



Millî Kültür Araştırmaları Dergisi (MİKAD) / Cilt 9 - Sayı 1

Sorumlu Yazar: Nazlıcan KARA, İstanbul Gedik Üniversitesi, Klinik Psikoloji, Yüksek Lisans,
psk.nazlicankara@gmail.com

ORCID ID: 0009-0006-8454-783X

İkinci Yazar: Dr. Öğr. Üyesi Barkan ESKİİLİ, Atlanta Psychology Education, barkaneskiili@gmail.com

ORCID ID: 0000-0003-3990-7585

Atıf: Kara, N. & Eskiili B. (2025). Sosyal Onay Arayışı İle Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişkide Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun (FoMO) Aracı Rolü, Millî Kültür Araştırmaları Dergisi, 9 (1), s. 1-14.

Gönderim ve Kabul Tarihi: 3 Mayıs 2025 / 3 Haziran 2025

Araştırma Makalesi

ISSN: 2587-1331

DOI: 10.55774/mikad.1687475

<https://dergipark.org.tr/tr/pub/mikad>

SOSYAL ONAY ARAYIŞI İLE TELEFON BAĞIMLILIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİDE GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSUNUN (FoMO) ARACI ROLÜ¹

Öz

Bu çalışma, sosyal onay arayışı ile telefon bağımlılığı arasındaki ilişkide Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun (FoMO) aracılık rolünü incelemek amacıyla yapılan nicel tanımlayıcı ve ilişki arayıcı bir çalışmadır. Araştırma, İstanbul'daki üniversite öğrencileri üzerinde, 418 katılımcı ile anket yoluyla yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak Bir Anket Formu, Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği, Akıllı Telefon Bağımlılığı, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO) ölçekleri kullanılmıştır. Bulgular, sosyal onay ihtiyacının akıllı telefon bağımlılığını ve fomo yu pozitif yönde anlamlı olarak yordadığını göstermiştir. Bu bağlamda, sosyal onay arayışı, FoMO'yu tetikleyerek dijital bağımlılığın pekişmesine neden olmaktadır. Araştırma, dijital platformların sosyal ve psikolojik ihtiyaçları karşılama açısından önemli bir araç sunduğunu ancak bu süreçte dijital bağımlılığın da önemli ölçüde arttığını vurgulamaktadır. Elde edilen bulgular, dijital teknolojilerin bireylerin sosyal etkileşim ve psikolojik durumları üzerindeki dönüşümünü anlamada değerli bir katkı sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Onay, Telefon Bağımlılığı, FoMO

THE MEDIATING ROLE OF FEAR OF MISSING OUT (FoMO) IN THE RELATIONSHIP BETWEEN THE NEED FOR SOCIAL APPROVAL AND SMARTPHONE ADDICTION

Abstract

¹ Bu çalışma "Sosyal Onay İhtiyacının Telefon Bağımlılığı Üzerindeki Etkisinde Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun (Fomo) Aracılık Etkisi" adlı yüksek lisans tez çalışmasından üretilmiştir.

This study is a quantitative descriptive and correlational study conducted to examine the mediating role of Fear of Missing Out (FoMO) in the relationship between seeking social approval and phone addiction. The study was conducted on university students in Istanbul via a survey with 418 participants. A Survey Form, Need for Social Approval Scale, Smartphone Addiction, and Fear of Missing Out (FoMO) scales were used as data collection tools. The findings showed that the need for social approval significantly predicted smartphone addiction and FOM in a positive way. In this context, seeking social approval triggers FoMO and causes the reinforcement of digital addiction. The study emphasizes that digital platforms provide an important tool in terms of meeting social and psychological needs, but digital addiction also increases significantly in this process. The findings provide a valuable contribution to understanding the transformation of digital technologies on individuals' social interactions and psychological states.

Keywords: Social Approval, Smartphone Addiction, FoMO

GİRİŞ

Teknoloji, günümüz toplumunda bireyden topluma uzanan geniş bir etki alanı oluşturarak, toplumsal ve bireysel düzeyde köklü bir dönüşüme yol açmıştır ve dijital iletişim araçlarını ön plana çıkaran temel dinamiklerden biri haline gelmiştir. Bireylerin yaşam alanlarında iletişim araçlarını yoğun bir şekilde kullanmaları ve bu araçlara yönelik artan bağılılıkları, dijital teknolojilerin toplumsal yaşamda ne denli ön plana çıktığını ortaya koymaktadır. Bu durum, bireylerin yaşam tarzlarını, dünyaya bakış açılarını, günlük alışkanlıklarını ve psikolojik durumlarını derinden etkileyen çok boyutlu bir dönüşüm sürecini beraberinde getirmiştir. Ortaya çıkan psikolojik etkiler göz önünde bulundurulduğunda, bireylerin iletişim araçlarına yöneliminin artmasıyla birlikte belirgin bir bireyselleşme sürecinin yaşandığı görülmektedir. Bu bireyselleşmenin temelinde, dijital iletişim araçlarının kullanımına yönelik gelişen alışkanlıklar yer almaktadır. Özellikle sosyal medya platformlarının süreklilik arz eden yapısı ve akışkan içeriği, bireyleri zamanla sosyal ilişkilerden uzaklaştırarak daha içe dönük, çekingen ve sosyal etkileşimden kaçınan bir yapıya yönlendirebilmektedir.

