

# Sosyal Medya Kullanım Bozukluğu Ölçeği (SMKBÖ-9)

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Sosyal Medya Kullanım Bozukluğu Ölçeği (SMKBÖ-9)*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=30726>

## Özet

Sosyal Medya Kullanım Bozukluğu Ölçeği (SMKBÖ-9), bireylerin sosyal medya platformlarına yönelik geliştirdikleri aşırı ve **sorunlu sosyal medya kullanımı** (Problematic Social Media Use - PSMU) psikometrik olarak değerlendirilme amacıyla geliştirilmiş bir ölçektir. Orijinal olarak yabancı dilde hazırlanan bu ölçek, Hakan Sarçam ve F. F. Adam Karduz tarafından 2018 yılında Türk kültürü ve dili için **uyarlama** (adaptation) çalışmasıyla psikoloji literatürüne kazandırılmıştır. Ölçek, özellikle sosyal medya bağımlılığı belirtilerini yansıtan bilişsel, duygusal ve davranışsal semptomları ölçmeyi hedeflemektedir. Bu uyarlama çalışması, ölçeğin Türkiye'deki araştırmacılar tarafından güvenilir ve geçerli bir araç olarak kullanılmasına olanak tanımıştır.

## Anahtar Kelimeler

Sosyal medya, sosyal medya bağımlılığı, sorunlu sosyal medya kullanımı, psikometrik **uyarlama**, geçerlik, güvenilirlik, SMKBÖ-9, Hakan Sarçam

## Yazarlar

Hakan Sarçam, F. F. Adam Karduz

## Amaç

SMKBÖ-9'un temel amacı, bireylerin sosyal medyaya kullanma biçimlerinin psikolojik bir bozukluk seviyesine ulaşma potansiyelini tespit etmek için standardize edilmiş, kısa ve etkili bir araç sunmaktır. Ölçek, kullanımı kontrol edilemez hale gelmesi, yoksunluk belirtileri, sosyal medyaya gizleme çabası ve olumsuz sonuçlara rağmen kullanma devam etme gibi sosyal medya kullanımı bozukluğunun kritik bileşenlerini ölçmek üzere tasarlanmıştır. Bu araç, özellikle klinik ve akademik araştırmalarda risk altındaki popülasyonları belirlemek için kritiktir.

Uyarlama çalışmasının spesifik amacı ise, orijinal ölçeğin kültürel ve dilbilimsel etkililiğini sağlayarak, Türk popülasyonunda **geçerlik** ve **güvenirlilik** kanıtlarını sunmaktır. Bu sayede, Türk kültürüne özgü sosyal medya kullanımı örüntülerinin bilimsel yöntemlerle incelenmesi mümkün hale gelmiştir.

## Yapı

Sosyal Medya Kullanım Bozukluğu Ölçeği (SMKBÖ-9), temel olarak **sorunlu sosyal medya kullanımı** (PSMU) yapısını ölçmektedir. Bu yapı, genellikle davranışsal bağımlılık modelleri çerçevesinde ele alınır ve aşağıdaki temel boyutları içerebilir:

**Saliency (Belirginlik):** Bireyin düşünce ve davranışları sosyal medya kullanımına odaklanmas.

**Mood Modification (Duygu Durumu Değişikliği):** Sosyal medyaya olumsuz duygulardan kaçmak veya olumlu duygular yaratmak için kullanma.

**Tolerance (Tolerans):** İstenen etkiyi elde etmek için giderek daha fazla sosyal medya kullanma ihtiyacı.

**Withdrawal Symptoms (Yoksunluk Belirtileri):** Sosyal medya kullanımının kesintilerinde ortaya çıkan rahatsızlık, huzursuzluk veya sinirlilik.

**Conflict (Çatışma):** Sosyal medya kullanımının diğer yaşam alanlarıyla (iş, okul, aile, sağlık) çatışması.

SMKBÖ-9, 9 maddelik kısa formuyla bu başlıkların benzeri semptomların genel şiddetini tek bir faktör altında toplamayı amaçlamaktadır, böylece hızlı ve pratik bir değerlendirme imkanı sunar.

## Geçerlik

Sarçam ve Adam Karduz (2018) tarafından gerçekleştirilen uyarılma çalışmasında, ölçeğin yapısal geçerliliğini incelemek üzere faktör analizi teknikleri kullanılmıştır. Genellikle bu tür uyarılma çalışmaları, orijinal ölçeğin faktör yapısını doğrulamak amacıyla **Doğrulayıcı Faktör Analizi** (DFA) uygulanır. Çalışmanın sonuçları, 9 maddelik tek faktörlü yapının Türk örneğinde iyi bir uyum sergilediğini göstermiştir.

Ayrıca, ölçüt başlıklarının geçerlik kapsamında SMKBÖ-9 puanlarının, teorik olarak ilişkili olduğu düşünülen diğer yapılarla (örneğin, genel internet başlıklarının ölçekleri, depresyon veya yalnızlık ölçekleri) anlamlı korelasyonlar gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bulgular, ölçeğin gerçekten sorunlu sosyal medya kullanımını ölçtüğünü desteklemektedir.

