





**Psk. Dan.**  
**Fuat AYDOĞDU**  
Yüksek Lisans Öğrencisi, Kestel Rehberlik ve  
Araştırma Merkezi, Bursa, Türkiye  
E- Posta : info@fuataydogdu.com  
 0000-0002-5986-5645



**Dr. Öğr. Üyesi**  
**Özlem ÇEVİK**  
Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi,  
Van, Türkiye  
E- Posta : ozlem.alav@gmail.com  
 0000-0002-4637-2147

Araştırma Makalesi

Geliş/Received : 04.07.2020  
Kabul/Accepted : 20.10.2020

Research Paper

DOI: 10.47793/hp.810850

## Okul Psikolojik Danışmanlarının Sosyotelist Davranışlarının, Sosyotelizme Maruz Kalma ve Yalnızlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

### ÖZET

Bu çalışmada okul psikolojik danışmanlarının sosyotelist davranışlarının, sosyotelizme maruz kalma ve yalnızlıkları üzerindeki etkisinin anlamlılığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2019 - 2020 eğitim öğretim yılında Muş ilinde görev yapmakta olan anaokulu, ilkököl, ortaokul ve liselerde çalışan 115 okul psikolojik danışmanı oluşturmaktadır. İlişkisel tarama metodu kullanılan bu çalışmada veriler, "Demografik Bilgi Formu", "UCLA Yalnızlık Ölçeği", "Genel Sosyotelist Olma Ölçeği" ve "Sosyotelizme Maruz Kalma Ölçeği" ile toplanmıştır. Toplanan veriler SPSS 22.0 programında analiz edilmiştir. Araştırmada okul psikolojik danışmanlarının genel sosyotelist olma puanları ve genel sosyotelizme maruz kalma puanları medeni durum ve cinsiyet açısından bağımsız örneklem t testi ile karşılaştırılmış ancak anlamlı fark bulunamamıştır. Yapılan analizler sonucunda Pearson Çarpım Momentler Korelasyon katsayısı ile değişkenler arasında ilişki incelenmiş olup genel sosyotelist olma ile yalnızlık ve genel sosyotelist olma ile genel sosyotelizme maruz kalma arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Yapılan basit regresyonlar sonucunda okul psikolojik danışmanlarının genel sosyotelist davranışlarının, yalnızlıklarını ve sosyotelizme maruz kalmalarını anlamlı bir şekilde yordadığı saptanmıştır. Araştırmadaki bulgular alanyazında sosyotelizme ilgili yapılan diğer araştırmalarla karşılaştırılarak tartışılmış ve araştırmacılara çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** *sosyotelizm, sosyotelist, sosyotelizme maruz kalma, yalnızlık, psikolojik danışman*

## The Examination of The Effect of Phubbing Behaviors of School Psychological Counselors on Being Phubbed and Loneliness

### ABSTRACT

In this study, it was aimed to reveal the significance of the effect of the phubbing behaviors of school psychological counselors on being phubbed and loneliness. The study group of the research consists of 115 psychological counselors working in kindergarten, primary school, middle school and high schools working in Muş province in the 2019-2020 academic year. In this research using relational survey model, the data were collected with "Demographic Information Form", "UCLA Loneliness Scale", Generic Scale of Phubbing (GSP) and Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). The collected data were analyzed using IBM SPSS 22 program. The difference depending on marital status and gender in general phubbing scores and the general being phubbed scores of psychological counselors were examined using Independent Samples t Test, however there was no significant difference found. According to the Pearson Correlation Coefficient, it is found out that there is a positive correlation between phubber, loneliness, general phubber and being phubbed. As a result of two separated Simple Linear Regression tests, it was determined that the general phubbing behaviors of psychological counselors' significantly predicted their levels in loneliness and being phubbed. Results of the study were discussed by comparing the studies about phubbing in literature and various suggestions were made for researchers.