Ortaya çıkan bu yeni düzende dijital ortamlar açığa çıkmıştır ve bu ortamlar bireylerin toplumsal aidiyet ve etkileşim gereksinimlerini karşılamak için sıklıkla başvurdukları mecralar haline gelmiştir. Özellikle çevrim içi kalma yönündeki artan eğilim, bireylerin medya kullanım davranışlarında süreklilik ve zorlayıcılık gibi özelliklerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu durum, zamanla bireylerin dijital araçlara bağımlılık geliştirmesine zemin hazırlamakta, psikolojik ve davranışsal düzeyde çeşitli sorunlara yol açmaktadır. Günümüzde yeni medya temelli bu tür sorunlar, akademik alanda yoğun biçimde ele alınmakta; dijital bağlamda ortaya çıkan psikolojik ihtiyaçlar ve motivasyonlar detaylı şekilde tartışılmaktadır. Bu bağlamda dikkat çeken kavramsal yapılardan biri, bireylerin sosyal çevrelerinde meydana gelen gelişmeleri kaçırma düşüncesine bağlı olarak hissettikleri eksiklik ve kaygı durumudur. Literatürde 'FoMO' (Fear of Missing Out) olarak adlandırılan bu olgu, dijital medya içeriklerinin sürekli takibiyle şekillenen bir psikolojik gerilim hali olarak değerlendirilmektedir (Balcı ve Bal, 2022: 104). Bu doğrultuda, bu çalışma bağlamında literatürde önemli bir yer edinen gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) kavramının incelenmesi anlamlı bir katkı sağlayacaktır.

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO), dijital medya ve sosyal medya platformlarının yaygınlaşmasıyla bireylerde, başkalarının deneyimlerini takip etme ve onlara katılamama korkusunun artmasına yol açan psikolojik bir durum olarak tanımlanmaktadır. Bu olgu, bireylerin sosyal çevrelerinde gerçekleşen etkinlikleri kaçırdıklarında hissettikleri kaygı ve tatminsizlik duygularıyla karakterize edilmektedir (Holte, 2023: 121). FoMO, dijital platformlarda sürekli bağlantı halinde olma isteğini artırarak, bireylerin sosyal medya üzerinden sürekli olarak başkalarını takip etme ve etkileşimde bulunma arzusunu pekiştirmektedir. Bu durum, yalnızca bireylerin psikolojik iyilik halleri üzerinde olumsuz etkilere yol açmakla kalmaz, aynı zamanda sosyal medya kullanımının bağımlılık boyutlarına da yol açabilmektedir (Gupta ve Sharma, 2021: 52).

FoMO, bireylerin sosyal çevrelerinde gerçekleşen etkinlikleri ve deneyimleri kaçırma kaygısı taşımasıyla tanımlanırken, bu kaygı genellikle sosyal onay arayışından kaynaklandığını ifade etmek mümkündür. Bireyler sosyal medyada başkalarının paylaşımlarını izlerken, kendi yaşamlarının eksik veya yetersiz olduğu hissine kapılabilirler. Bu durum, sosyal onay arayışlarını tetikleyerek, daha fazla etkileşimde bulunma ve onay alma isteğini güçlendirebilir. Sosyal onay ihtiyacı, bireylerin başkalarından olumlu geribildirim almayı ve sosyal çevrelerinde kabul görmeyi arzulamalarıyla ilişkilidir. Bu bağlamda, fomonun, sosyal onay arayışının bir yansıması olarak, bireylerin sürekli çevrimiçi olma ve dijital platformlarda başkalarını takip etme davranışlarını pekiştirebileceği ve dijital bağımlılığı artırabileceği söylenebilir. Bu nedenle, bu çalışmada, bireylerin sosyal onay arayışı ile akıllı telefon kullanım alışkanlıkları arasındaki ilişki ve FoMO'nun bu süreçteki aracılık rolü incelenecektir. Genel çerçevede, ulaşılmak istenen temel argüman, bireylerin sosyal onay arayışı ile akıllı telefon kullanım alışkanlıkları arasındaki ilişkiyi ve FoMO'nun bu süreçteki aracılık rolünü analiz etmektedir. Ayrıca, FoMO'nun akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkileri ele alınarak, dijital bağımlılıkla ilgili daha kapsamlı bir anlayış geliştirilmesi hedeflenmektedir.

1. Yöntem

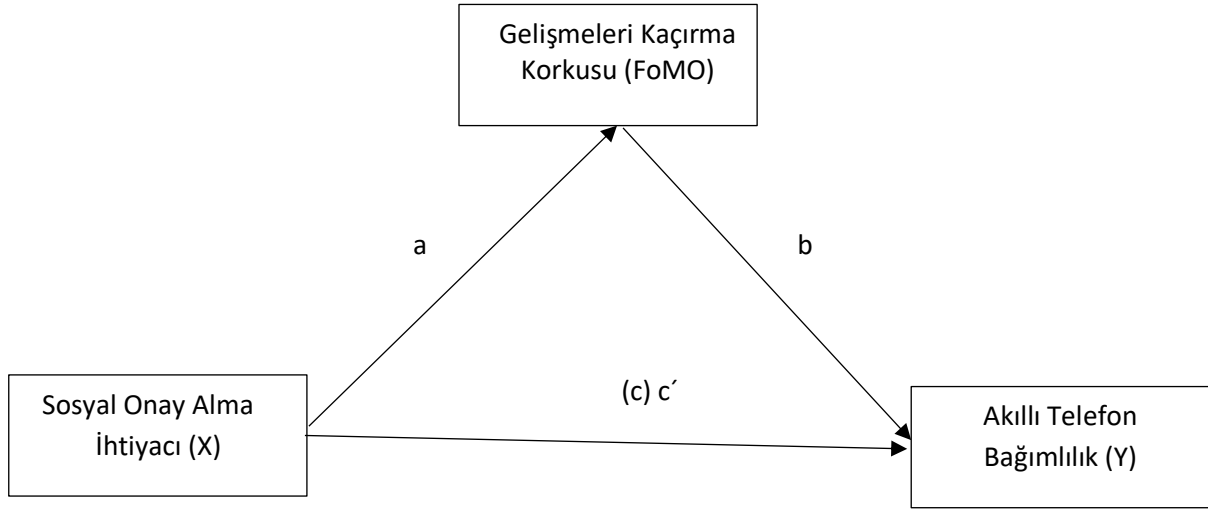
Bu çalışma, sosyal onay ihtiyacının telefon bağımlılığı üzerindeki etkisinde Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun (FoMO) Aracılık Etkisi'ni incelemeyi amaçlamakta olup, birincil ve nicel verilerle gerçekleştirilmiştir. Birincil veriler, araştırmacının katılımcıların tutum, davranış ve görüşlerini belirli veri toplama araçları (örneğin anket, envanter) ile doğrudan elde ettiği verilerdir. Nicel araştırmalar, sayısal verilerle kesin ve genellenebilir sonuçlar elde etmeye çalışır ve genellikle geniş örneklem grupları kullanılır. Bu çalışmada, tarama araştırması yöntemi benimsenmiştir. Tarama araştırması, bireylerin belirli konulardaki tutum, davranış ve düşüncelerini anket yoluyla tespit etmeyi amaçlar ve mevcut durumu betimleyerek analiz yapar. Ayrıca, bu çalışma nedensel tarama araştırması olarak tasarlanmış olup, bağımsız ve bağımlı değişkenler arasındaki ilişkiyi ve etkileri araştırmaya odaklanmaktadır (Kıncal, 2014:111).

