



Universiteit Utrecht

Compulsief sociale mediagebruik

De rol van Fear of Missing Out, nomophobia
en ervaren sociale druk

Masterthesis Jeugdstudies

Universiteit Utrecht

Student:	P.J.M. van Zutphen
Studentnummer	4256263
Datum:	17 juni 2015
Docent:	Dr. R.J.J.M. van den Eijnden
Aantal woorden:	6382

Abstract

Het doel van het huidige onderzoek was om meer inzicht te krijgen in de voorspellers van compulsief sociale mediagebruik onder Nederlandse jongeren. Hierbij is onderzocht of de mate van sociale mediagebruik via de smartphone in verband staat met compulsief sociale mediagebruik en in hoeverre *Fear of Missing Out* (angst om gebeurtenissen of activiteiten van anderen te missen), *nomophobia* (angst om mobiel onbereikbaar te zijn) en *ervaren sociale druk om te antwoorden op berichten* dit verband mediëren. Het betreft een cross-sectionele studie onder 701 Nederlandse jongeren van 11 t/m 15 jaar, die in februari 2015 op vier scholen voor voortgezet onderwijs is uitgevoerd. Uit de resultaten blijkt dat hoe meer jongeren gebruik maken van sociale media via de smartphone, hoe groter de kans op compulsief sociale mediagebruik. Vooral *nomophobia* lijkt een verklaring te bieden voor het verband tussen de mate van sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik. *Fear of Missing Out* (FoMO) en ervaren sociale druk blijken echter ook positief samen te hangen met zowel een hoge mate van sociale mediagebruik via de smartphone als met compulsief sociale mediagebruik. Kortom, de bevindingen uit het huidige onderzoek kunnen worden gebruikt bij voorlichting aan jongeren over sociale mediagebruik via de smartphone en bij de bewustwording van mogelijke risico's voor compulsief sociale mediagebruik.

Sleutelwoorden: Compulsief sociale mediagebruik, smartphone, sociale druk, FoMO, *nomophobia*

Compulsief sociale mediagebruik

Bijna alle Nederlandse jongeren zijn actief op sociale netwerksites of andere vormen van sociale media: 93% van de 12 tot 19 jarigen hebben een sociale media profiel (CBS, 2013). Deze generatie jongeren wordt ook wel *iGeneration* genoemd en kan 24/7 gebruik maken van allerlei internetapplicaties via de smartphone (Rosen, 2011). Sociale media is een verzamelnaam voor Internet gebaseerde applicaties zoals forums, e-mail, instant messaging (IM), sociale netwerksites (SNS) en blogs (Livingstone & Brake, 2010). De applicaties worden gebruikt voor het creëren van content en hierbij staat sociale interactie centraal (Cabral, 2011). Intensief gebruik van sociale media kan mogelijk leiden tot compulsief sociale mediagebruik, ook wel sociale mediaverslaving genoemd, dat wordt gekenmerkt door dwangmatig, excessief, pathologisch of problematisch gebruik van sociale media (Meerkerk, van den Eijnden & Garretsen, 2007).

Gebruikers van SNS hebben een persoonlijk profiel waarmee zij in contact staan met vrienden en bekenden uit zijn/haar contactenlijst (Boyd & Ellison, 2008). Hiermee kunnen gebruikers bestaande relaties onderhouden en op de hoogte blijven van de sociale activiteiten van anderen (Yang & Brown, 2013). Door de smartphone kunnen jongeren op elk gewenst moment en op elke gewenste plaats in contact staan met elkaar, waardoor gebruik van sociale media risicovol is voor adolescenten die verslavingsgevoelig zijn (Meerkerk, van de Eijnden & Garretsen, 2007). Een sociale netwerk verslaving, ook wel compulsief sociale mediagebruik genoemd, is beschreven als “falen in het reguleren van het gebruik van sociale netwerksites en andere sociale media als WhatsApp”, dat tot negatieve uitkomsten voor de gebruiker kan leiden (LaRose, Kim & Peng 2010).

Verschillende onderzoeken hebben zich gericht op gebruikerskenmerken en de eventuele gevolgen van gebruik van sociale media, maar er is nog weinig bekend over de risicofactoren voor het ontstaan van compulsief sociale mediagebruik. Wel blijkt uit longitudinaal onderzoek van Leung (2014) onder adolescenten, dat gebruik van online communicatie functies zoals Instant Messenger positief gerelateerd is aan het ontstaan van internetverslaving. Nog onbekend is echter of een soortgelijk verband zou kunnen gelden voor het gebruik van sociale media via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik. Daarnaast blijkt er een verband te zijn tussen het gebruik van sociale media en stress die ervaren wordt door het gebruik van sociale media (Nationale Academie voor Media & Maatschappij, 2012; Campisi et al., 2012).

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

Jongeren ervaren angst en stress door het gebruik van sociale media, bijvoorbeeld wanneer niet direct op binnengekomen berichten gereageerd kan worden omdat de smartphone niet binnen handbereik is, ook wel nomophobia genoemd. Daarnaast geeft meer dan de helft van de jongeren aan dat zij bang zijn om gebeurtenissen of activiteiten van anderen te missen (Fear of Missing Out), buitengesloten te raken op sociale media, of zich verplicht te voelen om te antwoorden op berichten (Nationale Academie voor Media & Maatschappij, 2012). Maar het is nog onbekend in hoeverre deze factoren samenhangen met het ontstaan van compulsief sociale mediagebruik. Wanneer er meer inzicht is in risicofactoren, kan problematisch gebruik van sociale media in de toekomst wellicht voorkomen worden. Bijvoorbeeld door jongeren meer bewust te maken van hun sociale mediagebruik. Het huidige onderzoek beoogt daarom antwoord te geven op de volgende onderzoeksvraag: *Welke psychosociale mechanismen liggen ten grondslag aan het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik?* Dit onderzoek richt zich op drie verschillende typen psychosociale factoren die hierbij een rol zouden kunnen spelen, namelijk Fear of Missing Out (FoMO), nomophobia en ervaren sociale druk om te antwoorden op berichten.

