



# Covid-19 Salgın Döneminde Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığının İncelenmesi

*Birgül Çiçek\**  
*Hande Şahin\*\**  
*Sibel Erkal\*\*\**

52

## Öz

Bu çalışma, Covid-19 salgını ile birlikte yaşamlarında ilk kez küresel çapta salgına tanıklık eden öğrencilerin salgın döneminde akıllı telefon bağımlılığı riskinin farklı demografik özellikler açısından incelenmesini amaçlamaktadır. Ayrıca çalışmada öğrencilerin salgın öncesi ve salgın dönemindeki telefon kullanım süresini, sürenin artışı söz konusu ise kullanım amacını, kullanılan özellikler ve programlar açısından karşılaştırmalar da yapılmıştır. Araştırmaya Türkiye’de üniversite eğitimine devam eden farklı sosyo-demografik özelliklere sahip öğrenciler (n=337) katılmıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre; öğrencilerin Covid-19 salgın döneminde telefon kullanım sürelerinin arttığı ve akıllı telefonu en çok gündemdeki haberleri takip etmek ve görüntülü konuşmak/haberleşmek amacıyla kullandıkları belirlenmiştir. Ayrıca salgın öncesinde günde ortalama 6, salgın döneminde 8 saatten fazla akıllı telefon kullanan, telefonunu günde 41 kereden fazla kontrol eden ve akıllı telefon bağımlısı olduğunu düşünen öğrencilerin, diğer öğrencilere göre akıllı telefon bağımlılığı riski taşıdığı saptanmıştır.

Elde edilen bulgular konuyla ilgili salgın öncesinde ve salgın döneminde yapılan sınırlı sayıdaki çalışmalarla tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Covid-19 Salgını, Akıllı Telefon Bağımlılığı, Bağımlılık, Üniversite Öğrencisi

\* Arş. Gör., Hacettepe Üniversitesi, İ.İ.B.F. Aile ve Tüketici Bilimleri, Ankara, Türkiye, birgulaydin@hacettepe.edu.tr, ORCID: 0000-0002-3985-6637

\*\* Prof. Dr., Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, Kırıkkale, Türkiye, hande\_k1979@yahoo.com, Orcid: 0000-0002-0012-0294

\*\*\* Prof. Dr., Hacettepe Üniversitesi, İ.İ.B.F. Aile ve Tüketici Bilimleri, Ankara, Türkiye, serkal@hacettepe.edu.tr, 0000-0002-8395-9705

## Abstract

This study aimed to investigate university students' risk of developing a smartphone addiction during the COVID-19 pandemic by different demographic characteristics. Furthermore, we endeavored to compare the duration of phone usage both before and during the pandemic as well as the purpose for using smartphones, and whether there was an increase in duration, in terms of the smartphone features and programs. Undergraduate students (n=337) studying in Turkey with different socio-demographic characteristics were included in the study. The results demonstrate that amount of time students' used smartphones increased during the COVID-19 pandemic and that they used them to follow the news and video chat/communication. Furthermore, according to results students, those who used smartphones for an average of six or more hours per day prior to the pandemic and an average of eight or more hours per day during the pandemic, who checked their phone more than 41 times a day and who thought that had a risk of smartphone addiction, had a higher risk of smartphone addiction than other students.

The findings obtained were discussed with the studies conducted on the subject before the pandemic and a limited number of studies conducted during the pandemic, and recommendations were made.