Bu araştırma, İstanbul ilindeki üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış olup örneklem, 418 gönüllü katılımcıdan oluşmaktadır. Örneklem yöntemi olarak kolayda örneklem kullanılmıştır, bu yöntemde araştırmacı en kolay ulaşılabilir bireylerden veri toplar (Gülbüz ve Şahin, 2017: 131-132). Örneklem hacmi, evren sayısı bilinmesi durumunda kullanılan formüllerle belirlenmiş ve 384 kişi olarak tespit edilmiştir. Bu araştırmada minimum 400 katılımcı hedeflenmiş olup, 418 katılımcıya ulaşılmıştır.

2. Veri Toplama Araçları

- **Anket Formu:** Bu formda sosyo-demografik özellikler sorulmuştur.
- **Sosyal Onay İhtiyacı Ölçeği:** Sosyal Onay İhtiyacı'nın belirlenmesi için Karaşar ve Öğütölmüş (2016) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek, başkalarının yargılarına duyarlılık, sosyal geri çekilme ve olumlu izlenim bırakma olmak üzere üç alt boyuttan oluşur ve 25 maddeden oluşur. Ölçek, 5'li Likert tipi puanlama ile değerlendirilir.
- **Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği:** Akıllı telefon bağımlılığını ölçmek için Akın, Altundağ ve Akın (2014) tarafından Türkçeye uyarlanan formdur ve kısa formu kullanılmıştır. Bu ölçek, 10 maddeden oluşur ve bağımlılık riskinin arttığına işaret eden bir 6 dereceli puanlama sistemine sahiptir.
- **Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO) Ölçeği:** Bu ölçek Przybylski ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen ve Gökler ve arkadaşları (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan bir ölçek kullanılmıştır. Bu ölçek, sosyal olayları kaçırmaktan korkma derecesini ölçen 10 maddelik bir araç olup, 5'li Likert derecelendirmesi ile değerlendirilir.

3. Araştırma Modeli ve Hipotezleri



Şekil 1. Araştırma Modeli

Hipotezler:

H₁: Sosyal Onay Alma İhtiyacı ile Akıllı telefon bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki vardır

H₂: Sosyal Onay Alma İhtiyacı ile Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO) arasında pozitif yönde ilişki vardır

H₃: Sosyal Onay Alma İhtiyacının Akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisinde gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) aracı değişkendir.

4. Veri Analizi

Tüm analizler IBM SPSS 29 ve IBM AMOS 29 paket programları aracılığı ile yapılmıştır. Demografik değişkenler için frekans ve yüzde değerleri verilmiştir. Ölçeklerin güvenilirlik ve geçerlilik analizleri kapsamında, madde toplam madde analizi, madde analizleri anti imaj korelasyon ve düzeltilmiş madde korelasyon katsayıları, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılmış ve değerlendirilmiştir. Aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığını Sobel testi, Aroian testi ve Goodman testi ile değerlendirilmiştir. Tüm analizler %95 güven düzeyinde test edilmiştir.

5. Bulgular

Araştırmada katılımcı bireylerden elde edilen verilerden hareketle hipotezlerin testi yapılmadan önce değişkenlerin dağılımı incelenmiş ve değişkenlerin normal dağılım sergilemediği tespit edilmiş ve bu nedenle parametrik olmayan analiz teknikleri kullanılmıştır.

Tablo 1. Sosyal Onay Alma İhtiyacı Ölçeği ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Akıllı Telefon Bağlılığı Düzeyleri Arası İlişkilerin İncelenmesi

		Akıllı Telefon Bağlılığı	Gelişmeleri Kaçırma Korkusu
Başkalarının	rho	0,161	0,355
Yargılarına	p	0,001	0,000
Duyarlılık	n	418	418
Sosyal Geri Çekilme	rho	0,224	0,309
	p	0,000	0,000
	n	418	418
Olumlu İzlenim	rho	0,202	0,372
Bırakma	p	0,000	0,000
	n	418	418
Sosyal Onay Toplam	rho	0,225	0,398
Skor	p	0,000	0,000
	n	418	418

Başkalarının yargılarına duyarlılık ile akıllı telefon bağlılığı arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu ($\rho=0,161$, $p=0,001$) ve gelişmeleri kaçırma korkusu arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($\rho=0,355$, $p=0,000$). Sosyal geri çekilme ile akıllı telefon bağlılığı arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu ($\rho=0,224$, $p=0,000$) ve gelişmeleri kaçırma korkusu arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($\rho=0,309$, $p=0,000$). Olumlu izlenim bırakma ile akıllı telefon bağlılığı arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu ($\rho=0,202$, $p=0,000$) ve gelişmeleri kaçırma korkusu arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($\rho=0,372$, $p=0,000$). Sosyal onay toplam skoru ile akıllı telefon bağlılığı arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu ($\rho=0,225$, $p=0,000$) ve gelişmeleri kaçırma korkusu arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($\rho=0,398$, $p=0,000$). Diğer bir ifadeyle sosyal onay alma ihtiyacı ölçeği alt boyutları ve genel düzeyi ile gelişmeleri kaçırma korkusu ve akıllı telefon bağımlılığı düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Cinsiyete Değişkenine Göre Sosyal Onay Alma İhtiyacı Ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Akıllı Telefon Bağlılığı Düzeylerinin İncelenmesi

