kısımdan oluşan yayın sınıflandırma formu; makalenin künyesi, konusu, yöntemi, veri toplama aracı, örneklem ve veri analiz yöntemleri bölümlerinden oluşmaktadır (Bkz. Ek-1).

### Verilerin Toplanması

Çalışma grubunun kriterleri belirlendikten sonra anahtar kelimelerin seçimine gidilmiştir. Araştırma boyunca yayınlara ulaşmak için 2 anahtar kelime kullanılmıştır; “social media fatigue model” ve “social network fatigue model”. Araştırmacılar bu aşamada aynı zaman diliminde ayrı çalışmıştır.

Araştırmacılar, anahtar kelimeleri belirlenen inceleme konusuna ait makaleleri 28.06.2022-30.11.2022 tarihleri arasında Sobiad, Web of Science, ERIC, EBSCO, Academia, Researchgate, Science Direct, Journals Plos, Pubmed, Sage Journals, Semantic Scholar, APA PsycNet, DovePress web siteleri üzerinden taramıştır. Araştırmacılar bu web sitelerinde bazı sınırlar ile karşılaşmıştır. Bazı siteler makalenin tam metnine erişim imkânı vermemişken bazı makalelerin de sadece özet kısımlarının sisteme yüklendiği görülmüştür. Sıralanan web siteleri içerisinde sadece Science Direct'in hem tüm yayınlara tam erişim izni verdiği hem de bir ücret istemediği görülmüştür. Çalışma grubuna dahil edilen tüm yayınların toplanması araştırmacılara kolaylık sağladığı için Science Direct üzerinden toplanmıştır.

Araştırmacılar, anahtar kelimelere uygun olarak yaptığı taramadan sonra topladıkları makaleleri karşılaştırmış ve hangi yayınların çalışma grubunda yer alacağı belirlenmiştir. Yapılan tarama sonunda her 2 araştırmacının da çalışma kriterlerine uygun

olarak 18 makaleyi belirlediği anlaşılmıştır. Bu durum araştırmacılar arasındaki denge ve tutuma da işaret etmiş ve aykırı yayın olmadığı anlaşılmıştır.

### Verilerin Analizi

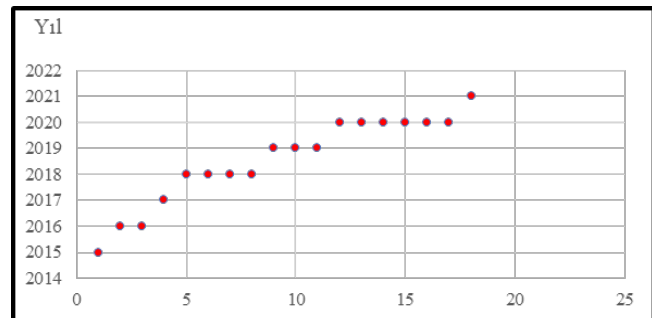
Sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerini belirlemede kullanılan modellerin eğilimlerinin genel bir profilini çıkartmak amacı ile ilk olarak çalışma kriterlerine göre araştırmaya dahil edilen yayınların kodlaması yapılmıştır. Ana kütlede yer alan her bir araştırma M1'den başlamak üzere M18'e kadar kodlanmıştır. Araştırmada kodlanan yayınlar Excel dosyası üzerine geçirilmiştir (Bkz Ek-2). Bu aşamada her 2 araştırmacı ayrı ayrı çalışmıştır. Tüm kodlama işlemi bittikten sonra araştırmacılar karşılaştırmaya gitmiş ve kodlamada tutarlılık belirlenmeye çalışılmıştır. Makalenin adı, yazar bilgileri, yayınlanma yılı, endeksi, bağımlı/bağımsız değişkenler, araştırmacının yapıldığı yöntem, verilerin nasıl toplandığı, örneklem türü, sayısı ile örnekleme yöntemi ve son olarak da veri analizi yönteminin türünün araştırmacılar tarafından aynı tutarlılıkta kodlandıkları görülmüştür.

### Bulgular

Araştırmada ilk olarak çalışma grubunda 18 makalenin yer aldığı saptanmıştır. Makalelerin künye bilgileri Excel dosyasına (Bkz. Ek-2) işlendikten sonra yıl bazında bir inceleme yapılmıştır. Model bazında yapılan araştırmaların 2015 yılında başladığı tespit edilmiştir. Grafik 1'de yer alan yıllara göre makale sayısının dağılımı incelendiğinde 2015 yılında 1, 2016 yılında 2, 2017 yılında 1, 2018 yılında 4, 2019 yılında 3, 2020 yılında 6, 2021 yılında ise 1 yayının olduğu görülmektedir.

