

Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO) ve Sosyal Medya Bağımlılığı

Hasan Hüseyin TEKİN¹  Meryem KARABAY¹  Emine ERTUNÇ¹ 
Aysel ÇUHADAR¹  Fatmanur VURAL¹ 

¹Necmettin Erbakan Üniversitesi, Nezahat Keleşoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet, Konya, Türkiye,

Makale Bilgisi	ÖZET
Makale Geçmişi Geliş Tarihi: 25.07.2023 Kabul Tarihi: 27.11.2023 Yayın Tarihi: 25.12.2024	Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli sosyo demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmanın verileri anket yöntemiyle demografik bilgi formu, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu ve Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği araçları kullanılarak 334 öğrenciden toplanmıştır. İstatistiksel analizler SPSS 22.0 programı üzerinden ikili değişkenler arasındaki farkın belirlenmesi için t-test, ikiden fazla değişkenler arasındaki farkın belirlenmesi için Anova testi, bağımlı değişkenler arasındaki ilişkinin analizi için ise Pearson Korelasyon testi kullanılarak incelenmiştir. Araştırma gelişmeleri kaçırma korkusu puanları ve sosyal medya bağımlılık puanları ile sosyal medya kullanım süreleri ve kullanılan sosyal medya türü arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Araştırmada elde edilen verilere göre sosyal medya ortamlarında gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasında orta düzeyde pozitif ($r=0,549$) ve anlamlı ($p<0,01$) bir ilişki bulunmuştur. FoMo arttıkça sosyal medya bağımlılık düzeylerinin artış gösterdiği bilimsel bulgularla ortaya konulmuştur. Bununla birlikte katılımcıların günlük sosyal medya kullanım sıklıkları ve kullandıkları sosyal medya platformunun türünün, sosyal medya bağımlılığı ve gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) yaşamasında oldukça belirleyici rol oynadığı saptanmıştır. Sosyal medyada harcanan zaman azaldıkça FoMo ve sosyal medya bağımlılığı geliştirme riskinin de azaldığı görülmektedir.

Fear of Missing Out (FoMO) and Social Media Addiction Among University Students

Article Info	ABSTRACT
Article History Received: 25.07.2023 Accepted: 27.11.2023 Published: 25.12.2024	This study aims to investigate the correlation between the fear of missing out (FoMO) on social media and social media addiction among university students, considering a range of socio-demographic variables. The data for this research were collected from 334 students. The research utilized a demographic information form, the Social Media Addiction Scale-Adult Form, and the Fear of Missing Out on Social Media Scale. Statistical analyses were conducted using the SPSS 22.0 program, employing the t-test to assess differences between binary variables, the Anova test to examine differences among more than two variables, and the Pearson Correlation test to analyze the relationships between dependent variables. Research developments found a significant difference between fear of missing out scores and social media addiction scores, social media usage duration and type of social media used. According to the data obtained in the study, a moderately positive ($r=0.549$) and significant ($p<0.01$) relationship was found between the fear of missing out on developments in social media environments and social media addiction. Scientific findings have shown that as FoMo increases, social media addiction levels increase. Furthermore, the study establishes that the frequency of daily social media use and the specific social media platform chosen by participants significantly influence the occurrence of both social media addiction and fear of missing out (FoMO). Notably, a reduction in the time dedicated to social media is associated with a diminished likelihood of developing both FoMO and social media addiction.

To cite this article

Tekin, H. H., Karabay, M., Ertunç, E., Çuhadar, A. & Vural, F. (2024). Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) ile sosyal medya bağımlılığı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Genel Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(3), 547-560. <https://doi.org/10.51123/jgehes.2024.148>

*Sorumlu Yazar: Hasan Hüseyin TEKİN, drhhtekin@gmail.com



This article is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (CC BY-NC 4.0)

GİRİŞ

Küresel bir etkiye sahip olan internet, insanların ilişkilerini değiştirerek onlara zaman ve mekân birliği gerektirmeyen bir iletişimin kapılarını aralamıştır (Çimen ve Dilmaç, 2022). İnternet ile hayatımıza giren sosyal medya kişilerin istedikleri zaman ve mekânda haberlere ulaşabilecekleri, arkadaşları ile iletişim kurabilecekleri, bilgi paylaşımı yapabilecekleri aynı zamanda takipçilerine anlık duygu, düşünce ve edinimlerini paylaşabilecekleri web tabanlı sanal sosyal ortamlardır (Çiftçi, 2018; Toprak ve ark., 2009).

Yeni medya olarak dillendirilen sosyal medyanın kullanıcı sayısı her geçen gün hızlı bir şekilde artış göstermektedir. BBC NEWS'in web sitesinde yayınladığı bir habere göre Facebook platformunun 2021 yılı aralık ayında kullanıcı sayısı 1 milyar 929 milyon olduğu söylenmektedir (<https://www.bbc.com/turkce>). Hootsuite ve We Are Social ortaklığında yayınlanan bir raporda ise Ocak 2022'de dünya çapında aktif sosyal medya kullanıcı sayısının 4.62 milyar olduğunu ve bu rakamın, dünya toplam nüfusunun yüzde 58.4'üne eşit olduğunu açıklanmıştır. Bu sayının popülasyonun yüzde 56'sını oluşturmakta olduğu ilgili raporda belirtilmektedir (<https://wearesocial.com>).

İnsanlar sosyal medya platformları üzerinden arkadaşlarını ve tanınmış kişileri yakından takip edip, onlarla anlık iletişim içerisinde bulunabilmekte, sosyal medya üzerinden yeni arkadaş ilişkileri kurabilmekte, fikirlerini ve düşüncelerini saniyeler içerisinde geniş kitlelere duyurabilmektedirler. Sosyal medyanın avantajları göz ardı edilmemek ile birlikte günlük yaşantımıza nüfuz etmesi insanların sosyal medya özelinde bağımlılık geliştirmelerine sebep olabilmektedir (Savcı ve Aysan, 2017). Kişilerin nesnelere veya araçlara yükledikleri anlam ve önem, günlük hayatlarında aksamalara, engellere sebebiyet verecek oranda ise bağımlılığın varlığından söz edebiliriz (Aktan, 2018). Sosyal medya kullanma isteğinin önüne geçememe, kullanmadığı süre zarfında aşırı sinirlilik ve depresyon hali, aşırı kullanımdan kaynaklı günlük yaşam aktiviteleri ihmal etme, yaşam sorunlarından kaçış aracı olarak sosyal medya kullanımı, kişinin arkadaş, iş, aile ve sosyal hayatının giderek bozulması gibi etkiler karşımıza çıkıyorsa sosyal medya bağımlılığından şüphe edilebilir (Balcı ve ark., 2020).