**Keywords:** *phubbing, phubber, phubbee, being phubbed, loneliness, psychological counselor*

## GİRİŞ

Yaşamın her alanına sızmış ve en küçük uygulamadan en büyük uygulamaya kadar yaşamımızda yerini koruyan teknoloji, hızla gelişmekte ve ilerlemektedir. Evde, okulda, sokakta, iş yerinde ve neredeyse insanın olduğu her yerde kendine yer bulabilen teknoloji ve teknoloji destekli araçlar insanlara büyük kolaylıklar sunduğu gibi birçok problemi de beraberinde getirmektedir. Sosyalleşme, eğlence ve gündelik işlerde kullanımıyla birincil amacından uzaklaşan akıllı telefonlar (Orhan Göksün, 2019), insan hayatını kolaylaştırmanın yanı sıra olumsuz da etkilemektedir. İnsan hayatını bağımlılık, davranış bozukluğu, uykusuzluk gibi sorunlarla etkileyen akıllı telefonların yoğun kullanımının bir diğer olumsuz etkisi de sosyotelizmdir (Büyükgebiz Koca, 2019). Sosyotelizm, yüz yüze iletişim halinde olan en az iki kişiden birinin akıllı telefonu ile kişilerarası iletişimden daha fazla etkileşim halinde olması (Chotpitaya-sunondh ve Douglas, 2016) algısını kişilerarası iletişimden uzaklaştırmasıdır (Karadağ vd., 2016). Daha basit bir ifadeyle sosyotelizm, aynı ortamda bulunan bireylerin iletişimi sürdürmekten ziyade telefonları ile ilgilenmesi ve bu nedenle iletişimden kopması durumudur (Özdemir, 2020).

Telefon bağımlılığının bir alt türü olan sosyotelizmin (Büyükgebiz Koca, 2019) oyun bağımlılığı, telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı gibi diğer bağımlılıklarla iç içe girmiştir (Büyükgebiz Koca, 2019; Karadağ vd., 2016). Alanyazında yeni bir kavram olan sosyotelizm kendinden önceki bağımlılıklardan daha sinsi ve tehlikeli bir bağımlılık olarak görülmekte ve sosyotelizmin depresyon ve başka zihinsel sorunlar gibi ciddi psikopatolojik ve sosyolojik problemlere neden olabileceği düşünülmektedir (Karadağ vd., 2016; Afdal, Ifdil, Alizamar ve Ardi, 2019). Bu nedenle sosyotelizmin neden olduğu durumları ve sosyotelizmle ilişkili kavramları bilmek önemlidir.

Ülkemizde üniversitelerin Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dallarından mezun olan bireyler “psikolojik danışman” unvanı alır ve Milli Eğitim Bakanlığı’na bağlı özel ve devlet okullarında okul psikolojik danışmanlığı görevini yürütürler (Özteke Kozan, 2020). Okul psikolojik danışmanları Milli Eğitim Bakanlığı Rehberlik Hizmetleri Yönetmeliğinde “Rehberlik Öğretmeni” olarak kadro unvanı alırlar (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2017). Okullarda yürütülen rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinden sorumlu olan okul psikolojik danışmanları, psikolojik danışma, oryantasyon, bireyi tanıma, bilgi toplama ve yayma, yöneltme ve yerleştirme, izleme ve değerlendirme ve müşavirlik hizmetleri gibi sorumlulukları belirli etik ilkeler ışığında yaparlar (Yeşilyaprak, 2010). Görev ve sorumlulukları bakımından değerlendirildiğinde okullardaki görevlerini sürdüren okul psikolojik danışmanlarının etki alanı oldukça kapsamlıdır. Bu açıdan bakıldığında alanyazında sosyotelizm gibi yeni bir kavramın görev ve sorumluluklarını yerine getirmeye çalışan okul psikolojik danışmanlarını da olumsuz etkileyeceği düşünülmektedir. Bu araştırmada okul psikolojik danışmanlarının sosyotelist davranışları ile yalnızlık ve sosyotelizme maruz kalma durumlarının ilişkisini araştırmak amaçlanmıştır.

Araştırmanın temel değişkenlerinden olan yalnızlık, bireyin istediği sosyal ilişki düzeyine erişememesine bağlı olarak yaşamış olduğu olumsuz duygu durum olarak tanımlanır (Demirbaş ve Haşit, 2016). Yalnızlık duygusunu yoğun olarak yaşayan bireylerin iş hayatlarında sağlıklı ilişkiler sürdürmesi, psikolojik ve zihinsel olarak iyilik halinde olması güçtür (Yakut ve Certel, 2016). Okul-

