

Adaptation of The Social Media Scale for Depression in Adolescence into Turkish

Halil Ekşi¹, Sevim İrem Can², Yaren Yeşilnar³, Halil İbrahim Demir⁴

¹Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

²Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul, Türkiye

³Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul, Türkiye

⁴Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Van, Türkiye

ORCID Kodları:

¹ 0000-0001-7520-4559

² 0009-0008-0958-8011

³ 0009-0007-5004-9792

⁴ 0000-0002-9397-9232

Yazışmadan sorumlu yazar: iremcan11@hotmail.com, +90 543 254 2532

ABSTRACT

The aim of this study is to adapt the “Social Media Scale for Depression in Adolescence” an original measurement tool that evaluates both social media use and depression levels during adolescence, to Turkish culture. The research was conducted with 300 voluntary middle and high school students aged 11–18, selected through a convenience sampling method. Of the participants, 30% were middle school and 70% were high school students; 120 were female and 180 were male. The Turkish-adapted version of the Social Media Scale for Depression in Adolescence was used. For criterion-related validity studies, the EPOCH Scale and the Revised Child Anxiety and Depression Scale were administered.

The first- and second-order confirmatory factor analyses indicated that the model fit indices (RMSEA = .05, CFI = .96, GFI = .94, IFI = .96; χ^2/df = 1.91 and 2.15) support the five-factor structure of the scale. Factor loadings ranged from .61 to .89, showing strong associations between items and subscales. In criterion-related validity analyses, a moderate and significant negative correlation was found between the scale and the EPOCH Well-being Scale ($r = -.40$), while a strong and significant positive correlation was observed with the Major Depression subscale of the RCADS ($r = .67$). Reliability analysis revealed a Cronbach’s alpha of .79 for the overall scale and values between .70 and .87 for subscales. These findings demonstrate that the scale is a valid, reliable, and theoretically sound psychometric instrument.

Keywords: Social media, adolescence, depression, scale adaptation

Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, ergenlik döneminde sosyal medya kullanımı ve depresyon düzeyini birlikte değerlendiren özgün bir ölçme aracı olan “Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğinin Türkçeye uyarlanmasıdır. Araştırma, 11–18 yaş aralığında, uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 300 gönüllü ortaokul ve lise öğrencisiyle yürütülmüştür. Katılımcıların %30’u ortaokul, %70’i lise öğrencilerinden oluşmakta; cinsiyet dağılımı ise 120 kız ve 180 erkek şeklindedir. Veri toplama sürecinde Türkçeye uyarlanan Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeği kullanılmıştır. Ölçüt geçerlik çalışmaları kapsamında, Ergenler İçin Beş Boyutlu İyi Oluş Ölçeği (EPOCH) ile Revize Edilmiş Çocuk Anksiyete ve Depresyon Ölçeği (RCADS) kullanılmıştır.

Birinci ve ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda elde edilen uyum indeksleri (RMSEA = .05, CFI = .96, GFI = .94, IFI = .96; $\chi^2/df = 1.91$ ve 2.15), ölçeğin beş faktörlü yapısının veriyle iyi düzeyde örtüştüğünü göstermektedir. Maddelerin faktör yükleri .61 ile .89 arasında değişmekte ve alt boyutlarla yüksek düzeyde ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ölçüt bağıntılı geçerlik analizlerinde, ölçek ile EPOCH arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki ($r = -.40$) ve RCADS Majör Depresyon alt boyutuyla pozitif yönde güçlü bir ilişki ($r = .67$) saptanmıştır. Güvenirlik analizinde, ölçeğin geneli için Cronbach Alpha değeri .79; alt boyutlar için ise .70 ile .87 arasında bulunmuştur. Bulgular, ölçeğin geçerli, güvenilir ve teorik yapıya uygun bir psikometrik araç olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal medya, ergenlik, depresyon, ölçek uyarlama

