

SOSYAL BİLGİLER LİSANSÜSTÜ ÖĞRENCİLERİNİN GELİŞMELERİ KAÇIRMA KORKUSU (FOMO) DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ: BİR DURUM ÇALIŞMASI

DETERMINATION OF FEAR OF MISSING OUT (FOMO) LEVELS OF SOCIAL STUDIES GRADUATE STUDENTS: A CASE STUDY

Recep DÜNDAR¹

Ramazan BİÇER²

Başvuru Tarihi: XXXXX Yayına Kabul Tarihi: XXXXXX DOI: XXXXXXXXX

(Araştırma Makalesi)

Özet: Gelişmeleri kaçırma korkusu olarak ifade edilen FoMO, sosyal medya platformlarında başkalarından gelen içeriklerin görülmemesi veya kaçırılmasıyla ortaya çıkan endişe durumu olarak tanımlanabilir. Bu çalışmanın temel amacı, sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) düzeylerinin belirlenmesidir. Bu doğrultuda araştırmanın problemi, "Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkuları (FoMO) ne düzeydedir?" şeklinde belirlenmiştir. Nitel araştırma yöntemi durum çalışması deseninde tasarlanan çalışma, Fırat Üniversitesi ve İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Sosyal Bilgiler Eğitimi Programlarında öğrenimlerine devam eden 25 lisansüstü öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma verileri yarı yapılandırılmış görüşme formları aracılığıyla elde edilerek içerik analizi tekniğiyle analiz edilmiştir. İçinde yaşadığımız dijital çağ göz önünde bulundurulduğunda, sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin büyük çoğunluğunun sosyal medya kullanım düzeylerinin ve gelişmeleri kaçırma korkularının (FoMO) orta düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Sosyal bilgiler, lisansüstü öğrenci, FoMO (gelişmeleri kaçırma korkusu), durum çalışması.

Abstract: FoMO, which is expressed as fear of missing out, can be described as a state of anxiety that occurs when content from others is not seen or missed on social media platforms. The main purpose of this study is to determine the fear of missing out (FoMO) levels of social studies graduate students. In this regard, the problem of the study was determined as "What is the level of fear of missing out (FoMO) of social studies graduate students?". The study, which was designed in the qualitative research method case study pattern, was carried out with 25 graduate students continuing their education in the Social Studies Education Programs of Fırat University and İnönü University Institute of Educational Sciences. The research data were obtained through semi-structured interview forms and analyzed by content analysis technique. Considering the digital age we live in, it has been concluded that the majority of social studies graduate students' social media usage levels and their fear of missing out (FoMO) are at a moderate level.

Keywords: Social studies, graduate students, FoMO (fear of missing out), case study.

Giriş

Günümüzde iletişim ve bilgi teknolojileri kullanımının artmasıyla internet tabanlı akıllı cihazlar toplum hayatına daha fazla girmeye başlamıştır. İnternet tabanlı mobil cihazların ihtiyaçların karşılanmasında olumlu, bağımlılıklara neden olma gibi olumsuz yönleri bulunmaktadır. Bu

¹ Prof. Dr., İnönü Üniversitesi, rdundar45@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0029-1739

² Sorumlu yazar, Doktora Öğrencisi, Öğretmen, MEB, ramazanbicer1985@@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1349-6602

anlamda insanlar arasındaki iletişimin zayıflaması, bireyselleşmenin artması, bilgi dezenformasyonu, bağımlılık yapan uygulamalarla gelen psikolojik rahatsızlıklar gibi başka olumsuz yönleri de bulunmaktadır. Akıllı telefon kullanımının artmasıyla; internetin çok fazla ve kontrolsüz kullanımı sağlık problemleri, psikolojik rahatsızlıklar, nomofobi (mobil telefonsuz kalma korkusu), gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO), netlessfobi (internetsiz kalma korkusu) gibi fobilerin ortaya çıkmasına neden olduğu görülmektedir. Toplum için büyük bir tehdit olarak görülebilecek bu tür rahatsızlıkların her geçen gün arttığı ifade edilebilir (Çınar & Mutlu, 2018; Koçoğlu, Biçer & Yiğen, 2022; Milyavskaya, Saffran, Hope & Koestner 2018; Sarıbay & Durgun, 2020; Tandon, Dhir, Almgren, AlNemer & Mäntymäki, 2021; Tanhan, Özok & Tayiz, 2021; Yıldırım & Kışioğlu, 2018). Bu nedenle gerekli tedbirlerin alınarak bu tür problemlerin erkenden teşhis edilmesine yönelik çalışmaların yapılması ve farkındalığın artırılması elzem görünmektedir.

Gelişmeleri kaçırma korkusu anlamına gelen FoMO (*İng. Fear of Missing Out*), 14 Nisan 2011'de Urban Dictionary'de günün sözü olarak yayınlanmıştır. Bir sosyal kaygı biçimi olarak kabul edilen FoMO, kişinin sosyal etkileşim, yeni bir deneyim ve tatmin edici bir olayı kaçırma korkusu şeklinde takıntılı bir endişe durumu olarak ortaya çıkmaktadır (Dossey, 2014). FoMO sendromu, farklı zamanlarda başkalarının heyecan verici deneyimlere katıldığına dair bir korku olup, dışlanmışlık hissini ön plana çıkarmaktadır (Ak, 2022). Bu durum, başkalarının daha tatmin edici bir hayat yaşadığı inancına sahip olmakla ilgilidir (Efendioğlu, 2022). Dolayısıyla problemler internet kullanımının getirmiş olduğu rahatsızlıklardan biri olan FoMO, daha çok sosyal medya ile sınırlı bir olgu olup başkalarının yaptıklarıyla sürekli bağlantı halinde kalma arzusuyla karakterize edilmektedir (Çallak & Öncüer, 2023; Göksün, 2019; Przybylski, Murayama, DeHaan & Gladwell, 2013; Şener, 2022). Sanal ortamlarda bireylerin yaşamlarına ilişkin paylaşımlarda bulunmaları başkalarının daha iyi yaşadığı izlenimi uyandırarak endişe ve kaygıya neden olmaktadır. Böylece birey kendisini başkalarıyla kıyaslayarak depresif bir ruh haline girebilmektedir. Bu da yorgunluk, mutsuzluk ve uyku bozukluğu gibi psikolojik sıkıntılara neden olabilmektedir (Tanhan, Özok & Tayiz, 2022).

Sosyal ağlar, yüksek düzeyde sosyal katılım sağlamak amacıyla genç bireyler için özellikle çekicidir. Gençler, sosyal ağ sitelerini kullanarak ait olma ihtiyaçlarını tatmin edebilirler. Ancak ait olmadıkları hissine kapıldıklarında ve paylaşılan deneyimleri kaçırdıklarında kaygı yaşama riskleri de oldukça yüksektir (Oberst, Wegmann, Stodt, Brand & Chamarro, 2017). Uygulamaların

işleyiş tarzı, gençlerin iletişim tarzları, anı yaşama anlayış ve deneyimi, başkalarını takip etme isteği ve internetin aşırı bir şekilde kullanılması bağımlılığa ve kaygıya neden olmaktadır (Aliçavuşoğlu & Boyraz, 2019). Akıllı telefon kullanımının artmasıyla ortaya çıkan FoMO, bağımlılıkla ortaya çıkan ve başkalarından gelen içeriklerin görülmediği zamanlarda gelişen bir endişe durumu olup deneyimlerden mahrum kalındığı düşüncesiyle ilgilidir. Özellikle sosyal medya ve akıllı telefonla çok fazla meşgul olan gençler arasında yaygın olarak görülen bir rahatsızlıktır (Alutaybi, Al-Thani, McAlaney & Ali, 2020; Barry & Wong, 2020; Güven, 2021; Hodkinson, 2019; Hoşgör, Koç Tütüncü, Gündüz Hoşgör & Tandoğan, 2017). Sosyal medya ve akıllı telefon kullanımıyla ilişkili olan bu rahatsızlık, insanların bağımlılık duygusunu etkin bir biçimde hissetmesine neden olmaktadır (Hetz, Dawson & Cullen, 2015; Karal & Birlik, 2021). Örneğin, Facebook kullanım yoğunluğu ile toplumsal ilişkilerde gelişmeleri kaçırma korkusu ve akıllı telefon bağımlılığı arasında önemli oranda bir ilişki olduğu ifade edilebilir (Traş & Öztemel, 2019). Hatta FoMO'nun sosyal medya temelli satın alma eğilimi üzerinde de anlamlı bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir (Kavak, Özkul & Tunçel, 2021).

