**Doomscrolling Ölçeği – Türkçe Formu**

**ATIF:** Satici, S. A., Gocet-Tekin, E., Deniz, M. E., & Satici, B. (2022). Doomscrolling Scale: Its association with personality traits, psychological distress, social media use, and wellbeing. *Applied Research in Quality of Life.* Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s11482-022-10110-7>

|  |
| --- |
| Aşağıdaki ifadelere katılıp katılmadığınızı; görüşünüzü yansıtan rakamı işaretleyerek belirtiniz. |
| **Kesinlikle katılmıyorum** | **Katılmıyorum** | **Biraz katılmıyorum** | **Ne katılıyorum ne de katılmıyorum** | **Çok az katılıyorum** | **Katılıyorum** | **Kesinlikle katılıyorum** |
| **(1)** | **(2)** | **(3)** | **(4)** | **(5)** | **(6)** | **(7)** |
| Sosyal medyada giderek daha sık kötü haberler arama isteği duyuyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Sosyal medyada kötü haberler okuduğumda zamanın nasıl geçtiğini anlamıyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Yeni kötü bir haber var mı diye sürekli haber akışımı yeniliyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Daha fazla olumsuz haber arayıp bulmak için gece geç saatlere kadar ayakta kalıyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Sosyal medyada olumsuz haber okumak artık benim için bir alışkanlık haline geldi. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Çevrimiçi olduğum zamanlarda, her an kötü bir şey olacakmış gibi gergin hissediyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Bilgisayarımda/telefonumda gezinirken sürekli panik halinde hissediyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Farkında olmadan haber akışlarımda kötü haber olup olmadığına bakıyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Haber akışım tümünü gördüğümü söylese bile, olumsuz haberler için ekranı kaydırmaya devam ediyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Kendimi sürekli olumsuz haberlere bakarken buluyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Kötü olup biten ne olduğunu görmek için sabahları sosyal medyayı kontrol ediyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Kendimi olumsuz haberlere bağımlıymış gibi hissediyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Sosyal medya aramalarım muhtemelen haber akışımı daha da olumsuz hale getiriyor. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Sosyal medyada gördüklerim beni dehşete düşürse de bakmadan duramıyorum. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |
| Sosyal medyada olumsuz haberleri okumayı bırakmak zor geliyor. | (1) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) |

**Puanlama**

Ölçek tek boyuttan oluşmaktadır. Ters madde bulunmamaktadır. Toplam puan alınmakta ve yükselen puanlar doomscrolling düzeyinin de yükseldiğine işaret etmektedir.

Ölçek hem 15-maddelik formu hem de 4-maddelik kısa formu bulunmaktadır. Kısa form olarak kullanmak isterseniz kırmızı olarak işaretlenen maddeleri kullanmalısınız.

Formlara ait psikometrik özellikler makalede yer almaktadır.

**Abstract**

Doomscrolling is a fairly new concept in mental health research which has attracted significant attention in recent years. This paper consists of three separate studies examining doomscrolling. In Study I (*N* = 378), both 15-item and 4-item forms of Doomscrolling Scale (DS) were confirmed by confirmatory factor analysis. Item Response Analysis demonstrated that all items had strong discriminative power. Different reliability coefficients supported the high reliability of DS. In Study II (*N* = 419), both correlation and network analysis indicated that doomscrolling was significantly associated with big five personality traits, social media addiction, fear of missing out, and some features of social media usage. In Study III (*N* = 460), the relationship of doomscrolling with psychological distress and wellbeing indicators -life satisfaction, mental well-being and harmony in life- were investigated. Structural equation modeling indicated that the relationship between doomscrolling and wellbeing indicators were mediated by psychological distress. This comprehensive and pioneering study on doomscrolling has highlighted the individual and social impacts of doomscrolling.