

Article Type / Makale Türü
Derleme Makalesi - Review
Article

Application Date / Başvuru Tarihi
05.21.2024 / 21.05.2024

Admission Date / Yayına Kabul Tarihi
06.28.2024 / 28.06.2024



İNFOBEZİTE ÜZERİNE SİSTEMATİK BİR DERLEME*

A SYSTEMATIC REVIEW ON INFOBESITY

Sadık Said SÜRÜCÜ¹, Ümmü Gülsüm KAHRAMAN²

ÖZ: Akıllı cihaz teknolojisinin günden güne gelişimi ve mobil bilgi teknolojileri kullanımının yaygınlaşmasıyla birlikte iletişim süreçleri, ciddi bir değişim ve dönüşüm geçirmiştir. Gündelik hayatımızdaki birçok işin dijitalize olmasıyla birlikte internetin aşırı kullanımı söz konusu olmuştur. Bu da sağladığı pek çok avantajla birlikte dezavantajları da beraberinde getirmiştir. Aşırı bilgi bombardımanına maruz kalınması beraberinde infobezite kavramını doğurmuştur. Infobezite de bu dezavantajlardan biridir. Bu çalışmada sistematik derleme yöntemi ile infobezite kavramının geçirmiş olduğu evrim derinlemesine irdelenmeye çalışılmıştır. Infobezite ile ilgili Türkçe ve İngilizce alan yazında yapılan çalışmalar ile birlikte konu hakkında oluşan bilgi birikim düzeyinin belirlenmesi, genel eğilimlerin ortaya çıkarılabilmesi, konunun zaman içinde geçirdiği dönüşümlerin belirlenmesi ve önceki araştırmaların sonuçlarının özet şeklinde verilebilmesi amacıyla bu çalışma yapılmıştır. Araştırma bağlamında Dergipark ve Google Scholar veri tabanı taranarak, seçilen 15 çalışma incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre infobezite ile ilgili en çok çalışma 2021-2022 yılında yapılmışken; 2015-2016 yıllarında ise hiç çalışma yapılmadığı görülmüştür. Yapılan araştırmalarda kullanılan yöntem olarak en çok nicel yöntem tercih edildiği ve bu nicel analiz yöntemlerinden de sıklıkla anketten yararlanıldığı belirlenmiştir. Infobezite kavramı ile en çok incelenen değişkenler ise “dijitalleşme” ve “karar verme süreçleri” olmuştur.

Anahtar Kelimeler : *Infobezite, Dijitalleşme, Karar Verme, Sistematik Derleme.*

ABSTRACT: With the day by day development of smart device technology and the widespread use of mobile information technologies, communication processes have undergone a serious change and transformation. With the digitalization of many tasks in our daily lives, there has been excessive use of the internet. This brings with it many advantages but also disadvantages. Exposure to excessive information bombardment has given rise to the concept of infobesity. Infobesity is one of these disadvantages. In this study, the evolution of the concept of infobesity has been tried to be examined in depth with the systematic compilation method. This study was carried out in order to determine the level of knowledge on the subject together with the studies conducted in the Turkish and English literature on infobesity, to reveal general trends, to determine the transformations of the subject over time and to summarize the results of previous research. In the context of the research, Dergipark and Google Scholar databases were scanned and 15 selected studies were examined. According to the research results, the most studies on infobesity were conducted in 2022; it was observed that no studies were carried out in 2015-2016. It has been determined that the quantitative method is the most preferred method in the research and that surveys are frequently used among these quantitative analysis methods. The variables most examined with the concept of infobesity are “digitalization” and “decision-making processes”.

Keywords: *Infobesity, Digitalization, Decision Making, Systematic Compilation.*

* Yapılan bu çalışma, 7. Lisansüstü İşletme Öğrencileri Sempozyumu’nda sunulan özet bildirinin genişletilmiş halidir.

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yönetim Bilişim Sistemleri Anabilim Dalı, sadiksaidurucu@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-4725-5417>

² Dr. Öğr. Üyesi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Zeliha Tolunay Uygulamalı Teknoloji ve İşletmecilik Yüksekokulu, ugkahraman@mehmetakif.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0001-6143-4660>

EXTENDED SUMMARY

Research Problem

It is thought that this study will make it possible to address the similarities and differences between studies on infobesity and allow comparisons to be made. In addition, it will help people doing research on infobesity to identify gaps in the field and will be beneficial in terms of drawing attention to the limited number of studies on infobesity.

Research Questions

The main question of the study is as follows: How is the issue of infobesity handled? Other sub-problems addressed with this basic problem statement are as follows: 1. What are the general descriptive characteristics of the studies included in the research? 2. What are the methodological tendencies of the studies included in the research? 3. What are the results of the studies included in the research?

Literature Review

With the increasing use of new communication technologies, data uploaded to the internet is made available for use in an uncontrolled manner. The concept of infobesity was formed by the combination of the words “information” and “obesity” used in English. Over time, research has continued by combining concepts such as “information overload” and “overload data” (Tuncer and Levendeli, 2023: 494). In his book “Future Shock”, Alvin Toffler drew attention for the first time to the digital information load that information overload exposes people to. According to Toffler’s definition that is in the category of a psychological illness. Just as our body collapses when it comes under intense environmental pressure, the mind also begins to act erratically (creating a social, emotional or political problem) in case of excessive and intense information load (Toffler, 1971: 243). At the “Scientific Information Conference” organized by the Royal Society in 1948, information overload was addressed as a problem for the first time. At the conference, it was mentioned that this information load overwhelms people, that the big data created is difficult to control and poses a threat (Bawden and Robinson, 2009: 3-4). In his book “The Managing of Organization” in 1964, Bertram Gross included the concept of information overload (Gross, 1964; Akt., Kucur, 2022: 214). Then in his book “Future Shock” in 1970, Toffler also discussed the concept of “information overload” in the same way (Toffler, 1971). Hiltz and Turoff (1985) defined the concept of information overload as the process of information presented quickly to a person (Hiltz and Turoff, 1985: 682). Eppler and Mengis (2004: 273) defined this situation more as infobesity. Bawden and Robinson (2009) define information overload as a situation where beneficial information causes more harm than good. When we look at the common point of these definitions, it can be seen that they agree that too much accessible information will cause problems. Nowadays, with the diversification of social media tools and the increase in the number of social media users, infobesity has started to come to the fore in many areas (Maidullah and Sharma, 2019: 571). Today, 85% of the total population in our country is internet user; approximately 72 million people actively use social media (Digital, 2023). Considering the high rates, the power of the internet and social media can be understood more easily. While social networks meet people’s communication needs, they also enable individuals to share information more easily, quickly and cost-free. Users can create content as they wish in this virtual environment and share these contents instantly (Blossom, 2009: 26). Johnson (2015: 65) associates the emergence of infobesity with the easier Access to information. Bawden and Robinson (2009: 8) argue that infobesity actually existed in the past, but its intensity has increased today. In the past, accessing information was both expensive and difficult. Nowadays, this process has become much easier thanks to web 2.0 technologies. So much so that people receive notifications of information they are not looking for and answers they are not curious about. The use of information technologies for purposes other than their intended purpose further impasses this process. People’s relationship with information in this period can be explained with the following metaphor: “people are literally swimming in the ocean of information. However they remain afloat and refuse to go deeper into the ocean”. Therefore, while information increases numerically; it does not increase at the same rate in terms of quality (Ş. İşliyen, 2020: 253). In order to avoid being exposed to intense information bombardment in daily life, digital detox, filtering, blocking, etc. If methods are not used, people can easily get lost in this information chaos (Svantesson, 2013: 260). In other words, due to infobesity, users have difficulty distinguishing between information that will be useful to them and information that is not useful for them, they have difficulty in accessing the information they actually want to obtain, and they doubt how much the information obtained meets their needs (Özdemir and Gülseçen, 2015: 343; Ersöz and Kahraman, 2020: 433). At the end of the process, this situation leads to people experiencing brain fog and becoming insensitive to many events (Eşitti, 2015: 83). Therefore, it is of vital importance to take precautions against the destructive effects of infobesity.

Methodology

Since this study aimed to examine in detail previous research on the subject of infobesity, the systematic review method was used. In this research: a.Both researchers carried out the scanning phase together. b.The studies included in the review include studies published in Dergipark and Goodle Scholar. c.Studies without open access were not included in the research. d.Full texts of the studies included in the compilation can be accessed. Studies prepared in English and Turkish were included in the scope of the review. Since there is no thesis prepared on the subject of infobesity yet, thesis sources are not included. The concept of infobesity was typed into the search engine of Dergipark and Google Scholar databases and 27 studies were found. Apart from these sources, 1 study was identified. When repetitive studies were excluded in the second stage, 27 studies were included in the review. 11 studies that were considering irrelevant during the detailed review phase were not included in the review. In the final stage, 15 titles were included in the scope of studies to be included in the systematic review. To ensure internal validity within the scope of the research, the expert review technique recommended by Merriam (2018: 210) was used. With this technique, the research data were reviewed by two experts other than the researchers and the suitability of the findings was checked. To ensure reliability, auditing technique was used. An independent reader followed the method and technique used in the research and confirmed the findings of the study (Lincoln and Guba, 2010). In addition to the auditing technique, a research diary was kept throughout the process to ensure reliability.

Results and Conclusions

When we look at the descriptive and methodological results of the studies examined in the systematic review, it is seen that most of the studies consist of research articles. While the issue of infobesity was not discussed at all in 2015 and 2016; it is noteworthy that this issue will begin to be addressed more intensively in 2021 and 2022. Almost all of the studies on infobesity were conducted in the field of social sciences and mostly quantitative research design was preferred. Finally, the variables most associated with infobesity were digitalization and decision-making processes. In the findings obtained as a result of the research, it was seen that with digitalization, individuals' techno-information-oriented life and uncontrolled use of technological devices caused infobesity. It has been observed that the excessive information flow that individuals are exposed to during the day causes physical and mostly psychological problems. Individuals exposed to infobesity have increased levels of social fatigue along with anxiety, stress and overstimulation. For this reason, individuals who are exposed to intense infobesity experience difficulties in time management, are burdened with negative emotions, and begin to have difficulty in communicating effectively. At the same time, it has been understood that infobesity negatively affects family, work and social life, which are the basic of life. Some suggestions that can be given in the light of the findings are as follows: In order to facilitate access to accurate and reliable information for vulnerable individuals exposed to infophobia, state-supported programs can be created and courses, seminars or projects explaining "Basic of Access to Accurate Information" can be held. In order to reduce the negative effects of infophobia in the world, the importance of increasing the level of digital literacy can be added to the global development goals. In order to avoid being exposed to infophobia, programs, advertisements and posters can be put into action to reduce the addiction caused by excessive use of technological devices. Software programs can be developed where individuals will receive notifications only about the activities that are at the center of their lives. More in-depth research can be conducted on stress and time management issues in the digital age to reduce the destructive effects of infobattle. Special time periods can be created at homes and schools for digital detox. In this way, awareness can be raised among the society about the destructive effects of infobesity.

