

Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ile Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Mehmet Uğur ALPTEKİN

Uzman Psikolog

m.uguralptekin@hotmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-3457-742X>

Esra Gül KOÇYİĞİT

Dr. Öğr.Üyesi, Altınbaş Üniversitesi

esragulkocuyigit@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-5491-8579>

ÖZ

Bu çalışma, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde çeşitli bölümlerde eğitim gören üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve nomofobi gibi sorunlarla ilişkilendirdikleri bağlanma stilleri ile algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişkiyi araştırmayı amaçlamaktadır. Toplamda 500 katılımcının yer aldığı çalışmada, 298'i kadın ve 202'si erkek öğrenciden oluşmaktadır. Toplanan veriler istatistiksel analizlerle değerlendirilmiştir. Araştırmanın ana hedefi, akıllı telefon bağımlılığı ve nomofobi gibi sorunların kökenlerini anlamak ve bu sorunlarla başa çıkma stratejilerini geliştirmektir. Veri toplama araçları arasında Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Form, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve kişisel bilgi formu bulunmaktadır. Elde edilen veriler t-testi, ANOVA, Pearson korelasyon ve regresyon teknikleri kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, kaygılı/kararsız bağlanma düzeyi yüksek olan bireylerde akıllı telefon bağımlılığı düzeyi artmaktadır. Ayrıca, algılanan sosyal destek düzeyi düşük olan bireylerde akıllı telefon bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kaygılı veya kararsız bağlanma düzeyi yüksek ve algılanan sosyal destek düzeyi düşük olan bireylerde ise akıllı telefon bağımlılığı düzeyi daha yüksek düzeydedir. Bu bulgular, mevcut literatür ışığında değerlendirilmiş ve gelecekte yapılacak araştırmalar için öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: *nomofobi, akıllı telefon bağımlılığı, bağlanma stilleri, algılanan sosyal destek.*

Makalenin geliş tarihi: 09/10/2023 - Makalenin kabul tarihi: 20/03/2024
10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v010i1005

Examining the Relationship Between Attachment Styles and Perceived Social Support of University Students' Nomophobia and Smartphone Addiction

ABSTRACT

This study aims to investigate the relationship between the attachment styles and perceived social support of university students studying in various departments in the Turkish Republic of Northern Cyprus, which they associate with problems such as smartphone addiction and nomophobia. The study included a total of 500 participants, 298 of whom were female and 202 of whom were male students. The collected data were evaluated with statistical analysis. The main goal of the research is to understand the roots of problems such as smartphone addiction and nomophobia and to develop strategies to cope with these problems. Data collection tools include Smartphone Addiction Scale-Short Form, Three-Dimensional Attachment Styles Scale, Multidimensional Perceived Social Support Scale and personal information form. The data obtained were analyzed using t-test, ANOVA, Pearson correlation and regression techniques. According to the research results, the level of smartphone addiction increases in individuals with high levels of anxious/ambivalent attachment. Additionally, it has been determined that the level of smartphone addiction is high in individuals with low perceived social support levels. The level of smartphone addiction is higher in individuals with high levels of anxious or ambivalent attachment and low levels of perceived social support. These findings were evaluated in the light of the existing literature and suggestions were presented for future research.

Keywords: *consectetur adipiscing, elit, sed do eiusmod, incididunt labore aliqua.*

GİRİŞ

İçinde bulunduğumuz yüzyıl, yaşamın her alanını etkileyen ve sürekli olarak ilerleyen teknolojik gelişmelere sahne olmaktadır. Bu dönemdeki teknolojik gelişmeler, yaşamımızın hemen hemen her yönünü kökten etkilemiş ve şekillendirmiştir. Özellikle bilgisayarlar, internet ve akıllı telefonlar gibi teknolojik cihazlar, bu dönemin belirgin özellikleri olarak öne çıkmaktadır. Akıllı telefonlar içinde bulunduğumuz dönemde mobil iletişimi bir adım öteye taşımıştır. Cep telefonları, ilk dönemlerinde iletişimi sağlama amacıyla kullanılıyordu ancak hızla gelişen teknoloji ile akıllı telefonlara dönüştü. Akıllı telefonlar, sadece arama ve mesajlaşma işlevlerini değil, aynı zamanda sosyal medya, radyo, müzik dinleme, navigasyon, dosya gönderimi, mobil televizyon izleme, fotoğraf ve video çekme gibi birçok farklı özelliği bir araya getirerek kullanıcıların çok çeşitli ihtiyaçlarına cevap verebilecek donanıma sahiptir (Ada ve ark., 2013, s. 178). Teknoloji, insanların yaşamlarını kolaylaştırmayı amaçlayan, istekler ve ihtiyaçlar doğrultusunda sürekli evrilen bir kavramdır. Teknoloji, konfor alanlarını genişleterek maksimum verimliliği minimum çaba ile elde etmemize yardımcı olur. Özellikle internet hızının artması ve cep telefonlarının işlevselliğinin artması, akıllı telefonların vazgeçilmez hale gelmesine yol açmıştır. Akıllı telefonlar, kompakt boyutları, taşınabilirlikleri ve neredeyse sınırsız internet erişimi sunmaları nedeniyle bilgisayarlarla rekabet ederek geniş bir kullanıcı kitlesi kazanmıştır. Aynı anda görüntülü konuşma, mesajlaşma, kayıt yapma gibi bir dizi özellik sunarak kullanım oranlarını artırmıştır. Bu özellikler, akıllı telefonları insanların yaşamlarını kolaylaştırmak için vazgeçilmez bir araç haline getirmiştir. Ancak, akıllı telefonların yaygın kullanımı, yaşam tarzlarını, iletişim alışkanlıklarını, kültürel yaklaşımları ve aile ilişkilerini değiştirmeye devam etmektedir (Samaha ve ark., 2016; Çağlak, 2019). Bu cihazlar, yaşamı hızlandırırken, engellenemeyen bazı olumsuz davranışlara yol açabilir. Akıllı telefon bağımlılığı veya problemlili akıllı telefon kullanımı dünya genelinde ve KKTC’de ciddi bir sorun haline gelmiştir (Poushter, 2016).