		<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S.s.</i>	<i>U</i>	<i>z</i>	<i>p</i>
Başkalarının Yargılarına Duyarlılık	Erkek	95	29,82	6,73	14322	-0,987	0,324
	Kadın	323	30,52	6,42			
Sosyal Geri Çekilme	Erkek	95	19,87	6,24	13487	-1,797	0,072
	Kadın	323	18,65	5,96			
Olumlu İzlenim Bırakma	Erkek	95	19,37	6,56	11696,5	-3,528	<,001
	Kadın	323	21,94	6,73			
Sosyal Onay Toplam Skor	Erkek	95	69,06	17,07	14219	-1,086	0,278
	Kadın	323	71,12	16,30			
Akıllı Telefon Bağlılığı	Erkek	95	30,23	10,39	11913	-3,315	<,001
	Kadın	323	33,62	9,83			
Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	Erkek	95	22,96	7,52	13035,5	-2,231	0,026
	Kadın	323	25,20	7,28			

Mann Whitney U testi

Cinsiyete göre Başkalarının Yargılarına Duyarlılık alt boyutunda ($U=14322$, $p=0,324$), Sosyal Geri Çekilme alt boyutunda ($U=13487$, $p=0,072$) ve Sosyal Onay Toplam Skoru düzeylerinde ($U=14219$, $p=0,278$) anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Olumlu İzlenim Bırakma alt boyutu düzeylerinde kadınların ($\bar{X}=21,94$, $SS=6,73$) erkeklere ($\bar{X}=19,37$, $SS=6,56$) göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($U=11696,5$, $p<0,001$).

Cinsiyete göre Akıllı Telefon Bağlılığı düzeylerinde kadınların ($\bar{X}=33,62$, $SS=9,83$), erkeklere ($\bar{X}=30,23$, $SS=10,39$) göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilirken ($U=11913$, $p<0,001$), Gelişmeleri Kaçırma Korkusu düzeylerinde de kadınların ($\bar{X}=25,20$, $SS=7,28$) erkeklere ($\bar{X}=22,96$, $SS=7,52$) göre anlamlı düzeyde daha yüksek puanlara sahip olduğu tespit edilmiştir ($U=13035,5$, $p=0,026$).

Tablo 3. Yaş Değişkenine Göre Sosyal Onay Alma İhtiyacı Ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Akıllı Telefon Bağlılığı Düzeylerinin İncelenmesi

	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S.s.</i>	<i>KW</i>	<i>s.d.</i>	<i>p</i>
18 - 19 yaş	80	32,29	7,45	11,644	3	0,009
20-21 yaş	189	29,45	6,78			

Başkalarının	22-23 yaş	90	30,47	5,78			
Yargılarına	24-25 yaş	59	30,53	4,40			
Duyarlılık							
Sosyal Geri	18 - 19 yaş	80	19,08	6,90	4,448	3	0,217
Çekilme	20-21 yaş	189	19,33	6,10			
	22-23 yaş	90	19,12	5,71			
	24-25 yaş	59	17,14	4,79			
Olumlu	18 - 19 yaş	80	21,33	6,92	4,502	3	0,212
İzlenim	20-21 yaş	189	21,03	7,28			
Bırakma	22-23 yaş	90	22,29	6,08			
	24-25 yaş	59	21,05	5,83			
Sosyal	18 - 19 yaş	80	72,69	18,09	5,521	3	0,137
Onay	20-21 yaş	189	69,81	17,41			
Toplam	22-23 yaş	90	71,88	15,34			
Skor	24-25 yaş	59	68,71	12,22			
Akıllı	18 - 19 yaş	80	30,01	9,08	5,744	3	0,125
Telefon	20-21 yaş	189	33,30	9,83			
Bağlılığı	22-23 yaş	90	33,04	9,69			
	24-25 yaş	59	34,98	11,85			
Gelişmeleri	18 - 19 yaş	80	23,89	6,63	4,685	3	0,196
Kaçırma	20-21 yaş	189	24,39	7,44			
Korkusu	22-23 yaş	90	26,10	6,93			
	24-25 yaş	59	24,56	8,66			

Kruskall Wallis H Testi

Sosyal Onay ihtiyacı ölçeği alt boyutlarından Sosyal Geri Çekilme (KW=4,448, sd=3, p=0,217), Olumlu İzlenim Bırakma (KW=4,502, sd=3, p=0,212) ve Sosyal Onay Toplam Skor (KW=5,521, sd=3, p=0,137) düzeylerinde yaşa göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Akıllı Telefon Bağlılığı (KW=5,744, sd=3, p=0,125) ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (KW=4,685, sd=3, p=0,196) düzeylerinde yaşa göre anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Sosyal Onay ihtiyacı ölçeği alt boyutlarından Başkalarının Yargılarına Duyarlılık (KW=11,644, sd=3, p=0,009) düzeylerinde anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın kaynağını tespit edebilmek amacıyla Bonferroni düzeltmeli Dunn çoklu karşılaştırmalar testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, 18-19 yaş grubu ile 20-21 yaş grubu arasında anlamlı farklılık olduğu ve 18-19 yaş ($\bar{X}$ =32,29, SS =7,45) grubunun 20-21 yaş ($\bar{X}$ =29,45, SS =6,78) grubuna göre Başkalarının Yargılarına Duyarlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. Sınıf Değişkenine Göre Sosyal Onay Alma İhtiyacı Ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Akıllı Telefon Bağlılığı Düzeylerinin İncelenmesi