larda bireyle ve grupla psikolojik danışma hizmetinin yanı sıra okul rehberlik hizmetlerini yürütmede anahtar konumda olan okul psikolojik danışmanlarının, okulda yönetim, öğretmen, öğrenci ve veli ile kapsamlı etkileşiminin olduğu düşünüldüğünde yalnızlık duygusunu daha geniş bir çevreye yansıtması olasıdır. Ayrıca bu duyguyu yoğun olarak yaşayan psikolojik danışmanların iş performansları düşebilir. Sosyotelizme ilgili yapılan çalışmalar, yalnızlık ile sosyotelizm arasında güçlü bir ilişkinin olabileceğine işaret etmektedir (Karadağ vd., 2016; Mert ve Özdemir, 2018). Fakat sosyotelizme ilgili çok çalışma olmadığı için konuyla ilgili daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Gerçek hayatın sunduğu yüz yüze iletişimi sekteye uğratan sosyotelizmin insan ilişkilerini olumsuz olarak etkilemesi (Karadağ vd., 2016), sosyotelizmin olumsuz sonuçlarından biridir. Birinin sorununu dinlerken bile istemeyerek ellerine cep telefonunu alan bireyler karşıdaki bireyi dinler gibi görünse de aslında başka şeyler meşgul olarak (Büyükgebiz Koca, 2019) karşı tarafı sosyotelizme maruz bırakmaktadır ve sosyotelizme maruz bırakma çoğu zaman karşı tarafa kendini kötü hissettirmekte ve kendisinin veya sohbetin önemsenmediğini düşündürmektedir (Karadağ vd., 2016; Nazir ve Pişkin, 2016). Akıllı telefonlardaki uygulamalar aracılığıyla sosyalleşme olarak da bilinen sosyotelizm (Ünalın ve Yıldırım, 2020), gerçek yaşamı tehdit etmektedir. Ayrıca sosyotelizme maruz bırakma, bu haliyle kırıcı, kaba ve toplumsal normları ihlal gibi algılanmakta ve yakın ilişki, empatik ilgiye zarar vermektedir (Al-Saggaf ve O'Donnel, 2019).

Sosyotelizm ile ilgili araştırmalar incelendiğinde; sosyotelizmin bireyin iş, okul hayatı ve diğer ilişkilerini olumsuz olarak etkilediği görülmektedir. Ülkemizde yapılan bir araştırmada (Dikeç ve Kebapçı, 2018) öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri yüksek bulunmuştur. Öğrencilerin kişilik özellikleri ile sosyotelist davranışlara yol açan akıllı telefon bağımlılıkları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur (Işık ve Kaptangil, 2018). Ayrıca internet bağımlılığı, SMS kullanımı, cep telefonu ve sosyal medya ile sosyotelist olma arasında ilişki vardır (Karadağ, Tosuntaş, Erzen, Culha, Mızrak Şahin, Babadağ ve Duru, 2015) ve sosyotelist davranışlar kadınlarda daha fazladır (Karadağ vd., 2016).

### Çalışmanın Önemi ve Amacı

Birçok meslekte kolaylaştırıcı bir rol sağlayan etkili iletişim becerileri, özellikle temeli yüz yüze iletişimi gerektiren mesleklerden biri olan psikolojik danışmanlıkta daha hâkim olunması gereken bir özellik olarak karşımıza çıkmaktadır (Korkut, 2005). Yüz yüze iletişime zarar veren sosyotelizmin (Karadağ vd., 2016; Büyükgebiz Koca, 2019) okul psikolojik danışmanlarındaki durumunu bilmek bu açıdan önemlidir. Literatürde oldukça yeni bir kavram olan sosyotelizme ilgili yapılacak çalışmalar konunun anlaşılmasında önemlidir. Sosyotelizme yapılan çalışmaların farklı örneklem gruplarıyla yapılması konunun anlaşılabilirliği için gereklidir. Bu nedenle bu çalışmada okul psikolojik danışmanlarının sosyotelist olma durumları, sosyotelizme maruz kalma ve yalnızlık değişkenleriyle ilişkisini incelemek amaçlanmaktadır. Bu temel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmak istenmiştir:

1. Okul psikolojik danışmanlarının genel sosyotelist olma puanları cinsiyete ve medeni duruma göre farklılaşmakta mıdır?
2. Okul psikolojik danışmanlarının genel sosyotelizme maruz kalma puanları cinsiyete ve me-

deni duruma göre farklılaşmakta mıdır?

3. Okul psikolojik danışmanlarının genel sosyotelist olma ve yalnızlıkları puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Okul psikolojik danışmanlarının genel sosyotelist olma ve genel sosyotelizme maruz kalma puanları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
5. Okul psikolojik danışmanlarının genel sosyotelist olma puanları, yalnızlık ve genel sosyotelizme maruz kalma puanlarını yordamakta mıdır?

Bireylerin yaşamlarını olumsuz etkileyen sosyotelizm üzerine yapılan çalışmaların sınırlı sayıda olması ve daha önce okul psikolojik danışmanları üzerinde bu konuyla ilgili bir çalışmanın yapılmamış olması bu çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

## YÖNTEM

Bu araştırma ilişkisel tarama modeline göre planlanmıştır. Evrenin bütününde ya da evrenden alınan bir örneklem üzerinde yapılan araştırmalar tarama modelinin temelini oluşturur. İlişkisel tarama modeli olarak adlandırılan tarama modeli, en az iki değişken arasında olan ilişkiyi ve bu ilişkinin yönünü saptamak amacıyla kullanılır (Karasar, 2017).

### Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2019-2020 eğitim öğretim yılında Muş ilinde görev yapmakta olan anaokulu, ilkokul, ortaokul ve liselerde çalışan ve “Rehberlik Öğretmeni” (MEB, 2017) kadrosunda bulunan 115 okul psikolojik danışmanı oluşturmaktadır.

Araştırmaya katılan okul psikolojik danışmanlarının (n=115) sosyodemografik özellikler Tablo-1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların sosyodemografik özelliklere göre dağılımı

	Gruplar	n	%
Yaş	20 - 24 Yaş	22	19.1
	25 - 29 Yaş	77	67.0
	30 - 34 Yaş	13	11.3
	35 Yaş Üstü	3	2.6
Cinsiyet	Kadın	80	69.6
	Erkek	35	30.4
Medeni Durum	Bekâr	73	63.5
	Evlü	42	36.5
	Toplam	115	100

Tablo-1 incelendiğinde 22-45 (Ort.=26.61, ss=3,30) yaş aralığında bulunan katılımcıların 80’i kadın (%69.6) ve 35’i erkektir (%30.4). Araştırmaya katılan okul psikolojik danışmanlarının 73’ü (%63.5) bekâr olup 42’si (%36.5) evlidir.

## Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama araçları olarak “Demografik Bilgi Formu”, “UCLA Yalnızlık Ölçeği”, “Genel Sosyotelist Olma Ölçeği” ve “Sosyotelizme Maruz Kalma Ölçeği” kullanılmıştır.

**Demografik Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından geliştirilen bu form 3 sorudan oluşmaktadır. Bu form ile katılımcıların yaş, cinsiyet ve medeni durumu ile ilgili bilgiler toplanmaya çalışılmıştır. Katılımcıların kimlik ve özel bilgilerine yönelik herhangi bir soru sorulmamıştır.

**UCLA Yalnızlık Ölçeği:** Russel ve arkadaşları (1978) tarafından geliştirilen ve Demir (1989) tarafından Türkçeye uyarlama ve geçerlilik, güvenilirlik çalışmaları yapılan UCLA Yalnızlık Ölçeği 10 tanesi ters, diğer 10 tanesi düz yönde puanlanan her biri 4’lü likert tipinde 20 maddeden oluşmaktadır. Her bir maddesi çeşitli duygu ve düşünce belirten ifadelerden oluşan maddelerden olumluları ters, olumsuzları düz yönde puanlanır. Olumlu ve ters yönde puanlanan maddeler (1,4,5,6,9,10,15,16,19,20), “hiç yaşamam” (4), “nadiren yaşarım” (3), “bazen yaşarım” (2), “sık sık yaşarım” (1) şeklinde; olumsuz ve düz yönde puanlanan maddeler (2,3,7,8,11,12,13,14,17,18), “hiç yaşamam” (1), “nadiren yaşarım” (2), “bazen yaşarım” (3), “sık sık yaşarım” (4) şeklinde puanlanmaktadır. Bu maddelerden elde edilen toplam puan her birey için yalnızlık puanını oluşturmaktadır. Bu ölçekle ölçülen yalnızlık puanı 20-80 arasındadır. Ölçekten alınan puan arttıkça yalnızlık düzeyi de artmış olur. Ölçeğin Türkçe uyarlamasının yapıldığı çalışmada (Demir, 1989) ölçeğin iç tutarlılık katsayısını .96 saptamıştır.

**Genel Sosyotelist Olma Ölçeği:** Chotpitayasunondh ve Douglas (2018) tarafından geliştirilen ve Türkçe’ye Orhan Göksün (2019) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek 7’li likert tipinde toplam 15 maddeden oluşmaktadır (1= Asla, 2= Nadiren, 3= Ara sıra, 4= Bazen, 5= Sık sık, 6= Genellikle, 7= Daima). Ölçeğin uyarlama çalışmasında (Orhan Göksün, 2019) iç tutarlılık kat sayısının .93 olduğu saptanmıştır. 4 Faktörlü ölçeğin alt boyutları “nomofobi”, “kişisel çatışma”, “kendini yalnızlaştırma” ve “problem farkındalığı”dır.

**Sosyotelizme Maruz Kalma Ölçeği:** Sosyotelist olma ölçeği gibi sosyotelizme maruz kalma ölçeği de Chotpitayasunondh ve Douglas (2018) tarafından geliştirilmiş olup Türkçe’ye Orhan Göksün (2019) tarafından uyarlanmıştır. Ölçek, 7’li likert tipinde toplam 22 maddeden oluşmaktadır. GSMK üç faktörlü yapı (Algılanan Normlar, İhmal Edilmişlik Hissi ve Kişilerarası Çatışma) ile sosyotelizme maruz kalma durumunu %54.91 ile ( $\alpha = 0.96$ ) açıklamaktadır (Orhan Göksün, 2019).