Üniversite öğrencileri, akıllı telefon kullanımının en yaygın olduğu gruplardan biridir ve bu nedenle bu grup üzerinde yapılan çalışmalar büyük önem taşımaktadır. Kullanım sıklığındaki artış, özellikle üniversite öğrencilerinin bilinç düzeyini artırmak için yapılacak çalışmaların hayati öneme sahip olduğunu göstermektedir. Öğrencilerin telefonlarına uzun süreler harcaması, akademik performanslarını olumsuz etkileyebilir ve bu nedenle derslerinde başarısızlığa yol açabilir (Boumosleh ve Jaalouk,

2018). Bu durum, sosyal destek ihtiyaçlarının artmasına sebep olmaktadır. Üniversite yılları ergenliğin en verimli dönemleridir ve üniversite ortamı gençler için, stres ve kaygı yaratan bir ortam niteliği taşımaktadır (Aras ve Tel, 2009). Bu bağlamda, nomofobi bağımlılığının etkilerini anlamak ve önlemek için sosyal destek mekanizmalarının rolü önemlidir. Sosyal destek, bireylerin stresle başa çıkma yeteneklerini artırabilir, psikolojik iyi oluşlarını destekleyebilir ve bağımlılık riskini azaltabilir. Üniversite öğrencileri için, sosyal destek aynı zamanda akademik başarı ve duygusal denge açısından da kritik bir faktör olabilir. Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin nomofobi bağımlılığını kontrol etme çabalarında destek sağlayarak akıllı telefon bağımlılığına karşı yardım arayan üniversite öğrencilerine katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda, bu çalışmanın üniversite öğrencileri için sosyal destek mekanizmalarının kritik önemini vurgulayarak bağımlılıkla mücadelede önemli bir başvuru kaynağı olması beklenmektedir.

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evreni, Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde farklı bölümlerde eğitim gören ve akıllı telefonları aktif olarak kullanan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise toplamda 500 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılar arasında 298 kadın (%59,6) ve 202 erkek (%40,4) bulunmaktadır.

Araştırmanın verileri

Bu çalışmada, Demografik Bilgi Formu, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Form, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği olmak üzere üç farklı ölçeği içermektedir. Bu ölçeklerin geçerlilik ve güvenilirlik değerleri, bu araştırma yapılmadan önce ilgili ülkede gerçekleştirilen önceki araştırmalardan elde edilmiş ve bu ölçeklerin geçerliliği ile güvenilirliği bilimsel olarak doğrulanmıştır.

KULLANILAN ÖLÇEKLER

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

Kwon ve ekibinin geliştirdiği Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği kısa formu, akıllı telefon bağımlılığı riskini ölçen ve altılı Likert derecelendirme ile değerlendirilen 10 maddeden oluşan bir ölçektir. Maddeler, 1 ile 6 arasında puanlandırılmıştır. Ölçeğin puanları 10 ile 60 arasında değişmektedir ve

elde edilen puanın artmasıyla akıllı telefon bağımlılığı riskinin arttığı değerlendirilir. Ölçek tek faktörlüdür ve alt ölçekleri bulunmamaktadır. İstatistiksel olarak anlamlı kabul edilen $p < 0.05$ değeri kullanılmıştır. Ölçeğin kesme puanları erkekler için 31 puan, kadınlar için 33 puan olarak saptanmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı 0,91 olarak saptanmıştır (Noyan ve ark., 2015). Türkiye'deki geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, Noyan ve diğerleri (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği

18 maddeden oluşan 5'li Likert tipindeki bu ölçek, Erzen (2016) tarafından geliştirilmiştir (EK-1). Ölçek, üç alt boyutta toplanmıştır: kaçınan bağlanma stili (7 madde), kaygılı-kararsız bağlanma stili (6 madde) ve güvenli bağlanma stili (5 madde). Okuma-yazma bilen her yaş grubuna uygulanabilir. Ölçeğin dilsel geçerliği için iki uzman arasında yapılan Cohen Kappa uyuma ölçümü değeri 0.87, içerik geçerliği değeri ise 0,72 olarak bulunmuştur. Açımlayıcı faktör analizi sonuçları, 18 maddenin üç boyutta tutarlı şekilde toplandığını göstermektedir. Doğrulamalı faktör analizi değerleri ise GFI 0.93, AGFI 0.90, CFI 0.90, RMSEA 0.05 ve χ^2/sd oranı 2,48 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin madde toplam korelasyonu değerleri 0.49 ile 0,75 arasında değişmekte olup, madde kalan analizleri ise 0.96 ile 0.98 arasındadır. Güvenirlik analizi sonucunda, kaçınan, güvenli ve kaygılı-kararsız bağlanma stilleri için belirlenen Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları sırasıyla 0.80, 0.69 ve 0,71 olarak hesaplanmıştır (Erzen, 2016).