		<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>S.s.</i>	<i>KW</i>	<i>s.d.</i>	<i>p</i>
Baskalarının Yargılarına Duyarlılık	1. Sınıf	141	31,12	7,77	10,071	3	0,018
	2. Sınıf	64	31,78	6,34			
	3. Sınıf	54	28,87	6,13			
	4. Sınıf	159	29,63	5,15			
Sosyal Geri Çekilme	1. Sınıf	141	19,34	6,98	0,985	3	0,805
	2. Sınıf	64	18,88	6,22			
	3. Sınıf	54	19,43	6,93			
	4. Sınıf	159	18,42	4,59			
Olumlu İzlenim Bırakma	1. Sınıf	141	21,18	7,04	0,133	3	0,988
	2. Sınıf	64	21,41	7,54			
	3. Sınıf	54	21,50	8,10			
	4. Sınıf	159	21,45	5,68			
Sosyal Onay Toplam Skor	1. Sınıf	141	71,64	18,90	0,972	3	0,808
	2. Sınıf	64	72,06	17,18			
	3. Sınıf	54	69,80	18,70			
	4. Sınıf	159	69,50	12,73			
Akıllı Telefon Bağlılığı	1. Sınıf	141	31,48	9,61	3,456	3	0,327
	2. Sınıf	64	33,11	11,72			
	3. Sınıf	54	33,26	8,72			
	4. Sınıf	159	33,82	10,09			

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu	1. Sınıf	141	24,65	6,82	0,376	3	0,945
	2. Sınıf	64	25,02	6,55			
	3. Sınıf	54	23,74	7,48			
	4. Sınıf	159	24,91	8,16			

Kruskal Wallis H Testi

Sosyal Onay ölçeği alt boyutlarından, Sosyal Geri Çekilme (KW=0,985, sd=3, p=0,805), Olumlu İzlenim Bırakma (KW=0,133, sd=3, p=0,988) ve Sosyal Onay Toplam Skor (KW=0,972, sd=3, p=0,808) düzeylerinin sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Akıllı Telefon Bağlılığı (KW=3,456, sd=3, p=0,327) ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (KW=0,376, sd=3, p=0,945) düzeylerinin sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Sosyal onay ihtiyacı ölçeği alt boyutlarından Başkalarının Yargılarına Duyarlılık (KW=10,071, sd=3, p=0,018) düzeylerinde anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Anlamlı farklılığın kaynağını tespit edebilmek amacıyla Bonferroni düzeltmeli Dunn çoklu karşılaştırmalar testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, herhangi bir ikili karşılaştırmaların anlamlı olmadığı tespit edilmiştir.

Aracılık analizine ilişkin bulgular;

Yapılan aracılık analizi değişkenler çoklu normal dağılım göstermediği için ve sağlam tahminciler elde etmek amacıyla 5000 alt örneklemlili Bootstrapping prosedürü kullanılarak yapılmıştır.

Aracılık analizi yapılmadan önce tüm ölçekler için güvenilirlik ve geçerlilik analizleri yapılmıştır.

Sosyal Onay Ölçeği için yapılan analizlerde, madde-toplam korelasyonlarının tüm maddelerde 0,30'un üzerinde ve anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Cronbach Alfa katsayıları alt boyutlar için sırasıyla 0,875, 0,849 ve 0,855 (Duyguların Değerlendirilmesi, İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi, Duyguların Kullanımı) olup, bu katsayılar ile veri setinin yüksek düzeyde güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Anti imaj korelasyon matrisi köşegen elemanlarının katsayılarının ise 0,5 üzeri olduğu tespit edilmiştir. KMO değeri 0,891 ve Bartlett testi ($\chi^2=5272,241$, sd=300, p<.001) sonucunda veri setinin açımlayıcı faktör analizine uygun olduğu tespit edilmiştir. Yapılan ilk faktör analizinde, sosyal onay ölçeği alt boyutlarından İyimserlik /Ruh Halinin Düzenlenmesi alt boyutunda, orijinal ölçekte 9 madde yer alırken faktör analizi sonrası 4 madde elenmiş ve 5 madde kalmıştır. 3., 7. Ve 9. Maddeler düşük faktör yükü nedeniyle elenirken 8. Madde başka alt boyut ile yüksek derecede yük aldığı (0.433) için elenmiştir. Bu elemeler sonrasında 5 madde bu alt boyutta kalmıştır. Duyguların kullanımı alt boyutunda orijinal ölçekte 8 madde yer alırken yapılan faktör analizi sonucunda 11. Ve 13. Madde düşük faktör yükü aldığı için elenmiştir. Bu alt boyutta 6 madde kalmıştır. Duyguların değerlendirilmesi alt boyutunda, orijinal ölçekte 8 madde yer alırken yapılan analiz sonucunda, 19. Ve 23. Maddelerin farklı faktörler altında yük aldıkları tespit edilmiş ve bu maddeler analiz dışında bırakılmıştır. Bu aşamada bu alt boyutta 6 madde kalmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçek üç alt boyutta (Duyguların Değerlendirilmesi, İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi, Duyguların Kullanımı) ve toplam 18 madde ile oluşan faktör yapısını toplam varyansın %56,48'ini açıkladığı tespit edilmiştir. Aynı zamanda oluşan madde yapısı ile

Cronbach Alfa katsayılarının alt boyutlar için sırasıyla 0,860, 0,802 ve 0,801 (Duyguların Değerlendirilmesi, İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi, Duyguların Kullanımı) olduğu ve bu katsayılar ile veri setinin yüksek düzeyde güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Doğrulamalı faktör analizinde uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde, GFI=0,957, IFI=0,938, RMSEA=0,068 ve $\chi^2/sd=2,028$ uyum iyiliği indekslerinin mükemmel uyum düzeyinde, AGFI =0,915, CFI=0,937, NFI=0,906 ve RFI=0,975 uyum iyiliği indekslerinin kabul edilebilir uyum düzeyinde oldukları tespit edilmiştir. Yapılan açımlayıcı ve doğrulamalı faktör analizleri sonucunda sosyal onay ihtiyacı ölçeğinin güvenilir ve geçerli olduğu tespit edilmiştir.

