

Genişletilmiş Özet

Stres ve Eğence Motivasyonu, Sorunlu Akıllı Telefon Kullanımıyla İlişkili Gelişmeleri Kaçırma Korkusu

Giriş

Algılanan stres ve sosyal medya kullanım motivasyonlarının (eğence ve kaçırır) sorunlu akıllı telefon kullanımıyla ilişkili olduğunu göstermektedir. Sorunlu akıllı telefon kullanımının, depresyon ve anksiyete belirtileri gibi ruh sağlığı sorunları ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Araştırmalar ayrıca stresli bireylerin akıllı telefon kullanımına bağımlı olma olasılıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Zihinsel iyi oluş faktörlerinin yanı sıra, bir başka faktörün, gelişmeleri kaçırma korkusunun (FoMO), akıllı telefonların sorunlu kullanımına neden olduğu bulunmuştur. Ayrıca, FoMO'nun sorunlu akıllı telefon kullanımı ile çeşitli faktörlerin ilişkilerine aracılık ettiği bulunmuştur.

Sorunlu akıllı telefon kullanımı bağlamında FoMO'nun arabuluculuğunu inceleyen birkaç çalışma olsa da FoMO'nun akıllı telefon kullanım motivasyonları, stres ve sorunlu akıllı telefon kullanımı arasındaki aracı rolüne odaklanan bir çalışma literatürde bulunmamaktadır. Stres, eğence ve kaçırır motivasyonlarının sorunlu akıllı telefon kullanımı ile ilişkili olduğunu ve FoMO'nun bu ilişkiye aracılık edebileceği düşünölmektedir. Yüksek stresli bireyler, stresle ilgili olumsuz duyguları hafifletmek için akıllı telefonları kullanıyor olabilir ve aynı zamanda aşırı bir ait olma ihtiyacı hissediyorlarsa ve ekranlarıyla herhangi bir ödüllendirici deneyimi kaçırma korkusu içinde olurlarsa, sorunlu akıllı telefon kullanımına daha yatkın olabilirler.

Benzer şekilde, eğence motivasyonu yüksek bireylerin eğence arayırında akıllı telefon kullanabileceğini ve eğence motivasyonu yüksek bireylerin eğenceli aktiviteleri kaçırma istemeyebilecekleri için FoMO'nun bu ilişkiye aracılık edebileceği düşünölmektedir. Gerçek yaşam durumlarından kaçmak isteyen bireyler, kontrol edilmediği takdirde bağımlılığa dönüşebilecek yaşam stresörlerinden (okul, iř, aile vb.) kaçınmak için sosyal medyada daha fazla zaman geçirebilmektedir. FoMO bu ilişkiyi daha da kötüleştirebilir çünkü gerçeklerden kaçırır motivasyonu yüksek bireyler sosyal medyada daha fazla zaman geçirebilir ve farklı bir toplumsal gerçekliğe uyum sağlayabilir. Daha fazla sosyal medya kullanımı, FoMO'nun artmasıyla ilişkilidir. Öte yandan, sosyal medya kullanımının kısıtlanması, FoMO ve diğer refah değişkenlerindeki gelişmelerle ilişkilidir. Bununla birlikte, bu ilişkinin altında yatan aracı faktörler hakkında çok az şey bilinmektedir.

Yöntem

Bu çalışmanın amacı, eğence motivasyonu, stres ve sorunlu akıllı telefon kullanımı arasında olası bir aracı olarak gelişmeleri kaçırma korkusunu (FoMO) test etmektir. Hipotezleri test etmek için, rastgele olmayan (kolay) örnekleme tekniği kullanarak Türkçe dilinde bir anket yoluyla bir Türk Üniversitesi öğrencilerinden veri toplanmıştır. Ankette dört farklı ölçekten faydalanılmıştır. Bunlar, Algılanan Stres, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu, Sosyal Medya Kullanım Motivasyonu ve Sorunlu Akıllı Telefon Kullanım ölçekleridir.

Üniversitenin etik kurulundan önceden resmi bir onay (ref no. 87432956/050.99/55150) alınmıştır. Her iki araştırmacı da sınıfları ve Üniversitenin ortak alanlarını ziyaret ederek anketi uygulamıştır. Bu şekilde toplam 380 yanıt toplanmıştır. Eksik değerler nedeniyle on yanıt çıkarılmıştır. Verilerin toplanmasından önce katılımcılardan sözlü bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Bulgular

Katılımcıların (N= 370), %59'u kadın, geri kalanı erkektir. Yaş aralığı 18-36 (Ort= 21.22, SD= 2.02), örneklemin %53'ü birinci sınıf (birinci sınıf), geri kalanı (%47) dördüncü sınıf (son sınıf) öğrencileridir. Ankete katılanların çoğunu işletme ve ekonomi öğrencileri (%44), bunu mühendislik (%32) izlemiştir. Geri kalanı (%24) diğer disiplinlerden öğrenciler oluşturmaktadır. Ortalama olarak, katılımcılar interneti günde 4 saat kullanmaktadırlar (Ort. = 4.18, SS = 2.78).

Değişkenler (Stres, Eğence Motivasyonu, Sorunlu Akıllı Telefon Kullanımı, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu) arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. FoMO'nun, eğence motivasyonu ile sorunlu akıllı telefon kullanımı arasındaki ilişkide aracılık rolü vardır ancak FoMO kaçırır motivasyonu ile sorunlu akıllı telefon kullanımı arasındaki ilişkilere aracılık etmemiştir.

Tartırırma

Sonuçlar, algılanan stres ve eğence motivasyonunun (ancak gerçeklerden kaçırır motivasyonunun değil) Türk öğrenciler arasında FoMO ve problemlili akıllı telefon kullanımı ile önemli ölçüde ilişkili olduğunu göstermektedir. FoMO'nun algılanan stres ve eğence motivasyonu ile problemlili akıllı telefon kullanımı arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur. Farklı ölkelerde yapılan çalışmalarda öğrenciler arasında algılanan stres ile sorunlu akıllı telefon kullanımı arasında bir ilişki olduğu bildirilmiştir. Çalışmamız FoMO ve problemlili akıllı telefon kullanımının önemini vurgulayarak mevcut literatüre katkı sağlamaktadır.

Bu çalışma psikolojik iyi oluş faktörleri, motivasyonlar, FoMO ve sorunlu akıllı telefon kullanımının etkileşimini incelemektedir ancak çalışmada sınırlılıklar bulunmaktadır. Örneğin, veriler tek bir vaka çalışması yaklaşımı kullanılarak üniversite öğrencilerinden toplanmıştır ve bu nedenle sonuçların daha büyük nüfusa genellenmesinde azami dikkat gösterilmelidir. Ayrıca, veriler kesitsel olduğu için değişkenler arasında nedensellik çıkarımı yapmak için kullanılamaz. Değişkenler arasında sağlam bağlantılar ve nedensel ilişkiler kurmak için boyamsal çalışmalara ihtiyaç vardır. Gelecekteki araştırmalar, farklı yaş grupları ve farklı yerler gibi daha geniş bir örnekleme içermelidir. Ayrıca araştırmalar FoMO ve diğer psikososyal faktörlere ve bağımlılık problemlerini birbirine bağlayan kişilik özelliklerine odaklanabilir.