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (ÇBASDÖ)

Zimet ve ark. (1988) tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, bireylerin algıladıkları sosyal destek unsurlarını belirlemek için kullanılan bir ölçektir. Eker, Arkar ve Yıldız (2001) tarafından Türkçe geçerlik güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Bu çalışmada, örneklem psikiyatri, cerrahi ve normal olmak üzere üç gruba ayrılmış ve Cronbach Alfa katsayıları 0.80 ile 0,95 arasında bulunmuştur. Cerrahi grubunun Cronbach Alfa katsayısı ise 0,91 olarak hesaplanmıştır. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, aile, arkadaş ve özel birinden algılanan sosyal desteğin yeterliliğinin öznel olarak değerlendirildiği üç gruptan oluşmaktadır. Her grup 4 madde içermektedir, toplamda 12 madde bulunmaktadır. Ölçek yedili Likert tipindedir, yani tamamen katılıyorum (7 puan) ile hiç katılmıyorum (1 puan) arasında değerlendirilir. Her alt ölçekteki maddelerin puanları toplanarak alt ölçek puanı, alt ölçek

puanlarının toplanmasıyla da toplam ölçek puanı elde edilir. Alt ölçekler için alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan ise 28'dir. Ölçeğin tamamından alınabilecek en düşük puan 12, en yüksek puan ise 84'tür. Yüksek puanlar, algılanan sosyal desteğin yüksek olduğunu gösterir. Elde edilen verilere göre, bu araştırmada ölçek geneli için hesaplanan Cronbach alfa katsayısı 0,84 olarak bulunmuştur. Aile, arkadaş ve özel birinden algılanan sosyal destek alt boyutları için sırasıyla 0.86, 0.82 ve 0,89 olarak Cronbach alfa katsayıları hesaplanmıştır (Eker, Arkar ve Yıldız, 2001).

İstatistiksel Analiz

Bu araştırmada, SPSS 22.0 istatistik programı kullanılarak toplam 500 katılımcıdan elde edilen veriler analiz edilmiştir. Veriler, araştırma sorularıyla uyumlu olarak demografik değişkenlerle ilişkileri ve değişimleri değerlendirmek amacıyla incelenmiştir. Veri toplama sürecinin ardından, elde edilen verilerin normal dağılımı kontrol edilmiş ve ardından demografik değişkenlerle ilgili çeşitli analizler gerçekleştirilmiştir. İkili grup içeren demografik değişkenlerin puan ortalamalarının karşılaştırılması için "Bağımsız Örneklem t Testi" kullanılmış, iki veya daha fazla grup içeren demografik değişkenlerin puan ortalamalarının karşılaştırılmasında ise "Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)" yöntemi kullanılmıştır. Veri setleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi için Pearson korelasyon analizi gerçekleştirilmiş ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin belirlenmesi için regresyon analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımı Tablo 1'de sunulmuştur. Çalışmaya toplamda 500 kişi katılmıştır, bunların 298'i (%59,6) kadın ve 202'si (%40,4) erkektir. Katılımcıların yaşadıkları yerlere göre dağılımı şu şekildedir: 138'i (%27,6) evde, 106'sı (%21,2) yurttan, 107'si (%21,4) ailesiyle birlikte, 92'si (%18,4) arkadaşlarıyla birlikte ve 57'si (%11,4) diğer yerlerde yaşamaktadır. Katılımcıların annelerinin sağ olduğu kişi sayısı 387 (%77,4) iken, annesi vefat etmiş olanların sayısı 113 (%22,6) kişidir. Babalarının sağ olduğu kişi sayısı 347 (%69,4) iken, babası vefat etmiş olanların sayısı 153 (%30,6) kişidir. Katılımcıların 457'si (%91,4) akıllı telefon kullanırken, 43'ü (%8,6) akıllı telefon kullanmamaktadır. Akıllı telefon kullanan katılımcıların kullanma sürelerine göre dağılımı şu şekildedir: 48'i (%9,6) 0-1 yıl arasındadır, 58'i (%11,6) 1-2 yıl arasındadır, 102'si (%20,4) 3-5 yıl arasındadır, 122'si (%24,4) 5-7 yıl arasındadır ve 170'i (%34,0) 7 yıldan daha uzun süredir akıllı telefon

kullanmaktadır. Katılımcıların günlük olarak telefonlarını kaç kez kontrol ettiklerine göre dağılımı ise şu şekildedir: 62'si (%12,4) günde 10 kezden az, 80'i (%16,0) günde 10-20 kez, 127'si (%25,4) günde 20-30 kez, 123'ü (%24,6) günde 30-40 kez ve 108'i (%21,6) günde 40 kezden fazla telefonlarını kontrol etmektedir. Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği cinsiyete göre incelendiğinde, çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği (toplam puan ve alt boyutları), ve üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeği (güvenli, kaçınan ve kaygılı/kararsız bağlanma alt boyutları) toplam puanlarının, katılımcıların cinsiyetine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>0.05$).

Tablo 1. Örneklemnin Sosyo-demografik Özelliklerinin Dağılımı

	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kadın	298	59.6
Erkek	202	40.4
Yaşadığı Yer		
Ev	138	27.6
Yurt	106	21.2
Aile ile birlikte	107	21.4
Arkadaşlar ile birlikte	92	18.4
Diğer	57	11.4
Anne Sağ		
Evet	387	77.4
Hayır	113	22.6
Baba Sağ		
Evet	347	69.4
Hayır	163	30.6
Akıllı Telefon Kullanımı		
Evet	457	91.4
Hayır	43	8.6
Akıllı Telefon Kullanım süreleri		
0-1 yıl	48	9.6
1-2 yıl	58	11.6
3-5 yıl	102	20.4
5-7 yıl	122	24.4
7 yıl ve üzeri	170	34.0
Gün içerisinde telefonu kullanma süreleri		
10'dan az	62	12.4
10-20 kez	80	16.0
20-30 kez	127	25.4
30-40 kez	123	24.6
40 ve üzeri	108	21.6

Tablo 2. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Yaşanılan Yere Göre ANOVA Sonuçları