İçinde bulunduğumuz dijital çağ, dijital bağımlılık ve benzeri bağımlılıkların ortaya çıkmasında önemli bir etkiye sahiptir. Bu bağımlılıklardan kurtulmak amacıyla dijital detoks yapılmasının bir gereklilik olduğu ifade edilebilir. Dolayısıyla dijital medya aracılığıyla yayılan farklı içeriklerin doğru okunabilmesi ve anlamlandırılması oldukça önemli olmaktadır (Yıldız, Kurnaz & Kırık, 2020). Özgün bir tedavi yöntemi olmasa da (Erdoğan, Yılmaz & Hocaoğlu, 2021) bağımlılıklarda kullanılan bazı yöntemler faydalı olabilir. Bu anlamda en büyük hedef kitlenin genç bireyler olduğu göz önünde bulundurulduğunda, onların medya okuryazarlığı ve dijital okuryazarlık becerilerine sahip olmaları oldukça önemlidir. Kurum ve kuruluşların bu doğrultuda farkındalık çalışmaları yapmaları oldukça önemli görünmektedir.

Son dönemlerde iletişim kurma, alışveriş ve yatırım yapma gibi eylemler hızlı bir şekilde sanal ortamlara taşınmaktadır. Dolayısıyla sanal bir ekosistemin kurulmasıyla zaman ve mekân sınırı ortadan kalkmaya başlamıştır. Teknolojik değişimle birlikte insanlar sosyal medya vasıtasıyla kendi dünyalarıyla ilgili gelişmeleri paylaşmakta, reklamlarının çekiciliğine kapılmakta ve çeşitli yatırım araçlarına önemli oranda vakit ayırmaktadırlar. İnsanlar, sanal etkileşim imkânlarının artması ve seçeneklerin çeşitlenmesiyle tüketici bir duygu olan gelişmeleri kaçırma korkusunu yaşayabilmektedirler (Mazlum & Atalay, 2022). Yukarıda ifade edilen nedenlerden dolayı son

yıllarda literatürde FoMO ile ilgili çalışma sayısındaki artış dikkat çekmektedir. Bu anlamda yapılan bazı çalışmalara aşağıda yer verilmiştir.

Alan yazında FoMO'nun genel olarak psikolojik veya fizyolojik sorunlarla birlikte incelendiği görülmektedir. Bu sorunlar; alkol bağımlılığı, hedonik tüketim, medya bağımlılığı, problemlili akıllı telefon kullanımı, depresyon, kontrolsüz TV izleme alışkanlığı, sorunlu sosyal medya kullanımı, çocuk iletişimi, uyku bozukluğu, oyun bağımlılığı, kontrolsüz satın alma davranışı, sürü tüketimi ve Covid-19 dönemi alışkanlıklarından oluşmaktadır (Efendioğlu, 2022).

Yapılan ulusal çalışmalarda; gelişmeleri kaçırma korkusu ile akıllı telefon bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve yüksek düzeyde bir ilişkinin olduğu (Gezgin, 2018), nomofobi ve FoMO arasında pozitif bir ilişki olduğu, sosyal ağ kullanım sürelerine göre düzeylerinin anlamlı bir şekilde farklılaştığı, az kullananlar ile çok kullananlar arasında anlamlı bir farklılık olduğu (Arslan, Tozkoparan & Kurt, 2019), konunun eğitim bilimlerinde çok çalışıldığı ve en az çalışılan konunun netlessfobi olduğu, gençlerin nomofobi ve FoMO düzeylerinin orta ve yüksek düzeyde olduğu ve kız öğrencilerin erkek öğrencilerden daha fazla nomofobik davranışlar sergiledikleri (Kartol & Peker, 2020; Sarıbay & Durgun, 2020), öğretmen adaylarının FoMO düzeylerinin orta seviyede, siber aylıklık düzeylerinin ortalamasının üzerinde, sosyal siber aylıklık davranışları ve okuma motivasyonları arasında ise anlamlı bir ilişki olduğu (Saygılı, 2022; Tozkoparan & Kuzu, 2019) tespit edilmiştir.

Yapılan uluslararası çalışmalarda; FoMo'nun artan bir deneyim olarak popülaritesinin olduğu, sıklıkla artan olumsuz duygulanma, yorgunluk, fiziksel semptomlar, stres ve uykusuzluk gibi olumsuz sonuçlarla ilişkilendirildiği (Milyavskaya vd., 2018), özellikle sosyal medya etkinliklerine daha fazla zaman ayıran bazı yaş gruplarındaki bireylerde düşük benlik saygısı ve yalnızlığın FoMO'yla yüksek seviyede ilişkili olduğu (Barry & Wong, 2020), FoMO deneyiminde cinsiyet açısından bir farklılık bulunmadığı ve gençlerin FoMO puanlarının daha yüksek olduğu (Rozgonjuk, Sindermann, Elhai & Montag, 2021) tespit edilmiştir.

Alanyazın incelendiğinde, bu çalışmanın içeriğiyle ilgili olarak eğitim bilimleri, sağlık ve psikoloji alanlarında birçok çalışmaya rastlanmasına rağmen sosyal bilgiler eğitimi veya sosyal bilgiler lisansüstü eğitimi alanında herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla yapılan çalışmanın alan yazına önemli oranda katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca gerçekleştirilecek

çalışmanın sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin FoMO başta olmak üzere benzer rahatsızlıklarla ilgili farkındalıklarına katkı sağlayacağı, konuyla ilgili bilgi, beceri ve değerlere ilişkin algılarında olumlu bir değişim yaratacağı ve farklı bir bakış açısı kazandıracığı beklenmektedir. Bu da yapılacak çalışmanın önemini artırmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin FoMO düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaca yönelik olarak aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır;

1. Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusuyla (FoMO) ilgili görüşleri nelerdir?
2. Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencileri sosyal medyayı hangi amaçlar için kullanmaktadırlar?
3. Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencileri sosyal medyada yer alan bir gelişmeyi kaçırdıklarında herhangi bir korku veya endişe hissederler mi?
4. Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencileri sosyal medyada yer alan herhangi bir gelişmeyi başkalarından duyduklarında kendilerini nasıl hissederler?
5. Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) düzeyleri nasıldır?

Yöntem

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın deseni, çalışma grubu, veri toplama tekniği, veri toplama aracı ve verilerin analizinin nasıl yapıldığına ilişkin konular açıklanmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın Deseni

Bu araştırma “Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkuları (FoMo) ne düzeydedir?” probleminden hareketle gerçekleştirilmiştir. Araştırmada nitel araştırma yöntemi ile temellendirilen durum (örnek olay) çalışması modeli kullanılmıştır. Durum çalışması araştırmacının; gerçek yaşam, güncel bir durum veya belirli bir zaman içinde, çoklu sınırlandırılmış durumlarla ilgili çoklu bilgi kaynakları aracılığıyla derinlemesine bilgi toplamasını sağlayan, durum betimlemesi veya durum temalarıyla ortaya konulan bir yaklaşım olarak tanımlanabilir (Creswell, 2020). Bütüncül tek durum deseni; isminden de anlaşılacağı üzere bir birey, bir kurum, bir program ve bir okul gibi tek bir analiz birimi üzerine yoğunlaşarak yürütülen çalışma şeklinde

tanımlanabilir. Daha önce hiç kimsenin çalışmadığı veya ulaşamadığı durumların bütüncül tek durum deseninde çalışılması mümkündür (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Sosyal Bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerini belirlemeyi amaçlayan bu araştırmada, durum çalışması desenlerinden bütüncül tek durum deseni kullanılmıştır. Alan yazında gelişmeleri kaçırma korkusuyla ilgili yeterli kuramsal bilgi ve araştırma bulunmasına rağmen, Sosyal Bilgiler Eğitimi alanında gerçekleştirilen herhangi bir durum çalışmasına rastlanmamıştır. Dolayısıyla bu araştırma, sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerini belirlemek amacıyla bütüncül tek durum deseni kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, 2023-2024 eğitim-öğretim yılında Fırat Üniversitesi ve İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Sosyal Bilgiler Eğitimi Programlarında öğrenimlerine devam eden 25 lisansüstü öğrenciden (13 kadın, 12 erkek) oluşmaktadır. Araştırma için çalışma grubu belirlenirken lisansüstü öğrencilerden deneyim, ilgi ve bilgi açısından daha nitelikli, teknolojiyi ve sosyal medyayı etkin bir şekilde kullanan ve güncel gelişmelere duyarlı oldukları düşünülen lisansüstü öğrencilerinin seçilmesine dikkat edilmiştir. Ayrıca yaş grubu ve eğitim seviyesi itibarıyla konuya ilgi duyan bir gruptan nitelikli veriler elde edileceği düşünülerek bir seçim gerçekleştirilmiştir.