1. GİRİŞ

Tarih boyunca bilgiler farklı biçimlerde kayıt altına alınmaya çalışılmıştır. Bazen taşlara yazılmış, bazen kumaşlara bazen de taşlara kazınmıştır. Bu durum, bize (her dönem kendi içinde farklılık gösterse de) yazının icadıyla beraber kayıt tutmanın da başladığını göstermiştir. Günümüzde bilginin kayıt altına alınması devam etmektedir. Artık yazıdan ziyade dijital araçlar ve ortamlar tercih edilmektedir. 2007 yılında 161 milyar GB dijital içerik üretilmesi, dijital araçların bize kazandırdığı hızı gözler önüne sermektedir. 161 milyon gigabayt, şu zamana kadar yazılan kitaplarda yer alan bilginin üç milyon katı büyüklüğündedir (Palfrey ve Gasser, 2017: 165).

Şimdiye kadar kaleme alınan kitapların hacmi ne kadar büyük olsa da, bugün bir ay içinde internete yüklenen dijital içeriğin miktarından daha fazla değildir. Bu durum bilgi paylaşımının artışıyla ortaya koyan en çarpıcı örneklerden birisidir (Chatfield, 2013: 26). Yarım asırdan uzun bir süre boyunca üretilen bilgiler matbaa yoluyla iletilmekteydi. Fakat günümüzde bilgi artışıyla birlikte bilgi iletim şekilleri de değişmiştir (Twenge, 2018: 105). Web 2.0 teknolojileri, sosyal medya siteleri, arama motorları, bloglar ve forumlar gibi yeni araçlar sayesinde kullanıcılar daha hızlı, hatasız ve kolay bir biçimde bilgi alış-verişinde bulunabilmektedir. Bu değişim de şüphe yok ki bilgi iletiminde hayatımızdaki en önemli dönemeçlerden birini oluşturmaktadır.

İnternetin günlük yaşamın birçok alanına nüfuz etmesiyle birlikte kullanıcılar, her gün gelen bildirimlere, reklamlara, güncellemelere vb. bilgi bombardımanına maruz kalmaktadır. Bilgiye erişim kaynaklarının artmasıyla yaşanan bilgi kirliliği ve aşırı bilgi yüklemesi infobezite kavramını doğurmuştur. Bu kadar bilgiyi anlamaya çalışan insan beyni, doğru ve yanlış ayırt etmekte zorlanmakta, bu da stres yaşamasına yol açmaktadır. Günbegün artan bu bilgi, yaşanan fiziksel ve zihinsel rahatsızlıklara sebep olmakta, bu durum da infobezite olarak adlandırılmaktadır. Yeni medya araçları (arama motorları, sosyal medya siteleri, bloglar, forumlar vb.) sayesinde kullanıcılar, saniyeler içinde milyonlarca bilgiyle karşılaşmaktadır. Buralarda yayınlanan içerikler çoğunlukla “anonim” tarzda olduğu için yanlış, çarpıtılmış ve uydurma bilgilerle karşılaşılma olasılığı yüksek olmaktadır. Bundan dolayı günümüzde kullanıcıların doğru bilgiye erişmek için daha büyük çaba sarf etmesi gerekmektedir. “Datada boğuluyoruz fakat bilgiye açız” sözüyle Naisbitt (1982: 17) bu durumun vahametini ortaya koymaktadır.

Yapılan literatür taraması sonucunda, infobezite konusuyla ilgili araştırmaları bütüncül bir şekilde sistematik derleme yöntemiyle bir araya getiren herhangi bir çalışma bulunamamıştır. Infobezite ile ilgili Türkçe ve İngilizce alan yazında yapılan çalışmalar ile birlikte konu hakkında oluşan bilgi birikim düzeyinin belirlenmesi, genel eğilimlerin ortaya çıkarılabilmesi, konunun zaman içinde geçirdiği dönüşümlerin belirlenmesi ve önceki araştırmaların sonuçlarının özet şeklinde verilebilmesi amacıyla bu çalışma yapılmıştır. Yapılan bu çalışmayla birlikte infobezite konusunda yapılan araştırmalar arasındaki benzerliklerin ve farklılıkların ele alınmasının olanaklı hale geleceği ve

kıyaslama yapılabilmesine imkân vereceği düşünülmektedir. Ayrıca infobezite konusunda araştırma yapan kişilerin alandaki boşlukları tespit etmelerine yardımcı olabilecektir ve sınırlı sayıda çalışılan infobezite konusuna dikkat çekmesi yönünden yarar sağlayacaktır.

2. LİTERATÜR TARAMASI

Yeni iletişim teknolojilerinin kullanımının artmasıyla birlikte internete yüklenen veriler kontrolsüz bir biçimde kullanıma sunulmaktadır. İnfobezite kavramı, İngilizce’de kullanılan “information” ve “obesity” kelimelerinin bir araya gelmesiyle oluşmuştur. Zamanla “fazla bilgi yükü” ve “aşırı bilgi fazlalığı” gibi kavramlarla birleştirilerek araştırmalara devam edilmiştir (Tuncer ve Levendeli, 2023: 494). “Future Stock” adlı kitabında Alvin Toffler, ilk defa aşırı bilgi yüklemesinin insanı maruz bıraktığı dijital enformasyon yüküne dikkat çekmiştir. Toffler’ın tanımlamasına göre bu psikolojik bir hastalık kategorisindedir. Nasıl ki bedenimiz çevresel olarak yoğun bir baskı altına girdiğinde çöküyorsa, zihin de aynı bu şekilde aşırı ve yoğun bilgi yüklemesi durumunda düzensiz (sosyal, duygusal veya politik bir sorun yaratarak) hareket etmeye başlamaktadır. (Toffler, 1971: 243).

1948 yılında Royal Society tarafından düzenlenen “Bilimsel Bilgi Konferansı”nda ilk kez aşırı bilgi yüklemesi bir sorun olarak ele alınmıştır. Konferansta bu bilgi yükünün insanları bunaltmasından, oluşan büyük verilerin kontrol edilmesinin güçlüğünden ve tehdit oluşturmasından bahsedilmiştir (Bawden ve Robinson, 2009: 3-4). 1964 yılında “The Managing of Organization” kitabında Bertham Gross aşırı bilgi yüklemesi kavramına yer vermiştir (Gross, 1964; Akt., Kucur, 2022: 214). Ardından 1970 yılında “Future Shock” adlı kitabında Toffler’de aynı şekilde “information overload” kavramını ele almıştır (Toffler, 1971). Hiltz ve Turoff (1985) “information overload” olarak geçen aşırı bilgi yükü kavramını, bir kişi için hızlı bir şekilde sunulan enformasyon süreci olarak tanımlamıştır (Hiltz ve Turoff, 1985: 682). Eppler ve Mengis (2004: 273) ise bu durumu daha çok infobezite olarak tanımlamıştır. Bawden ve Robinson (2009) aşırı bilgi yüklemesini, fayda verecek bilginin yarardan çok zarar vermesi hali olarak tanımlamaktadır. Yapılan bu tanımlamaların ortak noktasına bakıldığında, ulaşılabilir bilginin fazla olmasının sıkıntı yaratacağı konusunda hemfikir oldukları görülmektedir.

Günümüzde insan sayısının üzerinde cep telefonu olduğu düşünülmektedir. Bu da akıllı cihazların hayatımızdaki önemini gözler önünde sermektedir (Goodman, 2016: 91). Öyle ki artık insanlar uyanır uyanmaz ilk olarak telefona bakmakta ve maillerini kontrol ederek güne başlamaktadırlar. Bu haliyle akıllı telefonlar insanların bir uzvu gibi olmuş durumdadır. Akıllı telefon kullanımına bir de tablet, bilgisayar, televizyon gibi diğer medya araçlarını da kattığımız zaman insanların çevrim içi geçirdikleri süre giderek artmaktadır. İnsanların uyanık kalma süreleri göz önüne alındığında çevrim içi geçirilen sürenin hayatımızda ne kadar büyük bir zaman dilimini kapladığı daha rahat anlaşılabilir (Chatfield, 2013: 35). İnsanlar gün içinde çevrimiçi geçirdikleri süre boyunca inanılmaz bir bilgi bombardımanıya karşı karşıya kalmaktadırlar. Dünya genelindeki tüm dijital verileri yıl yıl ortaya koyan “We Are Social Dijital 2024” raporuna göre, internette geçirilen süre artarken;

buunun çoğunu sosyal medya platformları oluşturmaktadır. 2024 yılında Türkiye, toplam nüfusa oranla interneti benimseme bakımından %86,5'le dünya sıralamasında 36. sırada yerini almaktadır. İnternette geçirilen süreye bakıldığında ise, 6 saat 57 dakikayla dünya sıralamasında 20. sırada yerini almaktadır. Bu oran dünya ortalamasının 17 dakika üzerindedir. Türkiye'deki sosyal medya kullanıcıları ise, günde 2 saat 44 dakikasını sosyal medya kullanarak geçirmektedir. Yaş aralığına bakıldığında en yoğun kullanımın 16-24 yaş aralığında olduğu dikkat çekmektedir (Digital 2024 Global Overview Report).

“The Information Diet” adlı çalışmasında Johnson (2015) kullanıcıların bilinçsizce tükettikleri bilgilerin sonunda bilgi obezliğine yol açacağını ileri sürmüştür. Günümüzde sosyal medya araçlarının çeşitlilik kazanmasıyla ve sosyal medya kullanıcılarının sayısının artmasıyla, infobezite pek çok alanda gündeme gelmeye başlamıştır (Maidullah ve Sharma, 2019: 571). Bugün ülkemizde toplam nüfusun %85'i internet kullanıcısıyken; yaklaşık 72 milyon kişiye sosyal medyayı aktif olarak kullanmaktadır (Digital, 2023). Bu oranların yüksekliği göz önüne alındığında internetin ve sosyal medyanın gücü daha rahat anlaşılmaktadır. Sosyal ağlar, insanların iletişim ihtiyaçlarını karşılarken, aynı zamanda bireylerin bilgi paylaşımını da daha kolay, hızlı ve maliyetsiz gerçekleştirebilmelerine olanak sağlamaktadır. Kullanıcılar bu sanal ortamda içerikleri istedikleri gibi oluşturabilmekte ve bu içerikleri anlık olarak paylaşabilmektedir (Blossom, 2009: 26). Yoğun enformasyon akışının olduğu (afet ve kriz anları gibi) dönemlerde ise insanlar daha çok sosyal medya aracılığıyla bilgiye erişim sağlama çabasına girdiklerinden dolayı bu dönemlerde infobezite katlanarak artmaktadır. Bu da doğru ve yanlış bilgiyi ayırt etmeyi zorlaştırmaktadır (Koçyiğit, 2024: 72).