Sociale mediagebruik via de smartphone

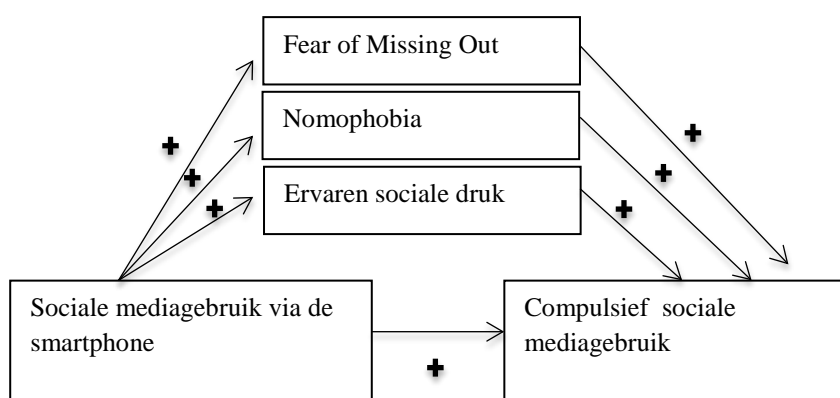
De iGeneration is geboren na 1990. De *i* staat voor alle digitale technologieën die populair zijn (iPhone, iPod, etc.) en de hoge mate van individuele activiteiten die deze digitale technologieën mogelijk maken (Rosen, 2011). In 2012 had meer dan de helft van de twaalfjarigen een smartphone en dit percentage nam toe met ieder levensjaar (Stichting Mijn Kind Online, 2012). Er is weinig empirisch onderzoek gedaan naar het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik van jonge adolescenten. Hong, Shao-I en Huang (2012) deden onderzoek naar smartphone gebruik en smartphone verslaving en vonden een positief verband. Des te groter het gebruik van de smartphone, des te groter de kans op een smartphone verslaving. Ook uit het onderzoek van Stichting Mijn kind Online (2012) en Nationale Academie voor Media en Maatschappij (2012) blijkt dat jonge adolescenten erg gehecht zijn aan hun telefoon en de telefoon vooral gebruiken voor Facebook, YouTube en WhatsApp. Salehan & Negahban (2013) vonden een positief verband tussen het gebruik van sociale netwerksites en mobiele telefoon verslaving,

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

hierbij waren de grootte van het netwerk en de intensiteit van het gebruik risicofactoren voor een mobiele telefoon verslaving.

Het *Social Skill Model of generalised problematic internet use* (Caplan 2010) probeert het ontstaan van internetverslaving te verklaren. Dit model gaat er vanuit dat individuen met een sterke voorkeur voor online communicatie een groter risico hebben op compulsief internetgebruik. Gezien de overeenkomsten tussen de motivatie voor internetgebruik en sociale mediagebruik kan deze theorie mogelijk ook het problematisch gebruik van sociale media verklaren. Daarnaast is het belangrijk om te weten wat de gebruikersmotieven van jongeren zijn om risicofactoren voor compulsief sociale mediagebruik te kunnen verklaren. Op basis van de *uses and gratifications approach theory* (Katz, Blumer & Gurevitch, 1973) zijn verschillende motieven onderzocht die in verband staan met compulsief gebruik van sociale netwerksites. Volgens Kuss en Griffiths (2011) is het onderhouden van relaties de sterkste motivatie voor het gebruik van sociale netwerksites. Op basis van bovenstaande onderzoeken en de *uses and gratifications approach theory* blijkt dat de smartphone vooral gebruikt wordt voor sociale media en om contacten te onderhouden. Als jongeren erg gehecht zijn aan hun telefoon waar zij veel sociale media op gebruiken bestaat er een grotere kans op compulsief sociale mediagebruik. Hieruit komt de volgende hypothese naar voren:

Hypothese 1: Er bestaat een positieve relatie tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik.



Figuur 1 Mediatie model compulsief sociale mediagebruik

Fear of Missing Out

Sociale media geven gemakkelijk toegang tot informatie over activiteiten, evenementen en conversaties van anderen die gaande zijn. Deze continue vernieuwing van informatie kan leiden tot Fear of Missing Out (FoMO) (Przybylski, Murayama, DeHaan & Gladwell, 2013). FoMO wordt gedefinieerd als de angst om gebeurtenissen of activiteiten, dus sociale informatie van anderen te missen. FoMO op sociale media kenmerkt zich door het verlangen continue verbonden te willen zijn met anderen en op de hoogte te willen zijn van wat zij doen. De angst om iets te missen is niet iets nieuws, maar het lijkt dat sociale media voor deze mensen erg aantrekkelijk is. Dit komt doordat sociale media gebruikt worden om te kunnen bijhouden wat anderen doen. Gebruik van sociale media via de smartphone zal de kans op FoMO vergroten en daarnaast ligt het voor de hand dat mensen met een hoge mate van FoMO zich eerder wenden tot het gebruik van sociale media dan mensen met een lage mate van FoMO.

Er is weinig empirisch onderzoek naar FoMO in relatie tot sociale mediagebruik en compulsief sociale mediagebruik. De zelfdeterminatie theorie (Deci & Ryan, 1985) is een theorie over de motivatie van mensen. Deze theorie kan helpen het begrip FoMO te verduidelijken. Het gaat hier om drie typen motivatie; competentie, autonomie en verbondenheid met anderen. Mensen die weinig sociale contacten hebben zullen zich sneller wenden tot sociale media omdat dit een hulpmiddel is om sociale contacten te maken en onderhouden (Przybylski et al., 2013). Gebruik van sociale media via de smartphone vergemakkelijken het onderhouden van contacten met anderen. Wanneer er veel gebruik wordt gemaakt van sociale media via de smartphone kan dit leiden tot een hogere mate van FoMO. Uit de studie van Przybylski en anderen (2013) blijkt dat FoMO gerelateerd is aan een grotere toewijding aan Facebook gebruik. Dit onderzoek is echter uitgevoerd bij een populatie van jongvolwassenen in de leeftijd van 18 tot 33 jaar en hiermee kan dit onderzoek niet gegeneraliseerd worden naar jonge adolescenten. Op basis het bovenstaande wordt desalniettemin verwacht dat sociale mediagebruik via de smartphone positief gerelateerd is aan een hogere mate van FoMO en dat een hoge mate van FoMO de kans op compulsief sociale mediagebruik vergroot.

Hypothese 2: De positieve relatie tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik wordt (gedeeltelijk) gemedieerd door FoMO.

Nomophobia

Door de smartphone zijn mensen 24/7 bereikbaar, en mede daardoor erg gehecht geraakt aan de smartphone. Dit kan de verwachting scheppen om altijd bereikbaar te moeten zijn (Rush, 2011). Deze verwachting kan leiden tot angst en stress wanneer er niet direct gebruikgemaakt kan worden van de smartphone (Carbonell, Oberst & Beranuy, 2013). Jongeren geven aan het liefst direct de telefoon op te willen halen wanneer deze vergeten is (Nationale Academie voor Media & Maatschappij 2012). De angst om de smartphone niet binnen handbereik te hebben waardoor men de angst heeft om zelf niet bereikbaar te zijn, wordt ook wel *Nomophobia* genoemd (Harris Interactive, 2012). Ook Casey (2012) bevestigt het idee van de angst om controle te verliezen over het contact met anderen en angstig te worden wanneer de smartphone niet binnen handbereik is. Daarnaast zegt Park (2005) dat mensen zich geïrriteerd kunnen voelen of ongemak ervaren als de smartphone niet binnen handbereik is.

