

SOSYAL MEDYA KULLANIMI VE FOMO'NUN ANKSİYETE BOZUKLUĞU VE DEPRESYON HASTALARINDA İŞLEVSELLİK ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Hasan Bakay¹, Ziya Öksüz¹

¹Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Giriş: Bu çalışma, anksiyete ve depresyon tanısı almış bireylerde sosyal medya kullanımı, gelişmeleri kaçırma korkusu (fear of missing out-FoMO) ve işlevsellik arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Ayrıca, FoMO'nun hastalar ve sağlıklı bireyler üzerindeki işlevsellik üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini karşılaştırmak amaçlanmıştır.

Yöntemler: Bu çalışmaya, 84 anksiyete ve/veya depresyon tanısı almış hasta ve 79 sağlıklı kontrol olmak üzere 163 genç yetişkin (18-33 yaş arası) dahil edilmiştir. Katılımcılara Beck Depresyon Envanteri (BDE), Beck Anksiyete Envanteri (BAE), Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği (FoMO) ve Kısa İşlevsellik Değerlendirme Ölçeği (KİDÖ) uygulanmıştır. Sosyal medya kullanım süreleri, akıllı telefon verileri kullanılarak ölçülmüştür. Mediyasyon analizi Jamovi (v2.6.44) programı ile, diğer istatistiksel analizler ise SPSS (v22) ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma için Necmettin Erbakan Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulundan onay alınmıştır (07.03.2025-2025/5615).

Sonuçlar: Sosyal medya kullanımı açısından hasta grubunun TikTok kullanma eğiliminin anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür ($p=.013$). Ancak sosyal medya toplam kullanım süresinde anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p=.13$). FoMO ($p=.007$), BDE ($p<.001$), BAE ($p<.001$) ve KİDÖ ($p<.001$)

puanları hasta grubunda anlamlı düzeyde daha yüksekti. Regresyon analizleri, depresyon ve FoMO'nun yalnızca hasta grubunda işlevselliği önemli ölçüde etkilediğini ortaya koydu sırasıyla ($\beta=.515$, $p=.026$; $\beta=.548$, $p=.046$). Kontrol grubunda FoMO, depresyon ve anksiyete skorlarının işlevsellik üzerinde etkisi anlamlı değildi ($p > .05$) Mediyasyon analizleri, FoMO'nun hasta grupta işlevsellik üzerindeki etkisinde depresyonun kısmi bir aracı rolü olduğunu gösterdi ($p=.038$). Anksiyetenin bu ilişkide anlamlı bir aracı rolü izlenmedi ($p=.143$).

Tartışma ve Sonuç: FoMO, depresyon ve anksiyete bozukluğu tanısı almış bireyler için işlevsellik üzerinde doğrudan ve dolaylı etkileri olan önemli bir faktör olarak gözlenmiştir. Bulgular, psikiyatrik bozukluğu olan genç yetişkinlerin günlük işlevlerini olumsuz etkileyen FoMO'ya daha yatkın olduğunu göstermektedir. Bildiğimiz kadarıyla bu çalışma, sosyal medya kullanımı ve FoMO'nun psikiyatri poliklinik hastalarının işlevselliği üzerindeki etkilerini inceleyen ilk çalışmadır. Psikiyatrik poliklinik hizmetlerinde FoMO konusunda farkındalığın artırılması ve dijital davranışların düzenlenmesi işlevselliğin artırılmasına katkı sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Anksiyete, depresyon, FoMO, genç yetişkinler, sosyal medya