**Keywords:** Covid-19 Pandemic, Smartphone Addiction, Addiction, University Students

## Giriş

Teknolojinin hızla gelişmesinin insanların günlük yaşam pratiklerinde büyük etkileri olmaktadır. Günümüzde özellikle mobil teknolojilerdeki gelişmeler sonucunda ortaya çıkan akıllı telefonlar yaşamımızın vazgeçilmezi olarak yerini almıştır. Ada ve Tatlı (2012, s.3) akıllı telefonu “*diğer mobil telefonlara göre daha üst düzeyde bilgi işlem kabiliyeti ve bağlanabilirliğe sahip olan mobil telefon*” olarak tanımlamıştır. İnternete her an ulaşabilme imkânı, sosyal ağların hayatın vazgeçilmezi haline gelmesi, fotoğraf/video çekme, görüntülü sohbet, navigasyon, veri paylaşımı, oyun-eğlence alışkanlıkları, alışveriş ve bankacılık gibi birçok mobil uygulama sayesinde artık telefonlar konuşma ve kısa mesaj atma gibi işlevlerinden çok daha farklı amaçlarla kullanılmaktadır (Dilek, 2019; Meral, 2017). Çakır ve Oğuz (2017) eklenen yeni özelliklerin ve kolay taşınabilirliğin akıllı telefon kullanımını yaygınlaştırdığını belirtmektedir. Bu haliyle akıllı telefonlar kullanıcıların yaşamlarında, çalışma hayatlarında ve öğrenme süreçlerinde kolaylık sağlamakta (Lee, Chang, Lin ve Cheng, 2014), alışkanlıklarında, davranışlarında ve değer yargılarında değişikliklere neden olmaktadır (Kumcağız, Terzi, Koç ve Terzi, 2020). Dolayısıyla akıllı telefon kullanımı önce bireylerin hayatını, genel olarak da toplumu büyük oranda etkilemektedir (Sanal ve Özer, 2017). Aktaş ve Yılmaz (2017) gençlerin teknolojiyle iç içe büyümeleri nedeniyle akıllı telefon kullanımının özellikle gençler arasında daha popüler ve yaygın olduğunu ifade etmiştir. Nitekim üniversite öğrencilerinin, sosyalleşme, iletişim kurma, e-posta alma/gönderme, oyun-eğlence, müzik dinleme gibi faaliyetlerle boş zamanlarını değerlendirme, eğitim-öğretim faaliyetleri için destek alma, bankacılık

işlemleri, alışveriş, fotoğraf ve video çekimi gibi amaçlarla akıllı telefon kullandıkları yapılan çalışmalarla belirlenmiştir (Aktaş ve Yılmaz, 2017; Çağan, Ünsal ve Çelik, 2014; Gezgin, Ümmet ve Hamutoğlu, 2020).

Akıllı telefonlar, sağladığı kolaylıklarla gençlerin yaşamlarına olumlu birçok katkı sağlarken (Kwon vd., 2013); alanyazında akıllı telefonların son zamanlarda gençler arasında yaygın olarak görülmeye başlayan ve davranışsal bir bağımlılık olarak tanımlanan akıllı telefon bağımlılığına neden olduğuna dikkat çekilmektedir (Gezgin, Hamutoğlu, Samur ve Yıldırım, 2018; Yusufoglu, 2017). Lin vd. (2014) akıllı telefon bağımlılığının tolerans, yoksunluk, obsesif-kompulsif belirtiler ve fonksiyonel bozukluklar olmak üzere dört bileşeni olduğunu belirtmektedir. Akıllı telefon bağımlılığı kavramı, henüz net olarak tanımlanmamışsa da çoğunlukla “*tefondan uzak kalamama, sık sık telefonu kontrol etme, akıllı telefonun aşırı kullanımı nedeniyle uykusuzluk ve uyku kalitesinin bozulması*” gibi belirtilerle ortaya çıkmaktadır (Kuyucu, 2017, s.335). Akıllı telefon bağımlılığının Türkiye’de ve dünyada gittikçe arttığı ve gençlerin bu bağımlılıktan olumsuz açılardan etkilendiği düşüncesi söz konusudur. Gençlerin üzerindeki olumsuz etkiler arasında yalnızlık ve utangaçlık gibi sosyal ve psikolojik problemler, kas iskelet sistemi sorunları vb. istenmeyen durumlar yer almaktadır (Aktaş ve Yılmaz, 2017; Kim ve Kim, 2015).