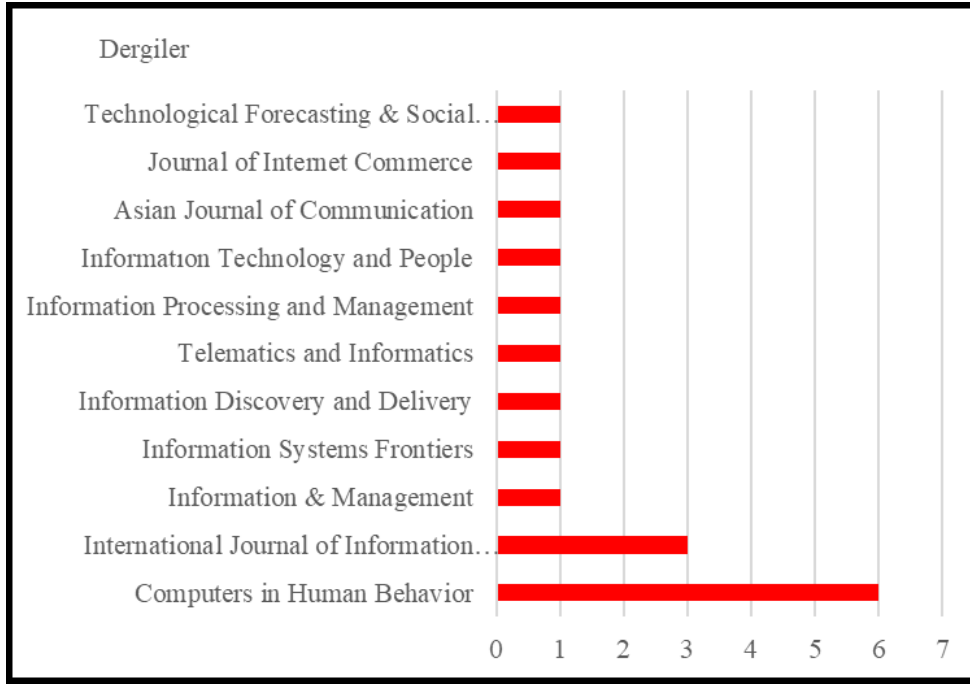
Grafik 1

Model Bazında Yapılan Araştırmaların Yıllara Göre Dağılımı



**Grafik 2**

Model Bazında Yapılan Araştırmaların Dergilere Göre Dağılımı



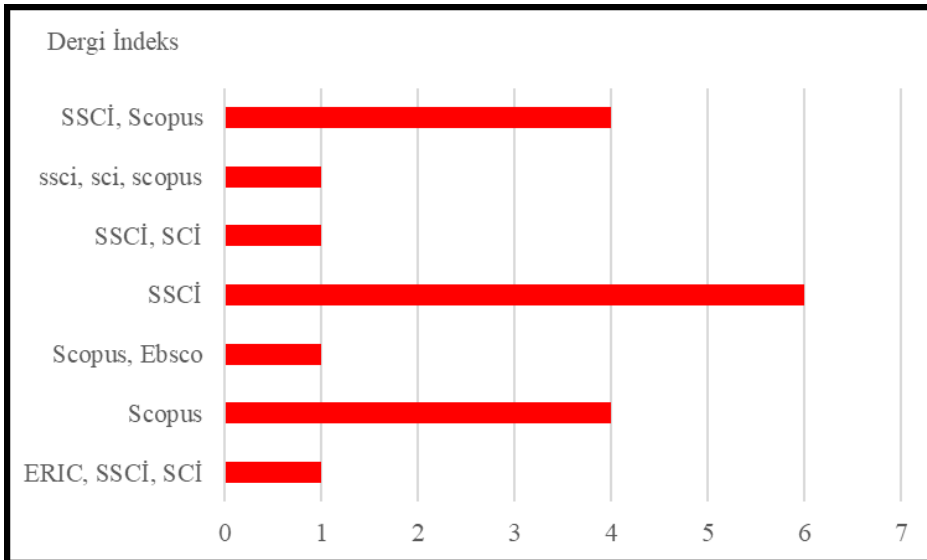
Araştırmada makalelerin hangi dergilerde yayınlandığı belirlenmeye çalışılmıştır. Grafik 2 incelendiğinde model bazında yapılan araştırmaların dergilere göre dağılımı şu şekilde sıralanmıştır; 6 makalenin Computers in Human Behavior; 3 makalenin International Journal of Information Management; geriye kalan makalelerin ise 1 tane olmak üzere Information Processing and Management; Technological Forecasting & Social Change, Journal of Educational Computing; Telematics and Informatics, Asian Journal of Communication, Information Technology

& People, Journal Of Internet Commerce, Information Discovery and Delivery, Information & Management ve Information Systems Frontiers isimli dergilerde yayınlandığı görülmüştür.

Araştırmada yayınlanan makalelere ait dergilerin endeksleri de belirlenmek istenmiştir. Grafik 3'te yer alan verilere göre 6 derginin sadece tek bir endekste yani SSCI'de, 4 derginin sadece yine tek bir endekste yani SCOPUS'ta tarandığı görülmektedir.

**Grafik 3**

Makalelerin Yer Aldığı Dergilerin Endeks Dağılımı



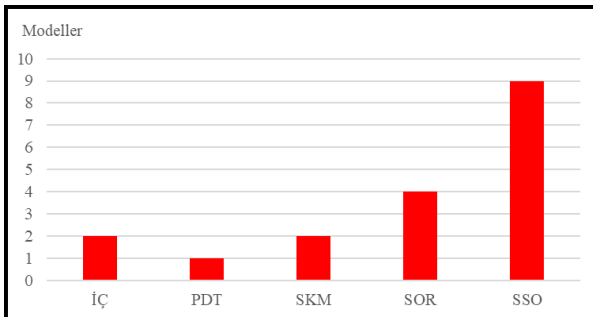
Diğer geriye kalan dergilerin ise 1'den fazla endekste tarandığı saptanmıştır. 4 derginin hem SSCI hem de SCOPUS; 1 derginin ERİC, SSC ve SCI; 1 derginin SSCI ve SCI, 1 derginin SCOPUS ve ESBCO, 1 derginin SSCI, SCOPUS ve SCI tarandığı ortaya çıkmıştır.

Araştırmanın bir başka bulgusunda ise makalelerin türleri incelenmiştir. Makalelerin türüne yönelik yapılan betimsel içerik analizine göre 18 araştırmanın değişkenler arasındaki ilişkileri arayan ve bunları açıklamayı hedefleyen nedensel (ilişkisel) araştırmalar olduğu belirlenmiştir. Araştırmalarda, bağımsız değişken ataması teorik çerçevesine göre çalışmanın yapılandırıldığı model özelinde atanmıştır. Araştırmada, modele göre belirlenen bağımsız değişken dağılımı da incelenmiştir. 10 araştırmada aşırı sosyal ağ yüklenmesi, 1 araştırmada sosyal ve hedonik kullanım, 1 araştırmada siber mağduriyet, 1 araştırmada kişilik özellikleri, 2 araştırmada FOMO ve zorunlu sosyal ağ kullanımı; 1 araştırmada gizlilik endişeleri, 1 araştırmanın ebeveyn korkuları; 1 araştırmanın kontrollü sosyal ağ kullanımını bağımsız değişken olarak belirlediği saptanmıştır.