Sosyal medya bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalar literatürde yeni kavramları karşımıza çıkarmaktadır. Gelişmeleri kaçırma korkusu olarak çevrilen Fear Of Missing Out (FoMO) bunlardan birisidir. Önemli bir kavram olarak karşımıza çıkan gelişmeleri kaçırma korkusu diğer bireylerin yaptıklarından haberdar olma isteği ve olayları kaçırma endişesi ile sosyal medyada geçirilen sürede hissedilen mutluluk ve sosyal olarak arkadaş yoksunluğu ile ilişkilidir (Alt, 2015). Gelişmeleri kaçırma korkusunu tecrübe eden kişi, başkalarının kendisi yokken güzel şeyler yaşıyor olabileceği ve kendisinin gelişmelerden geri kalacağı düşünmektedir (Rozgonjuk ve ark., 2019). FoMO kişide bu endişelere bağlı olarak sürekli gelişmeleri takip edebileceği ortamlarda vakit geçirme isteği oluşturarak günlük yaşam aktivitelerini yerine getirmesini engellemekte ve kişinin verimliliğinin düşmesine sebep olabilmektedir. (Erdoğan ve ark., 2021; Özdemir, 2021;)

Gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO), kişide kendisi yokken başkalarının güzel gelişmeler yaşadığını, kendisinin bunlardan uzak kaldığını düşünmesi ve bu endişelerle birlikte çevresinin neler yaptığını sürekli kontrol etme dürtüsünün meydana gelmesidir. Sosyal medya kullanımı bu ihtiyacı karşılama noktasında önemli bir yere sahiptir. Sosyal medya bizlere, takip edilen kişilerin yaşadığı önemli gelişmelerden anında haberdar olma özgürlüğü sunmakla birlikte bu özgürlük kişilerde sosyal medya hesaplarını sürekli kontrol etme davranışına yönlendirmektedir. Çok fazla sosyal katılımı içinde barındıran sosyal medya, gelişmeleri kaçırma korkusu yaşayan bireylere daha çekici gelmektedir (Przybylski ve ark., 2013).

Gelişmeleri kaçırma korkusu ile birlikte hayatımızın her alanında yer alan aşırı sosyal medya kullanımı ve buna paralel olarak daha fazla dile getirdiğimiz sosyal medya bağımlılığının dijital çağ problemlerinden biri haline geleceği öngörülebilir.

Nezihat Keleşoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 334 öğrenci ile yapılan bu araştırma ile geniş bir kitleyi etkilediği düşünülen gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler ile incelenmesi ve literetüre katkı sağlaması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Genel tarama modelindeki bu nicel araştırmada veriler anket yöntemi ile elde edilmiştir. Nicel araştırmaların gayesi bireylerin toplumsal davranışlarını test, deney ve gözlem usulleri ile nesnel bir şekilde ölçmektir (Bekman, 2022). Genel tarama modelleri, çok sayıda elemandan oluşan bu evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örneklem üzerinden yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 2005). Anket yönteminin temelini, bir evren ya da örnekleme oluşturan birimlerden sistematik biçimde bilgi elde edebilmek oluşturur. Bu amaçla, yazılı ya da sözlü sorular sorarak bunların yanıtlarına ulaşılmaya çalışılır (Odabaşı, 1999).

Örneklem/Çalışma Grubu/Katılımcılar

Araştırmamızın çalışma grubunu Konya’da bulunan ve bir devlet üniversitesi olan Necmettin Erbakan Üniversitesi Nezahat Keleşoğlu Sağlık Bilimleri Fakültesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören, aynı zamanda sosyal medya kullanan 1. 2. 3. ve 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. İlgili fakültede eğitimine devam eden ve evreni temsil eden toplam öğrenci sayısı 1509’dur. Bilinen evren üzerinden yapılan örneklem hesabına göre çalışmamıza toplam 334 öğrenci dâhil edilmiştir. Örneklem hesabı hata payı %5, güven aralığı %95 olarak kabul edilerek online Raosfot örneklem hesabı programı üzerinden yapılmıştır (Raosoft, 2023). Örnekleme yöntemi olarak kolayda örneklem yöntemi tercih edilmiştir. Kolayda örneklem yöntemi evren içerisinden en kolay şekilde ulaşabilecek katılımcılara ulaşılarak araştırma verilerini hızlı ve ekonomik şekilde elde edilmesini sağlayan yöntemdir (Haşiloğlu ve ark., 2015).

Veri Toplama Araçları ve Süreçleri

Çalışmada “Demografik Bilgi Formu”, “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu” ve “Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği” veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

Sosyodemografik Bilgi Formu

Demografik bilgi formu; katılımcıların yaş, cinsiyet, bölüm, sınıf, okul başarısı, sosyal medya kullanımı, ailesi veya ailesinden ayrı yaşama, gelir durumu, düzenli spor yapma durumu, ibadet etme, topluluk üyeliği durumu sorularının yer aldığı, araştırmacılar tarafından hazırlanan anket formudur.

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu (SMBÖ- YF)

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği- Yetişkin Formu (SMBÖ- YF), Şahin ve Yağcı (2017) tarafından yetişkinlerin sosyal medya bağımlılığı düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen bir ölçektir. Ölçme aracı 20 maddeden ve iki alt faktörden oluşmaktadır. Alt faktörler “Sanal Tolerans” ve “Sanal İletişim” olarak adlandırılmıştır. Ölçekte 2 madde tersten, diğer maddeler ise düz puanlanmaktadır. 5’li Likert tipinde olan bu ölçme aracından toplam sosyal medya bağımlılığı puanından alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan ise 100’dür. Yapılan analizlerde ölçeğin faktör yüklerinin .61 ile .87 arasında değiştiği saptanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinde ölçeğin iki faktörlü yapısının doğrulandığı ve ölçeğin uyum indeksi değerlerinin yeterli olduğu görülmüştür. Ölçeğin güvenilirliği hem Cronbach