		N	X	Ss	F	p	Fark
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Ev ₁	138	30.78	16.45	7.759	.000	4>1,2,3
	Yurt ₂	106	33.14	13.89			5>1
	Aile ile birlikte ₃	107	34.85	13.74			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	41.11	14.51			
	Diğer ₅	57	38.77	17.00			
Algılanan Sosyal Destek	Ev ₁	138	53.52	15.93	6.757	.000	5<1,2
	Yurt ₂	106	49.55	12.81			5<3,4
	Aile ile birlikte ₃	107	50.99	14.69			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	49.73	12.82			
	Diğer ₅	57	41.88	15.07			
Aile Desteği	Ev ₁	138	18.04	5.85	17.443	.000	5<1,2
	Yurt ₂	106	16.46	4.54			5<3,4
	Aile ile birlikte ₃	107	17.13	5.03			4<1
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	15.34	4.89			
	Diğer ₅	57	11.65	4.55			
Arkadaş Desteği	Ev ₁	138	17.98	5.50	2.914	.021	5<1
	Yurt ₂	106	16.91	4.57			
	Aile ile birlikte ₃	107	17.31	5.01			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	17.36	5.21			
	Diğer ₅	57	15.19	6.50			
Özel Kişi Desteği	Ev ₁	138	17.50	6.09	2.316	.056	-
	Yurt ₂	106	16.18	4.88			
	Aile ile birlikte ₃	107	16.55	5.39			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	17.03	4.92			
	Diğer ₅	57	15.04	6.60			
Güvenli Bağlanma	Ev ₁	138	15.26	5.47	1.437	.221	-
	Yurt ₂	106	15.30	3.95			
	Aile ile birlikte ₃	107	15.77	4.45			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	16.01	4.41			
	Diğer ₅	57	16.84	4.90			

Kaçınan Bağlanma	Ev ₁	138	18.12	8.67	12.549	.000	5>1,2
	Yurt ₂	106	18.91	6.85			5>3,4
	Aile ile birlikte ₃	107	20.01	7.50			4>1
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	21.30	8.16			
	Diğer ₅	57	26.46	7.99			
Kaygılı/ Kararsız Bağlanma	Ev ₁	138	15.60	7.29	11.688	.000	5>1,2
	Yurt ₂	106	16.34	5.76			5>3,4
	Aile ile birlikte ₃	107	16.87	6.56			
	Arkadaşlar ile birlikte ₄	92	17.97	6.99			
	Diğer ₅	57	22.58	7.23			

Akıllı telefon bağımlılığı: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 7.759$, $p < .01$. Evde yaşayan bireyler ($X = 30.78$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha düşük akıllı telefon bağımlılığı puanlarına sahiptir. Algılanan sosyal destek: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 6.757$, $p < .01$. Evde yaşayan bireyler ($X = 53.52$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek algılanan sosyal destek puanlarına sahiptir. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 41.88$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha düşük algılanan sosyal destek puanlarına sahiptir. Aile desteği: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 17.443$, $p < .01$. Evde yaşayan bireyler ($X = 18.04$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek aile desteği puanlarına sahiptir. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 11.65$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha düşük aile desteği puanlarına sahiptir. Arkadaş desteği: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 2.914$, $p < .05$. Evde yaşayan bireyler ($X = 17.98$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek arkadaş desteği puanlarına sahiptir. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 15.19$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha düşük arkadaş desteği puanlarına sahiptir. Kaçınan bağlanma: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 12.549$, $p < .01$. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 26.46$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek kaçınan bağlanma puanlarına sahiptir. Kaygılı/kararsız bağlanma: Yaşam yeri ile anlamlı farklılık gösterir. $F(4,495) = 11.688$, $p < .01$. Diğerleriyle birlikte yaşayan bireyler ($X = 22.58$) diğer yaşam yerleri ile karşılaştırıldığında daha yüksek kaygılı/kararsız bağlanma puanlarına sahiptir.

Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Anne Sağ/Vefat Durumu incelendiğinde, Annesinin sağ olması, algılanan sosyal desteği ve bağlanma stillerini olumlu yönde etkilemektedir. Algılanan sosyal destek: Annesinin sağ olması, algılanan sosyal destek puanlarını 52.03'e, annesi vefat etmiş olması ise 43.54'e yükseltmektedir. Bu fark, $t(498) = 5.553$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağlanma stilleri: Annesinin sağ olması, kaçınan bağlanma puanlarını 19.19'a, annesi vefat etmiş olması ise 23.78'e düşürmektedir. Bu fark, $t(498) = -5.348$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Annesinin sağ olması, kaygılı/kararsız bağlanma puanlarını 16.43'e, annesi vefat etmiş olması ise 20.10'a düşürmektedir. Bu fark, $t(498) = -4.972$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. ***Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Baba Sağ/Vefat Durumuna göre incelendiğinde,*** Babasının sağ olması, algılanan sosyal desteği ve bağlanma stillerini olumlu yönde etkilemektedir. Algılanan sosyal destek: Babasının sağ olması, algılanan sosyal destek puanlarını 51.07'ye, babası vefat etmiş olması ise 47.95'e yükseltmektedir. Bu fark, $t(498) = 2.191$, $p < .05$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Bağlanma stilleri: Babasının sağ olması, kaçınan bağlanma puanlarını 19.20'ye, babası vefat etmiş olması ise 22.55'e düşürmektedir. Bu fark, $t(498) = -4.254$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. Babasının sağ olması, kaygılı/kararsız bağlanma puanlarını 16.35'e, babası vefat etmiş olması ise 19.33'e düşürmektedir. Bu fark, $t(498) = -4.444$, $p < .01$ ile istatistiksel olarak anlamlıdır. ***Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Akıllı Telefon Kullanma Durumu incelendiğinde,*** Akıllı telefon kullanan bireylerin algılanan sosyal destek puanları ($x = 50.61$), akıllı telefon kullanmayan bireylerin algılanan sosyal destek puanlarından ($x = 44.81$) istatistiksel olarak daha yüksektir. Bu, akıllı telefon kullanan bireylerin daha fazla sosyal destek aldığını göstermektedir. Akıllı telefon kullanan bireylerin telefon bağımlılığı puanları ($x = 35.43$), akıllı telefon kullanmayan bireylerin telefon bağımlılığı puanlarından ($x = 30.05$) istatistiksel olarak daha yüksektir. Bu, akıllı telefon kullanan bireylerin daha fazla telefon bağımlılığına sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Akıllı Telefon Kontrol Sıklığına Göre ANOVA Sonuçları