Göker ve diğerlerinin (2012) yayın sınıflandırma formuna bu aşamada bir ekleme yapılmıştır. Araştırmada bu açıdan ilk önce çalışmaların modellerinin dağılımı incelenmiştir. Grafik 4'e göre araştırmalardan sadece Adhikari ve Panda (2020) tarafından yapılan çalışmada sınırlı kapasite modeli (LCM) ve birleşik teori teknolojinin kabulü/kullanımı (UTAUT) modeli olmak üzere 2 modelin kullanıldığı saptanmıştır.

**Grafik 4**

Araştırmaların Modellerine Göre Dağılımı



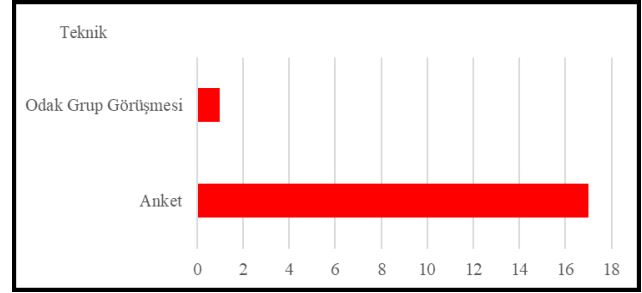
Kalan diğer araştırmalar incelendiğinde 2 çalışmanın insan-çevre uyum modeli, 1 çalışmanın planlı davranış modeli, 2 çalışmanın sınırlı kapasite

modeli, 4 çalışmanın uyarın-organizma-tepki modeli (SOR), 9 çalışmanın ise stresör-zorlanma-sonuç modeline (SSO) göre yapıldığı anlaşılmıştır.

Araştırmaların yöntemi incelendiğinde ise Zhang ve diğerleri (2019) tarafından yapılan çalışmanın nitel desende, geriye kalan 17 araştırmanın ise nicel desende tasarlandığı ortaya çıkmıştır.

**Grafik 5**

Araştırmaların Veri Toplama Tekniği

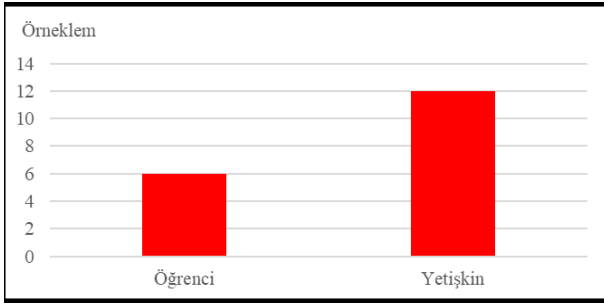


Grafik 5'e göre makalelerin veri toplama tekniklerinin ise görüşme ve anket tekniği olduğu saptanmıştır. Zhang ve diğerleri (2019) nitel desenlerde odak görüşmesi ile gerçekleştirdikleri araştırmalarında 18 tane madde belirlemiş, bunlar hakkında katılımcıların görüşleri alınmıştır. Zhang ve diğerleri (2019) bu maddeleri literatürde yer alan Bright ve diğerleri (2015), Luqman ve diğerleri (2017), Dhir ve diğerlerinin (2018) nicel desende yapmış, geçerlilik ve güvenilirliği sağlanmış ölçeklerden yararlanarak hazırlandığı anlaşılmıştır. Diğer 17 araştırmanın ise Maier vd., 2012, Zhang vd., 2016, Cao ve Sun, 2018, Yu vd., 2019, Shi vd., 2020, Whelan, vd., 2020 tarafından farklı yıllarda geliştirilen sistemin yükü, iletişimin yükü, sosyalliğin yükü, iletişimin yükü ölçeklerine göre yapıldığı anlaşılmıştır.

Araştırmada incelenen makalelerin örneklemelerine ait veriler Grafik 6'da yer almıştır. Grafik 6'ya göre 12 yayının 18 yaş ve üstünde yer alan yetişkinler, kalan 6 yayının ise öğrencilerden oluştuğu görülmektedir. Örneklem sınıflamasına ait yayın formu doldurulduğunda araştırmacıların makalelerinde örneklem türünü belirtmediği olmuştur. Sadece 3 yayında örneklem türü belirtilmiş diğer kalan yayınlar da ise direkt örneklem sayısı verilmiştir. Belirli bir örneklem türünde yapılandırılan makalelerin 2'sinde kolayda örneklem, 1'in de ise Bootstrap yani yeniden örneklem tekniği kullanılmıştır.