Alpha iç tutarlık katsayısı hem de test tekrar test yöntemiyle incelenmiştir. Ölçeğin orijinal çalışmasında Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı sanal tolerans boyutu için .92; sanal iletişim boyutu için .91 ve ölçeğin geneli için ise .94 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test -tekrar test güvenirlik katsayıları ise sanal tolerans boyutu için .91; sanal iletişim boyutu için .90 ve ölçeğin geneli için ise .93 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma sonucunda elde edilen Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları incelenmiş sanal tolerans boyutu için .73; sanal iletişim boyutu için .74 ve ölçeğin geneli için ise .81 olduğu görülmüştür (Şahin ve Yağcı; 2017)

Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği (SOGKKÖ)

Ölçek, bireylerin sosyal ağlardaki gelişmeleri kaçırma korkusunu ölçen, Gökler ve arkadaşları (2016) tarafından geliştirilmiş, 10 madde ve tek alt boyuttan oluşmaktadır. Orijinal ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .81 olarak bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .82 olarak belirlenmiştir. SOGKKÖ'nün geçerliğini belirlemek için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. Uyum indeksleri değerleri ($\chi^2/sd= 3.86$; NFI = .95; CFI = .96; RFI= .93; AGFI= .92, GFI= .96; SRMR = .060; RMSEA = .074; CI(RMSEA)=.061-.089 şeklindedir. Ayrıca ölçeğin t değerleri 8.11 ile 14.90 arasında değişmesi uyum değerlerinin anlamlı olduğunu göstermektedir (Gökler ve ark., 2016)

Verilerin Analizi

Araştırmacılar tarafından yüz yüze ve anket formunda toplanan nominal veriler, kodlanarak SPSS (20.0) paket programına girilmiştir. Bilgisayar ortamına aktarılan veriler tanımlayıcı istatistikler kullanılarak (frekans, yüzde, aritmetik ortalama, standart sapma) SPSS (20.0) programı yardımı ile analiz edilmiştir. İkili değişkenler arasındaki farkın belirlenmesi için t-test, ikiden fazla değişkenler arasındaki farkın belirlenmesi için Anova testi kullanılmıştır. Bağımlı değişkenler arasındaki ilişkinin analizi için ise Pearson Korelasyon testi uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1

Katılımcıların Demografik Bilgileri İçin Sayı ve Yüzde Dağılımı Bulguları

Değişken	Kategori	n	%
Cinsiyet	Kadın	293	87.7
	Erkek	41	12.3
Maddi Durum	0-850 TL	141	42.2
	851-2000 TL	89	26.6
	2001-5500 TL	70	21.0
	5501-20 000 TL	34	10.2
Bölüm	Sosyal Hizmet	208	62.3
	Sağlık Yönetimi	40	12.0
	Fizyoterapi ve Rehabilitasyon	54	16.2
	Beslenme ve Diyetetik	32	9.6
Sınıf	1. Sınıf	123	36.8
	2. Sınıf	83	24.9
	3. Sınıf	92	27.5
	4. Sınıf	36	10.8

Okul Başarısı	Çok iyi	39	11.7
	İyi	159	47.6
	Orta	131	39.2
	Kötü	5	1.5
Sosyal Medya Hesabının Varlığı	Kullanıyor	329	98.5
	Kullanmıyor	5	1.5
Sosyal Medyada Harcanan Süre	Hiç Kullanmıyor	2	0.6
	2 saat ve altı	67	20.1
	2-4 saat	150	44.9
	4-6 saat	81	24.3
	6 saat ve üzeri	34	10.2

Tablo 2 incelendiğinde; sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkuları ile sosyal medya kullanım süreleri arasındaki anlamlı bir şekilde farklılaşmış farklılaşmadığını test etmek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkuları (FoMO) ile sosyal medya kullanım süreleri arasında anlamlı bir farklılık görülmektedir ($F=4.25$ $p=0.01$). Gelişmeleri kaçırma korkuları hangi sosyal medya kullanım süreleri arasında farklılık gösterdiğini belirtmek amacıyla post-hoc testine başvurulmuştur. Post- hoc testlerinden Tukey testi tercih edilmiştir. Sosyal medya kullanım süresi 6 saat ve üstü olan öğrencilerin puanları, sosyal medya kullanım süresi 2 saat ve altı olan öğrencilerin puanlarına göre anlamlı bir şekilde yüksektir.

Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile sosyal medya kullanım süreleri arasındaki anlamlı bir şekilde farklılaşmış farklılaşmadığını test etmek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Tablo 2 incelendiğinde, sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ile sosyal medya kullanım süreleri arasındaki anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($F=26.44$ $p=0.00$). Sosyal medya bağımlılığı hangi sosyal medya kullanım süreleri arasında farklılık gösterdiğini belirtmek amacı post- hoc testine başvurulmuştur. Post- hoc testlerinden Tukey testi tercih edilmiştir. Sosyal medya kullanım süresi 6 saat ve üstü olan öğrencilerin puanları, sosyal medya kullanım süresi 2 saat ve altı olan öğrencilerin puanlarına göre anlamlı bir şekilde yüksektir.

Tablo 2 incelendiğinde, sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal tolerans düzeyleri ile sosyal medya kullanım süreleri arasında anlamlı bir şekilde farklılaşma olduğu görülmektedir ($F=29.25$ $p=0.00$). Sosyal tolerans düzeyinin hangi sosyal medya kullanım süreleri arasında farklılık gösterdiğini belirtmek amacı ile post- hoc testine başvurulmuştur. Post- hoc testlerinden Tukey testi tercih edilmiştir. Sosyal medya kullanım süresi 6 saat ve üstü olan öğrencilerin puanları, sosyal medya kullanım süresi 2 saat ve altı olan öğrencilerin puanlarına göre anlamlı bir şekilde yüksektir.

Tablo 2 incelendiğinde, sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin sanal iletişim puanları ile sosyal medya kullanım süreleri arasındaki anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir ($F=29.25$ $p=0.00$). Sanal iletişim puanlarının hangi sosyal medya kullanım süreleri arasında farklılık gösterdiğini belirtmek amacı post- hoc testine başvurulmuştur. Post- hoc testlerinden Tukey testi tercih edilmiştir. Sosyal medya kullanım süresi 6 saat ve üstü olan öğrencilerin puan ortalamaları, sosyal medya kullanım süresi 2 saat ve altı olan öğrencilerin ortalamalarına göre anlamlı bir şekilde yüksektir.