GİRİŞ

Teknolojinin günlük yaşama giderek daha fazla entegre olmasıyla birlikte sosyal medya, bireyler için vazgeçilmez bir alan hâline gelmiştir. Sanal bir iletişim ağı sunan sosyal medya, farklı kişi ve içerikleri bir araya getirdiği gibi, zamanla bir alışkanlık hâline dönüşmektedir (Çalışkan & Mencik, 2015). Özellikle ergenlik döneminde benlik algısı ve kimlik gelişimi üzerinde etkili olan bu ortam, sosyal karşılaştırma ve geri bildirim arayışlarıyla ruh sağlığını etkileyebilmektedir (Nesi & Prinstein, 2015). Ergenler, sosyal medyayı paylaşım yapma, içerik oluşturma ve yorum alma gibi yöntemlerle dikkat çekmek, görünür olmak ve sosyal etkileşim kurmak amacıyla kullanırlar. (Marwick & Boyd, 2011). Ancak sosyal medya; arkadaşlık ilişkileri, akademik öğrenme ve bilgiye erişim gibi fırsatlar sunarken, siber zorbalık, mahremiyet ihlali ve çevrim içi taciz gibi riskler de taşımaktadır (O’Keeffe & Clarke-Pearson, 2011). Ekran süresi arttıkça çocuk ve ergenlerde psikolojik iyi oluş düzeyi düşmekte ve bu durum özellikle ergenlerde daha belirgin olup klinik ve önleyici uygulamalar için önemli sonuçlar taşımaktadır. (Twenge & Campbell, 2018). Araştırmalar, sosyal medya kullanım sıklığı ile depresyon arasında anlamlı ve genellikle pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir (Bilgin, 2018; Düşünceli vd., 2022; Balcı & Baloglu, 2018; Çağlayan, & Arslantaş, 2023). Türkiye’de sosyal medya ve depresyon ilişkisini ölçen, ergenlere özel bir ölçek eksikliği bulunmaktadır. Bu nedenle Twivy ve arkadaşları (2025) tarafından geliştirilen Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeği’nin Türkçeye uyarlanması önem taşımaktadır. Bu uyarlama, hem alan yazına katkı sağlayacak hem de psikolojik danışmanlar, klinik psikologlar ve eğitimciler için geçerli ve güvenilir bir araç sunacaktır. Böylece sosyal medya kullanımının depresyon üzerindeki etkileri bilimsel olarak incelenebilecek ve önleyici müdahale programlarının geliştirilmesine zemin hazırlanacaktır. Bu çalışmanın amacı, söz konusu ölçeğin Türkçe uyarlamasını yaparak Türk ergen örnekleminde geçerlik ve güvenilirliğini incelemektir.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmaya 11-18 yaş aralığında olan toplam 300 gönüllü lise ve ortaokul öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların cinsiyet dağılımı 120 kadın (%40) ve 180 erkek (%60) şeklindedir. Uygun örnekleme tekniği kullanılarak örneklem grubu oluşturulmuştur. Demografik bilgiler incelendiğinde katılımcıların 90 (%30)’ının ortaokul, 210 (%70)’unun ise lise öğrencisi olduğu gözlemlenmiştir.

İşlem

Bu çalışmada, ölçeğin uyarlanması için öncelikle sorumlu yazarla iletişime geçilmiş ve etik kurul onayı alınmıştır. Ölçeğin İngilizce formu, konu alanında yetkin uzmanlar tarafından Türkçeye çevrilmiş; çeviriler panelde değerlendirilerek uygun maddeler belirlenmiştir. Ardından, daha önce sürece dahil olmayan üç uzman tarafından geri çeviri yapılmış ve anlam uyumu doğrulanmıştır. Türkçe form, hedef kitleye uygun 10 kişilik bir ön test grubuna uygulanmış, maddelerin anlaşılır olduğu görülmüştür. Sonrasında ölçek geniş örneklem grubuna uygulanarak SPSS 26.0 programıyla yapı ve ölçüt geçerliği analizleri ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeği

Twivy ve arkadaşları (2025) tarafından geliştirilen ölçek beş boyutlu (sosyal karşılaştırma, zaman geçirme, başkalarından gelen düşmanlık, başkalarına karşı düşmanlık, destek arayışı) bir yapıya sahip olup, toplam 15 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipi puanlama kullanılır.