**Grafik 6**

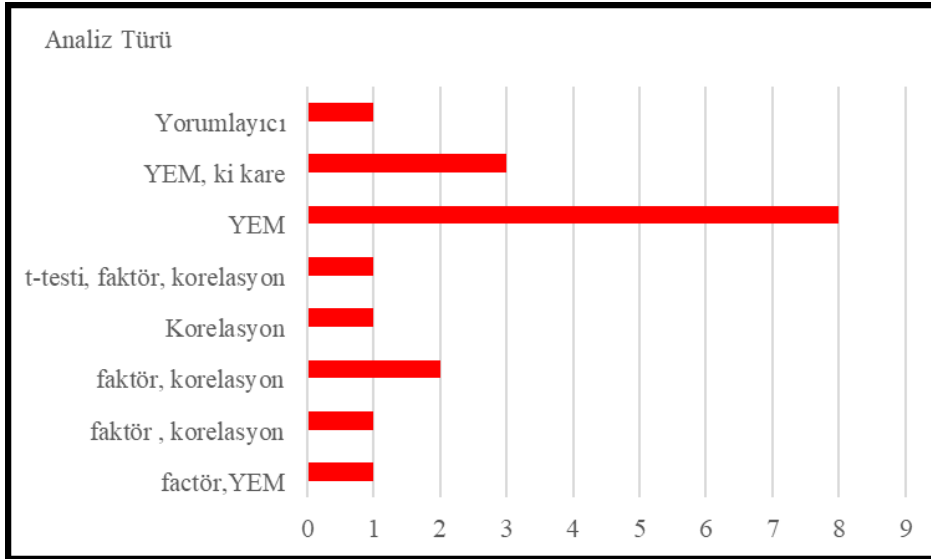
Araştırmaların Örneklem Dağılımı



Araştırmada, son olarak makalelerde hangi veri analiz yöntemlerinin kullanıldığı da incelenmiştir. Sadece Zhang ve diğerleri (2019) topladıkları verileri yorumlayıcı sistematik analiz ile değerlendirilmiştir. Nicel desende yapılandırılan araştırmaların analiz yönteminin yarısından fazlasının yapısal eşitlik modellemesi (YEM) ile yapıldığı saptanmıştır.

**Grafik 7**

Araştırmalarda Kullanılan Analiz Türü



Grafik 7'ye göre YEM analiz yöntemi ile incelenen 12 makale dışında kalan yayınların ise sırası ile 1 tanesinin sadece korelasyon, 1 tanesinin bağımsız örneklem t testi, korelasyon ve faktör analizi, 3 tanesinin faktör analizi ile korelasyon analizi, 1 tanesinin ise YEM ile beraber ki-kare tekniği ile analiz edildiği ortaya çıkmıştır. Betimsel analiz sonucunda elde edilen veriler doğrultusunda sosyal ağ yorgunluğuna ait bütün araştırmaların model tipolojisi şu şekilde oluşturulmuştur.

### Tartışma ve Sonuç

Araştırmacılar, literatürde yer alan sosyal ağ yorgunluğu araştırmalarının öncüllerini model

kapsamında belirlemek istemiştir. Bu bağlamda araştırmada model özelinde bazı sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmada ilk olarak 2015 yılında Bright ve diğerleri tarafından yapılan araştırmanın bulgularının kullandıkları sınırlı kapasite modeline uygun olmadığı görülmüştür. Konunun yeni ve az çalışılmasından dolayı bulgulardan model uyumunun sağlanamadığı bu araştırma nitel yöntemle odak grup görüşmesi şeklinde yapılmıştır. Kavramın sınırlarında bir genişleme olmadığı için Bright ve diğerleri (2015), gelecekte yapılacak araştırmaların nicel desende daha geniş örneklem ile belirli ölçekler dahilinde yapılmasını önermiştir. Betimsel içerik analizi sonucunda da elde edilen verilere göre belirlenen yıl aralığında yapılan araştırmaların 17 tanesinin bundan sonra nicel desende anket tekniği ile yapıldığı

saptanmıştır. Bu durum sosyal ağ yorgunluğu kavramının ve öncüllerinin yığılmacı bir şekilde, birden çok araştırmacı tarafından geliştirildiğine işaret etmektedir. 2016 yılı itibari ile yapılan araştırmaların (Zhang vd, 2016; Zhang vd, 2019; Malik vd, 2020; Liu vd, 2021) hepsinde kavramın bir model doğrultusunda açıklanmaya çalışıldığı ve model uyumunun da elde edildiği saptanmıştır. Araştırmalar incelendiğinde ise kavramın tanımlama işleminde elde edilen sonuçların benzer olduğu ve yine sosyal ağ yorgunluğu ile öncüllerinin bir modele bağlı kalarak benzer şekilde açıklandığı görülmüştür. Araştırmanın bu kısmından elde edilen bilgi ile diğer disiplinlerde

**Çizelge 1**

Sosyal Ağ Yorgunluğuna Ait Yapılan Araştırmaların Model Tipolojisi

Araştırmacılar	Yıl	Model	Öncül
Bright vd.	2015	Sınırlı Kapasite	Sosyal Ağ Öz-Yeterliği, Mahremiyet Kaygıları
Lee vd.	2016	İnsan-Çevre Uyum Modeli	Dışa Dönüklük/Nevrotiklik, Aşırı Sosyal Ağ Yüklenmesi
Zhang vd.	2016	Stresör-Zorlanma-Sonuç	Aşırı Sosyal Ağ Yüklenmesi
Luqman vd.	2018	Uyaran-Organizma-Tepki	Hedonik, Bilişsel Kullanım
Cao & Sun	2018	Uyaran-Organizma-Tepki	Aşırı Sosyal Ağ Yüklenmesi
Cao vd.	2019	Uyaran-Organizma-Tepki	Siber Mağduriyet
Lugman vd.	2018	Planlı Davranış Teorisi	Sürekli Kullanım Niyeti
Dhir vd.	2018	Stresör-Zorlanma-Sonuç	Psikolojik Suşlar
Dhir vd.	2019	Stresör-Zorlanma-Sonuç	Gizlilik Kaygıları, İfşa, Ebeveyn Endişesi
Zhang vd.	2019	Stresör-Zorlanma-Sonuç	Psikolojik Suşlar
Xiao & Mou	2019	İnsan-Çevre Uyum/ Kişilik Tipleri	Dışa Dönüklük/Nevrotik
Lin vd.	2020	Stresör-Zorlanma-Sonuç	Aşırı Sosyal Ağ Yüklenmesi
Fu vd.	2020	Uyaran-Organizma-Tepki	Aşırı Sosyal Ağ Yüklenmesi
Guo vd.	2020	Stresör-Zorlanma-Sonuç	Aşırı Sosyal Ağ Yüklenmesi
Malik vd.	2020	Stresör-Zorlanma-Sonuç	Psikolojik Suşlar
Shi vd.	2020	Stresör-Zorlanma-Sonuç	Aşırı Sosyal Ağ Yüklenmesi
Adhikara&Panda	2020	Sınırlı Kapasite Modeli Teknoloji Kabul ve Kullanımı Modeli	Sürekli Kullanım Niyeti
Lin vd.	2021	Stresör-Zorlanma-Sonuç	Sürekli Kullanım Niyeti

geliştirilen modellerin sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerini belirlemede kullanılacağı yargısına erişilmiştir.