Tablo 2*Sosyal Medya Kullanım Saatlerinin Sosyal Medya Bağımlılığı ve Fomo ile Farklılaşma Durumu*

	Sosyal Medya Kullanım Saatleri	n	Ort	SS	F ve p	Fark
FoMO. Toplam	2 saat ve altı (a)	69	21.54	6.82	F=4.25 p=0.01	d>a
	2-4 saat (b)	150	23.43	6.16		
	4-6 saat (c)	81	24.31	6.99		
	6 saat ve üstü (d)	34	26.18	7.74		
SMB. Toplam	2 saat ve altı (a)	69	41.67	11.35	F=26.44 p=0.00	d>a
	2-4 saat (b)	150	48.23	11.74		
	4-6 saat (c)	81	55.35	12.89		
	6 saat ve üstü (d)	34	61.88	16.42		
Sosyal Tolarans Toplam	2 saat ve altı (a)	69	24.87	6.21	F=29.25 p=0.00	d>a
	2-4 saat (b)	150	29.38	7.03		
	4-6 saat (c)	81	33.70	7.99		
	6 saat ve üstü (d)	34	37.15	8.82		
Sanal İletişim Toplam	2 saat ve altı (a)	69	16.80	6.50	F=14.88 p=0.00	d>a
	2-4 saat (b)	150	18.85	5.96		
	4-6 saat (c)	81	21.64	6.33		
	6 saat ve üstü (d)	34	24.74	8.46		

Tablo 3 incelendiğinde sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin kullandığı sosyal medya hesabı türüne göre gelişmeleri kaçırma korkusu puanlarının ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız örneklem t testi ile incelenmiştir. Tablo incelendiğinde üniversite öğrencilerinin Instagram hesabı kullanma değişkeni ile gelişmeleri kaçırma korkusu ise anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır ($p=0.29$, $p>0.05$). Instagram hesabı kullanma değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($p=0.00$, $p<0.05$).

Tablo 3 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin Tiktok hesabı kullanma değişkeni ile gelişmeleri kaçırma korkusu anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır ($p=0.5$, $p<0.05$). Tiktok hesabı kullanma değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı ise anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($p=0.01$, $p<0.05$). Tablo incelendiğinde üniversite öğrencilerinin Snapchat hesabı kullanma değişkeni ile gelişmeleri kaçırma korkusu anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır ($p=0.01$, $p<0.05$). Snapchat hesabı kullanma değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı da anlamlı bir şekilde farklılaşmakta olduğu görülmektedir ($p=0.00$, $p<0.05$). Tabloda anlamlı farklılık bulunan sosyal medya türlerine yer verilmiştir. Tabloda belirtilmemiş olmakla birlikte yapılan araştırmada Whatsapp, Facebook, Youtube, Twitter, Swarm, Pinterest, Tumblr, LinkedIn, Periscope kullanan katılımcılarda gelişmeleri kaçırma korkuları puanları ile sosyal medya bağımlılık puanları arasında farklılık bulunamamıştır.

Tablo 3

Bazı Sosyal Medya Türlerine Göre Sosyal Medya Bağımlılığının ve Fomo Farklılaşma Durumu

	Sosyal Medya Türü	N	Ort	SS	T	p
SMB.	İnstagram var	277	50.91	13.64	2.71	0.01*
	İnstagram yok	57	45.49	14.08		
FoMO	İnstagram var	277	23.70	6.50	1.06	0.29
	İnstagram yok	57	22.66	7.79		
FoMO	Tiktok var	36	25.61	7.00	1.96	0.5
	Tiktok yok	298	23.27	6.67		
SMB.	Tiktok var	36	55.94	14.03	2.75	0.01*
	Tiktok yok	298	49.26	13.67		
FoMO	Snapchat var	60	25.61	7.08	2.67	0.01*
	Snapchat yok	274	23.07	6.59		
SMB.	Snapchat var	60	56.06	13.89	3.83	0.00*
	Snapchat yok	274	48.65	13.50		

Tablo 4 incelendiğinde, sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkuları ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacı ile pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular tablo 4’de gösterilmiştir. Sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasında orta düzeyde pozitif ($r=0.55$) ve anlamlı ($p<0.01$) bir ilişki bulunmuştur.

Tablo 4

Sosyal Medya Bağımlılığı ile Fomo Arasındaki İlişki

	Pearson r	SMB. Toplam
Fomo Toplam		0.55**
	p	0.00

** $p<0.01$

TARTIŞMA

Bu bölümde yapılan araştırmanın sonuçları verilmiş, bu sonuçlar tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur. Bu kısımda elde edilen bulgular literatür çalışmaları ile karşılaştırılacaktır. Araştırma ile paralel olarak sosyal medya bağımlılığı ve FoMO’nun cinsiyete göre farklılaşmadığı yönünde çalışmalar alan yazında mevcuttur (Ümmet ve ark., 2019; Koçak, 2021). Çalışmamızda fark bulunamamasının sebebi olarak sosyal medya platformlarına erişimin kolay olması ve çalışmada katılımcıların cinsiyet faktörü fark etmeden sosyal medyaya eşit erişim imkânına sahip olmaları ile açıklanabilir. Terzi’nin (2019) yapmış olduğu bir çalışmada araştırma sonuçları ile benzer olarak üniversite öğrencilerin cinsiyetleri, bölümleri, fakülteleri, yaşları ve akıllı telefonlarını gece kapatma eğilimleri ile gelişmeleri kaçırma korkusu araştırma sonuçları ortalamaları arasında anlamlı herhangi bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Katılımcıların sosyal medya bağımlılığı puanları arasında yaşa göre anlamlı bir farklılık bulunmayışının katılımcıların yaş aralıklarının birbirine yakın olması ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Aynı şekilde yapılan çalışmada öğrencilerinin; ailesi veya ailesinden ayrı yaşama durumu, düzenli spor yapma durumu, ibadet etme ve herhangi bir topluluğa üye olma durumu değişkenleri ile sosyal medya bağımlılığı ölçeği puan ortalamaları ve gelişmeleri kaçırma korkusu bağımlılık ölçek puanları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu durumun sosyodemografik özelliklere bağlı olmadan tüm katılımcıların sosyal medyaya rahat bir şekilde erişim sağlayabilmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sosyal medya hesabı olma durumuna göre gelişmeleri kaçırma korkusu ölçek puanları ile anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak öğrencilerinin sosyal medya hesabı olma durumu ile sosyal medya bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Sosyal medya hesabı olanların, sosyal medya hesabı olmayanlara göre sosyal medya bağımlılığı puan ortalamaları anlamlı bir şekilde yüksektir ($p=0.000$, $p<0.05$).