Uit interviews blijkt dat jongeren soms dwangmatig hun telefoon controleren op nieuwe berichten (Nationale Academie voor Media & Maatschappij 2012). Het geluid van een melding leidt tot het direct pakken van de telefoon om het bericht te bekijken en te beantwoorden. Door dit steeds terugkerende gedragspatroon raken jongeren geconditioneerd en wordt het patroon van onmiddellijk reageren op een bericht steeds sterker. Jongeren lijken erg gevoelig voor deze stimuli omdat hun hersens nog niet volledig ontwikkeld zijn. Het rationele brein, het maken van beslissingen en plannen, ontwikkelt zich minder snel dan het emotionele brein dat in de pubertijd erg gevoelig is voor beloning op korte termijn. Een bericht beantwoorden geeft een positieve beloning op korte termijn (Nationale Academie voor Media & Maatschappij 2012). Wanneer niet direct geantwoord kan worden omdat de smartphone niet binnen handbereik is en dus geen gehoor gegeven kan worden aan de beloning op korte termijn dan wordt dit als stressvol ervaren.

Tot slot blijkt uit recent onderzoek dat sociale stress (sociale angst die ontstaat wanneer men de gewenste indruk wil maken op bestaand of niet bestaand publiek), in dit geval de angst om niet bereikbaar te zijn voor anderen, positief gerelateerd is aan smartphone verslaving (Wang, Lee & Hua, 2015). Op basis van het bovenstaande wordt verwacht dat door het sociale mediagebruik via de smartphone jongeren meer nomophobia zullen ervaren en dat een hogere mate van nomophobia de kans op compulsief sociale mediagebruik vervolgens vergroot.

Hypothese 3: De positieve relatie tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik wordt (gedeeltelijk) gemedieerd door nomophobia.

Ervaren sociale druk om te antwoorden

Baumeister en Leary (1995) beschrijven dat adolescenten de psychologische behoefte hebben om deel uit te maken van een groep (*The need to belong*) waarin betekenisvolle interacties plaatsvinden. Volgens de *social identification theory* hebben jongeren een sterke behoefte aan sociale acceptatie door leeftijdsgenoten omdat hun sociale identiteit nog vorm moet krijgen (Tajfel & Turner, 1979). Onder leeftijdsgenoten bestaan gedragsregels en wanneer een adolescent zich niet aan die regels houdt, loopt hij/zij het risico om buiten de groep te vallen of uit de groep gezet te worden (Nationale Academie voor Media & Maatschappij, 2012). De behoefte om ergens bij te horen, geaccepteerd te worden door de groep zou een verklaring kunnen bieden voor de neiging van veel jongeren om direct te antwoorden op berichten op sociale media van vrienden.

Uit onderzoek van Gangadharbatla (2008) blijkt dat *the need to belong* een grote rol speelt bij Facebookgebruik. Gangadharbatla (2008) onderscheidt drie vormen van *group-seeking behavior: inclusion, affection* en *control*. *Inclusion* betekent dat een adolescent bij een groep wil horen, *affection* is de behoefte om aardig gevonden te worden in de groep, *control* is dat de adolescent de baas wil spelen over anderen. Als deze drie vormen van behoeften in hoge mate worden ervaren, kan er sociale druk ontstaan, namelijk het gevoel van *sociale druk om direct te antwoorden*. Ook uit het onderzoek van de Nationale Academie voor Media & Maatschappij (2012) blijkt dat wanneer niet direct gereageerd kan worden op een bericht, de angst kan ontstaan om buitengesloten te worden: één derde van de jongeren is bang dat hen iets kwalijk genomen zal worden als zij niet reageren op een bericht. Deze ervaren sociale druk om direct op berichten te reageren, is nog niet eerder in verband gebracht met compulsief sociale mediagebruik. Op basis van het bovenstaande is de verwachting dat als een jongere sociale media gebruikt op de smartphone, hij/ zij een sterkere sociale druk voelt om direct te antwoorden en daardoor bestaat een grotere kans op compulsief sociale mediagebruik.

Hypothese 4: De positieve relatie tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik wordt (gedeeltelijk) gemedieerd door ervaren sociale druk om direct te antwoorden op een bericht.

Methode

Dataverzameling

Dit onderzoek is een onderdeel van een longitudinaal onderzoek naar sociale mediagebruik onder Nederlandse middelbare scholieren dat gestart is in 2015, Sociale Media en Jongeren. Het huidige cross-sectionele onderzoek maakt gebruik van één meting in januari 2014. De data zijn verzameld op vier middelbare scholen, klassen 1 en 2 niveau VBMO niveau 1 t/m VWO gymnasium. De online vragenlijst werd klassikaal en anoniem afgenomen, onder leiding van onderzoeksassistenten van de Universiteit Utrecht. De online vragenlijst begon met een korte introductie gegeven door onszelf. De vragenlijst duurde ongeveer vijfenveertig minuten en vond plaats tijdens een mentorlesuur. De ouders en de jongeren zelf zijn geïnformeerd over het onderzoek via de mail. Middels *informed consent* hebben ouders toestemming gegeven om hun kind te laten deelnemen aan het onderzoek. Uiteindelijk hebben 703 leerlingen de online vragenlijst ingevuld, waarvan 51,4 % jongens en 48,6 % meisjes met een gemiddelde leeftijd van 12,93 jaar (zie Tabel 1).

Meetinstrumenten

Sociale mediagebruik via de smartphone is gemeten met de vraag: ‘Hoe vaak per dag kijk je op je smartphone om te zien of er een berichtje, foto of filmpje is binnengekomen, bijvoorbeeld een SMS, WhatsApp, Ping, Chat of SnapChat?’. Dit werd gemeten met 7-puntsschaal variërend van 1= *bijna nooit of bijna nooit* tot 7= *80 keer per week namelijk (...)*. Tevens is actief gebruik van sociale media gemeten met de vraag ‘Hoe vaak per dag stuur je zelf een berichtje, foto of filmpje via je smartphone bijvoorbeeld een SMS, WhatsApp, Ping, Chat of SnapChat?’ en werd gemeten met een 7-puntsschaal variërend van 1= *bijna nooit of bijna nooit* tot 7= *80 keer per week namelijk (...)*. De twee items samengenomen geven een gemiddelde van de intensiteit van sociale mediagebruik via de smartphone.

Compulsief sociale mediagebruik wordt gemeten aan de hand van de Nederlandse schaal *Compulsief sociale mediagebruik* bestaande uit negen items (van den Eijnden, Lemmens & Valkenburg, in preparation). Het meet de negen criteria voor verslaving, zoals nu in de DSM-5 opgenomen zijn voor Internet Gaming Disorder. Er werd aan de hand van negen stellingen gevraagd of de deelnemer bepaalde ervaringen heeft, zoals ‘Heb je in het afgelopen jaar.... regelmatig aan niets anders kunnen denken dan aan het moment dat je weer sociale media kon gaan gebruiken?’ en ‘...niet kunnen stoppen met het gebruik van sociale media, terwijl

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

anderen zeiden dat je dit echt moest doen?'. Hierop konden de deelnemers antwoorden met 0 = *nee* en 1 = *ja*. De antwoordschaal is gedichotomiseerd, bij vijf of meer van de negen criteria beantwoordt met 'ja' is er sprake van compulsief sociale mediagebruik. De interne consistentie van deze schaal was redelijk (Cronbach's alpha = .66).