Elde edilen bir başka bulgu da ise kavramın hangi değişkenlerden etkilendiğine yönelik farklı sonuçlar bulunmuştur. Bu da bağımsız değişkenler ile fenomenin sınırlarını genişletmiş, kavramın tanımlanmasına zenginlik sağlamıştır. 18 araştırmacının çoğunluğunun hep aynı değişkenler olan bilginin, sistemin, iletişimin ve sosyallığın aşırı yüklenmesi üzerinde kümelenildiği görülmektedir. Buna bağlı olarak da yapılan ilk araştırmaların çoğunda öncelikli olarak iç öncüllerin bağımsız değişken olarak atandığı ve keşfedilmeye çalışıldığı dikkat çekmiştir. Kavrama yönelik ulaşılan bu sonuç araştırmacılar da, sosyal ağ yorgunluğunun

öncüllerinin hala net bir şekilde açıklanamadığı düşüncesini belirginleştirmiştir. Nitekim özellikle bazı araştırmacılar (Zhang vd., 2016; Cao & Sun, 2018; Yu vd., 2019; Shi vd., 2020; Whelan, vd., 2020) da araştırmalarının öneri kısmında kavramın öncüllerinin kesinleşmesi için daha çok araştırma yapılması gerektiği üzerinde durmuştur. Bir önceki cümleye paralel olarak araştırmacının bir başka sonucunda ise sosyal ağ yorgunluğuna yönelik bir model kapsamında yapılan araştırma sayısının yıl bazında düzenli olarak artması bu önerinin gerçekleştirildiğini ortaya çıkartmıştır. Yıl bazında yapılan araştırma sayısı incelendiği 2015-2021 yılları arasında makale sayısının sürekli arttığı en fazla artışın ise 2020 yılının da meydana geldiği anlaşılmıştır. Makale sayısının artması ile beraber farklı modellerin ve farklı değişkenlerin

de sosyal ağ yorgunluğu kavramına dahil edildiği saptanmıştır. Bağımsız değişken sayısının son dönem araştırmalarında; sosyal ağların kullanım motivasyonları, gizlilik endişeleri, bilgi ilgisizliği değişkenlerine bağlı olarak da araştırıldığı dikkat çekmiştir. Araştırmacının bu bulgusundan hareketle Ravindran ve diğerleri (2014); Cao ve diğerleri (2018); Cao ve Sun, (2018); Cao ve diğerleri (2018); Fu ve diğerleri (2020) ile Guo ve diğerlerinin (2020) de belirttiği üzere değişken sayısının artması ile sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerinin de hacim kazanacağı düşünülmektedir.

Çalışmanın bir başka bulgusunda ise araştırmaların yayınlandığı dergiler ve endekslerine göre bir analiz yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre tüm makalelerin prestiji yüksek olan SSCI, SCI ve SCOPUS endekslerinde taranan dergilerde yer aldığı görülmüştür. Genel itibari ile 18 makalenin yeni iletişim teknolojilerin toplum ve birey üzerine olan etkilerini bir arada toplayan dergilerde yer aldığı anlaşılmıştır. Bunun yanında makalelerin bilgi ve bilginin işlenmesi ile bilgisayar ve internet üzerine odaklanan dergilerde de yer aldığı ortaya çıkmıştır. Bu açıdan sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerinin belirlenmesinde özellikle bazı makalelerin dergin ruhuna uygun olduğu düşüncesi araştırmacılarda oluşmuştur. Daha sonra yapılacak araştırmalar bu çalışmada verilen dergilere gönderilebilir.

Araştırmada makalelerin örneklemlerine yönelik de incelenme yapılmıştır. Örneklemlerinin çoğunlukla yetişkinlerden oluşturulduğu saptanmıştır. Bunun yanında özellikle bazı araştırmalarda (Cao & Sun, 2018) örneklem sayısının artırılması ve genellikle Çin'de yapılan araştırmalardan farklı olarak başka ülkelerde de bu fenomenin incelenmesine yönelik tavsiyeler sıralanmıştır. Çalışma grubuna dahil edilen makalelerin örnekleme türleri incelendiğinde ise sadece 3 araştırmada belirtildiği, kalan 17 araştırmada bu bilgiye yer verilmediği anlaşılmıştır. Son olarak ise örneklem sayısının en az 201 en çok ise 2698 olduğu görülmüştür. Nitel desenlerden odak görüşmesi ile yapılan sadece 1 araştırmacının ise 16 katılımcı ile yürütüldüğü anlaşılmıştır. Tüm araştırmalardan toplanan veriler ise yine sadece

nitel desende yapılan çalışma hariç çeşitli istatistik programlarında analiz edilmiştir. Zhang ve diğerlerinin (2016) yaptığı araştırma ise yorumlayıcı sistem ile analiz edilmiştir. Bunun yanında nicel desende yapılandırılan araştırmalar ise SPSS ve AMOS analiz programında korelasyon, faktör analizi ve bağımsız örneklem t testi gibi parametrik testler ile yorumlanmıştır. Araştırmacının bu bulgusunun da yine Ravindran ve diğerleri (2014) tarafından verilen öneri doğrultusunda nicel desende yapıldığı düşünülmektedir. Nitekim Ravindran ve diğerleri 2014 yılında gerçekleştirdikleri araştırma sonunda yeni geliştirilen kavramı tanımlamak ve bir dizi sıralanan öncül ile değişkenlerin etkilerini anlamak için nicel araştırmalara ihtiyaç duyulduğunu belirtmiştir.