## Verilerin Toplanması

Bu çalışma Helsinki Bildirgesi’ne uygun bir şekilde yürütülmüş olup çalışmanın yürütülmesi için Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu’ndan gerekli onay alınmıştır (2 Şub, 2020 / E.242). Ayrıca verilerin toplanması için çalışma grubunun bağlı bulunduğu Muş Milli Eğitim Müdürlüğü’nden kurumsal izin alınmıştır. Verilerin toplanması Google Formlar ile oluşturulan çevrimiçi form ile elde edilmiştir. Araştırmacılar tarafından oluşturulan formda

çalışmaya katılım koşulları ve çalışmayı istedikleri zaman bırakabileceklerine dair bilgilendirmeler yer verilmiştir. Çevrimiçi formun ortalama doldurulma süresi yaklaşık 7 dakikadır.

### Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında çalışma grubundan toplanan veriler SPSS 22.0 programına aktarılmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları ile elde edilen verilerin yorumlanması için veri toplama araçlarından alınan puanlara ilişkin ortalama, standart sapma, minimum-maksimum puanlar ve standart hata değerleri saptanmış olup Tablo-2'de gösterilmiştir.

**Tablo-2.** Veri toplama araçlarından elde edilen betimsel istatistikler

Değişkenler	n	Min	Max	$\bar{x}$	sd	S
Genel Sosyotelizm Olma	115	16.00	95.00	41.35	1.39	14.94
Genel Sosyotelizme Maruz Kalma	115	36.00	154.00	81.06	2.29	24.58
Yalnızlık	115	25.00	65.00	36.48	.79	8.54

Katılımcılardan elde edilen genel sosyotelist olma ve genel sosyotelizme maruz kalma toplam puanlarının cinsiyete ve medeni duruma göre anlamlı farklılaşp farklılaşmadıklarını saptamak için gruplar arasındaki istatistiksel farkların yapılacağı test varsayımlarının karşılanıp karşılanmadığına bakılmıştır. Verilerin cinsiyet ve medeni durum gruplarında normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenmiştir. İlgili gruplarda basıklık ve çarpıklık verilerinin  $\pm 1.0$  arasında yer almadığı görülmüş olup verilerin normal dağılmadığı sonucuna (Hair, Black, Babin and Anderson, 2013) ulaşılmıştır. Verilerin normal dağılımı için logaritmik dönüşüm yapılmış olup dönüşüm sonucunda verilerin normal dağılım sağladığı görülmüştür. Değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerleri Tablo-3'de gösterilmiştir. Veri toplama araçlarının çarpıklık ve basıklık sonuçlarına göre parametrik testlerden bağımsız örneklem t testi kullanılmasına karar verilmiştir.

**Tablo-3.** Değişkenlerin çarpıklık – basıklık değerleri

Değişkenler	Gruplar	Çarpıklık	Basıklık
Genel Sosyotelist Olma	Kadın	.267	.239
	Erkek	-.747	.559
	Bekâr	.104	.042
	Evli	-.140	.165
Genel Sosyotelizme Maruz Kalma	Kadın	-.035	-.489
	Erkek	.109	.024
	Bekâr	.130	-.500
	Evli	-.212	-.116

Araştırmada incelenen değişkenler arasında var olduğu düşünülen ilişkiyi ortaya çıkarmak için

Pearson Çarpım Momentler Korelasyon katsayısı analizi kullanılmıştır. Yordayıcı değişken olan genel sosyotelist olmanın, yalnızlıktaki ve genel sosyotelizme maruz kalmadaki yordayıcı rolünü test etmek için iki ayrı basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizinden önce verinin analiz için gerekli normallik ve doğrusallık varsayımlarını sağladığı tespit edilmiştir. Verilerin analizleri için tüm işlemler için SPSS 22.0 programı kullanılmış ve yorumlamada  $p < 0.05$  ve  $p < 0.001$  anlamlılık düzeyleri kullanılmıştır.

## BULGULAR

Katılımcıların genel sosyotelist olma puanlarının cinsiyet ve medeni durum değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Örneklem t testi sonuçları Tablo-4'te verilmiştir.