Verilerin Toplanması

Bu çalışmanın verileri araştırmacılar tarafından geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formları aracılığıyla toplanmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniği ve diğer görüşme çeşitleri eğitimde veri toplamak amacıyla en fazla kullanılan yöntemlerdendir. Merriam (2018)'a göre nitel araştırmalarda bilgi toplamak amacıyla çokça kullanılan görüşme tekniği; gözlemleyemediğimiz davranışlar, duygular veya insanların etraflarındaki dünyayı nasıl anlamlandırdıklarını öğrenmek amacıyla gerçekleştirilen bir dizi sistematik eylemden oluşmaktadır. Görüşme tekniği, geçmişte yaşanmış ve tekrar etmeyecek olayların öğrenilmesinde popüler medyanın en önemli bilgi toplama araçlarından biri olarak bazı alanlarda tek başına kullanılan bir veri toplama tekniği olarak öne çıkmaktadır. Bu araştırmanın görüşme formu, beş sorudan oluşan yarı yapılandırılmış bir görüşme formu olarak araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. Ardından bir dil uzmanı ve iki alan uzmanının görüşlerine başvurulmuştur. Böylece gerekli düzeltmelerin yapılmasıyla form son

şekline kavuşturulmuştur. Görüşme formu, uygulama öncesi farklı kademelerdeki 2 lisansüstü öğrenciye uygulanarak pilot uygulama gerçekleştirilmiş ve formun anlaşılabilirliğinden emin olunmuştur. Görüşme için uygun ve yeterli görülen görüşme formu Google Drive'a yüklenmiştir. Konuyla ilgili gerekli bilgilendirmeler yapıldıktan sonra elektronik ortamda oluşturulan görüşme formu çalışma grubuna yöneltilmiştir. Yeterli bir sayıya ulaşılması ve yanıtların benzerlik göstermeye başlamasıyla cevapların alınmasına son verilmiştir. Google Drive aracılığıyla toplanan yanıtlar değerlendirmeye ve analize uygun hale gelmiştir.

Verilerin Analizi

Bu araştırmanın verilerini analiz etmek amacıyla içerik analizi kullanılmıştır. içerik analizi, insan davranışlarını ve doğasını belirlemek amacıyla dolaylı yollarla çalışma imkânı tanıyan bir tekniktir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2018) İçerik analizi, belirli kurallara dayalı kodlamalarla bir metnin bazı sözcüklerinden daha küçük içerik kategorilerinin özetlendiği sistematik ve tekrarlanabilir bir teknik olarak tanımlanabilir.

Bu çalışmada, araştırma problemine ilişkin toplanan verilerin ne anlama geldiği ve hangi sonuçlara ulaşıldığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Lisansüstü öğrencilere beş açık uçlu sorudan oluşan bir yarı yapılandırılmış görüşme formu uygulanmıştır. Lisansüstü öğrencilerin görüşlerinin daha iyi analiz edilebilmesi için kimlikleri gizli tutulmuş ve çalışma grubu üyelerine K-1, K-2, K-3, K-4, K-5 vb. şeklinde kodlar verilmiştir. Verilen kodlar, verilerin analiz edilmesinde de kullanılmıştır. Araştırma sorularına verilen yanıtlar, iki araştırmacının ortak görüşleri doğrultusunda kodlanarak oluşturulan temalara dâhil edilmiştir. Temalara uygun şekilde oluşturulan veriler, sırasıyla kendi içinde yapılandırılmış ve rapor haline getirilmiştir. Araştırmanın ham verilerinin sağlandığı yarı yapılandırılmış görüşme formlarının başkaları tarafından incelenmesi için korunması sağlanmıştır.

Geçerlik ve Güvenirlik

Yapılan çalışmanın dış geçerliğini artırmak için elde edilen veriler ayrıntılı olarak betimlenmeye çalışılmıştır. Araştırma süreci açık, net ve ayrıntılı bir şekilde rapor edilmiştir. İç geçerliği artırmak için ise araştırma verileri ayrıntılı olarak açıklanmıştır. Ayrıca doğrudan alıntılar kullanılmış ve uzman incelemesine başvurulmuştur.

Temel veri kaynağı olan görüşme dokümanları ile kategori ve temalar oluşturulmuş, verilerin içerik analizi yapılmıştır. Araştırma deseninin kalitesini artırmak adına inandırıcılık ve tutarlılıkları kontrol edilmiştir. Miles ve Huberman (1994)'ın güvenilirlik formülü (Güvenirlik = Görüş Birliği / (Görüş Birliği + Görüş Ayrılığı) kullanılarak kodlayıcılar arasındaki uyum oranının % 90 olduğu tespit edilmiştir.

Bulgular

Araştırmanın bu kısmında, yarı yapılandırılmış görüşmeler yoluyla elde edilen bulgular; kod ve kategori ve temalar haline getirilerek tablo şeklinde sunulmuştur.

Araştırmaya Katılan Sosyal Bilgiler Lisansüstü Öğrencilerine İlişkin Demografik Özellikler

Araştırmaya katılan sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin demografik özellikleri; cinsiyet, öğrenim dönemleri, sosyal medyayı kullanım düzeyleri değişkenlerine göre tek tablo halinde ve ayrı başlıklar altında sunulmuştur.

Tablo 1

Sosyal Bilgiler Lisansüstü Öğrencilerine İlişkin Demografik Özellikler

Lisansüstü Öğrencilerin Demografik Özellikleri		f
Cinsiyet	Erkek	12
	Kadın	13
Öğrenim dönemleri	Yüksek lisans ders dönemi	1
	Yüksek lisans tez dönemi	13
	Doktora ders dönemi	5
	Doktora tez dönemi	6
Sosyal medyayı kullanım düzeyleri	Çok az	0
	Az	1
	Orta düzey	9
	Fazla	11
	Çok fazla	4

Tablo 1'de görüldüğü gibi araştırmaya katılan sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin 12'si erkek (% 48), 13'ü ise kadın (% 52) katılımcılardan oluşmaktadır. Buna göre erkek ve kadın katılımcı sayısının birbirine oldukça yakın olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin 13'ü (% 52) yüksek lisans tez dönemi, 6'sı (% 24) doktora tez dönemi, 5'i (% 20) doktora ders dönemi, 1'i (% 4) ise yüksek lisans ders döneminde bulunan öğrencilerden oluşmaktadır. Bu durumda araştırmaya katılan lisansüstü öğrencilerden 14'ü (% 56) yüksek lisans, 11'i (% 44) ise doktora öğrencisidir. Böylece katılımcıların yarısının yüksek lisans tez döneminde

olan öğrencilerden oluştuğu ve ardından en fazla katılımcının doktora tez döneminde olan öğrencilerden oluştuğu görülmektedir. Araştırma grubundaki en az katılımcı ise yüksek lisans ders döneminde bulunan bir öğrenciden oluşmaktadır.