		N	X	Ss	F	p	Fark
Akıllı Telefon Bağımlılığı	10'dan az ₁	62	18.39	12.18	56.574	.000	5>1,2,3,4
	10-20 kez ₂	80	26.81	13.03			4>1,2,3
	20-30 kez ₃	127	34.10	13.45			3>1,2
	30-40 kez ₄	123	40.51	12.37			2>1
	40'tan fazla ₅	108	45.21	13.07			
Algılanan Sosyal Destek	10'dan az ₁	62	48.31	21.22	1.775	.133	-
	10-20 kez ₂	80	49.71	16.41			
	20-30 kez ₃	127	48.57	11.96			
	30-40 kez ₄	123	50.18	11.35			
	40'tan fazla ₅	108	53.18	15.02			
Aile Desteği	10'dan az ₁	62	16.27	7.24	.227	.923	-
	10-20 kez ₂	80	15.94	6.00			
	20-30 kez ₃	127	16.24	4.61			
	30-40 kez ₄	123	16.23	4.55			
	40'tan fazla ₅	108	16.68	5.65			
Arkadaş Desteği	10'dan az ₁	62	16.23	7.10	2.694	.030	5>3
	10-20 kez ₂	80	16.98	5.79			
	20-30 kez ₃	127	16.45	4.49			
	30-40 kez ₄	123	17.45	4.28			
	40'tan fazla ₅	108	18.42	5.60			
Özel Kişi Desteği	10'dan az ₁	62	15.81	7.43	2.791	.026	5>3
	10-20 kez ₂	80	16.80	5.75			
	20-30 kez ₃	127	15.89	4.67			
	30-40 kez ₄	123	16.50	4.83			
	40'tan fazla ₅	108	18.08	5.86			
Güvenli Bağlanma	10'dan az ₁	62	12.89	5.22	9.269	.000	1<3,4,5
	10-20 kez ₂	80	15.06	4.92			2<5
	20-30 kez ₃	127	16.24	4.94			
	30-40 kez ₄	123	15.73	3.83			
	40'tan fazla ₅	108	17.10	4.18			

Kaçınan Bağlanma	10'dan az ₁	62	16.42	8.66	5.330	.000	1<3,5
	10-20 kez ₂	80	20.34	8.23			
	20-30 kez ₃	127	20.94	7.62			
	30-40 kez ₄	123	19.65	7.58			
	40'tan fazla ₅	108	22.14	8.80			
Kaygılı/Kararsız Bağlanma	10'dan az ₁	62	13.73	6.89	6.246	.000	1<2,3,4,5
	10-20 kez ₂	80	17.61	6.95			
	20-30 kez ₃	127	17.51	6.79			
	30-40 kez ₄	123	16.89	6.73			
	40'tan fazla ₅	108	19.15	7.24			

Akıllı telefon kullanım süresi ile telefon bağımlılığı arasında pozitif ilişki vardır. 0-1 yıldır akıllı telefon kullanan bireylerin telefon bağımlılığı puanları ($x = 23.08$), 7 yıldan uzun süredir akıllı telefon kullanan bireylerin telefon bağımlılığı puanlarından ($x = 41.52$) istatistiksel olarak daha düşüktür. Akıllı telefon kullanım süresi ile kaçınan bağlanma arasında pozitif ilişki vardır. 0-1 yıldır akıllı telefon kullanan bireylerin kaçınan bağlanma puanları ($x = 17.44$), 7 yıldan uzun süredir akıllı telefon kullanan bireylerin kaçınan bağlanma puanlarından ($x = 21.79$) istatistiksel olarak daha düşüktür. Akıllı telefon kullanım süresi ile kaygılı/kararsız bağlanma arasında pozitif ilişki vardır. 0-1 yıldır akıllı telefon kullanan bireylerin kaygılı/kararsız bağlanma puanları ($x = 14.83$), 7 yıldan uzun süredir akıllı telefon kullanan bireylerin kaygılı/kararsız bağlanma puanlarından ($x = 18.04$) istatistiksel olarak daha düşüktür. **Yeni Akıllı Telefon Ölçeği, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları incelendiğinde**, Akıllı telefon bağımlılığı ile kaçınan bağlanma arasında pozitif, zayıf ilişki vardır ($r = .208$, $p < .01$). Akıllı telefon bağımlılığı ile kaygılı/kararsız bağlanma arasında pozitif, zayıf ilişki vardır ($r = .236$, $p < .01$). Algılanan sosyal destek ile güvenli bağlanma arasında pozitif, zayıf ilişki vardır ($r = .108$, $p < .05$). Kaçınan bağlanma ile algılanan sosyal destek arasında negatif, zayıf ilişki vardır ($r = -.158$, $p < .01$). Kaygılı/kararsız bağlanma ile algılanan sosyal destek arasında negatif, zayıf ilişki vardır ($r = -.136$, $p < .01$).