EPOCH İyi Oluş Ölçeği

Kern, Benson, Steinberg ve Steinberg (2016) tarafından geliştirilen EPOCH İyi Oluş Ölçeği, ergenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerini ölçmek amacıyla kullanılır. Ölçek, *Bağlılık, Kararlılık, İyimserlik, İlişkililik, Mutluluk* olmak üzere beş boyut ve toplam 20 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert tipi puanlama kullanılır. Türkçe uyarlaması ve geçerlik-güvenirlik çalışması Ekşi ve Demirci (2019) tarafından yapılmıştır.

Revize Edilmiş Çocuk Anksiyete ve Depresyon Ölçeği

Spence (1997) Çocuk Anksiyete Ölçeğinin (SCAS) bir revizyonuna dayalı olarak Görmez ve arkadaşları (2017) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan ölçek, 6 alt boyut ve 47 maddeden oluşmaktadır. Her madde 4'lü Likert tipi şeklinde puanlanır.

BULGULAR

Yapı Geçerliği

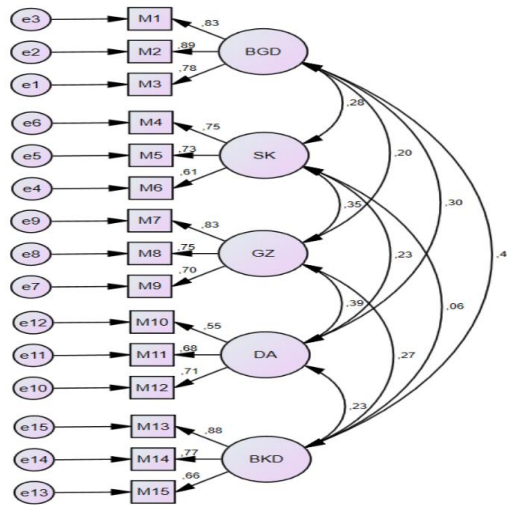
Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğinin beş faktörlü yapısını analiz etmek için öncelikle birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi(DFA) uygulanmıştır. İlgili analizde RMSEA, SRMR, CFI, GFI, ve IFI değerleri hesaplanmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum Değerleri

Düzey	X ²	df	X ² /df	RMSEA	IFI	GFI	CFI	SRMR
1. Düzey	153,196	80	1.91	.05	.96	.94	.96	.05

Tablo 1 incelendiğinde, birinci düzey doğrulayıcı faktör analizine (DFA) ilişkin uyum indekslerinin modelin veriyle yeterli düzeyde uyum sağladığını göstermektedir. Ki-kare/df = 1.91, RMSEA = .05, IFI ve CFI = .96, GFI = .94 ve SRMR = .05 değerleri, modelin iyi düzeyde uyum gösterdiğini desteklemektedir (Kline, 2015; Hu & Bentler, 1999; Byrne, 2010; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Bu sonuçlar, test edilen modelin birinci düzey yapısal geçerliliğinin doğrulandığını göstermektedir. Şekil 1'de ilgili DFA diyagramı sunulmuştur.

Şekil 1. Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğine Ait Birinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı



Not: BGD: Başkalarından gelen düşmanlık, SK: Sosyal karşılaştırma, GZ: Geçen zaman DA: Destek Arayışı, BKD: Başkalarına Karşı Düşmanlık

Şekil 1’de Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğinin beş boyutlu faktör yapısına ait birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları gösterilmektedir. Ölçek maddeleri (M1–M15) ile gizil değişkenler (BGD, SK, GZ, BKD) arasındaki faktör yükleri .61–.89 arasında değişmekte olup, literatürde kabul edilen .32 eşik değerinin üzerindedir (Tabachnick & Fidell, 2001). En yüksek faktör yükü M2 (.89), en düşük M6 (.61) maddesine aittir. Aşağıdaki tabloda ölçeğe ait ikinci düzey DFA uyum indeksleri sunulmuştur.