## Güvenirlik

SMKBÖ-9'un **güvenirliği**, iç tutarlılık katsayısı (Internal Consistency) ile değerlendirilmiştir. Sarçam ve Adam Karduz (2018) çalışmasında, ölçeğin genel iç tutarlılığının yüksek olduğu bildirilmiştir. Ölçeğin tümü için hesaplanan **Cronbach Alpha** katsayısının, kabul edilebilir sınırların üzerinde, genellikle .80 ve üzeri değerlerde olduğu saptanmıştır. Bu yüksek katsayı, ölçek maddelerinin aynı psikolojik yapıyı tutarlı bir şekilde ölçtüğünü göstermektedir.

Buna ek olarak, ölçeğin zamana karşı kararlılığının test etmek amacıyla test-tekrar test güvenilirliği de incelenmiş olabilir. Yüksek test-tekrar test korelasyonları, ölçek puanlarının kısa zaman aralıklarında stabil kaldığını, yani tesadüfi hatalardan arındırılmış olduğunu kanıtlar.

## Faktör Analizi

Uyarlama çalışması, SMKBÖ-9'un faktör yapısının doğrulamaya odaklanmıştır. Orijinal ölçeğin teorik çerçevesine uygun olarak, 9 maddenin tamamının tek bir faktör altında toplandığı doğrulanmıştır. Faktör Analizi (DFA) ile gösterilmiştir. Faktör yüklerinin yüksek olması, her bir maddenin ölçülen yapıya (sorunlu sosyal medya kullanımı) önemli katkı sağladığını göstermektedir. Model uyum indeksleri (RMSEA, CFI, TLI vb.) mükemmel veya kabul edilebilir sonuçları içinde bulunarak, teorik modelin gözlenen veriye iyi uyum sağladığı sonucuna varılmıştır.

## Ölçme Aracı

**Test Türü:** Uyarlama (Adaptasyon) Ölçeği

**Format:** 9 maddeden oluşan, genellikle 4 veya 5'li Likert tipi bir derecelendirme formatı kullanılır (Örneğin, "Hiçbir zaman"dan "Her zaman"a kadar).

**Mevcut Diller:** Türkçe (Türk kültürüne uyarlanmıştır)

**Popülasyon Grubu:** Genel Popülasyon, özellikle üniversite öğrencileri ve ergenler (Uyarlama çalışmasında genellikle genç yetişkinler kullanılmıştır).

**Yaş Grubu:** Ergenlik dönemi ve genç yetişkinlik dönemi (15-30 yaş aralığı).

**Popülasyon Detayları:** Sarıçam ve Adam Karduz'un çalışması, genellikle üniversite öğrencilerinden oluşan bir örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir, zira bu grup sosyal medya kullanımı en yoğun olduğu demografik kesimi temsil etmektedir.

**Test Metodolojisi:** Öz bildirim (Self-report) ölçeği. Bireylerin sosyal medya kullanım bozukluğu belirtilerine ne sıklıkta sahip olduklarını belirtmeleri istenir.

## Anahtar Kelimeler

Davranışsal bağımlılık, dijital bağımlılık, psikometri, Likert ölçeği, **Cronbach Alpha**, Doğrulama Faktör Analizi, öz bildirim

## Yazarlar

**Yazar ORCID Tanımlama:** Sağlanan kaynakta mevcut değildir.

**Bağımlı E-posta Adresleri:** hakansaricam@gmail.com

**Yayın Adresi:** Sağlanan kaynakta mevcut değildir (Sorumlu yazar Hakan Sarıçam).

## Şiznler, Ücret ve Test Y?I?

Ölçe?in orijinal kayna??na ve uyarlama çal??mas?na eri?im genellikle akademik amaçlar için ücretsizdir. Ticari kullanım veya geni? çapl? da??t?m için sorumlu yazar (Hakan Sar?çam) ile ileti?ime geçilmesi önerilir.

**Test Y?I? (Uyarlama):** 2018

**Sorumlu Yazar ?leti?im:** [hakansaricam@gmail.com](mailto:hakansaricam@gmail.com)

Orijinal PDF doküman?na a?a??daki ba?lant?dan ula??labilir: [sosyal-medya-kullanim-bozuklugu-olcegi-toad.pdf](https://www.arabpsychology.com/wp-content/uploads/2018/02/sosyal-medya-kullanim-bozuklugu-olcegi-toad.pdf)

## Referanslar

Sar?çam, H. ve Adam Karduz, F. F. (2018). Sosyal Medya Kullanım Bozukluğu Ölçe?i'nin Türk kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çal??ması. *E?itimde ve Psikolojide Ölçme ve De?erlendirme Dergisi*, 9(2), 116-135. doi: 10.21031/epod.335607

## Sosyal Medya Kullanım Bozukluğu Ölçe?i (SMKBÖ-9) Maddeleri

**ÖNEML?:** Ölçe?in orijinal maddeleri kaynak içerikte sa?lanmam??tır. Bu nedenle maddeler buraya eklenememiştir. Maddelerin tam listesi için yukarıda belirtilen referans makaleye (Sar?çam & Adam Karduz, 2018) ba?vurulması gerekmektedir.