Araştırma sonuçlarına göre sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkuları ($F=4.25$ $p=0.01$) ve sosyal medya bağımlılığı ($F=26.44$ $p=0.00$) ile günlük sosyal medya kullanım süreleri arasında anlamlı bir şekilde farklılaşma görülmüştür. Sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin alt ölçek boyutlarından sosyal tolerans ve sanal iletişim puanları düzeylerine göre sosyal medya kullanım süreleri anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Sosyal medya kullanım süresi 6 saat ve üstü olan öğrencilerin puanları, sosyal medya kullanım süresi 2 saat ve altı olan öğrencilerin puanlarına göre sosyal medya bağımlılık puanları ve gelişmeleri kaçırma korkusu puanları anlamlı bir şekilde yüksektir. Literatürde çalışmamızla benzer olarak kişilerin sosyal medya bağımlılığı günlük kullanım süresine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta olduğu sonucuna ilişkin araştırmalar mevcuttur (Coşkun-Muslu, 2019; Duman, 2019; Koçak-Traş, 2021). Doğan'ın 2021 yılında üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı belirtileri ile depresyon arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada, sosyal medya bağımlılığı ölçeğinden alınan toplam puanlar ve ölçeğin alt boyutlarından alınan puanlar günlük sosyal medya kullanım süresine göre incelendiğinde, sosyal medya bağımlılık belirtilerinin kullanım süresi 7 saat ve üzeri olan grupta en yüksek ve kullanım süresi 1 saatten az olan grupta en düşük düzeyde olduğu görülmektedir. Aynı şekilde literatürde her gün sosyal medyaya girme sıklıkları, günlük olarak kontrol etme sıklıkları, sosyal medya hesabına sahip olma süreleri ile gelişmeler kaçırma korkusu düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ilişkin bulgular mevcuttur (Bloemen ve De Coninck, 2020; Gökler ve ark., 2016). Gelişmeleri kaçırma korkusu yaşayan bir kişinin sosyal medya platformlarında daha uzun süre kalması ve sosyal medya platformlarından uzak kaldığı süreçte yaşayacağı gelişmelerden uzak kaldığı korkusu ile tekrardan sosyal medyaya girme isteği uyandırması beklenen bir durumdur. Yapılan araştırma sonucunda elde edilen veriler sosyal medyada geçirilen sürenin artmasının gelişmeleri kaçırma korkusu yaşama ihtimali ve sosyal medya bağımlılığı geliştirme riskinin arttıracağını düşündürmektedir.

Alan yazında hem gençlerin çeşitli sosyal medya platformlarını ne sıklıkla kullandıklarının hem de aktif olarak kaç platformu kullandıklarının gelişmeleri kaçırma korkusu ile pozitif bir ilişki içerisinde olduğu yordanmaktadır (Franchina, 2018). Araştırmada en sık kullanılan sosyal medya hesapları incelendiğinde sıklık sırası; whatsapp, instagram, youtube, facebook, twitter, snapchat, tiktok, swarm, pinterest, tumblr, linkedin, periscope olarak şekillenmiştir. Yapılan araştırmalar sonucunda whatsapp, facebook, youtube, twitter, swarm, pinterest, tumblr, linkedin, periscope kullanan katılımcılarda gelişmeleri kaçırma korkuları puanları ile sosyal medya bağımlılık puanları arasında farklılık bulunmamıştır. Ancak instagram hesabı kullanma değişkeni ile gelişmeleri kaçırma korkusu puanları ve sosyal medya bağımlılığı puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır ($p=0.29$, $p>0.05$). Aynı zamanda tiktok ve snapchat hesabı kullanma değişkeni ile gelişmeleri kaçırma korkusu puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılırken tiktok ve snapchat hesabı kullanma değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı puanlarının anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Alan yazın incelendiğinde Putri ve Halimah'ın 2019 yılında yaptığı bir çalışmada instagram kullanıcılarının sosyal medya bağımlılığı ile sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu arasında pozitif bir ilişki bulunduğu yönünde sonuçlara ulaşılmaktadır. Moore ve Craciun (2021) tarafından yapılan bir araştırmada da sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusunun instagrama yönelik tutum, kullanıcıların takip ettiği toplam instagram hesabı sayısı ve sosyal medya bağımlılığı eğilimleri üzerinde önemli bir olumlu etkisi olduğu sonuçlarına ulaşmıştır. Çakır'ın 2020 yılında yaptığı bir araştırmada ise gelişmeleri kaçırma korkusu ile facebook kullanım sıklığı, instagram kullanım sıklığı, whatsapp

kullanım sıklığı ve twitter kullanım sıklığı değişkenlerine göre farklılaşma olmadığı görülürken youtube kullanım sıklığı ile farklılaştığı görülmektedir (Çakır, 2020). Araştırmadan elde edilen veriler ve literatürden edinilen bilgiler karşılaştırıldığında kullanıcı sayısının fazla olduğu, fotoğraf ve video gibi görsel ürün kullanımının ağırlıkta olduğu, arkadaşlar ile mesajlaşma ve haber alma ihtiyaçlarını yoğun bir şekilde karşılandığı sosyal medya türlerinin (Instagram, Tiktok, Snapchat) gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal medya bağımlılığı geliştirme riskinin arttırılabileceği düşünülmektedir. Ayrıca yoğun kullanıcıya sahip olması bahsi geçen sosyal medya platformlarının kullanılmama durumunda kişilerin kendilerini dışlanmış hissedebileceği düşündürmektedir. Bu özelliklerin kullanıcıların sosyal medya kullanma davranışını ve sıklığını şekillendirdiği yordanabilir. Bunun üzerine yapılacak çalışmaların literatüre katkı sağlayacağı varsayılmaktadır.