Tablo 4. Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeğinin Yeni Akıllı Telefon Ölçeği Üzerindeki Yordayıcı Etkisine İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

		B	Standart Hata	β	t	R	R ²	F	p
Model 1	Sabit	26.04	1.78	-	14.61	.236	.054	29.27	.000
	Kaygılı/Kararsız Bağlanma	.52	.10	.24	5.41				
Model 2	Sabit	17.60	2.91	-	6.06	.283	.076	21.66	.000
	Kaygılı/Kararsız Bağlanma	.55	.09	.25	5.79				
	Arkadaş Desteği	.46	.13	.16	3.65				
Model 3	Sabit	20.19	3.09	-	6.54	.301	.085	16.47	.000
	Kaygılı/Kararsız Bağlanma	.51	.10	.23	5.37				
	Arkadaş Desteği	.71	.16	.25	4.34				
	Aile Desteği	-.39	.16	-.14	-2.38				
Model 4	Sabit	18.43	3.18	-	5.79	.315	.092	13.63	.000
	Kaygılı/Kararsız Bağlanma	.30	.14	.14	2.22				
	Arkadaş Desteği	.72	.16	.25	4.39				
	Aile Desteği	-.49	.17	-.17	-2.88				

Model 1: Kaygılı ve kararsız bağlanma, akıllı telefon bağımlılığını %05 oranında yordamaktadır (R = .236, F = 29.270, p < .01). **Model 2:** Kaygılı ve kararsız bağlanma ile arkadaş desteği, akıllı telefon bağımlılığını %08 oranında yordamaktadır (R = .283, F = 21.660, p < .01). **Model 3:** Kaygılı ve kararsız bağlanma, arkadaş desteği ve aile desteği, akıllı telefon bağımlılığını %08 oranında yordamaktadır (R = .301, F = 16.470, p < .01).

Model 4: Kaygılı ve kararsız bağlanma, arkadaş desteği, aile desteği ve güvenli bağlanma, akıllı telefon bağımlılığını %09 oranında yordamaktadır ($R = .315$, $F = 13.630$, $p < .01$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Çalışmanın sonuçlarına göre, cinsiyet temelinde yeni akıllı telefon kullanımıyla ilgili toplam puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bu sonuç, Perry ve Lee'nin (2007) çalışmasıyla uyumlu bir şekilde, cinsiyetin akıllı telefon bağımlılığı üzerinde etkili olmadığını göstermektedir. Aynı şekilde, Hakoama ve Hakoyama'nın (2011) yaptığı çalışmada da cinsiyet ile akıllı telefon bağımlılığı arasında bir ilişki bulunmadığı belirtilmiştir. Kuyucu'nun (2017) çalışması, erkeklerin akıllı telefon bağımlılığının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Jenaro ve arkadaşlarının (2007) çalışması, kadınların cep telefonlarını daha sık kullandığını ifade etmiştir. Araştırmalar, kadınların iletişim ve ilişkileri güçlendirmek amacıyla telefonlarını daha fazla kullandığını, erkeklerin ise daha çok eğlence amaçlı kullanım eğiliminde olduğunu göstermektedir. Araştırmada, yaşam durumunun akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bulgular, arkadaşlarıyla yaşayan bireylerin bağımlılık puanlarının evde yaşayanlar, yurttan yaşayanlar ve ailesiyle birlikte yaşayanlara göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Sanal ve Özer'in (2017) çalışması da bu bulguyu desteklemekte olup, evde yaşayan öğrencilerin yurttan yaşayanlara kıyasla akıllı telefon bağımlılığı puanlarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir.

Araştırma, cinsiyet ve yaşam durumu gibi faktörlerin akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisini incelemiştir ve benzer araştırmalarla uyumlu sonuçlar elde etmiştir. Cinsiyete göre akıllı telefon bağımlılığı puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak yaşam durumuna göre akıllı telefon bağımlılığı puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ayrıca, araştırma babası hayatta olan bireylerle babası vefat etmiş olanlar arasında telefon bağımlılığı puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğunu göstermiştir. Bu sonuçlar, Castell ve arkadaşlarının (2004) çalışmasıyla uyumlu bir şekilde, evli ebeveynlere sahip olan bireylerin boşanmış veya vefat etmiş ebeveynlere sahip olanlara göre daha yüksek telefon kullanım sıklığına sahip olduğunu desteklemektedir. Zulkefly'nin (2009) çalışması da aile birlikteliği ve ailesel gelir düzeyinin telefon kullanımını etkilediğini belirtmiştir. Benzer şekilde, Talan, Korkmaz ve Gezer'in (2016) çalışması, aile üyeleriyle

birlikte yaşamının ve ailelerin sosyoekonomik düzeyinin akıllı telefon kullanım sıklığı üzerinde etkili olduğunu göstermiştir.