### **Covid-19 ve Akıllı Telefon Bağımlılığı**

İlk olarak Çin’in Wuhan eyaletinde ortaya çıkan ve Ocak 2020 itibariyle Covid-19 (Yeni Tip Korona virüs) olarak tanımlanan salgın, üç ay gibi kısa bir süre içerisinde tüm dünyayı etkisi altına almıştır. Dünyada hızla yayılmasıyla birlikte Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 11 Mart 2020’de Covid-19’u küresel salgın anlamına gelen “pandemi” olarak ilan etmiştir (WHO, 2020). Aynı gün Türkiye’de ise ilk Covid-19 vakası görülmüştür (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2020). Salgının yaşandığı tüm ülkelerde olduğu gibi ülkemizde de hükümet tarafından bazı önlemler alınmaya başlanmıştır. Günümüzde halen virüsün etkisinin devam ettiği her gün yeni vakaların ve kayıpların olduğu Covid-19 sürecinde korona virüsten korunma amaçlı önlemler kapsamında uygulanan sosyal mesafe kuralı, maske kullanımı, karantina, sokağa çıkma yasağı, seyahat kısıtlamaları, bazı büyükşehirlerle giriş çıkışların yasaklanması, bazı kurumların ve işyerlerinin kapatılması, esnek çalışma saatleri, uzaktan eğitim ve evden çalışma sistemine geçilmesi bu süreçte yaşanan değişimlerdendir. Tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de birçok alanda değişime ve dönüşüme neden olan Covid-19 salgını en başta sağlık, sosyo-ekonomik, psikolojik açılardan davranışlarımızı, yaşam tarzımızı, alışkanlıklarımızı sonuç olarak yaşantımızı büyük ölçüde etkilemiştir ve etkilemeye devam etmektedir.

Türkiye’de 12 Mart 2020 tarihi itibariyle Yükseköğretim Kurumu’na bağlı üniversitelerde eğitime geçici süreyle 3 hafta ara verilmiş olup, sonrasında uzaktan eğitimle eğitim ve öğretim faaliyetlerinin devam edilmesine karar verilmiştir (Koronavirüs Bilgilendirme

Notu:1, 2020). 04 Nisan 2020 tarihinde ise T.C. İç İşleri Bakanlığı tarafından yayınlanan genelge ile üniversite öğrencilerinin bir kısmını etkileyen 20 yaş altı vatandaşlar için sokağa çıkma sınırlandırması getirilmiştir<sup>1</sup>. Sosyal mesafeye önem verilmesi, belirli günlerde verilen sokağa çıkma yasakları, işyerlerinin, eğlence ve kültür merkezlerinin, restoranların, alışveriş merkezlerinin ve okulların geçici süre ile kapatılması, eğitim sisteminin uzaktan eğitime dönüşmesiyle üniversite öğrencileri arkadaşlarından, sosyal yaşamlarından, kampüs yaşantısından uzaklaşmıştır. Duyulan yalnızlık, aile, arkadaş, yakın çevre ile iletişime geçme isteği, eğitim öğretim faaliyetlerini ve gündemi takip etme, alışveriş yapma, boş zamanlarını değerlendirme gibi nedenlerle öğrencilerin akıllı telefon kullanım süresinin arttığı, süre artışına bağlı olarak akıllı telefon bağımlılığı riskinin Covid-19 salgın döneminde yükseldiği düşünülmektedir. Buradan hareketle, bu çalışma ile Covid-19 salgını ile birlikte yaşamlarında ilk kez küresel çapta salgına tanıklık eden ve salgının olumsuz etkilerinin azaltılması amacıyla alınan kararlar ve önlemler ile gerçekleştirilen uygulamaların mevcut düzenlerini değiştirerek eğitimlerine devam etmek zorunda kalan öğrencilerin salgın döneminde akıllı telefon bağımlılığı riskinin farklı demografik özellikler açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Ayrıca öğrencilerin salgın öncesi ve salgın dönemindeki telefon kullanım süresini, sürenin artışı söz konusu ise kullanım amacını, kullanılan özellikler ve programlar açısından karşılaştırma da yapılmıştır. Bununla birlikte mevcut eğitim sisteminin uzaktan eğitime geçmesiyle öğrencilerin eğitimlerini akıllı telefon aracılığıyla sürdürme durumlarının belirlenmesi de çalışmanın diğer amaçlarındandır.