Fear of Missing Out werd gemeten met een schaal gebaseerd op de vertaalde *Fear of Missing Out scale* (Przybylski, Murayama, De Haan, & Gladwell, 2013). Aan de hand van zeven items werd gevraagd in hoeverre de stellingen op hen van toepassing zijn, zoals 'Ik maak me zorgen als ik erachter kom dat vrienden plezier hebben zonder mij' en 'Wanneer ik plezier heb, vind ik het belangrijk om dit online te delen'. De stellingen zijn beantwoord met een 5-puntsschaal, variërend van 1 = *past helemaal niet bij mij* tot 5 = *past helemaal bij mij*. Ten slotte werd de totale score van de dertien items berekend om de mate van FoMO te kunnen weergeven.

Nomophobia werd gemeten aan de hand van zes items gebaseerd op het onderzoek van Nationale Academie voor Media & Maatschappij (2012). Dit werd gemeten met stellingen zoals 'Als ik mijn smartphone niet bij de hand heb, voel ik mij onrustig' en 'Als ik mijn smartphone vergeten ben, wil ik hem meteen ophalen'. De stellingen zijn beantwoord met een 5-puntsschaal, variërend van 1 = *past helemaal niet bij mij* tot 5 = *past helemaal bij mij*. De totale score op de vier items geeft een weergave van de mate van nomophobia.

Ervaren sociale druk werd gemeten aan de hand van vier items gebaseerd op het onderzoek van Nationale Academie voor Media & Maatschappij (2012). Dit werd gemeten met stellingen zoals 'Als ik niet direct kan reageren op een bericht of reactie dan voel ik dat ik er niet bij hoor' en 'Ik voel mij verplicht om direct te antwoorden als ik een berichtje ontvang op mijn smartphone'. De stellingen zijn beantwoord met een 5-puntsschaal, variërend van 1 = *past helemaal niet bij mij* tot 5 = *past helemaal bij mij*. Met deze schaal werd gemeten in hoeverre jongeren sociale druk voelen om direct te antwoorden op een bericht op sociale media.

De *Achtergrondvariabele* die in dit onderzoek is meegenomen is *opleidingsniveau*.

Data Analyse

De analyses binnen dit onderzoek zijn uitgevoerd met SPSS 20. De totale steekproef bestond uit 703 jongeren, twee jongeren zijn uit de dataset verwijderd vanwege het ontbreken van antwoorden. Bij vier jongeren werd een patroon in de antwoorden ontdekt en zijn daarom als missende waarden gecodeerd in de dataset. Omdat er nieuwe schalen zijn gemaakt voor het huidige onderzoek zijn alle items van de schalen tezamen geanalyseerd met een 'principal axis factor' analyse met oblimin rotatie. Hieruit bleek dat er vier factoren waren, in plaats van de beoogde drie factoren. Twee items laadde op geen van de drie factoren, deze twee items hadden te maken met het kunnen bijhouden van de hoeveelheid berichten op sociale media en zijn om die reden uit de dataset verwijderd. Een item van de schaal ervaren sociale druk is verwijderd omdat hierdoor de betrouwbaarheid van de schaal groter werd. Daarna zijn van de 3 factoren 3 schalen samengesteld en zijn betrouwbaarheidsanalyses uitgevoerd. De gebruikte schalen en Cronbach's alpha's zijn opgenomen in de bijlage (zie Bijlage 1). Hierna zijn alle variabelen op hun (normaal)verdeling gecontroleerd en zijn er beschrijvende analyses uitgevoerd. De variabele compulsief sociale mediagebruik had een erg scheve verdeling, daarom is deze variabele gedichotomiseerd met de labels 0 = niet compulsief sociale mediagebruik en 1 = wel compulsief sociale mediagebruik.

Vervolgens zijn er univariate en multivariate analyses uitgevoerd, waarbij eerst de voorwaarden zijn gecontroleerd. Om te toetsen of sociale mediagebruik via de smartphone samenhangt met compulsief sociale mediagebruik (hypothese 1) is een logistische regressie gebruikt, waarbij de achtergrondvariabelen opleidingsniveau is meegenomen. Om te toetsen of FoMO, nomophobia en ervaren sociale druk de relatie tussen gebruik van sociale media en compulsief gebruik sociale media mediëren (Hypotheses 2, 3 en 4) is gebruik gemaakt van de vier-stappen methode van Baron & Kenny (1986). De voorwaarden voor het mogen toetsen van mediatie, namelijk dat er samenhang is tussen de onderzoeks-variabelen, zijn getest met behulp van Pearson en Spearman correlaties. Vervolgens is het hoofdverband tussen gebruik van sociale media via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik getoetst met een logistische regressie. Ten slotte is de mediator toegevoegd aan de logistische regressie analyse waarin het hoofdeffect getoetst werd. Dit is apart gedaan voor elke mediërende factor en ook nog voor alle mediatoren samen.

Resultaten

Van de jongeren uit dit onderzoek maakt 4.4% compulsief gebruik van sociale media. Compulsieve gebruikers van sociale media zijn vaker van het vrouwelijke (58,1%) dan het mannelijke (41,9%) geslacht. Verder kwam uit de analyses naar voren dat compulsieve gebruikers van sociale media vaker een laag opleidingsniveau (54,8%, χ^2 (1, N = 697) = 24.59, $p < .001$) hebben. Van de compulsieve gebruikers maakt 12,9% meer dan 80 keer per dag gebruik sociale media via de smartphone (zie Tabel 1) ten opzichte van 7,3% van de niet-compulsieve gebruikers. Jongeren die compulsief gebruik maken van sociale media scoren gemiddeld hoger op FoMO, nomophobia en ervaren meer sociale druk dan niet compulsieve gebruikers.

Tabel 1*Beschrijvende statistieken*

<i>Demografische gegevens</i>	<i>Totale steekproef</i>	<i>Niet compulsieve gebruikers</i>	<i>Compulsieve gebruikers</i>
<i>N</i>	701	666	31
<i>%</i>		93.6%	4.4%
Gemiddelde leeftijd (SD)	12.93 (.75)	12.93 (.74)	12.71 (.64)
% Jongens	51.4	52.1	41.9
% Meisjes	48,6	47.9	58.1
Opleidingsniveau (1 ^e of 2 ^e klas)			
% Laag ^a	20.4	88.1	11.9
% Midden ^b	41.9	96.6	3.4
% Hoog ^c	37.7	98.5	1.5
Etniciteit			
% Nederlands	81.6	81.5	83.9
% Niet-Nederlands	18.4	18.5	16,1
Gebruik van sociale media via de smartphone			
% Meer dan 80 keer per dag	7.4	7.3	12.9
<i>Onderzoeksvariabelen</i>	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>	<i>M (SD)</i>
Sociale mediagebruik via de smartphone	4.50 (1.58)	4.46 (1.58)	5.66 (.98)
FoMO	1.84 (.68)	1.80 (.64)	2.61 (1.05)
Nomophobia	9.44 (3.82)	9.20 (3.68)	14.55 (3.38)
Ervaren sociale druk	4.68 (1.80)	4.63 (1.75)	5.81 (2.43)

Noot: A Includeert VMBO, VMBO: basis- of kaderopleiding, VMBO: gemengde leerweg. B Includeert VMBO: theoretische leerweg en VMBO-HAVO. C Includeert HAVO en HAVO-VWO.