Johnson (2015: 65) infobezitenin ortaya çıkışını bilgiye erişimin kolaylaşması ile ilişkilendirmektedir. Bawden ve Robinson (2009: 8) ise aslında geçmiş dönemlerde de infobezitenin var olduğunu sadece günümüzde infobezitenin yoğunluğunun arttığını savunmaktadır. Geçmiş dönemlerde enformasyona erişmek hem pahalı hem de zor iken; günümüzde web 2.0 teknolojileri sayesinde bu süreç oldukça kolaylaşmış durumdadır. Öyle ki kişilerin aramadıkları bilgiler, merak etmedikleri cevaplar önlerine bildirim olarak düşmektedir. Bilgi teknolojilerinin amacı dışında kullanılması bu süreci daha da çıkmaza sokmaktadır. 1990 yılında dünyada her gün binin üzerinde kitap basılmıştır. Yapılan yayın başına otuz dakika okuma süresi ayrılrsa bile bu kaynakların tamamını okumanın iki yüz bin yıldan fazla zaman alacağı düşünülmektedir (Bawden ve Robinson, 2009: 5). 2024 yılına bakıldığında ise bu durum bize 2023 ile kıyaslama yapamayacak kadar farklı bir tablo sunmaktadır.

Yaşanan teknolojik gelişmelerle birlikte internet bağlantısı olan araçlara kolayca ulaşılabilmektedir. Bu durum, ihtiyacımız dışında karşımıza çıkan bilgilere maruz kalma oranını artırmaktadır. Aradığı bilgi karşısında kullanıcıyı sınırsız bilgi deniziyle baş başa bırakan internet teknolojisi (bloglar, haber portalları, wikiler, dijital ansiklopediler, sosyal medya platformları vb.) insanı yoğun bilgi yüküyle karşı karşıya getirmektedir. Tüm bu karmaşaya rağmen kullanıcıların, bilginin doğruluğundan şüphe etmesine rağmen ilk olarak arama motorlarına yöneldikleri saptanmıştır (B.

Kucur, 2022: 216). Kwanya büyük verinin kontrolsüz bir biçimde kullanıcıya sunulmasının infobeziteye sebep olduğunu söylemektedir (Awuor vd., 2007: 278). Carpenter (2011: 382), kullanıcıya her şeyin özet halinde sunulmasını ve hap bilgiye ulaşılmaya çalışılmasını eleştirmektedir. Pandita (2014: 52) ise yaşanan bu olumsuz durumların internet ortamının yapısında olduğunu söylemektedir. Bilgi kaynaklarının yapılandırılmaması, düzensiz bilginin varlığı, istenmeyen bilgilerin sunulması ve gerçek dışı bilgileri kontrol edecek bir devrenin işleyişte olmaması buna zemin hazırlamaktadır, demektedir.

Hızlı olma gerekliliğinin sürekli olarak vurgulandığı 21. Yüzyılda her şey inanılmaz bir hızla başlamakta, ilerlemekte ve engellenemez bir biçimde kısa sürede akışta gözden kaybolmaktadır. Bu dönemde insanların bilgiyle olan ilişkisi şu meteforla açıklanabilir: “İnsanlar adeta bilgi okyanusunda yüzmektedirler. Ancak suyun yüzünde kalarak, okyanusun derinliklerine inmeyi reddetmektedirler”. Bu yüzden bilgi sayısal olarak artarken; nitelik olarak aynı oranda artmamaktadır (Ş. İşliyen, 2020: 253). Sayfa sayısı ve içeriği yoğun olan klasik eserlerin tek bir sayfayla özetlenmesi, Dünya’da yaşanan pek çok önemli olayın bir dakika içinde sunulması, iki saatlik filmlerin birkaç dakikaya düşürülerek anlatılmaya çalışılması vb. bu metaforu anlatabilecek örneklerdir. Bu yaşananlar geçmişten günümüze değişen dijital dönüşümlerden bazılarıdır. İnsanların azalan odaklanma sürelerinden ve gündemi kaçırmaya korkularından dolayı günümüz medya araçları bilgiyi servis ederken olabildiğince kısa haliyle vermeye çalışmaktadır (Carr, 2012: 120).

İnternet yalnızca bilgisayar ekranıyla sınırlı kalmayarak, beraberinde tüm medya araçlarını değişime zorlamıştır. Buna bağlı olarak gazete satışları neredeyse bitmeye yüz tutmuş olup, bunun yerine web üzerinde yer alan gazete manşetlerinin takibi artmıştır. Kitap sayfalarının yerini Google Book Search ve Amazon.com gibi platformlar aracılığıyla ekranlar almaya başlamıştır. Yine fiziki kitap okumaları yerini yavaş yavaş podcast’lere bırakmaya başlamıştır. Piyasaya sürülen albümlerin içindeki şarkılar parçalanıp Youtube aracılığıyla insanlara ulaşmaktadır. Tüm bunlar içerik düzenlemesinin dijitalleşmeyle beraber yeniden dönüşümüne birer örnektir (Carr, 2012: 121). Postman (2013: 71) dijitalleşmeyle artan bu bilgi bolluğunu “peek-a-boo” olarak adlandırmaktadır. Türkçe’ye “cee-ee” olarak çevrilen bu benzetmedeki amaç, birçok bilginin birkaç dakikalığına görünüp sonra akış içinde tamamen gözden kaybolmasını anlatmak içindir. Postman’a göre teknolojik olarak ilerleme kaydetme fikri, insanlığın ilerlemesinin önüne geçmiş durumdadır. Dönüşen ve değişen dünyada kültürler, bilgi furçasına kapılarak kontrolden çıkmış ve kendilerini bilgiyle tüketir hale gelmişlerdir. Yaşanılan infobeziteyi Johnson’da (2013: 95) benzer bir şekilde “cehalet salgını” olarak yorumlamaktadır.

Günlük yaşamda yoğun bilgi bombardımanına maruz kalmamak için dijital detoks, filtreleme, engelleme vb. yöntemlere başvurulmazsa insanlar bu bilgi kaosunun içinde kolaylıkla kaybolabilmektedir (Svantesson, 2013: 260). Diğer bir deyişle, kullanıcılar infobezite yüzünden işlerine yarayacak olan bilgiyle, işlerine yaramayan bilgiyi ayırt etmekte zorlanmakta, asıl elde etmek istedikleri bilgiye ulaşmada zorluk yaşamakta ve elde edilen bilginin ihtiyacı ne kadar giderdiğinden de şüphe

duymaktadırlar (Özdemir ve Gülseçen, 2015:343; Ersöz ve Kahraman, 2020: 433). Yaşanılan bu durum sürecin sonunda kişilerin beyin sisi yaşamasına ve pek çok olaya karşı duyarsızlaşmasına kadar gitmektedir (Eşitti, 2015: 83). Bu yüzden infobezitenin yıkıcı etkilerine karşı önlem alınması son derece hayati bir öneme sahiptir.

3. YÖNTEM

Bu çalışmada infobezite konusuyla ilgili önceden yapılan araştırmaların detaylı incelemesi amaçlandığından, sistematik derleme yöntemine başvurulmuştur. “Sistematik derleme, alanında uzman kişiler tarafından elde edilebilir en iyi araştırma kanıtını belirlemek için benzer yöntemler ile yapılmış çok sayıda araştırmanın yapılandırılmış ve kapsamlı bir sentezidir” (Karaçam, 2013: 26). Sistematik bir derleme çalışması yedi adımdan meydana gelmektedir (Higgins ve Green, 2011; Grimshaw vd., 2003; Hemingway ve Brereton, 2009):

1. Araştırma sorusunun çerçevesini belirleme
2. Bilgi için tarama yapma
3. Kanıt kalitesini değerlendirme ve analiz
4. Kanıtın sunumu ve özetlenmesi
5. Kanıtın tartışması
6. Sistematik derlemenin sunumu (PRISMA)
7. Dış hakemler ve yayınlama

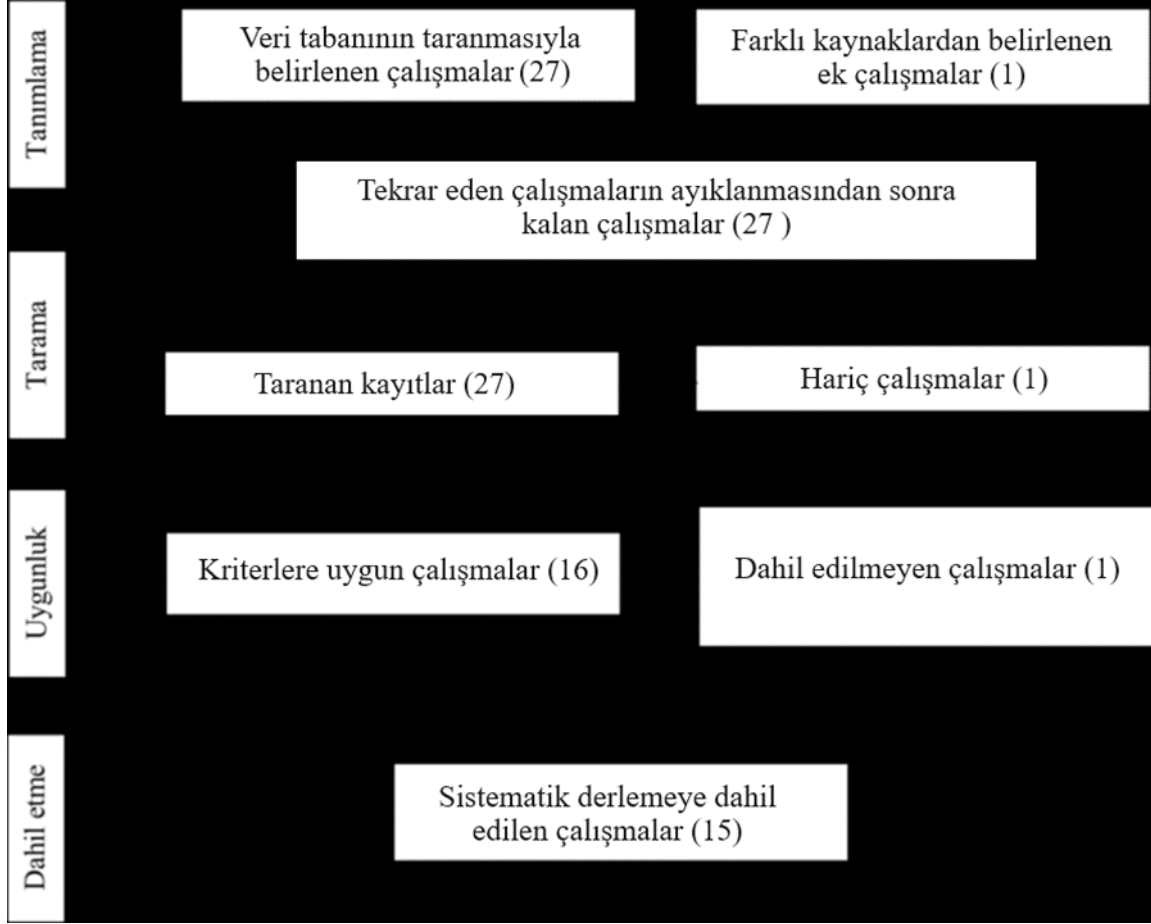
3.1. Verilerin Taranması Süreci

Sistematik derleme, belirlenen bir soruya çözüm sunmak için o alanda yayınlanmış çalışmaların kapsamlı bir şekilde taranarak, araştırmaların kalitesini değerlendirmek için çeşitli dışlama ve dahil etme unsurları kullanarak derlemeye dahil olan araştırmalarda yer alan bulguların sentezlenmesidir (Burns ve Grove, 2007; Higgins ve Green, 2011). Bu nedenle yapılan bu araştırmada:

- Tarama aşamasını her iki araştırmacı, birlikte gerçekleştirmiştir.
- Derlemeye dahil olan araştırmalar, Dergipark ve Google Scholar’da yayınlanan çalışmalarını kapsamaktadır.
- Açık erişimi olmayan çalışmalar, araştırmaya dahil edilmemiştir.
- Derlemeye dahil edilen çalışmaların tam metinlerine ulaşılabilmektedir.