Araştırmaya katılan sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin interneti ve sosyal medyayı kullanma düzeylerine bakıldığında “çok az” düzeyinde hiçbir öğrenci bulunmamaktadır. Diğer kullanım düzeylerine bakıldığında “az” düzeyde 1 (% 4), “orta” düzeyde 9 (% 36), “fazla” düzeyde 11 (% 44) ve “çok fazla” düzeyinde ise 4 (% 16) öğrencinin olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda katılımcıların yarıya yakınının internet ve sosyal medyayı “fazla” düzeyinde kullandıkları tespit edilmiştir. Orta düzeyde kullanan öğrenci sayısı da azımsanmayacak düzeydedir. Ayrıca internet ve sosyal medyayı “çok az” kullanan öğrenci sayısı ile “çok fazla” kullanan öğrenci sayısının çok düşük olduğu, orta ve üzeri düzeyde internet ve sosyal medya kullanan katılımcı sayısının ise oldukça fazla olduğu (% 80) görülmektedir. Buna göre sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin internet ve sosyal medya bağımlılıklarının yüksek düzeyde olduğu ifade edilebilir.

1.Sosyal Bilgiler Lisansüstü Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusuyla İlgili Görüşlerine İlişkin Bulgular

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusuyla ilişkin görüşlerine aşağıda verilen Tablo 2’de yer verilmiştir.

Tablo 2

Gelişmeleri Kaçırma Korkusuyla İlgili Görüşler

<i>Kategoriler</i>	<i>Kodlar</i>	<i>f</i>
Gelişmeleri	Güncel gelişmeleri kaçırma korkusu	11
Kaçırma	Toplumsal hayatta yaşanan gelişmelerden geri kalma korkusu	5
Korkusuyla	İnternet ve sosyal medya bağımlılığı nedeniyle gelişmeleri takip edememe korkusu	4
İlgili		
Görüşler	Çağa ayak uyduramamanın yarattığı korku	1
	Sosyal medya sayesinde azalan korku	1
	Teknolojik ilerlemeler ve zaman yetersizliği nedeniyle oluşan gelişmeleri kaçırma korkusu	1
	Bilmiyorum	2
Toplam		25

Tablo 2’de görüldüğü gibi sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusuna ilişkin görüşlerini özellikle güncel konularla ilgili gelişmeleri kaçırdıklarında yaşanan korku (f=11) şeklinde tanımladıkları görülmektedir. Ayrıca katılımcıların toplumsal hayatta yaşanan

gelişmelerden geri kalma ($f=5$), internet ve sosyal medya bağımlılığı nedeniyle gelişmeleri takip edememe korkusu şeklinde önemli oranda görüş bildirdikleri görülmektedir. Çağa ayak uyduramama, sosyal medya ve teknolojik ilerlemelere ilişkin artan ve azalan korku şeklinde tanımlama yapan katılımcılarla birlikte konuya ilişkin herhangi bir görüşlerinin olmadığını ifade eden katılımcıların olduğu da görülmektedir. Bu doğrultuda, toplumsal hayatta yaşanan güncel gelişmelerin kaçırılması durumunda katılımcılarda bir korku veya endişe hali oluştuğu ifade edilebilir. Bir lisansüstü öğrencinin konuya ilişkin görüşü şu şekildedir; “Özellikle sosyal medyanın yaygınlaşmasıyla beraber anlık olarak çabucak değişebilen ekonomik, sosyal veya siyasal alanda gelişen ve bu alanlar arasında kişinin ilgilendiği alanlarla ilintili güncel gelişmelerin tümüne birden haberdar olma çabasının ileri boyutta yaşanmasıyla doğan ve güncel bir gelişmeden haberdar olamama kaygısının kişide psikolojik tahribatlar verecek düzeyde yaşanması duygu durumudur.” (K-3). İfade edilen açıklamadan da anlaşılacağı üzere sosyal medya kullanımıyla ortaya çıkan ve güncel gelişmelerden haberdar olma kaygısı bireyleri psikolojik olarak yıpratmaktadır. Bir başka lisansüstü öğrenci ise konuya ilişkin şöyle bir açıklamada bulunmuştur; “... sosyal medyada ve internette güncel gelişmeleri kaçırma konusunda oldukça endişeliyim. Herhangi bir ortamda güncel mevzuları konuşamamak geri kalmışlık hissi veriyor.” (K-17). Bu doğrultuda katılımcının toplum içerisinde konuşulan konularda güncel gelişmelerden bahsedememesinin kendisinde geri kalmışlık hissi uyandıracığı ifade edilmektedir. Dolayısıyla gündeme dair konuşabilmenin toplum içerisinde önemli bir husus olduğu belirtilmektedir.

2. Sosyal Bilgiler Lisansüstü Öğrencilerinin Sosyal Medyayı Kullanım Amaçlarına İlişkin Bulgular

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyayı kullanım amaçlarına ilişkin görüşlerine Tablo 3’te yer verilmiştir.

Tablo 3

Sosyal Medyayı Kullanım Amaçları

<i>Kategori</i>	<i>Kodlar</i>	<i>f</i>
Sosyal Medyayı Kullanım Amaçları	Haberleri, gündemi ve güncel olayları takip etmek	15
	Bilgi edinmek (Bütün merak edilen konular)	11
	Eğlenmek	7
	İletişim kurmak	5
	Arkadaşları takip etmek	3
	Paylaşım yapmak	2
	Video izlemek	2

Dinlenmek	1
Görsel sanatlar	1
Kitap okuma alışkanlığı kazanmak	1
Soru paylaşımlarını görmek	1
Yemek tarifleri öğrenmek	1
Toplam	50

Tablo 3'te görüldüğü gibi sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyayı kullanım amaçlarına bakıldığında; ağırlıklı olarak haberleri, gündemi ve güncel olayları takip etmek (f=15) amacıyla sosyal medyayı kullandıkları görülmektedir. Daha az düzeyde de olsa merak ettikleri tüm konularda bilgi edinmek (f=11), eğlenmek (f=7), iletişim kurmak (f=5) ve arkadaşlarını takip etmek (f=3) gibi konularda sosyal medyayı kullandıkları görülmektedir. Ayrıca paylaşım yapmak, video izlemek ve dinlenmek gibi konulara ilişkin amaçlarla da sosyal medyanın kullanıldığı ifade edilmiştir. Genel olarak bakıldığında lisansüstü öğrencilerin toplumsal hayatta yaşanan gelişmelere kayıtsız kalmak istemedikleri, merak ettikleri konularla ilgili bilgi edinmeye çalıştıkları ve bu nedenle yaşanan gelişmeleri sosyal medya aracılığıyla öğrenme yoluna gittikleri ifade edilebilir. Bir diğer dikkat çekici husus ise, birden fazla amaç için sosyal medyanın kullanılması gösterilebilir. Bu doğrultuda elde edilen bulgulara göre; bir katılımcı "*Gündemi takip etmek, eğlenmek için.*" (K-16) şeklinde ifadeler kullanırken bir diğer katılımcı "*Eğlenmek için, bilgi edinmek için ve güncel haberleri takip etmek için.*" (K-25) gibi bir ifadede bulunmuştur. Dolayısıyla çalışma grubu üyelerinin birden fazla amaç için sosyal medyayı kullandıkları görülmektedir.

3. Sosyal Bilgiler Lisansüstü Öğrencilerinin Sosyal Medyada Kaçırılan Gelişmelerle İlgili Korku veya Endişe Etme Nedenlerine İlişkin Bulgular

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyada kaçırılan gelişmelerle ilgili korku veya endişe etme nedenlerine Tablo 4'te yer verilmiştir.