Araştırmacılar, model özelinde yapılan çalışmaların incelenmesi sonucu dillendirilen bu yeni kavramın teorik çerçevesinin daha net bir şekilde çizilebileceğini düşünmektedir. Benzer şekilde de sosyal ağ yorgunluğu üzerinde çalışan Cao ve Sun (2018) ile Shi ve diğerleri (2020) araştırma bulgularının sonunda kavramın genişlemesi için model özelinde araştırmaların yapılmasını tavsiye etmiştir. Betimsel içerik analizinden elde edilen sonuçların, gelecekte yapılması tasarlanan çalışmalara yön vermesi beklenmektedir. Bu araştırmada fenomen ile ilgili belirlenecek eğilimler sonunda farklı çalışmaların yapılacağı öngörülmektedir. Çünkü genel itibari ile yapılan sosyal ağ araştırmalarının aynı eksen üzerinde kümelenmediği görülmektedir. Hem sosyal ağ araştırmalarına yeni bir inceleme konusu sunması hem de fenomenin başka değişkenler ile incelenmesi açısından iletişim bilimleri alanına da çeşitlilik getirmesi olası görülmektedir. Yapılan içerik analizi sonuçlarına göre araştırmacılar Türkiye'de yapılabilecek çalışmalar için bazı öneriler sıralamıştır.

Literatüre destek olacak şekilde ilk araştırmalarda "Sınırlı Kapasite Modeli (LCM) Stresör, Zorlanma, Sonuç Modeli (SSO), İnsan Çevre (P-E) Modeli ve Uyarın-Organizma-Yanıt Modeli (S-O-R) kullanılmalıdır.



İlk araştırmalardan sonra Sosyal Bilişsel Teori (SCT), Teknoloji Kabul Modeli (TAM) ile Teknolojinin Kabul ve Kullanımının Birleşik Teorisi'nin de (UATUT) sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerinin araştırılmasında sağlam bulgular vereceği öngörülmektedir.

Yine Türkiye özelinde yapılacak ilk araştırmalarda öncelikli olarak küçük örneklemeler ile çalışılmalıdır. Çünkü nicel araştırmalarda özellikle incelenen araştırma keşifsel ya da açıklayıcı türde yapıyor ise analiz bulgularını yorumlamak zorlaşabilmektedir.

Örneklemelerde ilk olarak öğrenciler ile çalışılmalıdır. We Are Social'ın son yayınlanan raporuna göre Türkiye'de sosyal ağ kullanan genç oranı 13-34 yaş aralığında yüzde 58,7'dir.

## Kaynaklar

Adhikari, K., & Panda, R.K. (2020). Examining the role of social networking fatigue toward discontinuance intention: the multigroup effects of gender and age. *Journal of Internet Commerce*, (19), 125- 152. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15332861.2019.1698265>

Aksoy Kürü, S. (2021). Meta-analiz, *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 42(1), 215-229. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/pausbed/issue/60346/803061>

Bright, L. F., Klieser, S. B., & Grau, S. L. (2015). Too much Facebook? an exploratory examination of social media fatigue. *Computers in Human Behavior*, (44), 148-155. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563214006566>

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (17. Baskı). Pegem Yayınları.

Caplan, Robert D. (1987b). Person-Environment Fit Theory and organizations: commensurate dimensions, time perspectives, and

mechanisms. *Journal of Vocational Behavior*, 31(3), 248-267. <https://deepblue.lib.umich.edu/bitstream/handle/2027.42/26479/0000015.pdf>

Cao, X., Khan, A. N., Ali, A. & Khan, N. A. (2018). Consequences of cyberbullying and social overload while using SNS: a study of users' discontinuous usage behavior in SNS. *Springer Science+Business Media*, 1-14. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10796-019-09936-8>

Dhir, A., Yassotorn, Y., Kaur, P. & Chen, S. (2018). Online social media fatigue and psychological wellbeing-a study of compulsive use, fear of missing out, fatigue, anxiety and depression. *International Journal of Information Management*, (40), 141-152. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0268401217310629>

Dhir, A., Yassotorn, Y., Kaur, P., Chen, S. & Pallesen S. (2019). Antecedents and consequences of social media fatigue. *International Journal of Information Management*, (48), 193-202. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0268401218303748>

Edwards, J. R., & Van Harrison, R. (1993). Job demands and worker health: three-dimensional reexamination of the relationship between Person-Environment Fit and strain. *Journal of Applied Psychology*, 78(4), 628-648. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8407706/>

Edwards, J. R., Caplan, R. D., & Harrison, R. V. (1998). Person-Environment Fit Theory: conceptual foundations, empirical evidence, and directions for future research. In C. L. Cooper (Ed.), *Theories of organizational stress* (pp. 28-67). Oxford University Press.

Edwards, J.R. (2005). *Work and life integration: organizational, cultural, and individual perspectives*. Erlbaum,