Çalışma grubuna dahil edilen veri setine ulaşmak için PRISMA (The Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis) standardına uygun olarak izlenen adımlar Şekil 1’de gösterilmiştir.

Şekil 3. Sistematik Derleme İçin PRISMA Akış Şeması



İnceleme kapsamına İngilizce ve Türkçe dilinde hazırlanmış çalışmalar dahil edilmiştir. İnfobezite konusunda henüz hazırlanmış bir tez olmadığı için tez kaynakları dahil edilmemiştir. Dergipark ve Google Scholar veritabanının arama motoruna infobezite (infobesity) kavramı yazılarak tarama yapılmış ve 27 çalışmaya ulaşılmıştır. Bu kaynakların dışında 1 çalışma tespit edilmiştir. İkinci aşamada tekrarlayan çalışmalar çıkarıldığında 27 çalışma derlemeye alınmıştır. Ayrıntılı inceleme aşamasında konu dışında olduğu düşünülen 11 çalışma derlemeye dahil edilmemiştir. Son aşamada ise sistematik derlemeye alınacak çalışmalar kapsamına 15 başlık dahil edilmiştir.

3.2. Verilerin Analizi

Çalışma kapsamında her iki araştırmacı da bir araştırma günlüğü tutmuştur. Araştırma günlüklerine araştırmanın süreci ile ilgili detaylı bilgiler yazılmıştır. Sistematik derlemeye dahil edilen çalışmaları analiz edebilmek için çalışmanın amaçlarına uygun olarak ayrıca bir veri toplama formu oluşturulmuştur. Bu formda araştırma kapsamında belirlenen çalışma soruları yer almaktadır. Çalışmanın temel sorusu şöyledir: İnfobezite konusu nasıl ele alınmaktadır? Oluşturulan bu temel problem cümlesiyle birlikte ele alınan diğer alt problemler ise şu şekildedir:

1. Araştırmaya dahil edilen çalışmaların genel betimsel özellikleri nelerdir?

- Çalışmanın türü nedir?
- Yayın yılı nedir?
- Hangi dergide yayınlanmıştır?
- Yayınlanan dergi hangi kategoride yer almaktadır?

2. Araştırmaya dahil edilen çalışmaların metodolojik eğilimleri nasıldır?

- Araştırma problemi nedir?
- Araştırma desenleri nelerdir?
- Veri toplama araçları nelerdir?
- Veri analiz yöntemleri nelerdir?
- Örneklem grubu ve boyutu nedir?
- İnfobezite ile hangi değişkenler araştırılmıştır?

3. Araştırmaya dahil edilen çalışmaların sonuçları nelerdir?

- Çalışmaların öne çıkan sonuçları nelerdir?
- Çalışmaların önerileri nelerdir?

Araştırma kapsamında derlemeye dahil edilen çalışmalar, yukarıda belirlenen sorular çerçevesinde analiz edilmiştir. Analiz sonucunda her iki araştırmacının elde ettiği veriler karşılıklı olarak incelenmiş ve ortak kabul alan veriler tablo ve grafik görselleri aracılığıyla sunulmuştur.

3.3. Geçerlik ve Güvenilirlik

Araştırma kapsamında iç geçerliği sağlamak için Merriam'ın (2018: 210) önerdiği uzman incelemesi tekniğine başvurulmuştur. Bu teknik ile araştırma verileri araştırmacıların dışında iki uzman³ tarafından gözden geçirilerek bulguların uygunluğu denetlenmiştir. Güvenirliği sağlamak için ise denetleme tekniği kullanılmıştır. Bağımsız bir okuyucu araştırmada kullanılan yöntemi ve tekniği takip etmiş, çalışmanın bulgularını doğrulamıştır (Lincoln ve Guba, 2010). Güvenirliği sağlamak için denetleme tekniğine ek olarak süreç boyunca araştırma günlüğü tutulmuştur. Bu günlüklere araştırmayla ilgili bilgiler ve detaylar not alınmıştır (Merriam, 2018: 214).

³ Çalışmaya katkı sunan uzmanlar: Dr. Öğr. Üyesi Ömer Faruk OKTAR ve Dr. Öğr. Üyesi Mehmet KAHRAMAN'dır.

3.4. Araştırmaya Dahil Edilen Çalışmalar

Sistematiik derlemeye dahil edilen çalışmalar Tablo1 'de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya Dahil Edilen Çalışmalar Tablosu

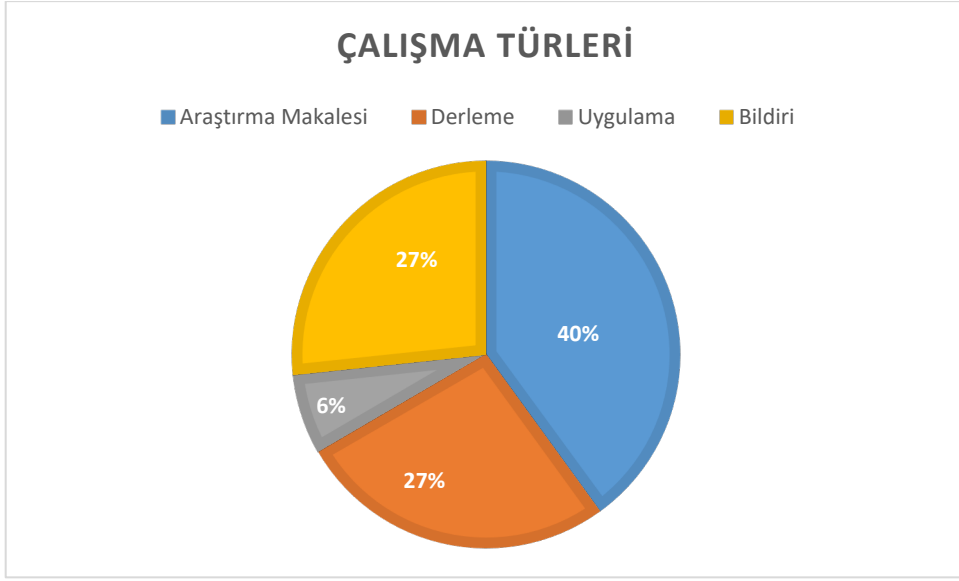
| | Araştırmaya Dahil Edilen Çalışmalar |
|-----|---|
| A1 | Dijital Çağda Bilginin Değişen Niteliği ve İnfobezite: Z Kuşağı Üzerine Bir Odak Grup Çalışması |
| A2 | Bilişim Çağında Bilginin Değişen Yüzü: İnfobezite Üzerine Kavramsal Bir İnceleme |
| A3 | Sanayi Devrimi'nden Endüstri 4.0'a: Dijitalleşme ve Dijital Dünyada Dinin Statüsü |
| A4 | İnfobezite: X ve Y Kuşaklarına Yönelik Bir Araştırma |
| A5 | Bağ(ım)lı Bireyden Yorgun Bireye: Dijital İletişim Çağında Sosyal Ağ Yorgunluğu |
| A6 | Afet ve Kriz Dönemlerinde Bireylerin Sosyal Medya Kullanım Pratikleri ve İnfobezite: Kahramanmaraş Depremi Örneği |
| A7 | Zaria, Ahmadu Bello Üniversitesi Akademik Personeli ve Lisansüstü Öğrencileri Arasında İnfobezite |
| A8 | Sağlık ve Esenlik İçin İçerik Küratörlüğü: Doktorlar ve Hastalar İçin "İnfobezite "den Kurtulmanın Bir Yolu |
| A9 | Bilgi Obezitesi ve Sahte Haberler Dünyasında Bilgi Şampiyonları Olarak Kütüphaneciler |
| A10 | İnfobezite Çağında Karar Verme: Cinsiyet ve Psikolojik Eğilimlerin Etkileşimi Üzerine Bir Araştırma |
| A11 | İnfobezitenin Tangaza Üniversitesi'ndeki Lisans Öğrencilerinin Bilgi Arama Davranışları Üzerindeki Etkisi |
| A12 | Dijital Platformlar ve İnfobezite: Bir Araştırma Gündemi |
| A13 | Teknoloji Kullanımı Bilgi Obezitesini Nasıl Artırıyor? ERP Sistemlerine Derinlemesine Bir Bakış |
| A14 | Çok Fazla Aşçı Çorabayı Bozar: Covid-19 Sürecinde Çok Kültürlü Firmalarda Bilgi Obezitesi |
| A15 | İnfobezitenin Kökenlerini Çözmek: Sıklığın Yoğunluk Üzerindeki Etkisi |

4. BULGULAR

4.1. Çalışmaların Genel Betimsel Özellikleri

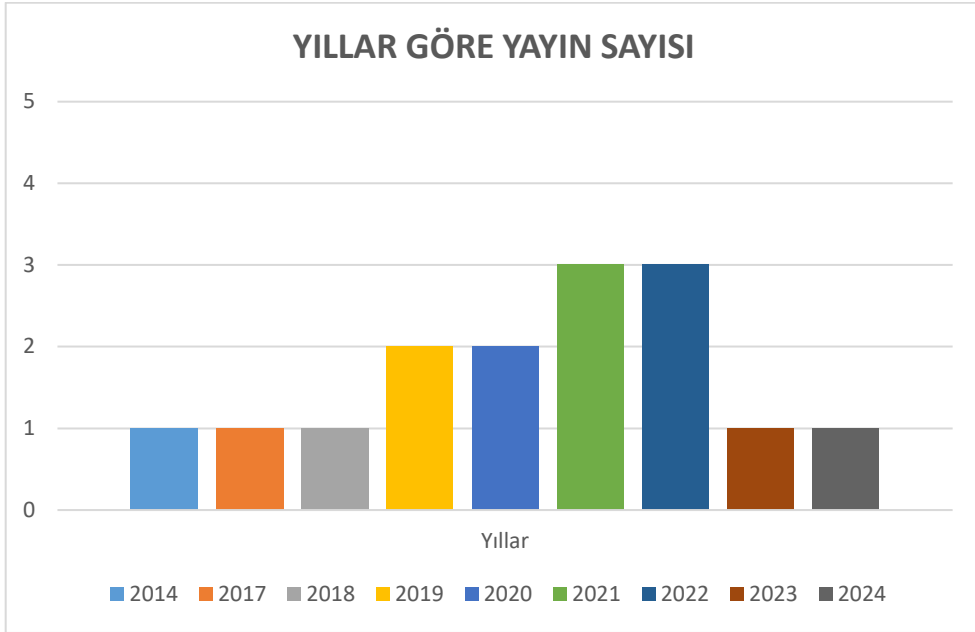
Genel betimsel özellikler kapsamında sistematiik derlemeye dahil edilen çalışmaların türleri, yıllara göre yayın sayısı, hangi dergide yayınlandığı ve yer aldığı kategoriler verilmiştir.