Tablo 4

Sosyal Medyada Kaçırılan Gelişmelerle İlgili Korku veya Endişe Etme Nedenleri

<i>Kategoriler</i>	<i>Kodlar</i>	<i>f</i>
Evet	Kişi açısından çok önemli bir konunun kaçırılması (atama ve mesleki gelişmeler vb.)	5
	Kaçırılan bir gelişmeden dolayı oluşan gerginlik	1
	Gündemin gerisinde kalındığı düşüncesi	1
	Kaçırılan bir gelişmenin başka yerden duyulma ihtimalinin olması	7
	Sosyal medya bağımlısı olunmaması	3
Hayır	Önemsememe	3
	Haberdar olunmayan konuları merak etme	1
	Bütün olayları normal karşılama	1

Bazen	Haberdar olunmayan konuları merak etme	1
	Önemli konuların gözden kaçmış olması	1
Nadiren	Patlama ve deprem gibi büyük olaylarla ilgili içeriklerin olması	1
Toplam		25

Tablo 4’te verildiği gibi sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyada kaçırılan gelişmelerle ilgili korku veya endişe etme nedenlerine bakıldığında öğrencilerin çoğu herhangi bir korku veya endişe hissetmediklerini (f=15) belirtmektedirler. Kaçırılan bir gelişmenin (f=7) başka bir mecra aracılığıyla öğrenilmesinin mümkün olması onların böyle düşünmelerine sebep olmaktadır. Ayrıca sosyal medya bağımlısı olunmaması ve gelişmelerin kaçırılmasının önemsizmemesi nedeniyle de böyle düşündükleri belirtilmektedir. Korku veya endişeye kapıldığını ifade eden öğrencilerin ise atama ve mesleki gelişmeler (f=5) gibi bireyin önemseydiği konular nedeniyle böyle bir ruh haline büründükleri ifade edilmiştir. Ayrıca bazen veya nadiren de olsa bir endişe ve korku hisseden öğrenci sayısının oldukça az olduğu dikkat çekmektedir. Bu doğrultuda öğrencilerin genel olarak gelişmeleri kaçırma korkusuyla ilgili olarak kendilerini kontrol edebildikleri ifade edilebilir. Örneğin katılımcılardan biri “*Bazen. Haberdar olmadığım konuları merak edebiliyorum.*” diyerek az da olsa endişelendiğini ifade ederken bir diğer katılımcı “*Hayır. Nasılsa başka yerden de duyabilirim.*” (K-14). diyerek gelişmeleri kaçırma konusunda herhangi bir korku veya endişe hissetmediğini belirtmektedir. O halde korku veya endişe etme halinin kişiden kişiye değişebileceği ve lisansüstü öğrencilerde bu durumun çok fazla olmadığı ifade edilebilir.

4. Sosyal Bilgiler Lisansüstü Öğrencilerinin Sosyal Medyadaki Gelişmeleri Bir Başkasından Duymaları Üzerine Oluşan Duygu Durumlarına İlişkin Bulgular

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyadaki gelişmeleri bir başkasından duymaları üzerine oluşan duygu durumlarına Tablo 5’te yer verilmiştir.

Tablo 5

Sosyal Medyadaki Gelişmelerin Bir Başkasından Duyulması Üzerine Oluşan Duygu Durumları

<i>Kategoriler</i>	<i>Kodlar</i>	<i>F</i>
Normal	Çok önemsememe	9
	Geride kalındığı düşüncesi	3
	Aktif bir sosyal medya kullanıcısı olunmaması	2
	Aktif bir sosyal medya kullanıcısı olunması	1
	Doğruluğundan emin olunmaması	1
	Gözden kaçırma	1

Üzüntü	Bilginin önemli olması	2
	Daha önce öğrenmiş olma isteği	1
Mutluluk	Haberdar olduğuna sevinme	1
	Boşuna zaman harcanılmadığına sevinme	1
Merak	Konunun ilgi çekici olması	2
Merak ya da mutluluk	Konuya göre değişkenlik	1
Toplam		25

Tablo 5’te görüldüğü gibi sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyadaki gelişmeleri bir başkasından duymaları üzerine oluşan duygu durumlarına bakıldığında öğrencilerin önemli oranda (f=17) durumu normal karşıladıkları ve çok önemsemedikleri söylenebilir. Ayrıca gelişmeleri kaçırdıklarında bile kendilerini normal hisseden katılımcıların (f=3) varlığı da dikkat çekmektedir. Dolayısıyla lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri başkalarından duymaları üzerine oluşan durumu olağan bir şekilde karşıladıkları ifade edilebilir. Gelişmeleri kaçırdıklarına üzülen ve mutlu olan öğrenci sayısının da az olduğu görülmektedir. Konunun ilgi çekici olması nedeniyle merak duygusu (f=2) kabaaran öğrencilerin de bulunduğu görülmektedir. Örneğin katılımcılardan biri “*Kendimi normal hissedirim. Sosyal medyadaki gelişmelerin doğruluk payından emin olmadığım için.*” (K-2) diyerek sosyal medyadaki gelişmelere pek inanmadığı için durumu normal karşıladığını ifade ederken bir diğer katılımcı ise “*Eğer o bilgi benim için gerekli ise ve ben o bilgiyi geç öğrendiysem üzüntü duyarım.*” (K-15) diyerek kendisi için gerekli olan bir bilgiyi kaçırdığında üzülebileceğini ifade etmiştir. Kısaca ifade etmek gerekirse, sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyadaki gelişmeleri bir başkasından duymaları üzerine oluşan duygu durumlarının oldukça normal olduğu, lisansüstü öğrencilerde herhangi bir endişe veya korkuya sebebiyet verecek olumsuz bir durumun oluşmadığı ifade edilebilir.

5.Sosyal Bilgiler Lisansüstü Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusuyla İlgili Düzeylerine İlişkin Bulgular

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusuyla ilgili düzeylerine Tablo 6’da yer verilmiştir.

Tablo 6

Gelişmeleri Kaçırma Korkusuyla İlgili Düzeyleri

<i>Kategoriler</i>	<i>Kodlar</i>	<i>f</i>
Düzyey-1	Gelişmeleri kaçırma korkusuna ilişkin herhangi bir endişe veya korkunun olmaması	6
Düzyey-2	Çok önemli olmadığı için önemsememe	6

Düzyey-3	Korkunun orta düzeyde olması gerektiği düşüncesi	9
Düzyey-4	Az da olsa korku veya endişe hissetme hali	3
Düzyey-5	Gelişmeleri kaçırmakla ilgili çok fazla korku hissetme	1
Toplam		25

Tablo 6’da görüldüğü gibi sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusuyla ilgili düzeylerine bakıldığında gelişmeleri kaçırma korkularının orta düzeyde olduğu ifade edilebilir. Ayrıca gelişmeleri kaçırma korkusuyla ilgili 1. ve 2. düzeydeki öğrenci sayısının fazla (f=12), 4. ve 5. düzeydeki öğrenci sayısının az olması (f=4) ise dikkat çekicidir. Bu anlamda “Çalışma Grubuna İlişkin Demografik Özellikler” başlığı altında verilen bulgularla bir çelişki olduğu ifade edilebilir. Dolayısıyla çalışmanın başında tespit edilen bulgular ve Tablo 5’te verilen bulgular arasında açıklanması zor olsa da bir çelişki bulunduğu söylenebilir. Buna göre; çalışmanın başında interneti ve sosyal medyayı kullanma düzeyinin % 96 (f=24) oranında ve oldukça yüksek bir düzeyde olduğu görülmekteyken, Tablo 5’te bu oran % 65 (f=13) gibi bir sonucu göstermektedir. Buna göre çalışmanın başında katılımcıların internet ve sosyal medyayı kullanım düzeylerini fazla ve çok fazla düzeyinde belirttikleri, sıra FoMO düzeyini belirlemeye geldiğinde ise katılımcıların seviyelerini düşük gösterme eğiliminde oldukları ifade edilebilir. Ayrıca katılımcıların gelişmeleri kaçırma korkularıyla ilgili nedenlere bakıldığında korkunun orta düzeyde (f=9) olması gerektiği yönündeki görüşler ağırlık kazanırken bu konuda herhangi bir endişe duymayan ve durumu önemsemeyen öğrencilerin varlığı dikkat çekmektedir. Kendilerinin korku ve endişe halini 4. ve 5. düzeyde gören öğrenci sayısı az da olsa önemli gözükmektedir. Dolayısıyla kendini böyle bir konumda görmenin oldukça zor olduğu ifade edilebilir. Konuyla ilgili bulgulara bakıldığında bir lisansüstü öğrenci “(Düzyeyim) 1. Sosyal medyayı hayatın bir parçası olarak görmediğim için herhangi bir korkum yok.” (K-9) diyerek kendisini 1. düzeyde konumlandırarak herhangi bir korkusunun olmadığını ifade etmektedir. Bir başka öğrenci ise “(Düzyeyim) 4. Bu anlamda biraz endişeleniyorum.” (K-22) diyerek korku düzeyinin 4. düzeyde olduğunu ve az da olsa endişelendiğini ifade etmektedir.

