**Social Media Fatigue Scale Turkish Version**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Maddeler | Kesinlikle katılmıyorum |  |  |  |  |  | Tamamen katılıyorum |
| **Bilişsel deneyimler** | Sosyal medya sitelerinde sunulan bilgilerin miktarı, çoğu zaman benim için bunaltıcı denilebilecek bir yoğunluktadır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Sosyal medya sitelerinde herhangi bir şey ararken çok sayıda sayfa ve bilgi ile karşılaştığım için çoğu zaman yaptığım aramadan vazgeçerim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Herhangi bir konuda sosyal medya sitelerinde arama yaparken çok büyük miktarlarda bilgiyle karşılaşma ihtimali olduğunun farkındayım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Gereğinden fazla bilgiyle karşılaşmamak için çoğu zaman sosyal medyayı kullanmaktan kaçınırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Sosyal medyada fazla zaman harcadığımı fark ettiğimde çok sinirlenirim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **Davranışsal deneyimler** | Hiçbir zaman sosyal medyada ne tür şeyler paylaşmam gerektiği konusunda net bir fikre sahip değilimdir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Bir sosyal medya sitesine girdiğimde, daha önce o sitede kim(ler)i takip etmek istediğimi genellikle unutmuş olurum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Çoğu zaman yeniden paylaşmayı niyetlendiğim durumun neleri içerdiğini unutabilirim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Bir sosyal medya sitesini açtığımda, daha önce o sitede neleri paylaşmak istediğimi unutmuş olurum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Sosyal medya sitelerinde durum güncellemesi yapmaya yönelik iyi fikirler bulmak benim için oldukça zor bir iştir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| **Duygusal deneyimler** | Sosyal medya sitelerinde okunmamış çok fazla bilgi olduğunu fark ettiğimde bu durumdan rahatsız olurum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Bir kişinin belirli bir sosyal ağdaki hesabına ne zaman ve ne sıklıkta giriş yaptığını, durumunu ne zaman güncellediğini, nasıl değiştirdiğini vb. durumları gösteren özellikler beni tedirgin eder. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Başkaları tarafından belirli sosyal medya sitelerine yönlendirildiğimde kendimi tedirgin hissederim | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Sosyal medya sitelerinde arkadaşlık istekleri aldığımda kendimi kaygılı ve gergin hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Sosyal medya hesabıma girmeden önce genellikle çok fazla yeni mesaj alacağımı düşünerek korkarım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

|  |
| --- |
| Atıf: Gökalp, A., Fan, C-W., İnel, Y., & Chen, I-H. (2024). Social media fatigue scale: Adaptation to Turkish culture, validity and reliability study. *Journal of Social Media Research, 1*(1), 38-46. <https://doi.org/10.29329/jsomer.6> |