Şekil 2. Çalışma Türleri



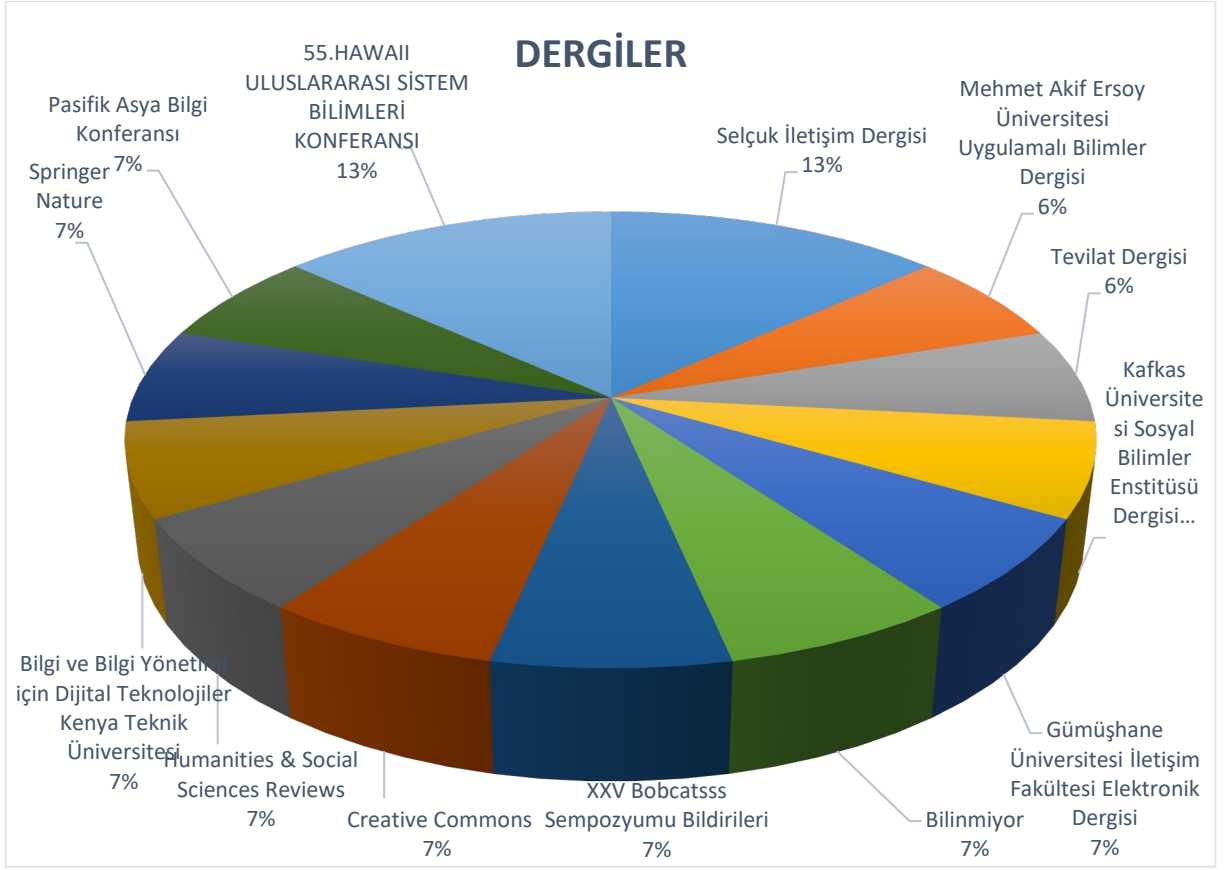
Pasta grafiğinden de görüldüğü üzere sistematik derlemeye konu olan çalışmaların çoğunluğunu araştırma makaleleri oluşturmaktadır. Derleme ve bildiri çalışmalarının sayısı eşittir. %6 ile en düşük çalışmayı uygulamalar oluşturmaktadır.

Şekil 3. Yayın Yılı



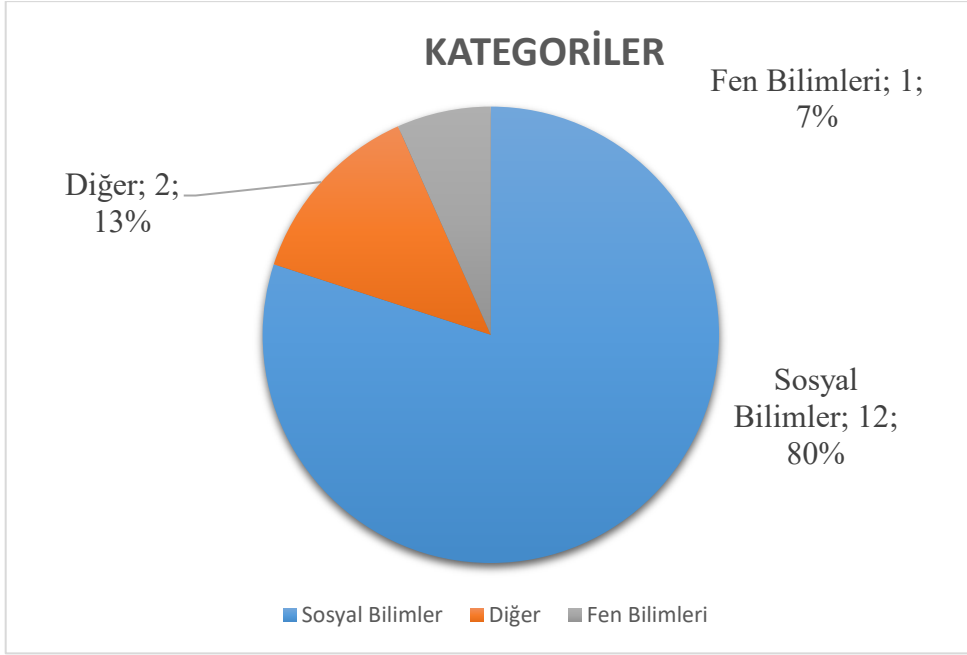
Çubuk grafiğinde yer alan verilere bakıldığında infobeziteyle ilgili en çok yayının 2021 ve 2022 yıllarında yapılmış olduğu görülmektedir. 2015 ve 2016 yıllarında ise infobeziteyle ilgili herhangi bir çalışma bulunmamaktadır.

Şekil 4. Yayınlandığı Dergi



Çalışmaların yayınlandıkları dergilere bakıldığında, %13 ile Selçuk İletişim Dergisi'nin ve 55. Hawaii Uluslararası Sistem Bilimleri Konferansı'nın olduğu dikkat çekmektedir.

Şekil 5. Çalışmanın Yer Aldığı Kategori



Pasta grafiğine bakıldığında çalışmaların yayınlandığı kategorilerin %80 ile en fazla sosyal bilimler alanı olduğu görülmektedir. En az yayın yapılan kategori ise %7 ile fen bilimleri olmuştur.

4.2. Çalışmaların Metodolojik Eğilimleri

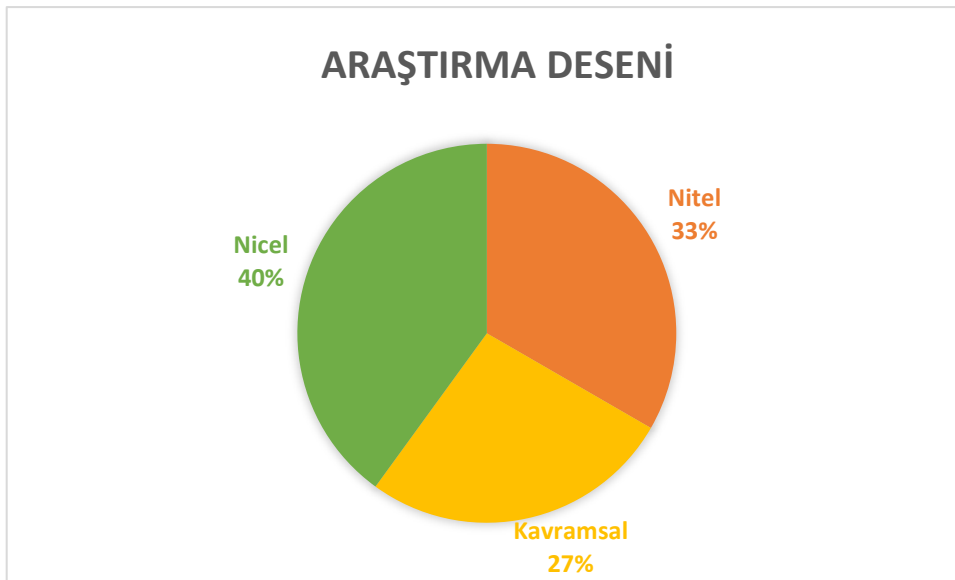
Metodolojik eğilimler kapsamında sistematik derlemeye dahil edilen çalışmaların araştırma problemlerine, araştırma desenine, veri toplama araçlarına, veri analiz yöntemlerine, örneklem boyutuna ve araştırılan değişkenlerin neler olduğuna yer verilmiştir.