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği için yapılan analizlerde, madde-toplam korelasyonlarının tamamının 0,30'un üzerinde ve anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğin genel güvenilirliği Cronbach Alfa katsayısı ile 0,868 olarak tespit edilmiştir. Anti-imaj korelasyon matrisinde köşegen elemanların tamamının 0,5'in üzerinde olduğu tespit edilmiştir. KMO değeri 0,849 ve Bartlett testi ($\chi^2=1760,655$, $sd=45$, $p<.001$) sonucunda veri setinin açımlayıcı faktör analizine uygun olduğu tespit edilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin orijinal yapısının korunduğu, madde elenmediği ve tek boyutlu yapının %45,97 oranında varyansı açıkladığı tespit edilmiştir. Doğrulamalı faktör analizinde uyum iyiliği indekslerinden GFI=0,943, IFI=0,924, RMSEA=0,066 ve $\chi^2/sd=2,048$ değerlerinin mükemmel uyum düzeyinde; AGFI=0,898, CFI=0,963, NFI=0,967 ve RFI=0,969 değerlerinin ise kabul edilebilir uyum düzeyinde olduğu tespit edilmiştir. Tüm analiz sonuçlarına göre Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği'nin 10 maddelik tek boyutlu yapısının geçerli ve güvenilir olduğu tespit edilmiştir.

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO) Ölçeği için yapılan analizlerde, tüm maddelerin madde-toplam korelasyon katsayılarının 0,30'un üzerinde ve anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Cronbach Alfa katsayısı 0,814 olarak tespit edilmiştir. Anti-imaj korelasyon matrisinde tüm köşegen değerlerin 0,5'in üzerinde olduğu tespit edilmiştir. KMO değeri 0,805 ve Bartlett testi ($\chi^2=1282,340$, $sd=45$, $p<.001$) sonucunda veri setinin açımlayıcı faktör analizine uygun olduğu tespit edilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin tek boyutta yapılandığı ve %37,97 oranında varyansı açıkladığı tespit edilmiştir. Doğrulamalı faktör analizinde uyum iyiliği indekslerinden GFI=0,917, IFI=0,951, RMSEA=0,072 ve $\chi^2/sd=1,321$ değerlerinin mükemmel uyum düzeyinde; AGFI=0,936, CFI=0,955, NFI=0,931 ve RFI=0,980 değerlerinin kabul edilebilir uyum düzeyinde olduğu tespit edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda FoMO Ölçeği'nin 10 maddelik ve tek boyutlu yapısının geçerli ve güvenilir olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmanın temel hipotezi olan aracılık analizi için Baron ve Kenny (1986) Yöntemi kullanılmıştır. (Baron ve Kenny, 1986). Bu kapsamda analizler yapılmış ve tablo 5, şekil 2'de sunulmuştur.

Tablo 5. Aracılık Modeli İçin Toplam, Doğrudan ve Dolaylı Etkilerin Analizi

Doğrudan Etkiler			β	S.H.	C.R.	p	
SOİ	---->	GKK	0,405	0,027	9,033	***	
SOİ	---->	ATB	0,021	0,04	0,43	0,667	
GKK	---->	ATB	0,403	0,066	8,271	***	
Toplam Etki		β	Lower	Upper	S.E.	p	
SOİ ---->ATB		0,184	0,082	0,282	0,06	0,009	***

Dolaylı Etki	β	Lower	Upper	S.E.	p	
SOİ ---->GKK ---->ATB	0,163	0,131	0,211	0,025	0,004	***

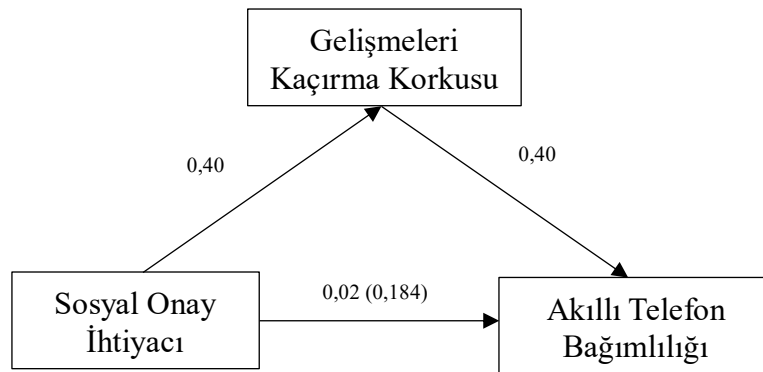
SOİ: Sosyal Onay İhtiyacı, ATB: Akıllı Telefon Bağımlılığı, GKK: Gelişmeleri Kaçırma Korkusu

Aracı değişken dikkate alınmaksızın Sosyal Onay İhtiyacının Akıllı Telefon Bağımlılığı ile olan ilişkisini tespit etmek amacıyla Toplam etki değerlendirildiğinde, Sosyal Onay İhtiyacının Akıllı Telefon Bağımlılığı üzerindeki toplam etkisinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($\beta=0,184$, S.E.=0,06, $p=0,009$).