Akıllı telefon kullanımı, bağımlılık düzeyini artırmaktadır. Bu bulgular, Gezgin ve Çakır'ın (2016) ile Yıldırım, Şar ve Civan'ın (2015) yaptığı çalışmalarla örtüşmektedir. Günlük olarak 8 saatten fazla telefon kullananların da bağımlılık düzeyinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Telefonu günlük 40'tan fazla kez kontrol eden bireylerin, daha az kontrol edenlere göre daha yüksek bağımlılık puanlarına sahip olduğu bulunmuştur. Bu etki, kullanım süresi, kullanım deneyimi ve kontrolsüz kullanımla artmaktadır. Ayrıca cinsiyet, algılanan sosyal destek ile bağımlılık düzeyi arasında anlamlı bir ilişkiye sahip değildir. Bu çalışma, akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki faktörleri incelemiştir. Cinsiyet, yaşam durumu, aile yapısı, kullanım süresi ve kullanım sıklığı gibi faktörler, akıllı telefon bağımlılığı üzerinde etkili olabilir. Bu bulgular, daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu ve daha geniş örnekleme yapılan çalışmalarla teyit edilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Ayrıca, bu çalışma diğer kişilerle aynı evde yaşayan bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyinin, evde yaşayanlar, yurtda yaşayanlar, ailesiyle yaşayanlar ve arkadaşlarıyla yaşayanlara kıyasla istatistiksel olarak daha düşük olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar, daha önceki araştırmalarla uyumlu bir şekildedir ve evde yaşamının sosyal destek algısını artırabileceğini göstermektedir (Tepeli Temiz ve Ulusoy Gökçek, 2020; Saygın, 2008). Akıllı telefon bağımlılığı, günlük olarak akıllı telefonlarını 40'tan fazla kontrol eden bireylerde daha yüksektir, bu sonuç literatürde benzer çalışmalar mevcuttur (Karaçorlu, Oğuzöncül, Pirinççi ve Deveci, 2019). Cinsiyete göre algılanan sosyal destek puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (Demirtaş, 2007; Ham, Hayes ve Hope, 2005; Çeçen, 2008). Diğerleriyle birlikte yaşayan bireylerin algıladıkları sosyal destek düzeyi, evde yaşayanlar, yurtda yaşayanlar, ailesiyle yaşayanlar ve arkadaşlarıyla yaşayanlara göre daha düşüktür (Tepeli Temiz ve Ulusoy Gökçek, 2020; Saygın, 2008).

Anne ve babası hayatta olan bireylerin sosyal destek algısı ve alt boyut puanları, anne ve babası vefat etmiş olan bireylerden istatistiksel olarak daha yüksektir (Aydın, Kahraman ve Hiçdurmaz, 2017; Şahin, İşleyen ve Özdemir, 2012). Akıllı telefon kullanan bireylerin sosyal destek puanları ve alt boyut puanları, akıllı telefon kullanmayan bireylerin puanlarından istatistiksel olarak daha düşüktür (Herrero, Urunea ve ark., 2017; Kim, 2017).

Uzun süreli akıllı telefon kullanımının sosyal destek puanlarını artırıcı bir etkisi olduğu görülmektedir (Ghasempour ve Mahmoodi Aghdam, 2015; Arpacı, Baloğlu, Özteke Kozan ve Kesici, 2017; Karaçorlu, Oğuzöncül, Pirinççi ve Deveci, 2019). Günlük olarak sıkça akıllı telefon kontrol eden bireylerin sosyal destek puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Günlük olarak az kez kontrol eden bireylerin kaçınan bağlanma ve kaygılı/kararsız bağlanma puanlarının daha düşük olduğu gözlemlenmiştir (Delevi, Bugay Sökmez ve Avcı, 2018; Kim ve Koh, 2018). Araştırma, akıllı telefon kullanımı ile bireylerin bağlanma stilleri arasında pozitif ve zayıf düzeyde ilişkiler olduğunu bulmuştur. Bu sonuçlar, akıllı telefon kullanımının bireylerin bağlanma stillerini etkileyebileceğini işaret etmektedir. Ayrıca, günlük akıllı telefon kontrol sıklığının artmasıyla kaçınan bağlanma ve kaygılı/kararsız bağlanma puanlarının arttığı gözlemlenmiştir, bu da akıllı telefon kullanımının bağlanma stilleri üzerinde olumsuz etkilere sahip olabileceğini düşündürmektedir. Ayrıca, araştırma akıllı telefon kullanımı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelediğinde, akıllı telefon bağımlılığı puanlarının kaygılı/kararsız bağ lanma puanları tarafından istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde tahmin edildiğini göstermiştir. Bu sonuçlar, akıllı telefon bağımlılığının bireylerin bağlanma stillerini etkileyebileceğini ve bu etkinin algılanan sosyal destek üzerinde de bir yansıması olduğunu göstermektedir. Tüm bu bulgular, sosyal ilişkilerin, bağlanma stillerinin ve akıllı telefon kullanımının birbirine karmaşık şekilde bağlı olduğunu ve bu ilişkilerin etkileyen birçok faktörün olduğunu vurgulamaktadır. Bu nedenle, sosyal destek, bağlanma stilleri ve akıllı telefon kullanımı arasındaki ilişkilerin daha iyi anlaşılabilmesi için daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Bu çalışma, akıllı telefon bağımlılığı, bağlanma stilleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkileri araştırmış ve bulguları aşağıdaki şekilde özetlenebilir: Bulgular, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stillerine sahip bireylerin akıllı telefon bağımlılığı riskinin daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, algılanan sosyal desteğin akıllı telefon bağımlılığını azaltmada etkili olduğu gözlemlenmiştir. Bu sonuçlardan yola çıkarak, farklı yaş grupları üzerinde benzer çalışmalar yapılması önerilmiştir. Ailelere ve eğitim kurumlarına elde edilen bulguların aktarılması önemlidir, özellikle çocuklar ve gençler arasında sağlıklı bağlanma stillerini teşvik etmek için farkındalık artırılabilir. Üniversite psikolojik danışma merkezleri, öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı sorunlarına odaklanarak destek sağlayabilirler. Politika yapıcılar, bilinçli teknoloji kullanımını teşvik etmek ve akıllı telefon

bağımlılığını önlemek için kamu kampanyaları düzenleyebilirler. Okullar ve üniversiteler, öğrencilere sağlıklı teknoloji kullanımı ve bağlanma stilleri hakkında bilgi sağlamak için eğitim programları geliştirebilirler. Ayrıca, ulusal düzeyde akıllı telefon bağımlılığı ve olumsuz sonuçlarıyla ilgili kampanyalar yürütülmelidir. Bu çalışmanın bulguları, akıllı telefon bağımlılığı, bağlanma stilleri ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkileri anlamamıza yardımcı olmuş ve önemli önerilere ışık tutmuştur.