Sonuç ve Tartışma

Akıllı telefon kullanımıyla ortaya çıkan rahatsızlıklarından biri de FoMo’dur. Özellikle sosyal medya kullanıcılarının akış içerisinde göremedikleri durum ve paylaşımlar nedeniyle bireyin oluşan kaygı nedeniyle kendisini huzursuz ve mutsuz hissettiği görülmektedir. Bireyi olumsuz etkileyen bu rahatsızlık ilgili olarak yapılan çalışmada, lisansüstü öğrencilerine ilişkin bir durum

tespiti yapılmaya çalışılmıştır. Araştırma ile sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkularına ilişkin olarak elde edilen sonuçlar alan yazın ışığında tartışılarak verilmiştir.

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusuyla ilgili görüşlerine bakıldığında; katılımcıların çoğunlukla güncel ve gündemdeki olayların gözden kaçmasıyla ilgili bir açıklamaya başvurdukları görülmektedir. Bu açıklamaları toplumsal hayatta yaşanan gelişmelerden geri kalma korkusu veya sanal ortamlardaki gelişmelerin takip edilememesine ilişkin korku izlemektedir. Mazlum & Atalay (2022) yaptıkları çalışmada, öğretmen adaylarının gelişmeleri kaçırma korkusuna ilişkin görüşlerini sınıflandırırken katılımcıların en çok duygular yönünden kendilerini ifade ettiklerini tespit etmişlerdir. Göksün (2019) ise gelişmeleri kaçırma korkusu ile problemlili davranış anlamında bir benzerlik olduğunu belirlemiştir. Bu anlamda sıklıkla endişe, korku, kaygı, üzüntü, dışlanmışlık, pişmanlık, geri kalmışlık hissi, yoğun stres ve huzursuzluk gibi duyguları yaşadıklarını belirlemiştir. Bu sonuçlar, çalışmadaki güncel gelişmeleri kaçırma ve gelişmelerden geri kalma korkusu gibi bulgularla örtüşmektedir.

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyayı kullanım amaçlarına bakıldığında katılımcıların birden fazla veri ürettikleri görülmektedir. Buna göre katılımcıların yarıdan fazlasının genellikle haberleri, gündemi ve güncel olayları takip etmek amacıyla sosyal medyayı kullandıkları görülmektedir. Ayrıca akademik konularda ve merak edilen bütün konularda araştırma yapmak, bilgi edinmek, eğlenmek, iletişim kurmak ve arkadaşları takip etmek amacıyla da sosyal medyanın kullanıldığı görülmektedir. Saygılı (2022) yaptığı çalışmada, FoMO düzeyi ile okuma motivasyonu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Akbari, Seydavi, Palmieri, Mansueto, Caselli ve Spada (2021) yaptıkları çalışmada, internet ve sosyal medya kullanımının FoMO'yu arttırdığına dair net bir kanıt bulunmadığını belirtirken, Biricik ve Ergün (2019) yaptıkları çalışmada dijital bağımlılıklarla FoMO arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu belirlemiştir. Przybylski ve diğ. (2013) ise, bireylerin sosyal medyadaki gelişmelere odaklanmalarını, sosyal ve psikolojik ihtiyaçların karşılanmak istenmesinden kaynaklanabileceğini ifade etmişlerdir.

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyada kaçırılan gelişmelerle ilgili korku veya endişe nedenlerine bakıldığında, katılımcıların yarısından fazlası herhangi bir korku veya endişe taşımadıklarını ifade etmişlerdir. Bunun nedeninin ise genel olarak kaçırılan bir gelişmenin başka bir yerden duyulma ihtimalinin olması, sosyal medyaya bağımlı olunmaması veya durumun

önemsensememesine ilişkin olduğu ifade edilmektedir. Birey açısından önemli bir konunun kaçırılmasının ise katılımcılarda korku veya endişeye neden olduğu görülmektedir. Alutaybi ve diğ., (2020) yaptıkları çalışmada FoMO'nun kaygı, bağımlılık, uyku bölünmesi ile konsantrasyon eksikliği yapabileceğini belirterek bu tür korku ya da endişe verici durumların üstesinden ancak sosyal ve teknik becerilerle gelinebileceğini ifade etmişlerdir.

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medyadaki gelişmeleri bir başkasından duymaları üzerine oluşan duygu durumlarına bakıldığında durumun genel olarak normal karşılandığı ve genel olarak çok önemsenmediği ifade edilmiştir. Ayrıca durumu normal karşılayıp gelişmelerin gerisinde kaldığını düşünen katılımcılar bulunmakla birlikte üzüntü, merak ve mutluluk gibi duygu durumlarının oluştuğu da görülmektedir. Milyavskaya ve diğ. (2018) ile Çınar ve Mutlu (2018) yaptıkları çalışmada üniversiteye yeni başlamış öğrencilerin artan olumsuz duygulanma, dikkat eksikliği, hiperaktivite, nevrotik özellikler, yorgunluk, stres ve bazı fiziksel semptomlar gibi olumsuz durumlarının FoMO'yla ilişkili olduğunu tespit ederek bu çalışmayla az da olsa benzer sonuçlara ulaşmışlardır. Jabeen, Tandon, Sithipolvanichgul, Srivastava ve Dhir (2023) ise yaptıkları çalışmada FoMO'nun narsizmi artırdığına, sosyal karşılaştırmadan kaynaklanan olumsuz duyguları artırdığına ve kişisel bilgilerin çok fazla ifşa edildiğine ilişkin sonuçlara ulaşmışlardır. Ayrıca bunların, farklı mekanizmalar ve yollar aracılığıyla da olsa yorgunluğa yol açabileceğini belirtmişlerdir. Riordan, Flett, Hunter, Scarf ve Conner (2015) ise üniversite öğrencileri arasında alkol alanların almayanlara göre gelişmeleri kaçırma korkularının daha da arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Kıyak ve Orhan (2021) ise gelişmeleri kaçırma korkusu ile, yaşam doyumu ve iş performansı arasında herhangi bir ilişki bulunmadığını tespit etmişlerdir.

Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin gelişmeleri kaçırma korkusuyla ilgili düzeylerine bakıldığında 1. ve 2. düzeyde olduğunu ifade eden katılımcı sayısı araştırmadaki katılımcıların yarısı kadardır. Katılımcıların en fazla fikir belirttiği seviye 3. düzey olup katılımcıların önemli bir oranı korkularının orta düzeyde olduğu yönünde fikir beyan etmişlerdir. Ayrıca katılımcıların korkularının 4. ve 5. düzeye doğru gittikçe azaldığı da göze çarpmaktadır. Tozkoparan ve Kuzu (2019) ile Mazlum ve Atalay (2022) öğretmen adaylarının, Çaycı (2023), Karal ve Birlik (2021) ise ergenlerin gelişmeleri kaçırma korkusuna ilişkin düzeylerini ve deneyimlerini belirlemeye yönelik olarak yaptıkları çalışmalarda bireysel gelişmeleri kaçırma korkularının orta düzeyde olduğunu tespit ederek bu araştırmanın bulgularıyla benzer bir sonuca ulaşmışlardır. Ayrıca kadın

adayların erkek adaylara göre FoMO düzeylerinin daha yüksek olduğunu ve bu korkuya ilişkin azaltıcı tedbirlerin alınması gerektiğini belirtmişlerdir. Rozgonjuk vd. (2021) her geçen gün daha da yaygınlaşan bu rahatsızlıkla ilgili olarak bazı çalışmalarda erkeklerin ve kadınların birbirlerine yakın oranlarda FoMO olduklarını ve sosyal medya kullanımında benzer düzeylerde bağımlılığa sahip olduklarını, Biricik ve Ergün (2019) kadınların erkeklere oranla bu tarz dijital bağımlılıklara daha fazla sahip olduklarını tespit ederlerken, Şener (2022) gelişmeleri kaçırma korkusu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmadığını tespit etmiştir. Kavak ve diğ. (2021) FoMO'nun sosyal medyadaki satın alma eğilimi üzerinde erkeklere nazaran kadınlarda daha fazla olduğunu tespit etmişlerdir.