Tablo 2. Araştırma Problemi Tablosu

| | Araştırma Problemleri |
|----|---|
| A1 | Dijitalleşmeye bağlı olarak bilginin internet çağındaki durumu irdelenmiştir. |
| A2 | İnfobezite kavramının derinlemesine incelenip, infobezite kavramı hakkında çeşitli görüşlere ve yapılmış araştırmalara yer vererek literatüre katkı sağlanmaya çalışılmıştır. |
| A3 | Dijital çağın ürünlerinin dinin anlaşılma biçimleri ve gerek bireysel gerekse toplumsal alanda dini yaşam pratikleri üzerindeki etkisinin ne olduğu ve ne gibi değişimleri beraberinde getirdiği sorularına cevap aranmıştır. |
| A4 | X ve Y kuşaklarının eriştiği bilgilerin doğruluğu ve güvenilirliği konusunda yaşadığı problemleri ve aşırı bilgi yükünün bu kuşak mensuplarına hissettirdikleri anlaşılmaya çalışılmıştır. |
| A5 | Dünyanın karşılıklı bağımlı ve bağlı olduğu bir dönemin zorunlu bir sonucu olarak artan sosyal ağ yorgunluğunu, temel kavramlar ve güncel bulgular ışığında irdelenmiştir. |

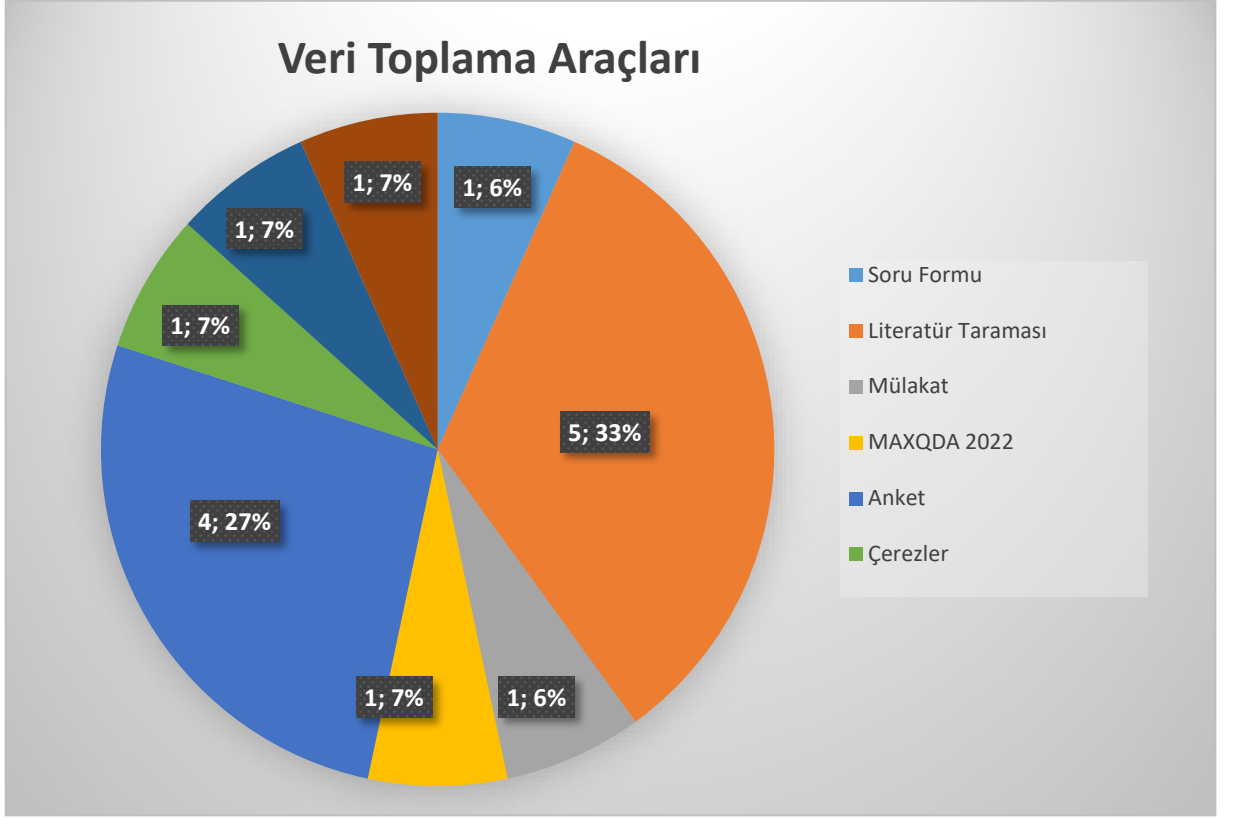
| | |
|-----|---|
| A6 | Kahramanmaraş depremleri özelinde bireylerin afet ve kriz dönemlerinde sosyal medya kullanım pratiklerinin belirlenmesi ve veri akışı süreçlerinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. |
| A7 | Zaria'daki Ahmadu Bello Üniversitesi'nin akademik personelini ve lisansüstü öğrencilerini etkileyen bilgi kaygısı kavramı çalışılmıştır. |
| A8 | Yükseköğretimde immünoloji, ilgili alanların öğretilmesi ve öğrenilmesi için Scoop.it kürasyon aracının kullanımı incelenmiştir. |
| A9 | Her bir katılımcının deneyimlerine dayanarak, kütüphanelerin erişimini ve etkilerini genişletmek için fikirlerin ve eylem noktalarının ortaya çıkmasını toplu olarak kolaylaştırmayı amaçlayan bir çalışma yapılmıştır. |
| A10 | Cinsiyete dayalı bilgi işleme ve psikolojik eğilimlerin, çevrimiçi karar verme sürecine etkisine bakılmıştır. |
| A11 | İnfobezitenin yaygınlığının kütüphane bilgi kullanımı üzerindeki etkisi araştırılmıştır. |
| A12 | Dijital platform stratejisi ve infobezitenin kesiştiği noktada bir araştırma gündemi oluşturulmuştur. |
| A13 | ERP sistemlerinin firma performansı üzerindeki olumlu etkisi geniş çapta araştırılmıştır. |
| A14 | Covid-19 sürecinde bilgi obezitesi nedeniyle çok kültürlülük ve firma performansı arasındaki ilişki üzerine bir çalışma yapılmıştır. |
| A15 | Kurumsal sistemlerden kaynaklanan bilgi obezitesinin yaşanma sıklığı ve derecesi arasındaki ilişki incelenmiştir. |

Şekil 6. Araştırma Deseni



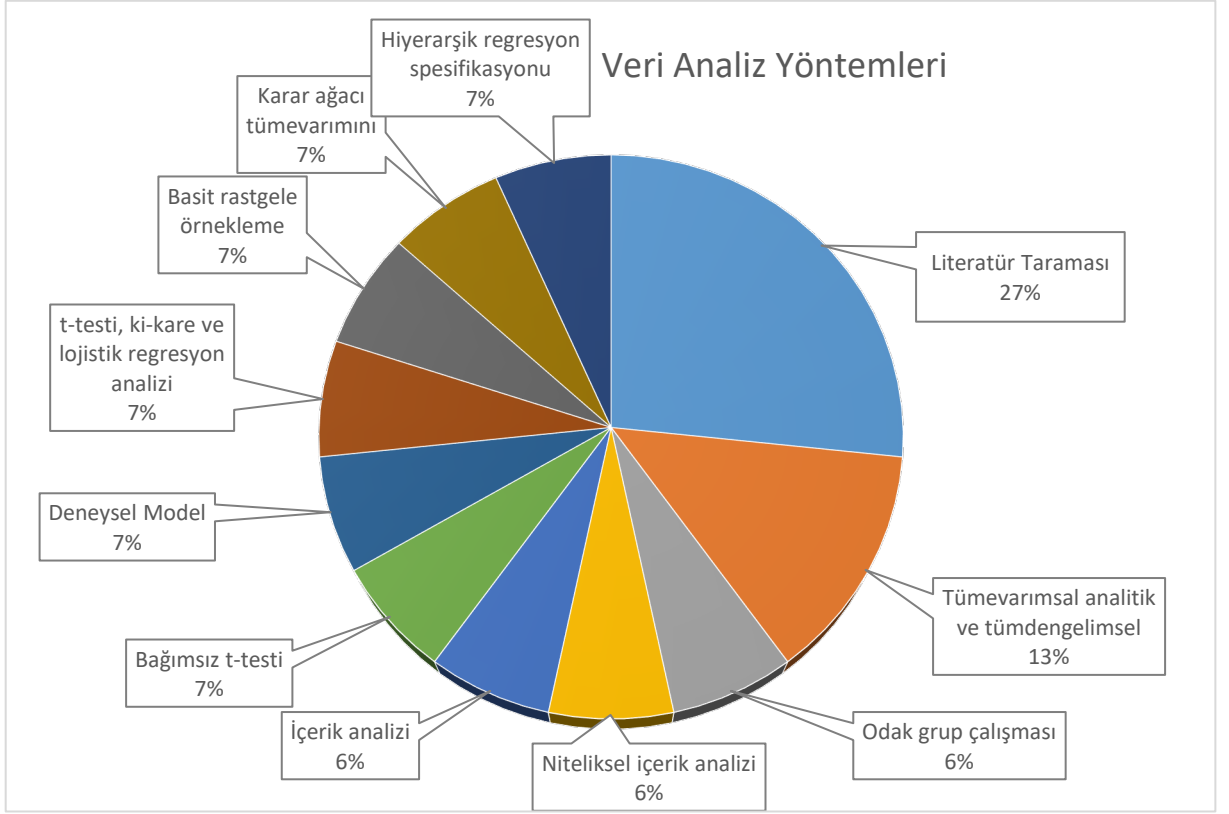
Pasta grafiğine bakıldığında çalışmaların çoğunu nicel araştırma deseninin oluşturduğu, bunu nitel araştırmaların takip ettiği ve en az çalışmanın ise kavramsal alanda yapıldığı görülmektedir.