Araştırmamızın alan yazına katkı sağlaması umulan önemli bir bulgusu; sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkiye yönelik bulgulardır. Sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılık arasında orta düzeyde pozitif ($r=0.55$) ve anlamlı ($p<0.01$) bir ilişki bulunmuştur. Literatüre bakıldığında araştırma sonuçları ile benzer şekilde sosyal medya kullanımı ve gelişmeleri kaçırma korkusu arasında ilişkinin olduğu çalışmalara ulaşmak mümkündür (Gökler ve ark., 2016; Koçak ve Traş, 2021; Przyblski ve ark., 2013; Ünal, 2019; Traş ve Öztemel, 2019). Koçak tarafından 2021 yılında yapılan bir araştırmada, araştırma sonuçları ile paralel olarak, üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu arasında anlamlı ve orta düzeyde pozitif ilişki içerisinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazın incelendiğinde internet kullanımı ile gelişmeleri kaçırma korkusunun araştırıldığı da görülmektedir. Çalışmalar katılımcıların internet kullanımının arttıkça gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyi de arttığı yönündedir (Gezer, 2020; Traş ve Öztemel, 2019; Yalçın ve Mutlu, 2017). Sosyal medya bağımlılığı ile birlikte sosyal medyada geçirilen süre arttıkça etkileşim içerisinde bulunan kişi sayısının artacağı beklenebilir. Takip edilecek kişi sayısının artması, takip edilecek gelişmenin artması anlamına da gelmektedir. Bu durumun sosyal hesapları sürekli takip etme isteğinde artışa ve beraberinde kişiyi sosyal medya platformlarında uzun süre vakit geçirmesine sebep olacağı düşünülebilir. Ekran başında geçirilen sürenin artmasının kişinin bağımlılık geliştirmesini etkilediği araştırma sonuçlarında gözlenmiştir. Coşkun ve Muslu (2018) tarafından 163 lise öğrencisi ile yapılan bir çalışmada da sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu puan ortalamaları, sosyal medya ve telefon kullanım sıklığına bağlı olarak anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği yönündedir. Benzer şekilde Bloemen ve De Coninck (2020) tarafından yapılan araştırmada ergenlerin günlük sosyal medya kullanımı ve sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ile olumlu bir ilişki içerisinde olduğu sonuçlarına ulaşılan çalışma literatürde mevcuttur.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Sonuç olarak; katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkuları ile sosyal medya bağımlılık düzeyleri orta düzey bir ilişki içinde anlamlı, pozitif yönlü ilişki içerisinde. Yani katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkuları arttıkça sosyal medya bağımlılık düzeyleri de artış göstermektedir. Sosyal medya bağımlılığını ve FoMO'yu etkileyen bir başka önemli değişken katılımcıların sosyal medya kullanım süreleridir. Çalışmada katılımcıların sosyal medyada kullanım süreleri arttıkça bağımlılık düzeyinin arttığı görülmüştür. Yapılan araştırmalar sonucunda whatsapp, facebook, youtube, twitter, swarm, pinterest, tumblr, linkedin, periscope kullanan katılımcılarda gelişmeleri kaçırma korkuları puanları ile sosyal medya bağımlılık puanları arasında farklılık bulunamazken instagram, tiktok ve snapchat hesabı kullanma değişkeni ile sosyal medya bağımlılığı anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür. Instagram, tiktok ve snapchat kullanan öğrencilerin bağımlılık puanları daha yüksektir. Bu sosyal medya platformlarının diğer sosyal medya türlerine göre kullanıcı sayısının fazla olduğu gözlenmiştir. Kullanıcı sayısının fazla olması ve içerik ve bilgi paylaşımının yoğun olması nedeniyle sosyal medya bağımlılığı geliştirme riskinin arttığı yordanabilir. Bununla birlikte instagram, tiktok ve snapchat hesabı

kullanma değişkeni ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlar ile yapılacak farklı katılımcı grupları ile elde edilen verilerin karşılaştırılması literatürün zenginleşmesi açısından önemli bulunmaktadır.

Yapılan araştırma ve elde edilen veriler üzerine toplumda geniş bir kitleyi etkileyen sosyal medya bağımlılığının önlenmesi için bazı önlemlerin alınması yararlı bulunmaktadır. Toplumun sağlığı için devlet organları gibi toplumu yöneten kurumların önlem almak için atabileceği adımlar olduğu gibi bireysel sorumluluklar göz ardı edilmemelidir.

- Üniversite yönetimleri tarafından öğrencilerine yönelik sosyal medya okuryazarlığı ve güvenli internet ve sosyal medya kullanımı ile ilgili eğitim, konferans, seminerler düzenlenebilir.
- MEB tarafından medya okuryazarlığı eğitim modülleri hazırlanıp sistematik olarak okullarda rehber öğretmenler ve okul psikolojik danışmanları tarafından verilebilir.
- Üniversitelerde internet kullanımı konusunda sorun yaşayan öğrencilere, gelişmeleri kaçırma korkusu, sağlıksız internet kullanımı/sosyal medya kullanımı ve bağımlılık temalı danışmanlıklar üniversitelerin ilgili Psikolojik Destek Merkezlerinde yapılabilir, öğrenciler bu kanallara yönlendirilebilir. Bu davranışların önlenmesi veya bu davranışlarda bulunan genç yetişkinlerin herhangi bir bağımlılık veyahut bozukluk geliştirmeden önüne geçilmesi önemlidir (Ateş ve Batmaz, 2023).
- Sosyalleşme aracı olarak kullanılan sosyal medya platformlarında geçirilen zamanın ve buna bağlı ekran başında kalma sürelerinin azaltılması için yerel belediyeler ve gençlik ve spor bakanlığı başta olmak üzere çeşitli kurum ve kuruluşlarla işbirliği yapılması ve gençlerin yüz yüze iletişim kurabilecekleri sosyal ortamların oluşturulması gençlerin sosyal medya bağımlılığından korunmaları ve yalnızlaşmalarının önlenmesi açısından önemlidir.
- Ergenlerin yalnız kalma sebepleri araştırılarak sosyalleşmesini sağlamak ve yüz yüze iletişimi arttıracak projeler üretmek ya da konu olan öğrenciye sorumluluklar vermek öğrencilere fayda sağlayacaktır (Kavlak ve ark., 2022).
- Bu araştırmada sadece nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal medya bağımlılığı kavramlarıyla ilgili derinlemesine ve kapsamlı bilgi elde edebilmek amacıyla nitel araştırma yöntemlerinden yararlanılabilir.

SINIRLILIKLAR

Bu araştırmanın örneklemini 334 kişiden oluşmaktadır. Sonraki araştırmalar daha fazla kişi ile yapılabilir. Katılımcıların cinsiyet dağılımlarına dikkat edilerek bundan sonra yapılan araştırmalarda erkek katılımcıların sayısı arttırılabilir.

Bu araştırma Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin verilerini içermektedir. Araştırmada katılımcıların demografik ve kişisel farklılıkları üzerine yoğunlaşamamıştır. Yapılacak araştırmalarda farklı demografik ve kişisel farklılıkları olan kişilerin araştırmalara dahil edilmesi elde edilen bulguların geçerliğini test etmede yararlı olacağı düşünülmektedir.