**Tablo 4.** Katılımcıların cinsiyet ve medeni durum açısından genel sosyotelist olma puanlarının incelenmesine yönelik bağımsız örneklem t testi sonuçları

Değişken	Gruplar	n	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Genel Sosyotelist Olma	Kadın	80	41.07	15.47	1.73	-.304	.761
	Erkek	35	42.00	13.82	2.33		
	Bekâr	73	41.47	13.96	1.63	.116	.908
	Evli	42	41.14	16.68	2.57		

Tablo-4 incelendiğinde psikolojik danışman ve rehber öğretmenlerin genel sosyotelist olma puan ortalamalarının cinsiyete ( $t(113) = -.304$ ,  $p < .01$ ) ve medeni duruma ( $t(113) = .116$ ,  $p < .01$ ) göre farklılaşmadığı görülmektedir. Katılımcıların genel sosyotelizme maruz kalma puanlarının cinsiyet ve medeni durum değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Bağımsız Örneklem t testi sonuçları Tablo-5'te verilmiştir.

**Tablo 5.** Katılımcıların cinsiyet ve medeni durum açısından genel sosyotelizme maruz kalma puanlarının incelenmesine yönelik bağımsız örneklem t testi sonuçları

Değişken	Gruplar	n	$\bar{x}$	S	sd	t	p
Genel Sosyotelizme Maruz Kalma	Kadın	80	82.86	23.79	2.66	1.190	.236
	Erkek	35	76.94	26.18	4.42		
	Bekâr	73	81.95	24.52	2.87	.415	.608
	Evli	42	79.50	29.90	3.84		

Tablo-5 incelendiğinde psikolojik danışman ve rehber öğretmenlerin genel Sosyotelizme ma-

ruz kalma puan ortalamalarının cinsiyete ( $t_{(113)}=1.190, p<.01$ ) ve medeni duruma ( $t_{(113)}=.415, p<.01$ ) göre farklılaşmadığı görülmektedir. Genel sosyotelist olma ile yalnızlık ve genel sosyotelizme maruz kalma arasındaki korelasyon ilişkisine yönelik analizler Tablo-6'da verilmiştir.

**Tablo-6:** Değişkenler Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	Genel Sosyotelist Olma	Yalnızlık	Genel Sosyotelizme Maruz Kalma
Genel Sosyotelist Olma	1	.204*	.215*
Yalnızlık		1	.191*
Genel Sosyotelizme Maruz Kalma			1

\*  $p < .05$

Tablo-6 incelendiğinde genel sosyotelist olma ile yalnızlık ( $r=.204, p<.05$ ), genel sosyotelist olma ile genel sosyotelizme maruz kalma ( $r=.215, p<.05$ ) ve yalnızlık ile genel sosyotelizme maruz kalma ( $r=.191, p<.05$ ) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Yordayıcı değişken olan genel sosyotelist olmanın, yalnızlıktaki ve genel sosyotelizme maruz kalmadaki yordayıcı rolünü test etmek için yapılan regresyon analizinin sonuçları Tablo-6 ve Tablo-7'de verilmiştir.

**Tablo-6:** Genel sosyotelist olmanın yalnızlığı yordamasına ilişkin basit regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	F	p
Sabit	1.282	.109		11.747	.204	.041	4.883	.029*
Sosyotelizm	.151	.068	.204	2.210				

\*  $p < .05$

Tablo-6 incelendiğinde okul psikolojik danışmanlarının genel sosyotelist olmaları, yalnızlıklarını yordamaktadır. Genel sosyotelist olma, katılımcıların yalnızlık puanlarındaki varyansın yaklaşık %4'ünü açıklamaktadır ( $R^2=.041$ ).

**Tablo 7:** Genel sosyotelist olmanın genel sosyotelizme maruz kalma yordamasına ilişkin basit regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	t	R	R <sup>2</sup>	F	p
Sabit	1.597	.126		12.718	.215	.046	5.467	.021*
Sosyotelizm	.184	.079	.215	2.338				

\* $p < .05$



Tablo-7 incelendiğinde çalışma grubunda bulunan okul psikolojik danışmanlarının genel sosyotelizme maruz kalma puanları, genel sosyotelist olma puanları tarafından anlamlı bir şekilde yordanmaktadır. Genel sosyotelist olma puanları, katılımcıların genel sosyotelizme maruz kalma puanlarındaki varyansın yaklaşık %5'ini açıklamaktadır ( $R^2=.046$ ).