- Edwards, J. (2008). Person–Environment Fit in organizations: an assessment of theoretical progress. *The Academy of Management Annals*, 2(1), 167–230. <https://psycnet.apa.org/record/2011-23233-004>
- Eroğlu, S., Machleit, K.A., & Davis, L.M. (2001). Atmospheric qualities of online retailing: A conceptual model and implications. *Journal of Business Research*, 54, 177-184. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0148296399000879>
- Fu, S., Li, H., Liu, Y., Pirkkalainen, H. & Salo, M. (2020). Social media overload, exhaustion, and use discontinuance: examining the effects of information overload, system feature overload, and social overload. *Information Processing and Management*, (57), 1-15. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306457320308025>
- Goasduff, L., & Pettey, C. (2011). Gartner survey highlights consumer fatigue with social media, <http://www.gartner.com/it/page.jsp?id=1766814>
- Göktaş, Y., Küçük, S., Aydemir, M., Telli, E., Arpacık, Ö., Yıldırım, G. ve Reisoğlu, İ. (2012). Türkiye’de eğitim teknolojileri araştırmalarındaki eğilimler: 2000-2009 dönemi makalelerinin içerik analizi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(1), 177-199).
- Guo, Y., Lu, Z., Kuang, H. & Chaoyou, W. (2020). Information avoidance behavior on social network sites: information irrelevance, overload, and the moderating role of time pressure. *International Journal of Information Management*, 52, 1-12. [https://e-tarjome.com/storage/panel/fileuploads/2020-02-04/1580810266\\_E14375-e-tarjome.pdf](https://e-tarjome.com/storage/panel/fileuploads/2020-02-04/1580810266_E14375-e-tarjome.pdf)
- Jackson, S. E., Schwab, R. L., & Schuler, R. S. (1986). Toward an understanding burnout phenomenon. *Journal of Applied Psychology*, 71, 63. <https://psycnet.apa.org/record/1987-11698-001>
- Koeske, G. F. & Koeske R. D. (1989). Work load and burnout: can social support and perceived accomplishment help? *Social Work*, 34(3), 243–248. <https://psycnet.apa.org/record/1989-34487-001>
- Koeske, G. F. & Koeske R. D. (1991). Student "burnout" as a mediator of the stress-outcome relationship. *Research in Higher Education*, 32(4), 415-431. <https://www.jstor.org/stable/40195978>
- Krowinski, W.J. (1981). *A Construct validation study of the maslach burnout inventory*. Pittsburgh.
- Lang, A. (2000). The Limited capacity model of mediated message processing. *Journal of Communication*, 50, 46-70. <https://academic.oup.com/joc/article-abstract/50/1/46/4110103?redirectionedFrom=fulltext>
- Lee, C.C., Chou, S.T.H., & Huang, Y.R. (2014). A study on personality traits and social media fatigue-example of Facebook users. *Lecture Notes on Information Theory*, 2(3), 249-253. [https://www.researchgate.net/publication/290140712\\_A\\_Study\\_on\\_Personality\\_Traits\\_and\\_Social\\_Media\\_Fatigue-Example\\_of\\_Facebook\\_Users](https://www.researchgate.net/publication/290140712_A_Study_on_Personality_Traits_and_Social_Media_Fatigue-Example_of_Facebook_Users)
- Liu, H., Liu, W., Yoganathan, V. & Osburg, V., S. (2021). Covid-19 information overload and generation z’s social media discontinuance intention during the pandemic lockdown, *Technological Forecasting & Social Change*, 166, 1-12. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0040162521000329>
- Logan, K., Bright, L.F., & Grau, S.L. (2018). "UNfriend me, please!": social media fatigue and the theory of rational choice. *Journal of Marketing Theory and Practice*, 26, 357-367. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10696679.2018.1488219>

- Malik, A., Dhir, A., Kaur, P. & Johri, A. (2020). Correlates of social media fatigue and academic performance decrement, *Information Technology and People*, 1-25. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/ITP-06-2019-0289/full/html>
- Maier, C., Laumer, S., Eckhardt, A. & Weitzel T. (2012). When social networking turns to social overload: explaining the stress, emotional exhaustion, and quitting behavior from social network sites's users. *European Conference on Information Systems (ECIS)*, 71, 1-13.
- Marlow, C.R. (2005). *Research methods for generalist social work*. New York.
- Maslach, C., & Jackson, S. A. (1981). The Measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99-113. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/job.4030020205>
- Mehrabian, A., & Russell, J. A. (1974). *An Approach to environmental psychology*. ABD: The MIT Press.
- Odabaş, H. (2011). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. <https://odabashuseyin.files.wordpress.com/2011/04/1.pdf>
- Öğülmüş, S. (2019). İçerik çözümlemesi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 24 (1), 213-228. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/auebfd/issue/47891/605423>
- Özkan, Ö. ve Kaya, S. (2015). Bilimsel makalede "sınırlılıklar" neden ve nasıl yazılır? *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 14(6), 496-505. [https://www.researchgate.net/publication/293042579\\_Bilimsel\\_Makalede\\_Sinirlilikler\\_Neden\\_ve\\_Nasil\\_Yazilir\\_Why\\_and\\_how\\_to\\_write\\_limitations\\_in\\_scientific\\_paper](https://www.researchgate.net/publication/293042579_Bilimsel_Makalede_Sinirlilikler_Neden_ve_Nasil_Yazilir_Why_and_how_to_write_limitations_in_scientific_paper)
- Polat, S. & Ay, O. (2016). Meta-sentez: kavramsal bir çözümleme. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 4 (2), 52-64. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/365967>
- Rainie, L., Smith, A., & Duggan, M. (2013). Coming and going on Facebook. Pew Research Center Internet & Technology. <http://www.pewinternet.org/2013/02/05/coming-and-going-on-facebook/>
- Ravindran, T. Chua, A. Y.K & Goh, D. H. (2013). Characteristics of social network fatigue. 10th International Conference On Information Technology: New Generations.
- Ravindran, T., Kuan, A. C. Y. K & Lian, D. G. H. (2014). Antecedents and effects of social network fatigue. *Journal of The Association for Information Science and Technology*, 65(11), 2306-2320. <https://asistdl.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/asi.23122>
- Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York.
- Shi, C., Yu, L., Wang, N., Cheng, B., Cao, X. (2020). Effects of social media overload on academic performance: a stressor strain outcome perspective. *Asian Journal of Communication*, 30(2), 179-197.
- Şimşek, N. & Arslan, K. (2022). Matematik öğrenme güçlüğü ile ilgili çalışmaların betimsel analizi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 13 (1), 433-449. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/baebd/issue/70550/983453>
- Um, M.Y. & Harrison, D.F. (1998). Role stressors, burnout, mediators, and job satisfaction: A stress-strain-outcome model and an empirical test. *Social Work Research*, 22, 100-115. <https://www.jstor.org/stable/42659933>
- Ültay, E., Akyurt, H. & Ültay, N. (2021). Sosyal bilimlerde betimsel içerik analizi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (10), 188-201. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ibad/issue/60114/871703>
- Walliman, Nicholas (2006). *Social research methods*. Londra.