Tablo 1. İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizine Ait Uyum Değerleri

Düzey	X ²	df	X ² /df	RMSEA	IFI	GFI	CFI	SRMR
2. Düzey	182,873	85	2.15	.05	.95	.93	.95	.06

Tablo 2 incelendiğinde, ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizine (DFA) ilişkin uyum indekslerinin modelin veriyle yeterli düzeyde uyum sağladığını göstermektedir. Ki-kare/df = 2.15, RMSEA = .05, IFI ve CFI = .95, GFI = .93 ve SRMR = .06 değerleri, modelin kabul edilebilir ve iyi düzeyde uyum gösterdiğini desteklemektedir (Kline, 2015; Meydan & Şeşen, 2015; Hu & Bentler, 1999; Byrne, 2010; Schermelleh-Engel, Moosbrugger & Müller, 2003). Bu sonuçlar, ölçeğin ikinci düzey yapısal geçerliliğinin doğrulandığını göstermektedir. Şekil 2’de ilgili DFA diyagramı sunulmuştur.

Şekil 2. Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğine Ait İkinci Düzey Doğrulayıcı Faktör Analizi Diyagramı



Not: SMEDO: Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeği, BGD: Başkalarından gelen düşmanlık, SK: Sosyal karşılaştırma, GZ: Geçen zaman DA: Destek Arayışı, BKD: Başkalarına Karşı Düşmanlık

Şekil 2’de sunulan ikinci düzey DFA modeli, Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğinin beş alt boyutunun (BGD, SK, GZ, DA, BKD) üst düzey genel faktör (SMEDO) ile anlamlı şekilde ilişkili olduğunu göstermektedir. Alt boyutların ikinci düzey faktöre yükleri sırasıyla BGD = .64, SK = .40, GZ = .49, DA = .52 ve BKD = .56’dır. Bu sonuçlar, modelin kuramsal yapıyı uygun biçimde temsil ettiğini göstermektedir.

Ölçüt

Bağıntılı

Geçerlik

Ölçeğin ölçüte dayalı geçerliliğini belirlemek için 50 bireye SMEDO, EPOCH İyi Oluş Ölçeği ve Çocuk Anksiyete ve Depresyon Ölçeğinin Majör Depresyon alt boyutu uygulanmış; ölçekler arasındaki ilişkiler Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4. Ölçüt Bağıntılı Geçerlik Değerleri

Değişkenler	1	2	3
-------------	---	---	---

1- Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeği	1		
2- EPOCH	-.40**	1	
3- Majör Depresyon alt boyutu	.67**	-.46**	1

** p < .01

Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğinin ölçüt bağıntılı geçerliği, benzer yapıları ölçen diğer ölçeklerle korelasyonlar incelenerek değerlendirilmiştir. Ölçek ile EPOCH İyi Oluş Ölçeği arasında negatif, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = -.40$, $p < .01$). Ayrıca, Çocuk Anksiyete ve Depresyon Ölçeğinin Majör Depresyon alt boyutu ile pozitif, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($r = .66$, $p < .01$). Bu bulgular, ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğini desteklemektedir; depresif belirtilerle anlamlı ve beklenen yönde ilişkiler göstermesi, hedeflediği yapıyı ölçtüğüne dair kanıt sağlar.

Güvenirlilik

Ölçeğin iç tutarlığı Cronbach Alpha ile değerlendirilmiş olup, 0,70 üzeri değerler güvenilir kabul edilmektedir (Gerbing & Anderson, 1988). Ergenlikte Sosyal Medya ve Depresyon Ölçeği ile alt boyutlarının Cronbach Alpha değerleri Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5 Sosyal Medya ve Ergenlikte Depresyon Ölçeği Geneli ve Alt Boyutları İçin Cronbach Alpha Güvenirlilik Değerleri

Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach Alpha Değeri
Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeği (Genel)	15	.79
Başkalarından gelen düşmanlık	3	.87
Sosyal karşılaştırma	3	.74
Geçen zaman	3	.80
Destek arayışı	3	.70
Başkalarına karşı düşmanlık	3	.82

Tablo 5 incelendiğinde Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğinin geneli için elde edilen Cronbach’s alpha değeri .79 iken, alt boyutlara ait güvenirlilik katsayıları .70 ile .87 arasında değişmektedir. “Başkalarından gelen düşmanlık” (.87), “başkalarına karşı düşmanlık” (.82), “geçen zaman” (.80), “sosyal karşılaştırma” (.74) ve “destek arayışı” (.70) düzeyindedir. Genel olarak bulgular, ölçeğin ve alt boyutlarının yeterli iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir.