Teşekkür

Desteklerinden dolayı TÜBİTAK'a teşekkür ederiz.

Etik Onay

Çalışmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olarak yürütülerek katılımcılardan onay alınmıştır. Anketin başında aydınlatılmış onam metni katılımcılara okunmuş, onamları alınmıştır. Çalışmanın etik kurallar çerçevesinde yürütülebilmesi amacıyla Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu tarafından 05.10.2022 tarih ve 2022/294 sayılı karar ile ilgili etik izinleri alınmıştır.

Finansal Destek

Bu araştırma TÜBİTAK 2209-A Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı kapsamında desteklenmiştir.

Çıkar Çatışması

Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

Yazarlık Katkıları

Tasarım: H.H.T., M.K., Veri Toplama veya veri girişi yapma: M.K., E.E., A.Ç., F.V., Analiz ve yorum: H.H.T., M.K., E.E., A.Ç., F.V., Literatür tarama: M.K., E.E., A.Ç., F.V., Yazma: H.H.T., M.K., E.E., A.Ç., F.V.

KAYNAKLAR

- Aktan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(4), 405-421. <https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.379886>
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 49, 111-119. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.057>
- Ateş, B.K. ve Batmaz, S. (2023). Üniversite öğrencilerinin riskli davranışlarının duyu düzenleme güçlüğü ve olumsuz çekirdek inanışlarla ilişkisi. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Medeniyet ve Toplum Dergisi*, 7 (1), 43-60. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/metder/issue/77937/1321238>
- Balcı, S., Özdemir, S., Küçük, F., ve Türköz, A. (2020). 11-18 yaş arasındaki adolesanların internet bağımlılık düzeyleri. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 83-92. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/balikesirsbd/issue/56047/682785>
- Bekman, M. (2022). Halkla ilişkiler uygulamalarında nicel araştırma yöntemi: ilişkisel tarama modeli. *Meriç Uluslararası Sosyal ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 6(16), 238-258. <https://doi.org/10.54707/meric.1143322>
- Bloemen, N. & De Coninck, D. (2020). Social media and fear of missing out in adolescents: the role of family characteristics. *Social Media + Society*, 6(4), 1-11. <https://doi.org/10.1177/2056305120965517>
- Coşkun, S., & Muslu, G. (2019). Investigation of problematic mobile phones use and fear of missing out (fomo) level in adolescents. *Community Mental Health Journal*, 55(6), 1004-1014. <https://doi.org/10.1007/s10597-019-00422-8>.
- Çakır, Z. (2020). Gelişmeleri kaçırma korkusu, sosyotropik ve otonomik kişilik boyutlarının psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Medipol Üniversitesi. <https://hdl.handle.net/20.500.12511/7823>
- Çınar, Y. & Mutlu, E. (2018). Predictors for fear of missing out in the social networks among university students. *Current Addiction Research*, 2(2), 47-53. <https://doi.org/10.5455/Car.105-1540197312>
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4). <https://dergipark.org.tr/tr/pub/mjss/issue/43010/520789>
- Çimen, F. ve Dilmaç, B. (2022). Üniversite öğrencilerinin değerleri ile internet bağımlılıkları ve gelecek beklentileri arasında yordayıcı ilişkiler. *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4 (2) , 72-83. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/neueefd/issue/74813/1138043>
- Doğan, M. V. (2021). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı belirtilerinin ve sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi. <https://acikerisim.gelisim.edu.tr/xmlui/handle/11363/3135>
- Duman, Ö. D. (2021). Sosyal Medya Bağımlılığının Erzurum İli Üzerindeki Yansıması. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(1), 343-362. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ataunisobil/issue/60912/839191>
- Erdoğan, A., Yılmaz, Y., ve Hocaoğlu, Ç. (2021). Modern çağın yeni hastalığı: Gelişmeleri kaçırma korkusu "FoMO" nedir? Bir gözden geçirme. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 3(3), 217-222. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.21.3.23>
- Franchina, V., Vanden Abeele, M., Van Rooij, A. J., Lo Coco, G. & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among flemish adolescents. *In. Of Environmental Research And Public Health*, 15(10), 1-18. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102319>
- Gezer, Ç. (2020). Sosyal gelişmeleri kaçırma korkusunun psikolojik iyi oluş ve denetim odağı ile ilişkisinin incelenmesi [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi
- Gökler, M. E., Aydın, R., Ünal, E. & Metintaş, S. (2016). Sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeğinin Türkçe sürümünün geçerlik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 53-59. <https://doi.org/10.5455/apd.195843>
- Haşiloğlu, S.B., Baran, T., ve Aydın, O. (2015). Pazarlama araştırmalarındaki potansiyel problemlere yönelik bir araştırma: Kolayda örnekleme ve sıklık ifadeli ölçek maddeleri. *Pamukkale İşletme ve Bilişim Yönetimi Dergisi*, (1), 19-28. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/pibybd/issue/35465/394010>