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

Er blijkt een zeer sterke significante samenhang tussen de mate van sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik (zie Tabel 2). Dit suggereert dat jongeren die intensief gebruik maken van sociale media via de smartphone vaker compulsief gebruik maken van sociale media dan jongeren die minder intensief sociale media via de smartphone gebruiken. FoMO, nomophobia en ervaren sociale druk correleren positief met elkaar, dit zijn relatief middelgrote correlaties hetgeen suggereert dat de domeinen onafhankelijk zijn van elkaar. Sociale mediagebruik via de smartphone correleert matig tot sterk positief met FoMO, nomophobia en ervaren sociale druk (zie Tabel 2). Dit houdt in dat jongeren die intensief gebruik maken van sociale media via de smartphone meer FoMO, meer nomophobia en meer sociale druk ervaren dan jongeren die minder intensief gebruik maken van sociale media via de smartphone. Daarnaast correleert FoMO, nomophobia en ervaren sociale druk ook matig positief met compulsief sociale mediagebruik. Dit houdt in dat jongeren die (enige mate van) FoMO, nomophobia en sociale druk ervaren, meer compulsief gebruik maken van sociale media dan jongeren die geen FoMO, nomophobia of sociale druk ervaren (zie Tabel 2).

Tabel 2

Correlatie matrix, gemiddelden en standaarddeviaties

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Geslacht	-							
2. Leeftijd	.09*	-						
3. Opleidingsniveau	.12**	-.07	-					
4. Etniciteit	-.01	.04	-.08*	-				
5. Sociale mediagebruik via de smartphone	.01	.10**	-.19**	-.10*	-			
6. Fear of Missing Out	.18**	-.03	-.01	-.05	.18**	-		
7. Nomophobia	.10*	.00	-.20**	-.07	.56**	.31**	-	
8. Ervaren sociale druk	.13**	.04	-.01	-.03	.13**	.42**	.28**	-
9. Compulsief gebruik	.04	.06	-.17**	-.01	.63**	.17**	.25**	.10**
Means	.49	12.93	2.17	.18	4.50	1.84	9.44	4.68
SD	.50	.75	.74	.39	1.58	.68	3.82	1.80

Noot: Compulsief gebruik = Compulsief sociale mediagebruik. *N* varieert van 692 tot 701. * $p < .05$, ** $p < .001$

Kortom alle bovengenoemde onderzoeksvariabelen correleren positief met elkaar, waarmee aan alle voorwaarden voor het mogen uitvoeren van mediatie analyses is voldaan. Daarnaast correleert opleidingsniveau significant negatief met zowel de onafhankelijke (sociale mediagebruik via de smartphone) als de afhankelijke

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

(compulsief sociale mediagebruik) variabelen en deze wordt daarom meegenomen als covariaat in alle vervolganalyses.

Sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik

Om te toetsen of het gebruik van sociale media via de smartphone samenhangt met compulsief sociale mediagebruik, is gebruik gemaakt van logistische regressie analyses (zie Tabel 3). In Model 1 bleek een significant positief verband tussen de mate van sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik (OR = 1.61, $p < .01$, 95 % BI = 1.21 en 2.16, Nagelkerke $R^2 = .17$). Hoe meer jongeren gebruik maken van sociale media via de smartphone hoe groter de kans op compulsief sociale mediagebruik.

Met logistische regressieanalyses is vervolgens onderzocht of de 3 mediatoren FoMO, nomophobia en ervaren sociale druk mediërende factoren zijn in de relatie tussen het gebruik van sociale media via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik (zie Figuur 1). Tabel 3 geeft een weergave van de 3 mediatiemodellen. Om daadwerkelijke mediatie te testen werd in Model 2 een logistische regressie uitgevoerd waarbij zowel gebruik van sociale media via de smartphone als FoMO (en de achtergrondvariabele opleidingsniveau) werden meegenomen in de analyse. Na controle voor FoMO bleek het verband tussen gebruik van sociale media via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik nog steeds significant te zijn (van OR = 1.61* naar OR = 1.54*). Er is dus geen sprake van volledige mediatie, maar er is mogelijk wel sprake van partiële mediatie. In Model 3 is een logistische regressie uitgevoerd om te toetsen of er sprake is van een mediatie effect van nomophobia. Het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik is niet langer significant (van OR = 1.61* naar OR = 1.04) wanneer nomophobia als voorspeller wordt toegevoegd aan de analyse. Er lijkt dus sprake te zijn van volledige mediatie. Met andere woorden, een jongere die vaker gebruik maakt van sociale media via de smartphone zal een hogere mate van nomophobia ervaren dan een jongere die minder gebruik maakt van sociale media via de smartphone, waardoor deze mogelijk een grotere kans heeft om compulsief gebruiker van sociale media te worden.

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

Tabel 3

Mediatie model

Model 1 Het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik

<i>Achtergrondvariabelen</i>	OR	95% BI	β	Nagelkerke R^2
Opleidingsniveau	.32**	.18 - .54	-1.16	.10
<i>Onafhankelijke variabele</i>				
Sociale mediagebruik via de smartphone	1.61*	1.21 – 2.16	.48	.06

Model 2 Het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone, FoMO en compulsief sociale mediagebruik

<i>Achtergrondvariabelen</i>	OR	95% BI	β	Nagelkerke R^2
Opleidingsniveau	.31**	.18 - .54	-1.16	.10
<i>Onafhankelijke variabele</i>				
Sociale mediagebruik via de smartphone	1.54*	1.12 – 2.11	.43	
FoMO	3.29**	2.04 – 5.29	1.19	.17

Model 3 Het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone, nomophobia en compulsief sociale mediagebruik

<i>Achtergrondvariabelen</i>	OR	95% BI	β	Nagelkerke R^2
Opleidingsniveau	.32**	.18 - .54	-1.16	.10
<i>Onafhankelijke variabele</i>				
Sociale mediagebruik via de smartphone	1.04	.73 - 1.49	.04	
Nomophobia	1.34**	1.19 - 1.51	.30	.18

Model 4 Het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone, ervaren sociale druk en compulsief sociale mediagebruik

<i>Achtergrondvariabelen</i>	OR	95% BI	β	Nagelkerke R^2
Opleidingsniveau	.32**	.18 - .54	-1.16	.10
<i>Onafhankelijke variabele</i>				
Sociale mediagebruik via de smartphone	1.55*	1.16 – 2.08	.44	
Ervaren sociale druk	1.27*	1.10 – 1.50	.24	.10

