

SORUNLU AKILLI TELEFON VE SOSYAL MEDYA KULLANIM ÖLÇEĞİ (PSSNUS)

	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1. Akıllı telefonumdan bir süre ayrı kaldığımda kendimi huzursuz hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
2. İlginç veya önemli bir şey olup olmadığını görmek için her birkaç dakikada bir akıllı telefonumu kontrol etmem gerekiyor.	1	2	3	4	5	6	7
3. Akıllı telefonumun yakınımda olmadığını fark ettiğimde, onu elime alma ihtiyacı hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
4. İyi vakit geçiriyor olsam da, akıllı telefonumu sık sık kontrol etme eğilimi göstermekteyim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Eğer birisiyle bir sorunum varsa, bunu şahsen çözmektense akıllı telefon aracılığıyla çözmek benim için daha kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
6. Birini teselli etmem veya desteklemem gerektiğinde, bunu Whatsapp kullanarak yapmayı tercih ederim, çünkü bu beni daha az bunalmış veya sıkılmış hissettiriyor.	1	2	3	4	5	6	7
7. Benim için, başkalarıyla yüz yüze paylaşımda bulunmak, akıllı telefonum aracılığıyla paylaşımda bulunmaktan daha zordur.	1	2	3	4	5	6	7
8. Tartıştığım zaman, şahsen cesaret edemediğim için bunu akıllı telefonum (Whatsapp, Sosyal Ağ Servisleri...) aracılığıyla yapmayı tercih ediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9.Sosyal medyadaki bağlantılarımın gönderilerine (fotoğraflar, durum güncellemeleri, vb.) baktığımda, genellikle benden daha fazla eğlendikleri ve keyif aldıkları izlenimine kapılıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
10.Bazı sosyal medya bağlantılarımın sahip olduğu popüleriteyi ve etkiyi çoğu zaman kıskanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
11. Hayatımın, çoğu insanın hayatı kadar ilginç olmadığını akıllı telefonum ve sosyal ağ servisleri aracılığıyla doğrulamak beni üzüyor.	1	2	3	4	5	6	7
12. Mesajlarımı okuyup cevap vermeyen birine çoğu kez sinirlenirim ve o kişiden açıklama isterim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Arkadaşlarımın veya partnerimin sosyal ağlarda yaptıkları paylaşımlara yapılan yorumları kontrol etme eğilimi göstermekteyim.	1	2	3	4	5	6	7
14. Akıllı telefonumla, çevrimiçi olan birine yazdığımda ve o insan bana cevap vermediğinde genellikle kendimi kırılmış hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
15.Akıllı telefonumun dikkatimi dağıtmasından dolayı, görevlerimi yerine getirmek için çoğu defa gereğinden fazla zaman harcıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
16. Bazen akıllı telefonumu kontrol etmek, yapıyor olduğum işe konsantre olmamı zorlaştırıyor.	1	2	3	4	5	6	7
17. Çoğu zaman akıllı telefonumu kullanmak, yapmam gereken şeylere odaklanmamı engelliyor.	1	2	3	4	5	6	7
18. Çoğu zaman akıllı telefonumu kontrol etmenin, beni daha az üretken hale getirdiğini fark ediyorum.	1	2	3	4	5	6	7

Sorunlu Akıllı Telefon ve Sosyal Medya Kullanım Ölçeği (PSSNUS):

Sorunlu Akıllı Telefon ve Sosyal Medya Kullanım Ölçeği (Problematic Smartphone and Social Network Use Scale PSSNUS) Luque-Reca et al. (2024) tarafından kullanıcıların kişisel ve sosyal işlevselliğini olumsuz etkileyen akıllı telefon ve sosyal medya kullanım modellerini değerlendirmek amacıyla 2024 yılında İspanya'da geliştirilmiştir. Kullanıcıların kişisel ve sosyal işlevselliğini olumsuz etkileyen akıllı telefon ve sosyal medya kullanım modellerini değerlendirmek üzere tasarlanmış, özlü, kapsamlı ve psikometrik olarak sağlam bir öz değerlendirme ölçeği olarak geliştirilen ve geçerliliği doğrulanan bir ölçektir. Sorunlu akıllı telefon kullanım kavramını sosyal işlevsellik yönlerini de kapsayacak şekilde genişleterek, dijital medyanın gençler üzerindeki olumsuz etkisini daha fazla araştırmayı amaçlayan bir öz değerlendirme ölçeğidir. Bu ölçek 18 maddelik çok boyutlu bir yapıya sahiptir. PSSNUS, kullanıcıların kişisel ve sosyal işlevselliğini olumsuz etkileyen akıllı telefon ve sosyal medya kullanımına ilişkin hem bireysel hem de sosyal yönlerini yakalayan Psikolojik bağımlılık (PD) (1., 2., 3. ve 4. madde), Çevrimiçi etkileşim tercihi (OIP) (5., 6., 7. ve 8. madde), Dijital tanınma isteği (DRD) (9., 10., 11.madde), Sosyal ağlarda kontrol arayışı (SNCS) (12., 13. ve 14. madde) ve Üretkenlik kaybı (PL) (15., 16., 17. ve 18. madde) olmak üzere beş temel faktörden oluşan güvenilir bir araç olarak ortaya çıkmıştır. Sorunlu akıllı telefon ve sosyal ağ kullanımının bu beş yönünü değerlendirmek için geliştirilmiştir. Özellikle bireylerin akıllı telefonlar ve sosyal ağlarla etkileşim kurma ve ilişki kurma biçimleriyle ilgili düşünceleri, duyguları ve davranışları ele alır ve bu sorunlu kullanımı da hem bireysel hem de sosyal düzeylerde zararlı sonuçlara yol açar. Geçerlilik ve güvenilirlik yapılan çalışmada ise dört faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ölçek alt boyutları, verimlilik kaybı (15., 16., 17. ve 18. madde), çevrimiçi etkileşim (5., 6., 7. ve 8. madde), psikolojik bağımlılık (1., 2., 3. ve 4. madde) ve dijital tanıma ile sosyal ağlar kontrol arayışı (9., 10., 11., 12., 13. ve 14. madde) olarak tanımlanmıştır. Ölçek, her biri 1 ("Kesinlikle katılmıyorum") ile 7 ("Kesinlikle katılıyorum") arasında 7 puanlık Likert ölçeğinde derecelendirilen 18 maddeden oluşur. Bu ölçekteki daha yüksek puanlar, akıllı telefonların ve sosyal ağların sorunlu kullanımından kaynaklanan hem bireysel hem de sosyal yönler üzerinde daha yüksek bir etki düzeyini gösterir (Luque-Reca et al., 2024).

Bu makaleye atıfta bulunmak için/To cite this article:

Türkoğlu, N ve Türkmen, N. (2025, Temmuz 14-16). Sorunlu Akıllı Telefon ve Sosyal Medya Kullanım Ölçeğinin (PSSNUS) Türkçeye Uyarlanması:Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması [Tam Metin]. 9. Uluslararası İzmir Tıp, Hemşirelik, Ebelik ve Sağlık Bilimleri Kongresi, İzmir, BZT Turan Publishing House, Volume – I, s.1195-1204. doi: <https://doi.org/10.30546/19023.978-9952-8589-1-4.2025.0010>.