Konuyla ilgili alan yazından çalışmalar incelendiğinde; Covid-19 salgın sürecinde üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığına ilişkin herhangi bir çalışmaya rastlanmamışken; sınırlı sayıda Covid-19 sürecinde sosyal medya kullanımı (Gülyüz, Esentaş, Yıldız ve Güzel, 2020; Kaya, 2020; Lin, Broström, Griffiths ve Pakpour, 2020;), internet bağımlılığı (Prakash, Yadav ve Singh, 2020; Dong, Yang, Lu ve Hao, 2020), problemlili teknoloji kullanımı (Göker ve Turan, 2020) gibi konularda yapılan yurt içi ve yurt dışı çalışmalara rastlanılmıştır. Bu nedenle yapılan bu çalışma ile literatüre katkı sağlanacağı düşünülmektedir.

Bu çerçevede araştırmada şu sorulara cevap aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin salgın öncesinde ve salgın döneminde telefon kullanma süreleri farklılık göstermekte midir?
2. Üniversite öğrencilerinin salgın öncesinde ve salgın döneminde akıllı telefonda kullandıkları özellikler ve programlar farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?

1 <https://www.icisleri.gov.tr/65-yas-ve-uzeri20-yas-altikronik-rahatsızlığı-bulunan-kisilerin-sokaga-cıkma-kisitlamasi-istisnasi-genelgesi>

4. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski yaşa göre farklılık göstermekte midir?
5. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski öğrenim gördükleri sınıfa göre farklılık göstermekte midir?
6. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski salgından önce günlük ortalama akıllı telefon kullanma süresine göre farklılık göstermekte midir?
7. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski uzaktan eğitimle verilen dersleri akıllı telefon ile takip etme durumuna göre farklılık göstermekte midir?
8. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski salgın döneminde günlük ortalama akıllı telefon kullanma süresine göre farklılık göstermekte midir?
9. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski salgın döneminde akıllı telefonu kontrol etme sıklığına göre farklılık göstermekte midir?
10. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı riski kendisini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumuna göre farklılık göstermekte midir?

## Yöntem

### Araştırmanın Deseni, Evren ve Örneklemi

Bu çalışmanın evrenini; Türkiye’de üniversite eğitimine devam eden farklı sosyo-demografik özelliklere sahip öğrenciler oluşturmaktadır. Veriler, araştırmacılar tarafından hazırlanan çevrim içi anket linki üzerinden basit rasgele örnekleme yöntemiyle araştırmacıların öğrencilerine, öğrenciler aracılığıyla farklı öğrencilere gönderilerek toplanmıştır. Linkin ulaştığı kişilere çalışmanın amacı ve içeriği hakkında bilgi verilmiş olup, gönüllü olarak araştırmaya katılmayı kabul eden 337 üniversite öğrencisinden veriler toplanmıştır. Araştırma kapsamına alınan üniversite öğrencilerinin %81.9’u kadın, %18.1’i erkek öğrenci olup, %48.7’si 21-23, %36.2’si 18-20 yaş grubunda ve %15.1’i ise 24 yaş ve üzerindedir. Katılımcıların %34.7’sini ikinci sınıfta okuyan öğrenciler oluşturmaktadır.

### Veri Toplama Yöntem ve Araçları

Çalışmada veri toplamak amacıyla iki bölümden oluşan anket formu hazırlanmıştır. Birinci bölümde, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerine ilişkin demografik bilgiler (cinsiyet, yaş, sınıf, anne baba eğitim durumu, anne babanın salgın öncesinde ve salgın döneminde çalışma durumu, ailenin toplam aylık geliri) yer almaktadır. Ayrıca akıllı telefon kullanımına ilişkin (kaç yıldır akıllı telefon kullandığı, salgın öncesinde ve salgın döneminde akıllı telefonla ilgilendiği ortalama süreyi, salgın döneminde akıllı telefonunu kontrol etme sıklığını, kendisini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumunu, salgın öncesinde ve salgın döneminde kullandıkları uygulamaları ve programları belirlemeye yönelik) sorulara da yer verilmiştir.