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Alanyazında yeni bir kavram olarak öne çıkan sosyotelizmin konu edinildiği bu araştırmada kavramın psikolojik danışmanlardaki durumunu belirlemek ve sosyotelizmin ilişkili olduğu düşünülen yalnızlık ve genel sosyotelizme maruz kalma ile ilişkisini incelemek istenmiştir. Yapılan istatistiksel testler sonucunda hem genel sosyotelist olma puanlarının hem de genel sosyotelizme maruz kalma puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu sosyotelizme ilgili yapılan diğer çalışmalardan farklılık göstermektedir. Karadağ ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada (2015), kadınların ve erkeklerin sosyotelist davranış gösterme şekli birbirinden farklılaşmaktadır ve cinsiyet sosyotelist davranışlar sergilemede güçlü bir etkidir. Benzer şekilde Roberts, Yaya ve Manolis (2014) sosyotelizm üzerine yaptıkları çalışmalarında, cinsiyetin sosyotelist davranış sergilemede önemli bir etken olduğunu ve kadınların erkeklerden daha fazla sosyotelist davranış sergilediği sonucuna ulaşmıştır.

Çalışmanın diğer bir sonucuna göre hem genel sosyotelist olma puanlarının hem de genel sosyotelizme maruz kalma puanlarının medeni duruma göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamıştır. Literatürde sosyotelist olma ve medeni durum arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Fakat sosyotelist bireylerin romantik ilişkilerinde daha az tatmin oldukları bilinmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018; McDaniel ve Coyne, 2016). Ayrıca çiftler arasında sosyotelist olmaktan kaynaklı kavgalar yaşanmaktadır (Halpern ve Katz, 2017).

Genel sosyotelist olma ile yalnızlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu bulguya göre, psikolojik danışmanların sosyotelist davranışları arttıkça yalnızlık düzeyleri de artmaktadır. Bu bulgu sosyotelizmin, yalnızlıkla ilişkili olduğunu desteklemektedir (Afdal vd., 2019). Aynı zamanda bu bulgu, Mert ve Özdemir'in (2018) akıllı telefon bağımlılığı ile yalnızlık arasında ilişkiyi saptadıkları araştırmanın sonucuyla da örtüşmektedir. Bireylerin yalnızlık, can sıkıntısı, başkalarıyla ilgili haberleri kaçırma korkusu gibi nedenlerden dolayı akıllı telefonu sık kullandıkları yapılan çalışmalarla desteklenmektedir. Yalnızlık duygusu arttıkça sosyotelist olma durumu da artmaktadır (Al-Saggaf ve O'Donnel, 2019).

Genel sosyotelist olma ile genel sosyotelizme maruz kalma arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Psikolojik danışmanların genel sosyotelizme maruz kalma düzeyleri arttıkça sosyotelist davranışları da artmaktadır. Sosyotelizm yüzyüze iletişime zarar vererek karşı tarafın kendini kötü hissetmesine neden olmaktadır (Turkle, 2011); çünkü yüz yüze iletişimdeki göz kontağının yerini telefon almaktadır (Nazir ve Pişkin, 2019). Bunlar sosyotelizme maruz kalan bireylerin, sosyotelist olma davranışlarının nedeni olabilir. Fakat bu çalışmanın bulguları sosyotelist olma ile sosyotelizme maruz kalma arasında neden sonuç ilişkisi koyma açısından yeterli değildir.

Bu araştırmada istatistiki işlemlerin yalnızca toplam puanlar üzerinden yapılması araştırmanın sınırlılığı olarak görülebilir. Benzer araştırmaların sosyotelizm ve sosyotelizme maruz kalma durum-

larını alt boyutlar üzerinden ele alması konunun derinlemesine incelenmesini sağlayabilir.

Sonuç olarak sosyotelizmin hem yalnızlık hem de sosyotelizme maruz kalma üzerinde etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Sosyotelizmin yalnızlık üzerindeki etkisinden hareketle okul psikolojik danışmanlarına bağlı buldukları üst kurumların hizmetiçi eğitim faaliyetleri kapsamında sosyotelist davranışı tanıma, sosyotelizm ile ilişkili kavramlar ve sosyotelist davranışların yalnızlığı nasıl etkilediği konularında eğitimler düzenlenmesi önerilebilir. Sosyotelizmin, özellikle sosyotelizme maruz kalma üzerindeki etkisinin saptanması iletişimin karşılıklı yapısından kaynaklanıyor olabilir. Bu haliyle sosyotelizmi, bir iletişim engeli olarak tanımlamak araştırmancının bu bulgusu sonucunda söylenebilir. Bu bağlamda sosyotelizmin iletişim becerileri ile ilişkisinin araştırıldığı araştırmalar konuyu anlamak açısından dikkat çekici olabilir. Araştırmacılar, bu araştırmada incelenen değişkenlerden farklı değişkenler ile sosyotelizm arasındaki ilişkiyi inceleyebilirler. Bu araştırmada sosyotelizmin okul psikolojik danışmanlarındaki durumu incelenmiştir. Sosyotelizmin öğretmenler, yöneticiler, üniversite ve lise öğrencileri gibi farklı çalışma grupları ile işlenmesi önerilebilir.