Şekil 2’de Aracılık modeli tamamen analiz edildiğinde, yapılan analiz sonucunda Sosyal Onay İhtiyacının Gelişmeleri Kaçırma Korkusu üzerindeki doğrudan etkisi istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde tespit edilmiştir ($\beta=0,405$, $p<.001$). Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun Akıllı Telefon Bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi de anlamlı ve pozitif yönde olduğu tespit edilmiştir ($\beta=0,403$, $p<.001$). Sosyal Onay İhtiyacının Akıllı Telefon Bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($\beta=0,021$, $p=0,667$). Sosyal Onay İhtiyacının Akıllı Telefon Bağımlılığı üzerinde anlamlı olan toplam etkisinin aracı değişken modele dahil edildiğinde yani doğrudan etkisinin anlamsız hale gelmesi ve katsayısının düşmesi Sosyal Onay İhtiyacının doğrudan Akıllı Telefon Bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını ve bu etkinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusu değişkeni üzerinden olduğu ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu değişkeninin tam aracılık etkisi olduğu tespit edilmiştir. Aracılık etkisinin anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla dolaylı etki analizi sonuçları incelendiğinde, Sosyal Onay İhtiyacının Akıllı Telefon Bağımlılığı üzerindeki etkisinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusu aracılığıyla anlamlı ve pozitif yönde gerçekleştiği tespit edilmiştir ($\beta=0,163$, S.E.=0,025, $p=0,004$). (Tablo 5)

Aracılık ilişkisinin anlamlı olup olmadığını tespit etmek amacıyla ayrıca Sobel, Aroian ve Goodman testleri yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, Sobel ($z=6,11$, S.E.=0,02183, $p<.001$), Aroian ($z=6,09$, S.E.=0,02191, $p<.001$) ve Goodman ($z=6,13$, S.E.=0,0217, $p<.001$) testleri sonucunda dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir.

Diğer bir ifadeyle Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Sosyal Onay İhtiyacının Akıllı Telefon Bağımlılığı üzerindeki etkisinde anlamlı ve tam aracı bir değişkendir.



Şekil 2. Sosyal Onay ve Akıllı Telefon Bağımlılığı arasındaki İlişkide FoMO’nun Aracı Rolü Yol Modeli

SONUÇ ve TARTIŞMA

Bu araştırmada, bireylerin sosyal onay ihtiyacının, akıllı telefon bağımlılığı ve gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) üzerindeki etkileri incelenmiş olup bu değişkenler arasındaki ilişkiler istatistiksel analizler yoluyla test edilmiştir. Elde edilen bulgular, sosyal onay ihtiyacının akıllı telefon bağımlılığını anlamlı ve pozitif yönde yordadığını ortaya koymaktadır. Sosyal onay ihtiyacı arttıkça bireylerin akıllı telefon kullanımına yönelik bağımlılık eğilimlerinin de yükseldiği gözlemlenmiştir. Benzer şekilde sosyal onay ihtiyacının FoMO üzerinde de anlamlı bir yordayıcı olduğu belirlenmiş olup bu ihtiyacın artışıyla bireylerin gelişmeleri kaçırma korkusunun da paralel biçimde arttığı saptanmıştır. Elde edilen veriler, sosyal medya ve dijital teknolojilerin, bireylerin sosyal onay ihtiyacını karşılama sürecinde işlevsel bir araç olarak kullanılabildiğini ve bu bağlamda psikososyal ihtiyaçların dijital platformlar aracılığıyla karşılandığını göstermektedir. Bu alanda yapılan çalışmalarda da benzer sonuçlara rastlamak mümkündür (Gupta ve Sharma, 2021: 52; Holte, 2023: 121). Dijital çağda akıllı telefonların bireylerin günlük yaşamında vazgeçilmez bir araç haline geldiği bilinmektedir. Akıllı telefonlar, bireylerin kendileri için önemli ve değerli kişilerle sürekli iletişim halinde olmalarını mümkün kılmakta olup aynı zamanda sosyal medya platformlarına erişim imkânı sunarak bireylerin anlık olarak dünya genelindeki gelişmelerden haberdar olmasına olanak tanımaktadır. Bu durum, bireylerde kendilerini ifade etme ve başkaları tarafından fark edilme arzusu ile birlikte sosyal onay alma ihtiyacını da tetiklemektedir (Skymba vd., 2022: 1). Nitekim sosyal onay ihtiyacı, bireylerin toplumsal uyum sağlama, güven duygusu geliştirme ve sosyal bağlarını güçlendirme süreçlerinde temel bir motivasyon kaynağı olarak işlev görmektedir.

Araştırmanın bir diğer hipotezi, sosyal onay ihtiyacının akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisinde FoMO'nun aracılık rolünü incelemiştir ve yapılan analizler, FoMO'nun bu ilişkide tam aracılık rolü oynadığını ortaya koymuştur. Sosyal onay ihtiyacının artması, bireylerin FoMO seviyelerini yükseltmekte ve bu da dolaylı olarak akıllı telefon bağımlılığını artırmaktadır. Bu sonuçlar, FoMO'nun sosyal medya bağımlılığı ve mobil cihaz kullanımı ile güçlü bir ilişkisi olduğunu gösteren önceki araştırmalarla paralellik göstermektedir (Daşpınar, 2024). Sonuç olarak, sosyal onay ihtiyacının, FoMO aracılığıyla akıllı telefon bağımlılığına dönüşebileceği bulunmuştur. Araştırma, sosyal medya ve akıllı telefon kullanımının bireylerin psikososyal ihtiyaçlarını karşılama biçiminde önemli bir yer tuttuğunu, ancak aynı zamanda dijital bağımlılık riskini artırdığını vurgulamaktadır. Sosyal medya ve dijital etkileşimler, bu bağlamda, bireylerin sürekli bir bağlantı içinde olma gerekliliğiyle bağlantılı olarak daha fazla kaygıya ve bağımlılığa yol açabilmektedir (Altuwairiqi vd., 2019: 1). Bu fenomenin, bireylerin yalnızlık, düşük özsaygı ve yüksek kaygı seviyeleriyle ilişkilendirildiği birçok çalışma mevcuttur. Ayrıca, bu duyguların, bireylerin sosyal medya kullanımını artırmasına ve yaşamlarında duygusal dengesizliklere yol açmasına neden olabileceği vurgulanmaktadır. FoMO, yalnızca sosyal medya kullanımı ile sınırlı kalmaz, aynı zamanda kişilerin sosyal çevrelerinden dışlanmışlık hissiyle başa çıkma yöntemlerini de etkileyebilir (Beyens vd., 2016: 2).