- Karasar N. (2005). Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler ve Teknikler. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kavlak, M., Sarılır, A. İ. ve Tönbol, B. (2022). Dijital oyun bağımlılığı yalnızlığı tetikler mi? *Necmettin Erbakan Üniversitesi Ereğli Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 1-13. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/neueefd/issue/70889/1117767>
- Koçak, M. ve Traş, Z. (2021). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ve yaşamın anlamı arasındaki yordayıcı ilişkiler, *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10 (3) , 1618-1631. <https://doi.org/10.33206/mjss.893201>
- Moore, K., & Craciun, G. (2021). Fear of missing out and personality as predictors of social networking sites usage: the instagram case. *Psychological Reports*, 124(4), 1761-1787. <https://doi.org/10.1177/003329412093618>
- Odabaşı, Y. (1999). Anket yöntemi. *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri içinde ed. Ali Atıf Bir. Eskişehir: TC Anadolu Üniversitesi Yayınları*, 1081.
- Özdemir, S. (2021). Sosyal ilişkilerde gelişmeleri kaçırma korkusu sosyal dışlanmayı etkiler mi? Sosyotelizmin rolü. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(1), 64-77. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/hsbdergi/issue/60365/851833>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out, *Computers in Human Behavior*, 29(4), S.1841-1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Putri, A., & Halimah, L. (2019). Hubungan fomo dengan adiksi media sosial pada mahasiswa pengguna instagram di universitas islam bandung. *Prosiding Psikologi*, 5(2), 525-532. <http://Karyailmiah.Unisba.Ac.İd/Index.Php/Psikologi/Article/View/17131>
- Raosoft, I. Sample Size Calculator by Raosoft, Inc. 2023. Available online: <http://www.raosoft.com/samplesize.html>
- Rozgonjuk, D., Elhai, J. D., Ryan, T., & Scott, G. G. (2019). Fear of missing out is associated with disrupted activities from receiving smartphone notifications and surface learning in college students. *Computers & Education*, 140, 103590. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2019.05.016>
- Savcı, M., ve Aysan, F. (2017). Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağıllık: internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağıllığı yordayıcı etkisi. *Düşünen Adam*, 30(3), 202-216. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2017300304>
- Şahin, C. ve Yağcı, M. (2017). Sosyal medya bağımlılığı ölçeği- yetişkin formu: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 523-538. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/kefad/issue/59268/851452>
- Terzi, Ş. (2019) Sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusunun yalnızlık ve kişilerarası ilişkiler açısından incelenmesi [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi
- Toprak, A., Binark, M., Yıldırım, A., Aygül, E., Börekçi, S. & Çomu T. (2009) Toplumsal paylaşım ağı facebook: görülüyorum öyleyse varım!, Kalkedon Yayınları
- Traş, Z., & Öztemel, K. (2019). Examining the relationships between facebook intensity, fear of missing out, and smartphone addiction. *Addicta: The Turkish Journal On Addictions*, 6, 91-113. <http://Dx.Doi.Org/10.15805/Addicta.2019.6.1.0063>
- Ümmet, D., Batal, Ö., Kaya, A. ve Alkan, H. (2019). Farklı yaş gruplarındaki bireylerde sosyal medya bağımlılığı: Çeşitli değişkenlere göre bir incelenme. *21.Uluslararası Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Kongresi*, 328-334.
- Ünal, Ç. (2019). Çevrimiçi sosyal destek ve gelişmeleri kaçırma korkusu ile sosyal anksiyete bozukluğu belirti düzeyi arasındaki ilişkinin açıklanmasında sosyal medya bağımlılığı ve sosyal medya yorgunluğunun aracı rolü [Yayınlanmamış yüksek lisans tezi]. Başkent Üniversitesi

EXTENDED ABSTRACT

Introduction: Social media addiction represents a behavioral issue characterized by symptoms such as an inability to resist the urge to use social media, neglect of daily life activities due to excessive engagement, and using social media as a means to escape life problems. The fear of missing out on developments (FoMO) adds another dimension, involving the belief that others are experiencing positive events and the compulsion to constantly check others' activities to avoid feeling left out. There is a hypothesis that individuals experiencing FoMO are likely to escalate their social media usage. This study aims to investigate the correlation between university students' fear of missing out on social media (FoMO) and the occurrence of social media addiction.

Method: This research employed a cross-sectional design and participants were selected using the random assignment method. Social media addiction served as the dependent variable, while the fear of missing out on social media, gender, and living arrangements (with the family) were considered independent variables. The study's sample comprised students from various departments within the Faculty of Health Sciences who actively use social media. Data were collected using a "Demographic Information Form," the "Social Media Addiction Scale-Adult Form," and the "Fear of Missing Out on Social Media" Scale.

Results: The study investigating the correlation between university students' fear of missing out on social media and social media addiction revealed a moderately positive ($r=0.549$) and statistically significant ($p<0.01$) relationship between these variables. The fear of missing out on social media and social media addiction levels of the participants demonstrated a meaningful and moderate positive association. When examining university students from the Faculty of Health Sciences across various variables such as gender, financial situation, department, grade level, school success, smartphone usage status, and living arrangements with family, no significant differences were observed between social media addiction and fear of missing out. Similarly, no significant differences were found in fear of missing out scale scores based on the presence of a social media account. However, a notable difference was identified in the social media addiction scores ($p=.00$, $p<.05$) based on whether participants had a social media account, with those possessing an account exhibiting significantly higher addiction scores. Notably, significant differences were noted in fear of missing out, social media addiction, and the duration of social media use. Additionally, there was a substantial difference in the duration of social media use based on social tolerance levels ($F=29.25$, $p=0.00$), with scores of students using social media for 6 hours or more being significantly higher than those using it for 2 hours or less. Moreover, a significant difference was observed between the virtual communication scores of health sciences faculty students and the duration of social media use ($F=29.25$, $p=0.00$), with higher scores for students using social media for 6 hours or more compared to those using it for 2 hours or less.

Discussion: The fear of missing out on social media and social media addiction levels of the participants in the study do not differ according to demographic characteristics. The results of various studies in the literature are similar (Koçak, 2021; Terzi, 2019; Ümmet et al., 2019). This suggests that this is due to the fact that participants can easily access social media, regardless of sociodemographic characteristics. According to the results of the research, there is a statistically significant difference between students' fear of missing out ($F=4.25$ $p=0.01$) and social media addiction ($F=26.44$ $p=0.00$) and their daily social media usage time. The scores of the participants whose usage time is 6 hours and above are significantly higher than the scores of the students whose usage time is 2 hours and below. Similar to the study in the literature, it is seen that people's social media addiction scores differ significantly according to the duration of daily use (Duman, 2019; Koçak and Traş, 2021; Coşkun and Muslu, 2019). According to the data obtained, it is thought that increasing the time spent on social media will increase the fear of missing out and the risk of social media addiction. In the study, a moderate positive ($r=0.55$) and significant ($p<0.01$) relationship was found between the fear of missing out on developments in social environments and social media addiction. When looking at the literature, it is possible to find studies that reveal a relationship between social media use and fear of missing out, similar to the research results (Koçak and Traş, 2021; Gökler et al., 2016; Przybłski et al., 2013; Ünal, 2019; Traş and Özkaynak, 2019). In a study conducted by Koçak in 2021, in parallel with the research results, it was concluded that there was a significant and moderate positive relationship between social media addiction of university students and the fear of missing out on developments in social environments.

Conclusion and Suggestion: Based on the findings, a noteworthy correlation exists between university students' fear of missing out on social media and social media addiction. The results suggest that individuals experiencing a fear of missing out on social media may be more prone to developing social media addiction. In response to these insights, initiatives aimed at increasing awareness among social media users could be implemented through the organization of training sessions, conferences, and seminars on topics such as social media literacy, safe internet practices, and responsible social media use to mitigate the risks of social media addiction. Additionally, it is crucial to foster social spaces and facilitate environmental adjustments to reduce the time spent on social media, encouraging individuals to engage in social activities outside of virtual environments for a more balanced and healthy lifestyle.