Model 5 Het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone, ervaren sociale druk en compulsief sociale mediagebruik waarbij alle mediators tegelijkertijd zijn meegenomen

<i>Achtergrondvariabelen</i>	OR	95% BI	β	Nagelkerke R^2
Opleidingsniveau	.31**	.18 - .54	-1.16	.10
<i>Onafhankelijke variabele</i>				
Sociale mediagebruik via de smartphone	.73	.74 – 1.54	.07	
FoMO	2.62**	1.54 – 4.44	.96	
Nomophobia	1.31**	1.15 – 1.48	.27	
Ervaren sociale druk	1.07	.89 – 1.30	.07	.26

Noot: OR = Odds Ratio, 95% BI = Betrouwbaarheidsinterval, β = Beta, * $p < .05$, ** $P < .001$

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

In Model 4 is een logistische regressieanalyse uitgevoerd om te onderzoeken of ervaren sociale druk een mediërende factor is in het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik. Het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik blijft significant als ervaren sociale druk als voorspeller is toegevoegd aan de analyse (van $OR = 1.61^*$ naar $OR = 1.55^*$). De daling in absolute waarde is zeer klein, waardoor er zeker geen sprake is van volledige mediatie. Het kan echter niet uitgesloten worden dat er sprake is van partiële mediatie.

Tenslotte werd in Model 5 een logistische regressieanalyse uitgevoerd om te onderzoeken welke mediator het meest belangrijk is. FoMO, nomophobia, ervaren sociale druk en de achtergrondvariabele opleidingsniveau werden meegenomen in één analyse. Hier is dus gecontroleerd voor de sterke samenhang tussen de mediators onderling. Model 5 laat zien dat sociale mediagebruik via de smartphone niet langer significant is wanneer de drie voorspellers worden toegevoegd aan de analyse (van $OR = 1.61^*$ naar $OR = .73$). FoMO is nog steeds een significante voorspeller van compulsief sociale mediagebruik ($OR = 2.62^{**}$), evenals, nomophobia ($OR = 1.31^{**}$). Ervaren sociale druk is in het complete model echter geen significante voorspeller meer. FoMO en nomophobia zijn dus de belangrijkste voorspellers van compulsief sociale mediagebruik. De relatie tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik lijkt echter vooral gemedieerd te worden door nomophobia.

Discussie

Het doel van het huidige onderzoek was om meer inzicht te krijgen in het compulsief sociale mediagebruik onder Nederlandse jongeren. Hierbij is onderzocht of de intensiteit van het gebruik van sociale media via de smartphone in verband staat met compulsief sociale mediagebruik en in hoeverre het ervaren van FoMO, nomophobia en sociale druk dit verband mediëren. De resultaten laten zien dat hoe meer jongeren gebruik maken van sociale media via de smartphone, des te groter de kans is op compulsief sociale mediagebruik. Daarnaast blijkt nomophobia de belangrijkste mediator in het verband tussen sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik.

Zoals verwacht is gevonden dat jongeren die intensief gebruik maken van sociale media via de smartphone meer kans hebben op compulsief sociale mediagebruik. Het verband is moeilijk te vergelijken met andere studies, omdat hier

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

nog weinig onderzoek naar is gedaan. Hong, Shao-I en Huang (2012) vonden echter een soortgelijk positief verband tussen het gebruik van de smartphone en de kans op smartphone verslaving. Daarnaast werd ook door Salehan en Negahban (2013) een soortgelijk verband gevonden: gebruik van SNS is positief gerelateerd aan smartphone verslaving. Het huidige onderzoek bevestigt dus een soortgelijk verband, maar is vernieuwend omdat het hier om een relatie tussen gebruik van sociale media via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik gaat. Deze bevinding is een eerste stap in dit nieuwe onderzoeksgebied en kan daarnaast nuttig zijn voor de praktijk, omdat de mate van gebruik van sociale media via de smartphone een risicofactor kan zijn voor het ontstaan van compulsief gebruik van sociale media. In de praktijk kan voorlichting aan jongeren over de mate van sociale mediagebruik via de smartphone en de risico's daarvan, de kans op compulsief sociale mediagebruik verkleinen.

In het huidige onderzoek blijkt dat nomophobia de belangrijkste mediator is in het verband tussen gebruik van sociale media via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik. Jongeren die intensief gebruik maken van sociale media via de smartphone ervaren meer angst om onbereikbaar te zijn voor anderen en hebben daardoor meer kans om compulsief gebruiker van sociale media te worden dan jongeren die minder gebruikmaken van sociale media via de smartphone. Voorgaand onderzoek toonde aan dat jongeren erg gehecht zijn aan hun telefoon (Nationale academie voor Media en Maatschappij, 2012) en zich angstig of geïrriteerd kunnen voelen wanneer zij de smartphone niet binnen hun bereik hebben (Casey, 2012; Park 2005). Echter vanwege het cross-sectionele design van dit onderzoek, kan het gevonden verband ook het resultaat zijn van een omgekeerd proces waarbij jongeren die compulsief gebruik maken van sociale media meer angst hebben om onbereikbaar te zijn voor anderen (nomophobia) een hogere mate van activiteit op sociale media via de smartphone vertonen. Longitudinaal vervolgonderzoek zou de richting van de verbanden kunnen onderzoeken. In ieder geval kan op basis van deze studie geconcludeerd worden dat nomophobia positief samenhangt met sociale mediagebruik via de smartphone en ook met compulsief sociale mediagebruik.

De verwachting dat het verband tussen de mate van gebruik van sociale media via de smartphone en compulsief gebruik van sociale media wordt gemedieerd door FoMO kan met dit onderzoek niet volledig worden bevestigd. Mogelijk is er sprake van partiële mediatie, desalniettemin is er duidelijk sprake van een positief verband

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

tussen FoMO en compulsief sociale mediagebruik. De bevinding uit de huidige studie sluit aan bij de resultaten uit een voorgaande studie naar FoMO (de angst om activiteiten en gebeurtenissen van anderen te missen) waaruit blijkt dat FoMO gerelateerd is aan een grotere toewijding aan Facebook (Przybylski et al., 2013). Jongeren die veel gebruikmaken van sociale media via de smartphone, vertonen een hogere mate van FoMO dan jongeren die minder gebruikmaken van sociale media via de smartphone en daardoor is FoMO mogelijk een risicofactor voor compulsief sociale mediagebruik. Er is weinig literatuur en onderzoek naar de rol van FoMO als voorspeller van compulsief sociale mediagebruik, daarom is dit onderzoek moeilijk te vergelijken met andere onderzoeken. Aangezien in dit onderzoek gebruik is gemaakt van cross-sectionele data, zou de gevonden relatie echter ook het gevolg kunnen zijn van het omgekeerde verband waarbij jongeren die compulsief gebruik maken van sociale media meer kans op het ervaren van FoMO. Longitudinaal onderzoek zou mogelijk meer inzicht kunnen geven in de richting van het verband tussen FoMO en compulsief sociale mediagebruik.