Şekil 7. Veri Toplama Araçları



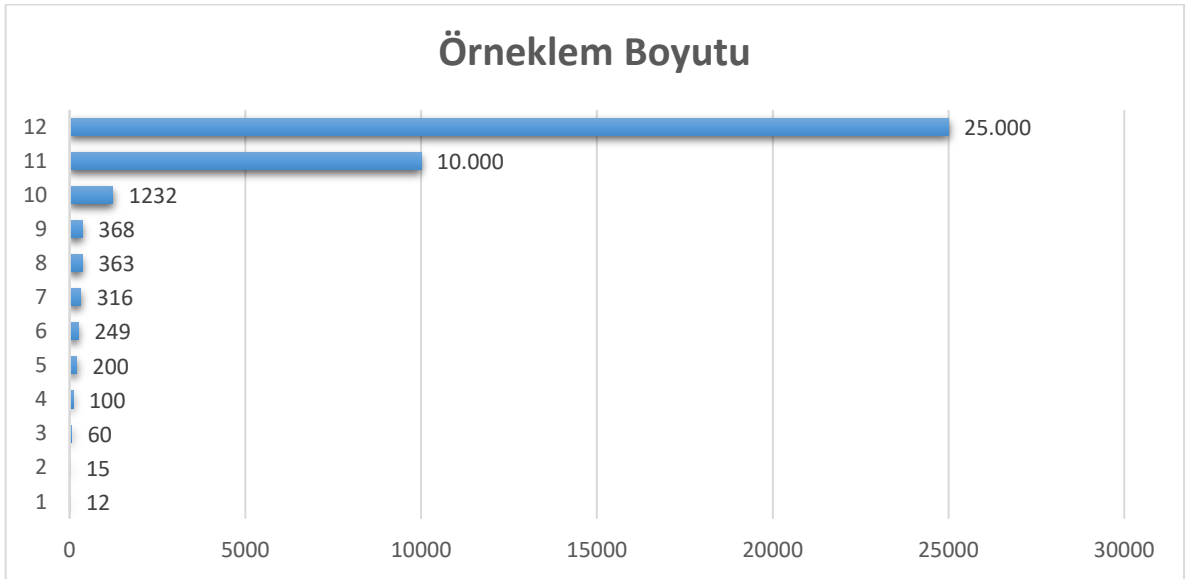
Veri toplama araçlarıyla ilgili grafiğe bakıldığında literatür taramasının çoğunluğu oluşturduğu, onu anket yönteminin takip ettiği ve kalan diğer yöntemlerinde aynı oranda kullanıldığı dikkat çekmektedir.

Şekil 8. Veri Analiz Yöntemleri



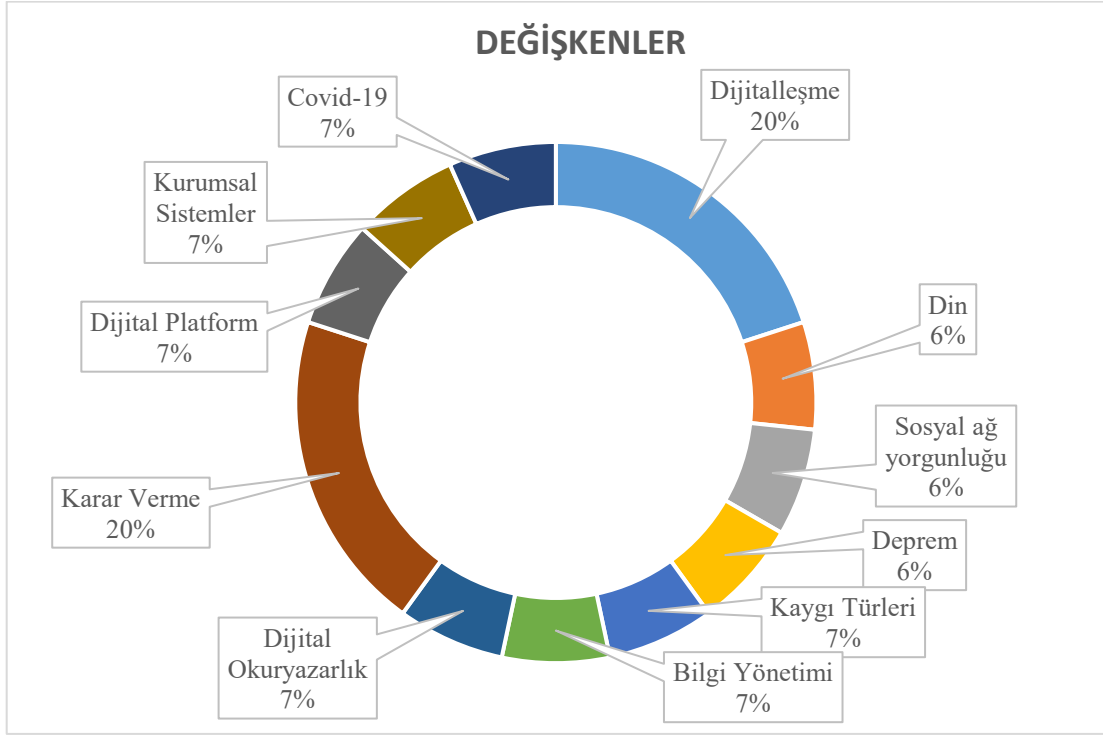
Veri analiz yöntemlerinden en çok literatür taraması, ardından tümevarımsal analitik ve tümdengelimsel analiz yöntemi kullanılmıştır. Odak grup çalışması ve içerik analizi ise en az tercih edilen veri analiz yöntemlerinden olmuştur.

Şekil 9. Örneklem Boyutu



Kişi bazında bakıldığında infobezite ile ilgili yapılan çalışmalar 12 - 1232 kişi arasında geniş bir yelpazeden oluşmaktadır. Veri olarak ise en az 10.00, en fazla 25.00 veri üzerinde çalışıldığı görülmektedir.

Şekil 10. İnfobezite İle Ele Alınan Değişkenler



Şekil 10'a bakıldığında infobezite ile en çok ele alınan değişkenin %20 ile dijitalleşme ve karar verme olduğu görülmektedir. En az ele alınan değişkenler ise %6 ile din, deprem ve sosyal ağ yorgunluğu olmuştur.

4.3. Çalışmaların Sonuç ve Önerileri

Sonuç ve öneriler kapsamında sistematik derlemeye dahil edilen çalışmaların öne çıkan sonuçlarına ve önerilere yer verilmiştir.

Tablo 3. Çalışmaların Öne Çıkan Sonuçları

| Değişken | Yayın Sayısı | İlişki Hk. Açıklama |
|----------------------|--------------|--|
| Dijitalleşme | 3 | Dijitalleşme infobeziteyi arttırmaktadır. |
| Karar Verme | 3 | İnfobezitenin karar verme süreçlerini olumsuz etkilemektedir. |
| Din | 1 | İnfobezitenin artması yeni dini formların ortaya çıkmasına neden olmuştur. |
| Sosyal ağ yorgunluğu | 1 | İnfobezitenin, sosyal ağ yorgunluğuna neden olduğu gözlemlenmiştir. |

| | | |
|----------------------|---|--|
| Deprem | 1 | Deprem gibi afet ve kriz dönemleri infobeziteye neden olmuştur. |
| Kaygı Türleri | 1 | İnfobezite kaygı türlerinin(12) bütününe etkisi olduğu görülmemiştir. |
| Bilgi Yönetimi | 1 | Bilgi yönetimi yapamamak infobeziteye sebep vermiştir. |
| Dijital Okuryazarlık | 1 | Dijital okuryazarlık arttıkça infobezitenin azaldığı gözlemlenmiştir. |
| Dijital Platform | 1 | Dijital platformlara katılımın yaygınlaşması, infobeziteye yol açmıştır. |
| Kurumsal Sistemler | 1 | Kurumsal Sistemler infobeziteye neden olmaktadır. |
| Covid-19 | 1 | Covid-19 infobeziteye yol açmıştır. |

Sistematik derlemeye alınan çalışmaların genel sonuçlarına bakıldığında, infobezitenin ilişkilendirildiği değişkenlerin hepsini etkilediği görülmektedir.

Tablo 4. Çalışmaların Öne Çıkan Önerileri

| Değişken | Öneri |
|----------------------|---|
| Dijitalleşme | Dijital okur-yazarlık eğitimi alınabilir. Bilgi ve zaman yönetimi konularında kişisel gelişim eğitimleri alınabilir. |
| Karar Verme | Psikoloji ve Yönetim alanındaki gelecek çalışmalarda infobezitenin etkisi dikkate alınabilir. Kapsamlı bilgi okuryazarlığı programları geliştirilebilir. İnsanlar geleneksel kaynaklardan gelen bilgilerin doğruluğunu nasıl değerlendirecekleri konusunda eğitim alabilir. Veri diyetine girilebilir. |
| Din | Mobil teknolojilerle gelen büyük dönüşümle başa çıkabilmek için küresel bir iş birliği ortamı yaratacak mekanizmaların kurulması gerektiği vurgulanmıştır. |
| Sosyal ağ yorgunluğu | Bu alanda daha fazla çalışma yapılarak durumun daha iyi anlaşılması önerilmiştir. |
| Deprem | Bu çalışmada bilgi obezliğinin deprem döneminde olduğu bulgusuna erişilmiş, fakat obezliğin topluma ve bireylere etkileri başka bir araştırma konusu olarak açık bırakılmıştır. Bu doğrultuda gelecek çalışmalarda afet ve kriz dönemlerinde infobezitenin toplumsal sonuçları ve insan davranışları üzerindeki etkileri yeni bir çalışma konusu olarak ortaya konulmuştur. |
| Kaygı Türleri | Kaygıyı azaltmak için filtreleme ve kişiselleştirme tekniklerinin kullanılması ve aşırı 'push' teknolojilerinden kaçınılması tavsiye edilmiştir. Web 2.0, esasen kullanıcıların neye ihtiyaç duyduklarını bulmak ve sonuçlarının kalitesini değerlendirmek için bir bilgi yönetimi aracıdır ve infobezite konusunda yardımcı olabileceği söylenmiştir. |
| Bilgi Yönetimi | Bilgi yönetimi için bazı kürasyon araçları kullanılabilir. |
| Dijital Okuryazarlık | İnsanların uzun süre boş vakit geçirdikleri alanlara, dijital okur-yazarlıklarını arttıracak açık erişim kütüphaneleri oluşturulabilir. |
| Dijital Platform | Dijital platformlarda infobezitenin belirleyicilerini ve infobezitenin platform performansı üzerindeki sonuçlarını keşfetmek için araştırmalar yapılabilir. İnfobezitenin müşterilerin karar verme süreçleri üzerindeki temel etkilerinin araştırılması önerilmiştir. |

| | |
|--------------------|--|
| Kurumsal Sistemler | Ekibin niteliğine ve teknoloji kullanım düzeylerine göre farklılık gösteren Kurumsal Sistemlerin kullanımına yönelik senaryo üretilebilir. |
| Covid-19 | Literatür akımında kayda değer ilerlemeler olmasına rağmen, bu konu hala yeni bir aşamadır, dolayısıyla bu alanda çalışmaya yönelebilir. |

Verilen önerilere bakıldığında doğru bilgiye ulaşabilmek için dijital okur-yazarlığın önemine dikkat çekildiği görülmektedir. İnfobezitenin fiziki ve ruhi sağlık üzerindeki yıkıcı etkilerini ortadan kaldırmak için dijital detoks önerilmektedir. Türkçe literatürde yeterli sayıda çalışma olmadığından dolayı daha geniş örneklemeler üzerinde çalışmalar yapılarak infobeziteyle ilgili daha detaylı sonuçlar üzerinde çalışılması önerilmektedir.

