|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kısa Video Akış Ölçeği (KVAÖ)**  *(Instagram Reels, Youtube Shorts, Whatsapp, Facebook Watch, Tiktok, Twitter vs.)* | | | | | | |
|  | | **Tamamen Katılmıyorum** | **Katılmıyorum** | **Kısmen katılıyorum** | **Katılıyorum** | **Tamamen Katılıyorum** |
| **1** | Kısa videolar izlerken zamanın nasıl geçtiğini anlamadan içinde kaybolup izlemeye devam ederim |  |  |  |  |  |
| **2** | Kısa bir videoyu izledikten sonra bile kendimi hala video içeriği hakkında düşünürken bulurum |  |  |  |  |  |
| **3** | Kısa videolar izlemeye o kadar odaklanırım ki etrafımda yaşanan diğer şeyleri fark edemem |  |  |  |  |  |
| **4** | Kısa videoları izledikten sonra sersemlemiş hissettiğimden dolayı yeni kısa video izlemeye devam edemeyeceğimi fark ederim |  |  |  |  |  |
| **5** | Kısa videolar izlemek bana kendimi tamamen videoya kaptırmışım gibi hissettirir |  |  |  |  |  |
| **6** | Videolara o kadar dalarım ki zamanın nasıl geçtiğini fark edemem |  |  |  |  |  |
| **7** | Kısa videolar izlerken zamanın çok hızlı geçtiğini hissederim |  |  |  |  |  |
| **8** | Kısa videolar izlerken çevremde olup bitenleri görmezden gelirim |  |  |  |  |  |

Aşağıda, kısa videolarla (*Instagram Reels, Youtube Shorts, Whatsapp, Facebook Watch, Tiktok, Twitter vs.)*  ilgili birtakım sorular bulunmaktadır. Dikkatlice okuduktan sonra maddeleri sizin düşüncelerinize yakınlık derecesine göre değerlendiriniz.

Short Video Flow Scale

Short Video Addiction Scale

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kısa Video Bağımlılığı Ölçeği (KVBÖ)**  *(Instagram Reels, Youtube Shorts, Whatsapp, Facebook Watch, Tiktok, Twitter)* | | | | | | |
|  | | **Tamamen Katılmıyorum** | **Katılmıyorum** | **Kısmen katılıyorum** | **Katılıyorum** | **Tamamen Katılıyorum** |
| **1** | Kısa videolar izlemeye planladığımdan daha fazla zaman harcarım |  |  |  |  |  |
| **2** | Kısa videolar izlemek için tamamlanması gereken görevleri ihmal ederim |  |  |  |  |  |
| **3** | Kısa videolar izlemek için duyduğum heyecan veya merak, diğer sosyal etkileşimler için duyduğum istekten çok daha yüksektir |  |  |  |  |  |
| **4** | Kısa video izleme alışkanlığım nedeniyle başkaları benden şikâyetçi olur veya beni eleştirir |  |  |  |  |  |
| **5** | Kısa videolar izlediğim için okuldaki derslerime devamsızlık yaparım. |  |  |  |  |  |
| **6** | Kısa videolar izlemek notlarımın düşmesine neden olur |  |  |  |  |  |
| **7** | Kısa video izlerken rahatsız edilirsem sinirlenirim |  |  |  |  |  |
| **8** | Kısa videolar izlemek için geceleri uykumdan fedakârlık ederim |  |  |  |  |  |
| **9** | Kısa videoları izledikten sonra bile içerikleri hakkında düşünmeden edemem |  |  |  |  |  |
| **10** | Kısa videolar izleyemezsem depresif veya karamsar hissederim |  |  |  |  |  |

**Ölçeklerin Orijinali:** Ye, J. H., Wu, Y. T., Wu, Y. F., Chen, M. Y., & Ye, J. N. (2022). Effects of short video addiction on the motivation and well-being of Chinese vocational college students. *Frontiers in Public Health*, *10*.

**Uyarlama Makale:** Türk, N., & Yıldırım, O. (2024). Psychometric properties of Turkish versions of the short video flow scale and short video addiction scale. *Bağımlılık Dergisi 25*(4), 384-397*.* <https://doi.org/10.51982/bagimli.1440717>