De derde hypothese dat het verband tussen de mate van gebruik van sociale media via de smartphone en compulsief gebruik van sociale media gemedieerd zou worden door ervaren sociale druk, kan met dit onderzoek niet volledig worden bevestigd. Mogelijk is er sprake van partiële mediatie, maar daarnaast is duidelijk een positief verband gevonden tussen ervaren sociale druk en compulsief sociale mediagebruik. Jongeren willen bij een groep horen en ervaren hierdoor mogelijk sociale druk om te antwoorden op berichten op sociale media, waardoor mogelijk de kans bestaat op compulsief sociale mediagebruik.

Het huidige onderzoek is zeer waardevol en innovatief omdat het voor het eerst de samenhang tussen de mate van sociale mediagebruik via de smartphone en compulsief sociale mediagebruik en FoMO, nomophobia en ervaren sociale druk heeft onderzocht en aangetoond. Naast de sterke kanten van het huidige onderzoek, zoals de grote steekproef en de hoge interne consistentie van de nieuwe schalen FoMO en nomophobia, heeft het huidige onderzoek ook een aantal beperkingen. Op de eerste plaats zijn de instrumenten in dit onderzoek zelf ontwikkeld en daarom niet gevalideerd, de reden hiervan is dat dit zeer innovatief onderzoek is en er nog geen gevalideerde schalen voor dit onderzoek bestonden. Daarnaast lijkt er enige conceptuele overlap te bestaan tussen de concepten nomophobia en compulsief sociale mediagebruik. Dit komt doordat beide schalen items bevatten die gaan over

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

onrust, stress of een rot gevoel wanneer er geen sociale media gebruikt kan worden. Dit biedt mogelijk een verklaring voor de sterke samenhang tussen sociale mediagebruik via de smartphone en nomophobia. Echter biedt het concept nomophobia inzicht in de reden van angst om geen sociale media te kunnen gebruiken. Het concept nomophobia meet namelijk de gehechtheid aan de smartphone en de angst om niet bereikbaar te zijn. Ook het verwijderen van de twee items die te maken hebben met de hoeveelheid aan ontvangen berichten is een beperking van deze studie, het is aan te bevelen om dit concept in de toekomst te onderzoeken, omdat dit mogelijk een voorspeller kan zijn voor compulsief sociale mediagebruik.

Ten tweede is er in dit onderzoek geen onderscheid gemaakt tussen passief en actief gebruik. De variabele sociale mediagebruik via de smartphone is een gemiddelde van twee items; actief gebruik en passief gebruik van sociale media. Dit kan een vertekent beeld geven, omdat de gemiddelden hierin lager kunnen uitvallen. Een jongere die heel veel passief gebruikmaakt van sociale media via de smartphone (hiermee wordt bedoeld het volgen van berichten), maar die heel weinig actief gebruik maakt kan hierdoor een lager gemiddelde hebben dan wanneer naar een van de twee variabelen gekeken zou worden. In vervolg onderzoek zou het interessant kunnen zijn of om na te gaan of er een verschil bestaat tussen actief en passief gebruik van sociale media via de smartphone in relatie tot compulsief sociale mediagebruik.

Ten derde heeft dit onderzoek een cross-sectioneel design, dus er kunnen geen uitspraken gedaan worden over de causale richting van de verbanden. Officieel gezien kan er met dit design dan ook geen mediatie getest worden, hiervoor is een longitudinaal design vereist. Desalniettemin is het zeer innovatieve karakter van dit onderzoek erg waardevol en biedt mogelijkheden voor vervolgonderzoek. Tot slot moet er voorzichtig omgegaan worden met de generalisatie van conclusies naar alle jongeren in Nederland, omdat de respondenten merendeels autochtoon en enkel uit de provincie Gelderland afkomstig zijn, al zijn er geen aanwijzingen voor provinciale verschillen in sociale mediagebruik. De steekproef is dus geen representatieve afspiegeling van de werkelijke populatie jongeren, wellicht is het interessant om in vervolgonderzoek aandacht te besteden aan verschillen in etniciteit.

Kortom, de bevindingen uit het huidige onderzoek kunnen gebruikt worden bij voorlichting aan jongeren over sociale mediagebruik via de smartphone en bij de bewustwording van mogelijke risico's of signalen voor compulsief sociale mediagebruik. Jongeren die vaak sociale media gebruiken via de smartphone en die

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

daarbij een hoge mate van FoMO, nomophobia en sociale druk ervaren lijken meer kans te hebben om tot de risicogroep voor compulsief gebruikers van sociale media te behoren. Het is verstandig om deze doelgroep goed in de gaten te houden, omdat dit een redelijk nieuw onderzoeksgebied is waarin zich snel nieuwe ontwikkelingen kunnen voordoen die op zichzelf ook weer nieuwe risico's met zich mee kunnen brengen. (Nationale Academie voor Media & Maatschappij 2012).

Referentielijst

- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). Moderator-mediator variables distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*, 1173–82. doi:3514.51.6.1173
- Baumeister, R. & Leary, M. (1995). The Need to Belong: Desire for Interpersonal Attachments as a Fundamental Human Motivation. *Psychological Bulletin*, *117*, 497-529. doi:10.1037/0033-2909.117.3.497
- Boyd, D. M. & Ellison, N. B. (2008). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, *13*, 210-230. doi:10.1109/EMR.2010.5559139
- Cabral, J. (2011). Is generation Y addicted to social media? *The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications*, *2*, 5-14.
- Campisi, J., Bynog, P., McGehee, H., Oakland, J. C., Quirk, S., Taga, C., & Taylor, M. (2012). Facebook, stress, and incidence of upper respiratory infection in undergraduate college students. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, *15*, 675-681. doi:10.1089/cyber.2012.0156
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, *18*, 553–575. doi:10.1016/S0747-5632(02)00004-3
- Carbonell, X., Oberst, U., & Beranuy, M. (2013). The cell phone in the twenty-first century: A risk for addiction or a necessary tool? *Principle of Addiction*, *1*, 901-909. doi:10.1016/B978-0-12-398336-7.00091-7
- Casey, B. M. (2012). Linking Psychological Attributes to Smart Phone Addiction, Face-to-Face Communication, Present Absence and Social Capital. (Unpublished manuscript). School of Journalism and Communication. Hong Kong
- Centraal Bureau voor Statistiek (5 december 2014). Zeven op de tien gebruiken sociale media. Geraadpleegd op 15 januari 2015, <http://www.cbs.nl/nl-NL/menu/themas/vrije-tijd-cultuur/publicaties/artikelen/archief/2013/2013-3907-wm.htm>
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.