## KAYNAKÇA

- Afdal, A., Alizamar, A., Ifdil, I., Ardi, Z., Sukmawati, I., Zikra, Z., Ilyas, A., Fikri, M., Syahputra, Y. & Hariyani, H. (2019). An analysis of phubbing behaviour: Preliminary research from counseling perspective. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 295, 270-273.
- Al-Saggaf, Y. & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132-140. DOI: 10.1002/hbe2.137.
- Büyükgebiz Koca, E. (2019). Akıllı telefon bağımlılığı ve sosyotelizm üzerine bir yazın taraması. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(6), 399-411.
- Chotpitayasunondh, V. & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: the antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18. DOI: 10.1016/j.chb.2016.05.018
- Chotpitayasunondh, V. & Douglas, K. M. (2018). Measuring phone snubbing behavior: development and validation of the generic scale of phubbing (gsp) and the generic scale of being phubbed (gsbp). *Computers in Human Behavior*, 88, 5-17. DOI: 10.1016/j.chb.2018.06.020
- Chotpitayasunondh, V. & Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. DOI: 10.1111/jasp.12506
- Demir, A. (1989). Ucla yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14-18.
- Demirbaş, B. ve Haşit, G. (2016). İş yerinde yalnızlık ve işten ayrılma niyetine etkisi: akademisyenler üzerine bir uygulama. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 137-158.
- Halpern, D. & Katz, J. E. (2017). Texting's consequences for romantic relationships: A crossed-

- lagged analysis highlights its risks. *Computers in Human Behavior*, 71, 386–394. DOI: 10.1016/j.chb.2017. 01.051
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. & Tatham, R. L. (2013). *Multivariate Data Analysis*: Pearson Education Limited.
- Işık, M. ve Kaptangil, İ. (2018). Akıllı telefon bağımlılığının sosyal medya kullanımı ve beş faktör kişilik özelliği ile ilişkisi: Üniversite öğrencileri üzerinden bir araştırma. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7 (2), 695-717. DOI: 10.15869/itobiad.361081
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Culha, İ., Mızrak Şahin, B., Babadağ, B. & Duru, P. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: a structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. DOI: 10.1556/2006.4.2015.005.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., Culha, İ. & Babadağ, B. (2016). The virtual world's current addiction: Phubbing. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(2). DOI: 10.15805/addicta.2016.3.0013
- Karasar, N. (2017). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Korkut, F. (2005). Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28 (28) , 143-149.
- McDaniel, B. T. & Coyne, S. M. (2016). “Technoference”: The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85–98. DOI: 10.1037/ppm0000065
- Mert, A. ve Özdemir, G. (2018). Yalnızlık duygusunun akıllı telefon bağımlılığına etkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8 (1), 88-107. DOI: 10.26466/opus.382285
- Nazir, İ. B. & Pişkin, M. (2019). Phubbing: A technological invasion which connected the world but disconnected humans. *The International Journal of Indian Psychology*, 3 (4), 175-182.
- Orhan Göksün, D. (2019). Sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma ölçeklerinin Türkçeye uyarlanması. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21 (3) , 657-671. DOI: 10.32709/akusosbil.505642
- Özdemir, S. (2020). Yönetici sosyotelizmi (phubbing): Bir ölçek uyarlama çalışması. *Dicle Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10 (19), 134-145.
- Özteke Kozan, H. (2020). Okul psikolojik danışmanlığı ile ilgili yapılmış çalışmaların bibliyometrik analizi: 1980-2019. *Okul Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 3(1) , 1-28.
- Roberts, J. A., Yaya, L. P. & Manolis, C. (2014). The invisible addiction: Cellphone activities and addiction among male and female college students. *Journal of Behavioral Addictions*, 3 (4), 254–65. DOI: 10.1556/JBA.3.2014.015
- Russel, D. W., Peplau, L. A. & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290-294.
- Ünalın, D. ve Yıldırım, O. (2020). Dijital yerlilerin sosyotelizm (phubbing) eğilimlerinin

değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8 (1), 276-297 .  
DOI: 10.19145/e-gifder.644279.

- Turkle, S. (2011). *Alone together: why we expect more from technology and less from each other*. New York, NY: Basic Books.
- Yakut, S. ve Certel, H. (2016). Öğretmenlerde yalnızlık düzeyinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 69-94.
- Yeşilyaprak, B. (2010). *Eğitimde rehberlik hizmetleri: gelişimsel yaklaşım*. Ankara: Nobel Yayıncılık.