Sonuç olarak içinde bulunduğumuz dijital çağla birlikte ortaya çıkan dijital araçlar, farklı nedenlerden dolayı ölçsüz bir şekilde kullanılmakta ve dijital bağımlılıklara yol açmaktadır. Buna göre, dijital araçların kullanımıyla dijital bağımlılıklar ve dijital rahatsızlıklar arasında bir pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkinin olduğu ifade edilebilir. Bireyin bu tür bağımlılıklardan kurtulmak amacıyla dijital bir diyet yapmasının ve hayatına dijital dünyanın dışında farklı aktiviteler katmasının bir gereklilik olduğu ifade edilebilir. Böylece başta sosyal bilgiler lisansüstü öğrencileri ve genç nesillerin FoMO, nomofobi, netlessfobi ve phubbing (telefon kullanırken etrafındaki insanları görmezden gelme anlamına gelmektedir) gibi dijital ortamlar aracılığıyla ortaya çıkan fiziksel, ruhsal ve zihinsel rahatsızlıklara yakalanmayacakları düşünülebilir. Sonuçta tüm yönleriyle sağlıklı bireylerin yetişmesi asıl amaç olduğundan bunun ancak alınacak tedbirler aracılığıyla sağlanabileceği ifade edilebilir.

Öneriler

- Sosyal bilgiler lisansüstü öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık ve bundan kaynaklı rahatsızlık düzeyleri göz önünde bulundurulduğunda, konunun ciddiyetini koruduğu ve konuyla ilgili gerekli tedbirlerin alınması gerektiği görülmektedir.
- Dijital ortamlar ve akıllı telefon kaynaklı bir rahatsızlık olan FoMO'yla ilgili farklı çalışmalar yapılarak, çalışma sonuçlarının genç nesillere uygun platformlar aracılığıyla aktarılması ve bu anlamda farkındalık oluşturulması gerekmektedir.
- FoMO, netlessfobi, nomofobi ve phubbing gibi konularda yapılan çalışmalar henüz yeterli seviyede değildir. Bunun için farklı yöntemlerle öğretmen adaylarıyla yeni çalışmalar yapılabilir.

- FoMO'nun özellikle internet ve sosyal medya kullanımıyla ilişkili olduğu görülmektedir. Dolayısıyla kamu kurum ve kuruluşları aracılığıyla internet ve sosyal medya kullanımıyla ilişkili olarak medya okuryazarlığı ve dijital okuryazarlık becerilerinin erken yaşlardan itibaren kazandırılmasına ilişkin tedbirler alınması sağlanabilir.

Kaynakça

- Ak, Ö. (2022, Ağustos). "Ne kaçırdım" Korkusu: FoMO. *Tübitak Bilim ve Teknik Dergisi*. <https://services.tubitak.gov.tr/edergi/yazi.pdf;jsessionid=6AA3CCFxTL+2FtEjOyEI0rej?dergiKodu=4&cilt=55&sayi=1140&sayfa=52&yaziid=46951>.
- Akbari, M., Seydavi, M., Palmieri, S., Mansueto, G., Caselli, G. & Spada, M. M. (2021). Fear of missing out (FoMO) and internet use: A comprehensive systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 10(4), 879-900.
- Aliçavuşoğlu, Ç. ve Boyraz, E. (2019). Kendimi Biliyorum, Kork (M) Uyorum! Yenilikleri Kaçırma Korkusu (Fomo) ve Sosyal Medya Bağımlılığında Dijital Üstbilişin Rolü. *International Journal Of Social Humanities Sciences Research*, 6(33), 682-697.
- Alutaybi, A., Al-Thani, D., McAlaney, J. & Ali, R. (2020). Combating fear of missing out (FoMO) on social media: The FoMO-R method. *International journal of environmental research and public health*, 17(17), 1-28.
- Arslan, H., Tozkoparan, S. B. ve Kurt, A. A. (2019). Öğretmenlerde mobil telefon yoksunluğu korkusunun ve gelişmeleri kaçırma korkusunun incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(3), 237-256.
- Barry, C. T. & Wong, M. Y. (2020). Fear of missing out (FoMO): A generational phenomenon or an individual difference?. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(12), 2952-2966.
- Biricik, Z. ve Ergün, Z. (2019, Aralık, 6-8). Gündemdeki Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO)'nun Dijital Bağımlılıkla İlişkisi Üzerine Bir İnceleme [Tam Metin Bildiri]. Hoca Ahmet Yesevi 2. Uluslararası Bilimsel Araştırmalar Kongresi, Erzurum, Türkiye.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2018). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (25. Baskı). Pegem Akademik Yayıncılık.
- Creswell, J. (2020). *Nitel Araştırma Yöntemleri – Beş Yaklaşımına Göre Nitel Araştırma ve Araştırma Deseni* (5. Baskı). (M. Bütün, S. B. Demir, Çev. Ed.). Ankara: Siyasal Kitabevi (Orijinal Eserin Basım Tarihi 2013, 3. Baskıdan Çeviri).

- Çallak, E. ve Öncüer, M. E. (2023). Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun (FOMO) Otel Çalışanlarının İş Motivasyonuna Etkisi. *Journal of Gastronomy, Hospitality and Travel*, 6(3), 961-971. DOI: 10.33083/joghat.2023.313.
- Çaycı, Ü. G. (2023). Ergenlerde covid-19 anksiyetesi, gelişmeleri kaçırma korkusu (fomo) ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Çınar, Ç. Y. ve Mutlu, E. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun Yordayıcıları. *Current Addiction Research*, 2(2), 47-53.
- Dossey, L. (2014). FoMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 10(2), 69-73.
- Efendioğlu, İ. H. (2022). Sosyal gelişmeleri kaçırma korkusu (Fear of Missing Out-FOMO). F. Şahin & R. Bahar (Ed). *Tüketici Davranışlarında Makro Trendler* (1. Baskı, s. 425-446) içinde. Nobel Akademik Yayıncılık.
- 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.
- Gezgin, D. M. (2018). Understanding Patterns for Smartphone Addiction: Age, Sleep Duration, Social Network Use and Fear of Missing Out. *Cypriot Journal of Educational Science*, 13(2), 409-421.
- Göksün, D. O. (2019). Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Problemlili İnternet Kullanımı Arasındaki İlişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(2), 511-525.
- Güven, A. (2021). Multidisipliner Bir Kavram Olarak “Fear Of Missing Out”(Fomo): Literatür Taraması. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(48), 99-124.
- Hetz, P. R., Dawson, C. L. & Cullen, T. A. (2015). Social media use and the fear of missing out (FoMO) while studying abroad. *Journal of Research on Technology in Education*, 47(4), 259-272.
- Hodkinson, C. (2019). ‘Fear of Missing Out’ (FOMO) marketing appeals: A conceptual model. *Journal of Marketing Communications*, 25(1), 65-88.
- Hoşgör, H., Koç Tütüncü, S., Gündüz Hoşgör, D. ve Tandoğan, Ö. (2017). Üniversite Öğrencileri Arasında Sosyal Medyadaki Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Yaygınlığının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *International Journal of Academic Value Studies (Javstudies)*, Vol: 3, Issue:17, pp. 213-223.
- Jabeen, F., Tandon, A., Sithipolvanichgul, J., Srivastava, S. & Dhir, A. (2023). Social media-induced fear of missing out (FoMO) and social media fatigue: The role of narcissism, comparison and disclosure. *Journal of Business Research*, 159, 113693.