SONUÇ

Bu çalışmada, Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğinin Türkçe uyarlaması yapılmış ve 11–18 yaş arası ergen örnekleminde geçerlik ve güvenirliliği incelenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizleri, ölçeğin beş boyutlu yapısının ve genel üst düzey faktörle ilişkilerinin Türk ergen örnekleminde kuramsal yapıyı uygun biçimde temsil ettiğini göstermiştir. Ölçüt bağıntılı geçerlik bulguları, Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeği ile EPOCH İyi Oluş Ölçeği arasında negatif, Çocuk Anksiyete ve Depresyon Ölçeğinin Majör Depresyon alt boyutu ile pozitif ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Cronbach’s alpha değerleri, genel ve alt boyutlar için yeterli iç tutarlılığı (0,70–0,87) desteklemiştir. Bu sonuçlar, Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Türk ergen örnekleminde geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir.

TARTIŞMA

Bulgular, sosyal medya kullanımının ergenlerde depresif belirtilerle ilişkili olabileceğini göstermektedir. Ölçek, ergenlerin sosyal medya kullanımına bağlı psikolojik risklerini saptamada klinik ve eğitim alanında uygulanabilir bir araç sunmaktadır. Gelecek araştırmalarda, ölçeğin farklı yaş grupları, kültürel bağlamlar ve klinik örneklemeler üzerinde geçerlik ve güvenirliliğinin incelenmesi

önerilmektedir. Ayrıca, sosyal medya kullanımına bağlı depresyon riskini azaltacak önleyici müdahalelerin geliştirilmesi açısından Ergenlikte Depresyon ve Sosyal Medya Ölçeğinin uygulanabilirliği önem taşımaktadır.

KAYNAKLAR

- Balcı, Ş., & Baloğlu, E. (2018). Sosyal medya bağımlılığı ile depresyon arasındaki ilişki: “Üniversite gençliği üzerine bir saha araştırması”. *Galatasaray Üniversitesi İletişim Dergisi*, (29), 209–234.
- Bilgin, M. (2018). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik bozukluklar arasındaki ilişki. *The Journal of International Scientific Researches*, 3(3), 237–247.
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming* (2nd ed.). Routledge.
- Çağlayan, M. T., & Arslantaş, H. (2023). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığını etkileyen faktörler ve sosyal medya bağımlılığının depresyon ve gelişmeleri kaçırma korkusu ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 24(3), 334–348.
- Çalışkan, M., & Mencik, Y. (2015). Değişen dünyanın yeni yüzü: Sosyal medya. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (50), 254–277.
- Düşünceli, B., Özbey, H., & Karakuloğlu, M. (2022). Ergenlerde depresyon düzeyinin bağlanma stillerine ve sosyal medya bağımlılığına göre incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(1), 28–43.
- Gerbing, D. W., & Anderson, J. C. (1988). An updated paradigm for scale development incorporating unidimensionality and its assessment. *Journal of Marketing Research*, 25(2), 186–192.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th ed.). The Guilford Press.
- Marwick, A. E., & boyd, d. (2011). The drama! Teen conflict, gossip, and bullying in networked publics. In *Proceedings of the 10th International Conference on Interaction Design and Children* (pp. 1–10). ACM.
- Meydan, C. H., & Şeşen, H. (2011). *Yapısal eşitlik modellemesi AMOS uygulamaları*. Detay Yayıncılık.
- Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using social media for social comparison and feedback-seeking: Gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(8), 1427–1438.
- O’Keeffe, G. S., & Clarke-Pearson, K. (2011). The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics*, 127(4), 800–804. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-0054>
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23–74.
- Spence SH. A measure of anxiety symptoms among children. *Behav Res Ther*. 1998;36(5):545–566.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics* (4th ed.). Allyn & Bacon.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283.
- Twivy, E., Freeman, D., Anderson, C., Loe, B. S., & Waite, F. (2025). The social media scale for depression in adolescence. *International Journal of Adolescence and Youth*, 30(1), 2450425.