Demografik değişkenler açısından yapılan analizlerde, cinsiyete göre olumlu izlenim bırakma, akıllı telefon bağımlılığı ve FoMO düzeylerinde kadınların erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek puanlara sahip oldukları belirlenmiştir. Yaş değişkeni açısından, yalnızca "başkalarının yargılarına duyarlılık" alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmuş; 18–19 yaş grubunun bu duyarlılık düzeyi, 20–21 yaş grubuna göre daha yüksek bulunmuştur. Sınıf değişkenine göre ise benzer şekilde yalnızca "başkalarının yargılarına duyarlılık" alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmuş, ancak yapılan çoklu karşılaştırmalarda anlamlı ikili bir fark tespit edilememiştir.

Sonuç olarak araştırmanın temel hipotezini test etmek amacıyla gerçekleştirilen aracılık analizine göre, sosyal onay ihtiyacının akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki toplam etkisi anlamlı olmakla birlikte doğrudan etkisinin anlamlı olmadığı, bu ilişkinin FoMO aracılığıyla gerçekleştiği görülmüştür. Gelişmeleri kaçırma korkusu, sosyal onay ihtiyacının akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisinde tam aracı bir değişken olarak belirlenmiştir. Bu sonuç, bireylerin sosyal onay arayışlarının, doğrudan değil ancak FoMO düzeylerini artırarak dolaylı yoldan akıllı telefon bağımlılığını etkilediğini ortaya koymaktadır. Tüm bulgular bir arada değerlendirildiğinde bu çalışma, sosyal onay ihtiyacının dijital medya kullanımı üzerindeki etkilerini anlamada önemli katkılar sağlamaktadır. Özellikle gelişmeleri kaçırma korkusunun, bireylerin teknolojiye olan bağımlılıklarının gelişiminde merkezi bir rol oynadığı görülmektedir. Bu bağlamda hem sosyal psikoloji hem de dijital medya bağımlılığı alanlarında yapılacak müdahalelerde FoMO'nun dikkate alınması gerektiği söylenebilir ve bu bulgular doğrultusunda bireylere sosyal iletişim becerilerini geliştirmeleri önerilebilir.

KAYNAKÇA

- Altuwairiqi, M., Jiang, N., Ali, R. (2019). Problematic Attachment to Social Media: Five Behavioural Archetypes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122136>
- Alvar, R. (2024). *Psikolojik Danışmanlarda Dijital Bağımlılık Düzeyi İle Genel Erteleme Eğilimi İlişkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Balcı, Ş., Bal, E. (2022). Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (Fomo) ile Akıllı Telefon Bağımlılığı İlişkisinde Kullanım Süresinin Aracılık Rolü. *Medeniyet ve Toplum Dergisi*, 6(2), 103-120.
- Baron, R. M., Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 51; 1173-1182.
- Beyens, I., Frison, E., Eggermont, S. (2016). "I don't want to miss a thing": Adolescents' fear of missing out and its relationship to social needs, Facebook use, and Facebook-related stress. *Computers in Human Behavior*, 64, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.083>
- Daşpınar, S. (2024). *Yeni Medya Kapsamında Bağımlılık ve Gençlerin Dijital Kumar Bağımlılıkları Araştırması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Gupta, M., Sharma, A. (2021). Fear of missing out: A brief overview of origin, theoretical underpinnings and relationship with mental health. *World Journal of Clinical Cases*, 9(19), 48-81.
- Gürbüz, S., Şahin, F. (2017). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. (Gözden geçirilmiş ve güncellenmiş 4. baskı). İstanbul:Seçkin Yayıncılık.
- Fidan, H. (2018). İşyerlerinde Mobil Telefon Kullanım ve Bağımlılık Düzeyleri: Kamu ve Özel Sektör Çalışanları Üzerine Bir Araştırma. *Business and Economics Research Journal*, 9(2), 431-447.
- Holte, A. J. (2023). The State Fear of Missing Out Inventory: Development and Validation. *Telematics and Informatics Reports*, 10, 100-155.

- Karaşar, B. (2014). *Sosyal Onay İhtiyacının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yayınlanmamış Doktora tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kell, H. J. (2009). *Approval motivation and situational judgment tests: The role of personality and implicit trait policies (Doctoral dissertation)*. Houston: Rice University.
- Kıncal, R. Y. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kwon, M., Kim, D.-J., Cho, H., Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLOS ONE*, e83558.
- Mathurawala, M. S. (2022). Smartphone Addiction, Loneliness and Life Satisfaction among Undergraduate Students. *International Journal of Indian Psychology*, 10(2), 1237-1257.
- Paulhus, D. L., John, O. P. (1998). Egoistic and Unrealistic Biases in Self-Perceptions: The Interplay of Self-Deceptive Styles with Basic Traits and Motives. *Journal of Personality*, 66, 1026-1060.
- Place, S. S., Todd, P. M., Penke, L., Asendorpf, J. B. (2010). Humans Show Mate Copying After Observing Real Mate Choices. *Evolution and Human Behavior*, 31(5), 320–325. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2010.02.001>
- Skymba, H. V., Joyce, C., Telzer, E. H., Rudolph, K. D. (2022). Peer Adversity Predicts Interpersonal Needs in Adolescent Girls. *Journal of Research on Adolescence*, 1. <https://doi.org/10.1111/jora.12741>
- Zalenski, R. J., Raspa, R. (2006). Maslow's Hierarchy of Needs: A Framework for Achieving Human Potential in Hospice. *Journal of Palliative Medicine*, 9(5), 1120-1127.
- Türk Dil Kurumu Bağımlılık. Erişim Adresi:
<https://sozluk.gov.tr/>