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Dijital dönüşüm, yaşamımıza pek çok değişimi ve yeniliği de beraberinde getirmiştir. Günümüzde bu yoğun değişimin etkileri bilgi ve enformasyon üzerinde daha çok hissedilmektedir. Dijitalleşmeyle birlikte dünyadaki haberlerin sosyal medya platformlarının getirdiği kolay erişilebilirlik avantajıyla daha çok takip edilmesi ve bu platformların insanları bilgiyi tüketen bir konumdan çıkararak, bireyi bilgi üreticisine dönüştürmesiyle birlikte ortaya çıkan büyük veri günümüzde bilgi kirliliğine yol açmıştır. Bu da infobezitenin artmasına zemin hazırlamıştır. Artık kullanıcılar ulaşmak istedikleri bilgiye yalnızca bir tık uzaklıktadır. Doğru ve güvenilir bilgiye erişmek bilginin bu kadar yoğun olduğu dijital çağda oldukça zorlaşmış durumdadır.

Yapılan sistematik derlemeyle incelenen araştırmaların betimsel ve metodolojik sonuçlarına bakıldığında, çalışmaların çoğunu araştırma makalelerinin oluşturduğu görülmektedir. 2015 ve 2016 yıllarında infobezite konusu hiç ele alınmazken; 2021 ve 2022 yıllarında bu konunun daha yoğun bir şekilde ele alınmaya başlaması dikkat çekicidir. İnfobeziteyle ilgili yapılan çalışmaların neredeyse tamamına yakını sosyal bilimler alanında yapılmış ve çoğunlukla nicel araştırma deseni tercih edilmiştir. Son olarak infobeziteyle ilgili en çok ilişkilendirilen değişkenler ise dijitalleşme ve karar verme süreçleri olmuştur. Araştırmanın sonucunda elde edilen bulgularda ise, dijitalleşmeyle birlikte bireylerin teknoloji odaklı yaşamı ve teknolojik cihazların kontrolsüz kullanımının infobeziteye sebep olduğu görülmüştür. Bireylerin gün içerisinde maruz kaldığı aşırı bilgi akışının ise bedensel ve daha çok ruhsal sorunlara neden olduğu görülmüştür. İnfobeziteye maruz kalan bireylerin kaygı, stres ve aşırı uyarılmayla birlikte sosyal yorgunluk düzeylerinde artış meydana gelmiştir. Bu yüzden yoğun infobeziteye maruz kalan bireyler zaman yönetimi açısından sıkıntı yaşayarak negatif duygularla yüklenmiş ve beraberinde etkili iletişim kurmakta zorlanmaya başlamışlardır. Aynı zamanda infobezitenin yaşamının temeli olan aile, iş ve sosyal yaşantısını olumsuz etkilediği anlaşılmıştır.

Elde edilen bulgular ışığında verilebilecek bazı öneriler ise şöyledir:

-İnfobeziteye maruz kalan savunmasız bireylerin doğru ve güvenilir bilgiye erişimini kolaylaştırmak için devlet destekli programlar oluşturularak “Doğru Bilgiye Erişimin Temelleri” ni anlatan dersler, seminerler veya projeler yapılabilir.

-İnfobezitenin dünyadaki olumsuz etkilerini azaltmak için küresel kalkınma hedefleri arasına, dijital okur-yazarlık seviyesinin artırılmasının önemi eklenebilir.

-İnfobeziteye maruz kalmamak için aşırı derecede teknolojik cihaz kullanımının oluşturduğu bağımlılığı azaltmaya yönelik programlar, reklamlar, afişler devreye sokulabilir.

-Bireylerin, sadece hayatının merkezinde olan uğraşlarıyla ilgili bildirim alacağı yazılım programları geliştirilebilir.

-İnfobezitenin yıkıcı etkilerini azaltmak için dijital çağda stres ve zaman yönetimi konuları üzerine daha derinlemesine araştırmalar yapılabilir.

-Evlerde ve okullarda dijital detoks yapmak için özel zaman dilimleri oluşturulabilir. Böylelikle infobezitenin getirmiş olduğu yıkıcı etkilerle ilgili toplum nezdinde farkındalık yaratılabilir.

AUTHOR DECLARATIONS

The study does not necessitate Ethics Committee permission.

The authors contributed equally to the entire process of the research.

The study has been crafted in adherence to the principles of research and publication ethics.

No support was received from any institution or organization for this study.

The author declares that there exists no financial conflict of interest involving any institution, organization, or individual(s) associated with the article.

KAYNAKÇA

- Awuor, A. S., Kwanya, T. ve Nyambok, G. A. (2007). The influence of infobesity on the information seeking behaviour of undergraduate students in Tangaza University College. *In Digital technologies for information and knowledge management*, 278-286.
- Bawden, D. ve Robinson, L. (2009). The dark side of information: Overload, anxiety and other paradoxes and pathologies. *Journal of Information Science*, 35(2), 180-191. doi: 10.1177/0165551508095781
- Bilginer Kucur, A. (2022). İnfobezite: X ve y kuşaklarına yönelik bir araştırma. *Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 29, 211-236. doi: 10.56597/kausbed.1079226
- Blossom, J. (2009). *Content nation-surviving and thriving as social media changes our work, our lives and our future*: Wiley Publishing.
- Burns, N. ve Grove, S. K. (2007). *Understanding nursing research: Building an evidence-based practice*. (4th ed.): China.
- Carpenter, E. (2011). *Yeni diller, iletişim tarihi/teknoloji kültür toplumu*. (Çev. B. Ersöz). Ankara: Siyasal Kitabevi.

- Carr, N. (2012). *Yüzeysellik: İnternet bizi aptal mı yapıyor?*. (Çev. İ. Kapaklıkaya). İstanbul: Ufuk Yayınları.
- Chatfield, T. (2013). *Dijital çağa nasıl uyum sağlarız?*. (Çev. L. Konca). İstanbul: Sel Yayıncılık.
- Data Reportal. (n.d.). Digital 2024 global overview report, Erişim adresi <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>
- Digital. (2023). Another year of bumper growth, Erişim adresi <https://wearesocial.com/uk/blok/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/>
- Eco, U., ve Carriere, J. C. (2010). *Kitaplardan kurtulabileceğinizi sanmayın*. (Çev. S. Dolanoğlu). İstanbul: Can Yayınları.
- Eppler, M. J., ve Mengis, J. (2004). The concept of information overload: A review of literature from organization science, accounting, marketing, MIS, and related disciplines. *The Information Society*, 20(5), 325-344.
- Ersöz, B. ve Kahraman, Ü. G. (2020). Bilişim çağında bilginin değişen yüzü: İnfobezite üzerine kavramsal bir inceleme. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Uygulamalı Bilimler Dergisi*, 4(2), 431-444.
- Eşitti, Ş. (2015). Bilgi çağında problemlili internet kullanımı ve enformasyon obezitesi: Problemlili internet kullanımı ölçeğinin üniversite öğrencilerine uygulanması. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Hakemli Dergisi*, 49, 75-97. doi. 10.17064/iüifhd.90504
- Goodman, M. (2016). *Geleceğin suçları / Dijital dünyanın karanlık yüzü*. (Çev. C. Özdemir). İstanbul: Timaş Yayınları.
- Grimshaw, J., McAuley, L. M., Bero, L. A., Grilli, R., Oxman, A. D. ve Ramsay, C. (2003). Systematic reviews of the effectiveness of quality improvement strategies and programmes. *Quality and Safety in Health Care*, 12, 298-303.
- Hemingway, P. ve Brereton, N. (2009). What is a systematic review?, Erişim adresi <http://www.whatisseries.co.uk/whatis/>
- Higgins, J. P. T. ve Green, S. (Eds.). (2011, March). Cochrane handbook for systematic reviews of interventions, Version 5.1.0., Erişim adresi <http://www.mrc-bsu.cam.ac.uk/>
- Hiltz, S. R. ve Turoff, M. (1985). Structuring computer-mediated communication systems to avoid information overload. *Communication of the ACM*, 28(7), 680-689.
- Johnson, C. A. (2013). *Bilgi diyeti / Bilinçli bilgi tüketimi*. (Çev. İ. Durdu). İstanbul: Ufuk Yayınları.
- Johnson, C. A. (2015). *The information diet: A case for conscious consumption*: O'Reilly Media, Inc.
- Karaçam, Z. (2013). Sistematik derleme metodolojisi: Sistematik derleme hazırlamak için bir rehber. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 6(1), 26-33.
- Koçyiğit, A. (2024). Afet ve kriz dönemlerinde bireylerin sosyal medya kullanım pratikleri ve infobezite: Kahramanmaraş depremi örneği. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 12(1), 62-87.
- Lincoln, Y. S., ve Guba, E. G. (2000). *Naturalistic inquiry*. Sage.
- Maidullah, S. ve Sharma, A. (2019). Decision making in the era of infobesity: A study on interaction of gender and psychological tendencies. *Humanities & Social Sciences Reviews*, 7(5), 571-586. doi.org/10.18510/hssr.2019.7567
- Merriam, S. B. (2013). *Nitel araştırma: Desen ve uygulama için bir rehber*. (Çev. S. Turan). Antalya: Nobel Yayınları.
- Naisbitt, J. (1982). *Megatrends*. Charles Scribner's.

- Özdemir, Ş. ve Gülseçen, S. (2015). Aşırı bilgi artışının bilgiye erişim sürecindeki etkileri: İstanbul Üniversitesi Enformatik Bölümü örneği. *Journal of Research in Education and Teaching*, 4(3), 334-344.
- Palfrey, J. ve Gasser, U. (2017). *Doğuştan dijital*. (Çev. N. Aydın). İstanbul: İKÜ Yayınevi.
- Pandita, R. (2014). Information pollution, a mounting threat: Internet a major causality. *Journal of Information Science Theory and Practice*, 2(4), 49-60.
- Postman, N. (2013). *Teknopoli / Kültürün teknolojiye teslim oluşu*. (Çev. M. E. Yılmaz). Bursa: Sentez Yayıncılık.
- Svantesson, D. J. (2013). Improving accessibility to research findings in law. *Alternative Law Journal*, 38(4), 260-264.
- Şimşek İşliyen, F. (2020). Dijital çağda bilginin değişen niteliği ve infobezite: Z kuşağı üzerine bir odak grup çalışması. *Selçuk İletişim Dergisi*, 13(1), 246-272.
- Toffler, A. (1971). *Future shock*. Bantam Books.
- Tuncer, R. Z. ve Levendeli, Ş. T. (2023). Bağ(ım)lı bireyden yorgun bireye: Dijital iletişim çağında sosyal ağ yorgunluğu. *Selçuk İletişim Dergisi*, 16(2), 479-507. doi. 10.18094/ josc. 1296833
- Twenge, J. M. (2018). *i-nesli*. (Çev. O. Gündüz). İstanbul: Kaktüs Yayınları.