KAYNAKÇA

Ada, S., & Tatlı, H. (2013). Akıllı telefon kullanımını etkileyen faktörler üzerine bir araştırma. *Akademik Bilişim 2013 – 15. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri (23-25 Ocak 2013, Akdeniz Üniversitesi, Antalya)*, 177-182.

Arora, H., & Gupta, S. (2022). Nomophobia: A review of the literature. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 222–232.

Aydın, A., Kahraman, N., & Hiçdurmaz, D. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi olma düzeylerinin belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(1), 40-47.

Boumosleh, J., & Jaalouk, D. (2018). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve akademik performans ile ilişkisi. *Global Journal of Health Science*, 10(1), 48-59. <https://doi.org/10.5539/gjhs.V10n1p48>

Castells, M., Fernandez-Ardevol, M., Qiu, J. L., & Sey, A. (2004). The mobile communication society: A cross-cultural analysis of available evidence on the social uses of wireless communication technology. USC, University of Southern California, Annenberg School for Communication.

Ching, T. Y., Dillon, H., Button, L., Seeto, M., Van Buynder, P., Marnane, V., ... Leigh, G. (2017). Age at intervention for permanent hearing loss and 5-year language outcomes. *Pediatrics*, 140(3), e20164274. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-4274>

Çağlak, U. (2019). WhatsApp, WhatsApp Grupları ve Kullanım Alışkanlıkları: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12 (66), 626-639.

Çeçen, D. (2017). Yetişkinlerde bağlanma stilleri ile benlik saygısı ve sürekli kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul.

Delevi, R., Bugay Sökmez, A., Avcı, D. (2018). Technology Use, Attachment Styles, and Gender Roles in the Dissolution of Romantic Relationships in Turkey. *Itobiad: Journal of the Human ve Social Science Researches*, 7(2).

Gezgin, D. M., Çakır, Ö. (2016). Analysis of nomophobic behaviors of adolescents regarding various factors. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2504-2519.

Ghasempour, A., ve Mahmoodi-Aghdam, M. (2015). The role of depression and attachment styles in predicting students' addiction to cell phones. *Addiction ve Health*, 7(3-4), 192-197.

Hakoama, M., Hakoyama, S. (2011). The impact of cell phone use on social networking and development among college students. *The American Association of Behavioral and Social Sciences Journal*, 15(1), 20.

Ham, L., Hayes, S.A., ve Hope, D.A. (2005). Gender Differences in Social Support For Socially Anxious Individuals. *Cognitive Behaviour Therapy*, 34(4), 201-206.

Han, S., Kim, K. J., Kim, J. H. (2017). Understanding nomophobia: Structural equation modeling and semantic network analysis of smartphone separation anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(7), 419-427.

Haug, S., Castro, R. P., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., & Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 299-307. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.037>

Herrero, J., Urueña, A., Torres, A., ve Hidalgo, A. (2019). Socially connected but still isolated: Smartphone addiction decreases social support over time. *Social Science Computer Review*, 37(1), 73-88.

Hooper, A., Segall, P., & Zebker, H. (2007). Persistent scatterer interferometric synthetic aperture radar for crustal deformation analysis, with application to Volcán Alcedo, Galápagos. *Journal of Geophysical Research: Solid Earth*, 112(B04707). <https://doi.org/10.1029/2006jb004763>

Kayabaş, İ. (2016). Mobil Teknolojiler. Yüzer T. V. ve Mutlu, M. E. (Ed.), *Yeni iletişim teknolojileri* (s. 100-134). Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Yayınları.

Kuyucu, M. (2017). Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: "akıllı telefon (kolik)" üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition*, 7(14), 328-359

Kwon, M., Lee, J. Y., ve Lee, S. M. (2014). Nomophobia: Development and validation of a scale to measure nomophobia. *Computers in Human Behavior*, 39, 408-415.

Sabirli, B. (2018). Üniversite öğrencilerindeki akıllı telefon kullanım sıklığının benlik saygısı ve çeşitli değişkenlerle ilişkisi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016). Relationships among Smartphone Addiction, Stress, Academic Performance and Satisfaction with Life, *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325.

Wood, J. V., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2007). The role of attachment in the relationship between social support and depression: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 27(6), 853–872.

Sanal, Y., & Özer, Ö. (2017). Smartphone addiction and the use of social media among university students: Bir durum değerlendirmesi. *Mediterranean Journal of Humanities*, VII (2), 367-377. [https://mjh.akdeniz.edu.tr/VII/2\(2017\)](https://mjh.akdeniz.edu.tr/VII/2(2017))

Saygın, Y. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Konya.

Shambare, S., ve Sharma, S. (2012). Attachment style, social support, and mental health among college students in India. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(2), 283-296

Pirinççi E, Karaçorlu FN, Oğuzöncül AF, Deveci SE. Nomophobia and Related Factors in Students of a Faculty of Humanities and Social Sciences. *Bezmialem Science* 2021;9(4):424-31.

Temiz Z. T., Gökçek V. U. Yurttan Kalan Üniversite Öğrencilerinin Anksiyete, Sosyal Destek ve Yaşam Doyum Düzeyleri ile Baş Etme Stillерinin İncelenmesi*. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*. 2020; (15): 431-458.

Yılmaz, S., ve Yıldırım, T. (2016). Nomofobi ve kaygı: Bir üniversite öğrencisi örneklemini üzerinde bir araştırma. Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bülteni, 32(3), 377-390.

Zulkefly S, Baharudin R. Mobile phone use amongst students in a University in Malaysia: Its Correlates and Relationship to Psychological Health. European Journal of Scientific Research. 2009;37(2):206–18.