- Gangadharbatla, H. (2010). Facebook Me: Collective Self-Esteem, Need to Belong, And Internet Self-Efficacy As Predictors Of The Igeneration's Attitudes Toward Social Networking Sites. *Journal of Interactive Advertising*, 8, 5-15. doi:10.1080/15252019.2008.10722138
- Harris Interactive (juni 2012). Mobile Mindset. Geraadpleegd op 15 januari 2015, van <https://www.lookout.com/resources/reports/mobile-mindset>
- Hong, F. Y., Shao-I, S., & Huang, D. H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers in Human Behavior*, 28, 2152- 2159. doi:10.1016/j.chb.2012.06.020
- Katz, E., Gurevitch, M., & Haas, H. (1973). On the use of the mass media for important things. *American Sociological Review*, 28, 164–181. Geraadpleegd op 20 januari 2015, <http://www.jstor.org/discover/10.2307/2094393?sid=21105161455601&uid=3738736&uid=2&uid=4>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Excessive online social networking: Can adolescents become addicted to Facebook? *Education and Health*, 29, 68–71. doi:10.3390/ijerph8093528
- LaRose, R., Kim, J. & Peng, W. (2010). Social networking: Addictive, compulsive, problematic, or just another media habit? In Z. Papacharissi (Ed.), *A networked self: Identity, community, and culture on social network sites*. New York, NY: Taylor & Francis.
- Leung, L. (2014). Predicting Internet risks: A longitudinal panel study of gratifications-sought, Internet addiction symptoms, and social media use among children and adolescents. *Health Psychology & Behavioral Medicine*, 2, 424-439. doi:10.1080/21642850.2014.902316
- Livingstone, S., & Brake, D. R. (2010). On the rapid rise of social networking sites: New findings and policy implications. *Children & Society*, 24, 75–83. doi:10.1111/j.1099-0860.2009.00243.x
- Meerkerk, G., Eijnden, R. van den, Vermulst, A., & Garretsen, H. (2008). The compulsive internet use scale (CIUS): Some psychometric properties. *Cyberpsychology & Behavior*, 12, 1-6. doi:10.1089/cpb.2008.0181
- Nationale Academie voor Media en Maatschappij (2012). Jongeren lijden aan Social Media Stress. Geraadpleegd op 1 december 2014,

- [http://www.mediaenmaatschappij.nl/images/artikelen/PDF/Onderzoekrapportage%20Jongeren%20lijden%20aan%20Social%20Media%20Stress%20\(SMS\),%20mei%202012.pdf](http://www.mediaenmaatschappij.nl/images/artikelen/PDF/Onderzoekrapportage%20Jongeren%20lijden%20aan%20Social%20Media%20Stress%20(SMS),%20mei%202012.pdf)
- Park, W. K. (2005). *Mobile phone addiction*. In R. Ling & P. E. Pedersen (Eds.), *Mobile communications: Re-negotiation of the social sphere* (pp. 253-272). London, England: Springer.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., De Haan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior, 29*, 16841-1848. doi:10.1016/j.chb.2013.02.014
- Rosen, L. (2011). Teaching the iGeneration. *Education Leadership, 68*, 10-15. Geraadpleegd op 15 januari 2015, http://www.steveclarkprincipal.com/uploads/1/6/5/2/16527520/teaching_the_i-generation.pdf
- Rush, S. (2011). Problematic use of smartphones in the workplace: An introductory study. Rockhampton: Central Queensland University.
- Salehan, M. & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior, 29*, 2632-2639. doi:10.1016/j.chb.2013.07.003
- Stichting Mijn Kind Online (2012). *Hey, what's app? 8-18 jarigen en mobiele telefoons*. Geraadpleegd op 16 januari 2015, <http://mijnkindonline.nl/publicaties/onderzoeksrapporten/hey-whats-app>
- Tajfel, H. and J.C. Turner (1986), "The Social Identity Theory of Intergroup Behavior," in *Psychology of Intergroup Relations*, S. Worchel and W. Austin, eds. Chicago: Nelson-Hall, 7-24.
- Wang, C., Lee, M. K. O., Hua, Z. (2015). A theory of social media dependence: Evidence from microblog users. *Decision Support Systems, 69*, 40-49. doi:10.1016/j.dss.2014.11.002
- Yang, C. & Brown, B.B. (2013). Motives for using Facebook, patterns of Facebook activities, and late adolescents' Social adjustment to college. *Journal of Youth and Adolescence, 42*, 403-416. doi:10.1007/s10964-012-9836-x

Bijlage 1

Compulsief sociale mediagebruik

Heb je in het afgelopen jaar...

1. ...regelmatig aan niets anders kunnen denken dan aan het moment dat je weer sociale media kon gaan gebruiken?
2. ...je regelmatig ontevreden gevoeld omdat je meer tijd aan sociale media had willen besteden?
3. ...je vaak rot gevoeld als je geen sociale media kon gebruiken?
4. ...vaak sociale media gebruikt om niet aan vervelende dingen te hoeven denken?
5. ...vaak stiekem sociale media gebruikt?
6. ...regelmatig geen interesse gehad in hobby's of andere bezigheden omdat je liever met sociale media bezig was?
7. ...geregeld ruzie gekregen met anderen door jouw sociale mediagebruik?
8. ...niet kunnen stoppen met het gebruik van sociale media, terwijl anderen zeiden dat je dit echt moest doen?
9. ...serieuze problemen met je ouders, broer(s) of zus(sen) of vrienden gehad door je sociale mediagebruik?

Fear of Missing Out (angst om gebeurtenissen of activiteiten van anderen te missen)

1. Ik ben bang dat anderen meer plezier hebben dan ik
2. Ik maak me zorgen als ik erachter kom dat vrienden plezier hebben zonder mij
3. Ik word onrustig als ik niet weet wat mijn vrienden doen
4. Ik stoort mij eraan wanneer ik een kans mis om af te spreken met vrienden.
5. Als ik een geplande afspraak met vrienden moet missen, dan maak ik me daar zorgen over
6. Wanneer ik plezier heb vind ik het belangrijk om dit online te delen
7. Als ik op vakantie ben, wil ik continue op de hoogte zijn van wat vrienden doen.

De interne consistentie van deze schaal was hoog (Cronbach's alpha = .83).

COMPULSIEF SOCIALE MEDIAGEBRUIK

Nomophobia (De angst om de smartphone niet binnen handbereik te hebben)

1. Ik voel mij gestrest als ik merk dat ik niet alle berichtjes op mijn smartphone kan bijhouden.
2. Als ik mijn smartphone vergeten ben, wil ik hem meteen ophalen.
3. Als ik mijn smartphone niet bij de hand heb, voel ik mij onrustig
4. Ik voel mij onrustig als ik hoor dat er een berichtje binnenkomt en ik het niet direct kan bekijken.

De interne consistentie van deze schaal was hoog (Cronbach's alpha = .82).

Sociale druk om te antwoorden

1. Ik voel mij verplicht om direct te antwoorden als ik een berichtje ontvangen heb op mijn smartphone.
2. Als ik niet direct kan reageren op een bericht op mijn smartphone, dan ben ik bang dat ik er niet meer bij hoor.
3. Als ik niet direct kan reageren op een bericht op mijn smartphone ben ik bang dat mij dit kwalijk wordt genomen.

De interne consistentie van deze schaal was redelijk (Cronbach's alpha = .63).