- Karal, E. ve Birlik, L. (2021). Ergenlerde Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun (FoMO) Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal*, 7(52): 2999-3005.
- Kartol, A., ve Peker, A. (2020). Ergenlerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (fomo) yordayıcılarının incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(21), 454-474.
- Kavak, B., Özkul, N. E. ve Tunçel, N. (2021). Gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) nun sosyal medya temelli satın alma eğilimi üzerindeki etkisinde cinsiyetin düzenleyici rolü. *Disiplinlerarası Yenilik Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 94-103.
- Kıyak, G. N. ve Orhan, M. (2021). Çalışanların Nomofobi, Yaşam Doyumu ve İş Performansları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Sosyal Bilimlerde Nicel Araştırmalar Dergisi*, 1(2).
- Koçoğlu, E., Biçer, R. ve Yiğen, V. (2022). Metaphorical Connotations of Preservice Teachers on the Concept of Nomophobia. *Education Quarterly Reviews*, 5(4).
- Mazlum, M. M. ve Atalay, A. (2022). Gelişmeleri kaçırma korkusuna (GKK) bütüncül bir bakış: Karma bir araştırma [A Holistic perspective on fear of missing out (FoMO): A Mixed Study]. *Siirt Eğitim Dergisi [Siirt Journal of Education]*, 2(2), 54-75.
- Merriam, S. B. (2018). *Nitel Araştırma Desen ve Uygulama İçin Bir Rehber* (3. Basımdan Çeviri). (S.Turan, Çev. Ed.). Nobel Akademik Yayıncılık. (Orijinal eserin basım tarihi 2018, 3. Baskı).
- Miles, M. B. & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. sage.
- Milyavskaya, M., Saffran, M., Hope, N. & Koestner, R. (2018). Fear of missing out: prevalence, dynamics, and consequences of experiencing FoMO. *Motivation and emotion*, 42(5), 725-737.
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M. & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of adolescence*, 55, 51-60.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R. & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in human behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Riordan, B. C., Flett, J. A., Hunter, J. A., Scarf, D. & Conner, T. S. (2015). Fear of missing out (FoMO): The relationship between FoMO, alcohol use, and alcohol-related consequences in college students. *Annals of Neuroscience and Psychology*, 2(7), 1-7.

- Rozgonjuk, D., Sindermann, C., Elhai, J. D. & Montag, C. (2021). Individual differences in fear of missing out (fomo): Age, gender, and the big five personality trait domains, facets, and items. *Personality and Individual Differences*, 171, 110546.
- Sarıbay, B. ve Durgun, G. (2020). Dokunmatik toplumların fobileri: netlessfobi, nomofobi ve fomo kavramları üzerine bir içerik analizi çalışması. *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, Special Issue on Business and Operations Research – March, 280-294.
- Saygılı, V. (2022). Sınıf öğretmeni adaylarının okumaya yönelik fomo düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Şener, A. T. (2022). Lise Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (FoMO) Düzeyleri Üzerinde Tamamlanma İhtiyacı ve Kişilik Özelliklerinin Yordayıcı Rolü [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Aksaray Üniversitesi]. Ulusal Tez Merkezi.
- Tandon, A., Dhir, A., Almgren, I., AlNemer, G. N. & Mäntymäki, M. (2021). Fear of missing out (FoMO) among social media users: a systematic literature review, synthesis and framework for future research. *Internet Research*, 31(3), 782-821.
- Tanhan, F., Özok, H. İ. ve Tayız, V. (2022). Fear of missing out (FoMO): A current review. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 74-85. DOI: 10.18863/pgy.942431.
- Tanhan, F., Özok, H. İ. ve Tayız, V. (2021, Eylül, 1). Fomo ve Telefon İle İlgili Bağımlılıklar Üzerine Bir Derleme [Tam Metin Bildiri]. VII. TURKCESS Uluslararası Eğitim ve Sosyal Bilimler Kongresi, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Türkiye.
- Tozkoparan, S. B. ve Kuzu, A. (2019). Öğretmen adaylarının gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) düzeyleri ve siber aylaklık davranışları arasındaki ilişki. *AJESI - Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 9(1), 87-110.
- Traş, Z. ve Öztemel, K. (2019). Facebook yoğunluğu, gelişmeleri kaçırma korkusu ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 6, 91-113.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (11. Baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, S. ve Kışioğlu, A. N. (2018). Teknolojinin getirdiği yeni hastalıklar: Nomofobi, netlessfobi, fomo. *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 473-480.
- Yıldız, K., Kurnaz, D. ve Kırık, A. M. (2020). Nomofobi, netlessfobi ve gelişmeleri kaçırma korkusu: Sporcu genç yetişkinler üzerine bir araştırma. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, TBMM 100. Yıl Özel Sayısı, 321-338.

Extended Abstract

Purpose

The aim of this study is to determine the FoMO (fear of missing out) levels of social studies postgraduate students. In this direction, the problem of the study was determined as "What is the level of fear of missing out (FoMo) of social studies postgraduate students?".

Method

The case study model based on qualitative research method was used in the study. The study group consisted of 25 postgraduate students (13 females, 12 males) continuing their education in the Social Studies Education Programs of Fırat University and İnönü University Institute of Educational Sciences in the 2023-2024 academic year. The data of the study were collected through semi-structured interview forms developed by the researchers. Content analysis was used to analyze the data of this study. In order to improve the quality of the research design, credibility and consistency were checked. Using Miles and Huberman's (1994) reliability formula ($\text{Reliability} = \frac{\text{Agreement}}{\text{Agreement} + \text{Disagreement}}$), it was determined that the agreement rate between the coders was 90%.

Results

The findings of the study are given in order. Accordingly; of the social studies postgraduate students participating in the study, 13 (52%) are in the master's thesis period, 6 (24%) are in the doctoral thesis period, 5 (20%) are in the doctoral course period, and 1 (4%) is in the master's course period. In this case, 14 (56%) of the postgraduate students participating in the study are master's students and 11 (44%) are doctoral students.

It is seen that social studies postgraduate students' views on the fear of missing out are defined as the fear experienced when they miss the developments related to current issues (f=11). In addition, the participants expressed the fear of falling behind the developments in social life (f=5) and the fear of not being able to follow the developments due to internet and social media addiction.

Looking at the purposes of social studies postgraduate students' use of social media, it is seen that they generally use social media to follow the news, agenda and current events (f=15). Although at a lesser level, it has been determined that they use social media to obtain information

on all subjects they are curious about (f=11), to have fun (f=7), to communicate (f=5) and to follow their friends (f=3).

When the reasons for social studies postgraduate students' fear or anxiety about missing out on social media are examined, most of the students state that they do not feel any fear or anxiety (f=15). The fact that they may learn about missing out (f=7) through another channel can be shown as a reason for them to think this way.

When we look at the emotional states of social studies postgraduate students upon hearing about the updates on social media from someone else, it is observed that a significant proportion of students (f=17) consider the situation normal and do not care much. It is also notable that there are participants (f=3) who feel normal even when they miss the developments.

When the levels of social studies postgraduate students' fear of missing out are examined, it is seen that their fear of missing out is at a moderate level. In addition, regarding the fear of missing out, it is noteworthy that the number of students at the 1st and 2nd levels is high, while the number of students at the 4th and 5th levels is low. In this sense, it can be stated that there is a contradiction with the findings given under the title "Demographic Characteristics of the Study Group" Therefore, it can be stated that there is a contradiction, although it is difficult to explain, between the findings determined at the beginning of the study and the findings obtained from the research questions.

Discussion and Conclusion

FoMo is one of the disorders caused by smartphone use. It is observed that individuals feel restless and unhappy, especially due to the anxiety created by situations and posts that social media users cannot see within the feed. In the study conducted on this disorder that negatively affects individuals, an attempt has been made to identify the situation related to postgraduate students.

As a result, digital tools, which emerged with the digital age we are in, are used excessively for different reasons and lead to digital addictions. It can be stated that there is a positive and significant relationship between digital addictions and digital disorders with the use of digital tools. In order to get rid of such addictions, it can be stated that it would be beneficial for the individual to go on a digital diet and add different activities to his/her life outside the digital world. Thus, it

is thought that young generation, especially social studies postgraduate students, will not get physical, psychological and mental disorders caused by digital environments such as FoMO, nomophobia, netlessphobia and phubbing. In conclusion, since the main goal is to raise healthy individuals in all aspects, it can be stated that this can only be achieved through the measures to be taken.

A significant part of the results of the research coincides with the studies conducted. No similar research has been found regarding social studies postgraduate students. In this sense, it is thought that the research conducted is important and will contribute to the literature.

ETİK BEYAN: "Sosyal Bilgiler Lisansüstü Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (Fomo) Düzeylerinin Belirlenmesi: Bir Durum Çalışması" başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamıştır ve veriler toplanmadan Önce İnönü Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik araştırmalar Etik Kurulu'ndan 28.09.2023 tarih ve 2023/11-7 sayılı etik izin alınmıştır. Karşılaşılacak tüm etik ihlallerde "Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi Yayın Kurulunun" hiçbir sorumluluğunun olmadığı, tüm sorumluluğun Sorumlu Yazara ait olduğu ve bu çalışmanın herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiş olduğunu taahhüt ederim. "