Whelan, E., Islam, A., & Brooks, S. (2020). Is boredom proneness related to social media overload and fatigue? a stress-strain-outcome approach. *Internet Research*, 30, 869-887. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/INTR-03-2019-0112/full/html>

Yazıcı, M., Uzun, E., Kılınç, B., Şahin, R. & Karadağ, A. (2022). Türkiye’de 2015-2019 yılları arasında fen eğitimi alanında simülasyon kullanılarak yapılan tez çalışmalarının betimsel analizi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17 (35), 1131-1153. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/befdergi/issue/72631/892390>

Yu, L., Shi, C., & Cao, X. (2019). Understanding the effect of social media overload on academic performance: a stressor-strain-outcome perspective. İçinde Proceedings of the 52nd Hawaii International Conference on System Sciences.

Zhang, S., Zhao, L., Lu, Yaobin & Yang, J. (2016). Do you get tired of socializing? An empirical explanation of discontinuous usage behaviour in social network services. *Information & Management*, (53), 904-914. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378720616300295>

Zhang, Y., Liu, Y., Li, W., Peng, L. & Yuan, C. (2019). A Study of the influencing factors of mobile social media fatigue behavior based on the grounded theory. *Information Discovery and Delivery*, 48(2), 91-102. <https://vlex.co.uk/vid/study-of-the-influencing-846726604>

### Extended Abstract

Social network fatigue is a new concept that has started to take place in communication sciences for the last 10 years. Social network fatigue basically refers to the poor performance of the user in the use of the platform. This concept is explained by feeding on the concept of fatigue in medical sciences. Accordingly, the causes and the result are like medical fatigue. When the first social network fatigue studies are examined, these similarities draw attention.

The concept of social network fatigue was first defined by Sunday researchers as a situation that is likely to create economic risk for companies. In the field of communication sciences, it was first included in the literature in 2012, but no identification process was performed. The first regular and systematic person working towards conception is known as Ravindran, Chua and Goh (2013). Ravindran and others (2013) with Ravindran, Kuan and Lian (2014) have provided an idea about what social network fatigue is and have now proposed to conduct quantitative research within the scope of a model. The social network research conducted after 2015 have been structured to determine the precursors of the concept within the scope of a model.

Social network fatigue was tried to be determined for the first time in the limited capacity model by Bright, Klieser and Grau (2015) within the scope of a model, but it was determined that the data obtained at the end of the focus interview did not comply with the theoretical framework of the model. The first research showing compliance with the model was conducted by Dhir, Kaur, and Chen in 2018. Psychological/physical strains were obtained with the stressor-strain-outcome (SSO) model used in the research.

The main reason for the study of social network fatigue by adhering to a model is the determination of internal/external precursors. The predecessors, on the other hand, are divided into two, internal/external within themselves. The internal precursors refer to the user's personal situations, while the external precursors refer to all environmental stimuli. When the literature is examined, it is understood that while the internal antecedents are generally determined, clear boundaries cannot be drawn for the external antecedents. It is also worth noting that external antecedents are generally examined only according to excessive social network loading.

Social network fatigue has not yet been included in the Turkish literature. This research is basically structured to eliminate this deficiency and

open a new path in social network research. For this reason, it will be appropriate to examine the research conducted for the concept first. Accordingly, descriptive content analysis was used in the research method. Descriptive content analysis provides a wide range of data about the subject to subsequent research and reveals the trends of all studies conducted. Based on this, some results have been obtained in this research. Firstly, there are a total of 18 studies that specifically determine the precursors of social network fatigue in a model. In research, the stressor-strain-outcome model and the excessive social network loading independent variable are mostly used. While 17 of the researches were conducted with quantitative design and analyzed in statistical programs, 1 research was conducted with focus group interview, one of the qualitative research methods, and the data were tried to be explained with interpretation technique. In more than half of the studies, the sample was composed of adults. Again, it has been determined that all the studies have been published in prestigious journals such as SSCI, SCI, Scopus and that more studies have been conducted within the scope of the model as of 2020.

According to the results obtained in this research, some recommendations are listed. In order to support the literature, "Limited Capacity Model (LCM) Stressor, Strain, Outcome Model (SSO), Human Environment (P-E) Model and Stimulus-Organism-Response Model (SOR) should be used in the initial research. After the initial research, it is expected that Social Cognitive Theory (SCT), the Technology Acceptance Model (TAM) and the Unified Theory of Acceptance and Use of Technology (UATUT) will also provide solid findings in the investigation of the precursors of social network fatigue. Again, in the first studies to be conducted specifically in Türkiye, small samples should be studied primarily. Because in quantitative research, it can be difficult to interpret the analysis findings, especially if the research being studied is done in an exploratory or explanatory type. Samples should be studied with students first. Finally, as a result of descriptive content analysis, the researchers recommended

using the social network overload independent variable with the SSO model, especially for studies to be conducted in Türkiye.

#### Yazar Bilgileri

##### Author details

\*(Sorumlu Yazar **Corresponding Author**) Dr. Öğr. Üyesi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi İletişim Fakültesi, nihalacar@cumhuriyet.edu.tr, Orcid: 0000-0003-1552-5654

\*\*Prof. Dr., Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi, bgulnar@selcuk.edu.tr, Orcid: 0000-0002-7114-1500

#### Katkı Oranı

##### Author Contribution Percentage:

Birinci yazar % 70 First Author % 70

İkinci yazar % 30 Second Author % 30

#### Destekleyen Kurum/Kuruluşlar Supporting-Sponsor

##### Institutions or Organizations:

Herhangi bir kurum/kuruluştan destek alınmamıştır. None

#### Çıkar Çatışması

##### Conflict of Interest

Herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır. None

#### Kaynak Göstermek İçin

##### To Cite This Article

Acar, N. & Gülnar, B. (2023). Sosyal ağ yorgunluğunun öncüllerinin belirlenmesinde kullanılan modellerin betimsel içerik analizi ile incelenmesi. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (63), 131-151. <https://doi.org/10.47998/ikad.1251158>