Anketin ikinci bölümünde ise Kwon vd. (2013) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması ise Demirci ve arkadaşları (2014) tarafından yapılan “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (Smartphone Addiction Scale- SAS)” kullanılmıştır. 6’lı Likert tipinde geliştirilen ölçek 33 soru ile “Günlük Yaşamı Bozma ve Tolerans” (8 madde), “Çekilme Belirtileri” (7 madde), “Olumlu Beklentiler” (5 madde), “Sanal İlişkiler” (4 madde), “Aşırı Kullanım” (4 madde), “Sosyal Ağlara Bağımlılık” (2 madde) ve “Fiziksel Belirtiler” (3 madde) olmak üzere yedi alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte kesinlikle hayır (1), hayır (2), kısmen hayır (3), kısmen evet (4), evet (5) kesinlikle evet (6) puan almaktadır. Ölçekten alınan en düşük puan 33, en yüksek puan 198 olup, alınan puanların yüksekliği akıllı telefon bağımlılığı riskinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin iç güvenilirlik katsayısı Kwon vd. (2013) çalışmasında .967, Demirci vd. (2014) çalışmasında .947 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise ölçeğin iç güvenilirlik katsayısı .941 olarak bulunmuştur. Alpar (2011, s.815) iç güvenilirlik katsayısının .80 ile 1.00 arasında olmasını “yüksek derecede güvenilir”, .60 ile .79 arasında olmasını ise “oldukça güvenilir” şeklinde açıklamaktadır. Buna göre; Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin “yüksek derecede güvenilir” olduğu belirlenmiştir.

### **Veri Toplama Süreci**

Çalışmaya katılan öğrencilerin öncelikle gönüllü katılım formunu okuması sağlanmıştır. Formda, araştırmanın amacından bahsedilmiş, araştırma formuyla elde edilen bilgilerin bilimsel amaçla kullanılacağı, bilimsel etik kuralları çerçevesinde gizlilik içinde değerlendirileceği ve başka bir amaçla kullanılmayacağı belirtilmiştir. Katılımcıların bu şartları kabul ettikleri takdirde anket formuna erişimleri sağlanmıştır. Öğrencilerden salgın dönemindeki akıllı telefon kullanımlarını esas alarak sorulara cevap verilmesi istenmiştir.

### **Verilerin Analizi**

Araştırmanın verileri SPSS.21 programında değerlendirilmiştir. Katılımcılara ilişkin demografik ve açıklayıcı bilgiler frekans, yüzde, ortalama ve standart sapma gibi tanımlayıcı istatistiklerle ifade edilmiştir. Verilerin öncelikle normal dağılıp dağılmadığını belirlemek için normallik testi uygulanmıştır.

**Tablo 1. Çalışma Grubuna Ait “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği” Alt Boyutları Normallik Testi Sonuçları**

Normallik Testi Sonuçları						
Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği	Kolmogorov Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Kolmogorov-Smirnov İstatistiği	Sd	p	Shapiro-Wilk İstatistiği	Sd	p
Günlük Yaşamı Bozma ve Tolerans	0.075	337	0.000	0.978	337	0.000
Çekilme Belirtileri	0.114	337	0.000	0.964	337	0.000
Olumlu Beklentiler	0.092	337	0.000	0.978	337	0.000
Sanal İlişkiler	0.119	337	0.000	0.954	337	0.000
Aşırı Kullanım	0.138	337	0.000	0.931	337	0.000
Sosyal Ağlara Bağımlılık	0.234	337	0.000	0.851	337	0.000
Fiziksel Belirtiler	0.097	337	0.000	0.972	337	0.000
Toplam	0.099	337	0.000	0.970	337	0.000

Tablo 1 incelendiğinde, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği'ne ait alt boyut puanlarının gruplara göre normallik testi sonuçlarının normal dağılım göstermediği görülmektedir ( $p < .05$ ).  $p > .05$  olması durumunda ise ilgili değişkenin normal dağılımdan geldiği söylenir. Ancak örneklem büyük ( $n=337$ ) ve çarpıklık değerleri  $+1$ ,  $-1$  aralığında olduğu için puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği şeklinde yorumlanmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Araştırma hipotezlerinin testinde İki Grup Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) testleri yapılmıştır. ANOVA sonucunda istatistiksel olarak anlamlı fark saptandığı durumlarda ikili karşılaştırmalar için Scheffe Testi kullanılmıştır. Analizlerden elde edilen sonuçlar %95 güven aralığında ve  $\alpha=0.05$  anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

## Bulgular

**Tablo 2. Öğrencilerin Ailelerine İlişkin Özelliklere Göre Dağılımı**

Değişkenler	Gruplar	n	%
Ailenin Toplam Aylık Geliri	Asgari ücret ve altı (2324 TL ve -)	81	24,0
	2325-2999 TL	65	19,3
	3000-3999 TL	56	16,6
	4000-4999 TL	45	13,4
	5000-5999 TL	28	8,3
	6000 TL ve üzeri	62	18,4

Annenin eğitim durumu	Okuma yazma biliyor/ilkokul	150	44,5
	Ortaokul	67	19,8
	Lise	76	22,6
	Ön lisans	10	3,0
	Lisans ve üzeri	34	10,1
Babanın eğitim durumu	Okuma yazma biliyor/ilkokul	87	25,8
	Ortaokul	79	23,4
	Lise	87	25,8
	Ön lisans	18	5,4
	Lisans ve üzeri	66	19,6
Annenin salgından önce çalışma durumu	Ev hanımı/Hayırl	239	70,9
	Evet	81	24,0
	Emekli	17	5,1
Babanın salgından önce çalışma durumu	Evet	217	64,4
	Hayırl	23	6,8
	Emekli	87	25,8
	Sağ deęil	10	3,0
Annenin salgın sürecinde çalışma durumu	Ev hanımı/Hayırl	239	70,9
	Düzenli maaş ödemesi olan işi var	52	15,5
	Salgın döneminde işsiz kaldı	20	5,9
	Kendi işletmesine sahip	9	2,7
	Emekli	17	5,0
Babanın salgın sürecinde çalışma durumu	Çalışmıyor	23	6,8
	Düzenli maaş ödemesi olan işi var	127	37,7
	Salgın döneminde işsiz kaldı	36	10,7
	Kendi işletmesine sahip salgın döneminde açık	26	7,7
	Kendi işletmesine sahip salgın döneminde kapalı	25	7,4
	Emekli	90	26,7
	Sağ deęil	10	3,0
<b>Toplam</b>		<b>337</b>	<b>100,0</b>

Örnekleimde yer alan üniversite öğrencileri arasında ailesinin toplam aylık geliri asgari ücret ve altında olanlar (%24.0), annesi okuma yazma bilen veya ilkokul düzeyinde eğitime sahip olanlar (%44.5), eşit oranlarla babası okuma yazma bilen veya ilkokul düzeyinde



eğitime sahip olanlar ile lise (%25.8) mezunu olanlar, annesinin salgın öncesinde ve salgın sürecinde çalışmadığını belirten öğrenciler (%70.9) ile babasının salgından önce çalıştığını (%64.4), salgın sürecinde ise düzenli maaş aldığını belirten öğrenciler (%37.7) ilk sırada yer almaktadır (Tablo 2).

**Tablo 3. Öğrencilerin Akıllı Telefon Kullanımına İlişkin Bilgilerine Göre Dağılımı**

Değişkenler	Gruplar	n	%
Salgından önce günlük ortalama akıllı telefon kullanma süresi	1 saatten az	20	5,9
	1-3 saat	151	44,8
	4-5 saat	110	32,6
	6-7 saat	50	14,8
	8 saat ve üzeri	6	1,8
Uzaktan eğitimle verilen dersleri akıllı telefon ile takip etme durumu	Evet	196	58,2
	Hayır	141	41,8
Salgın döneminde günlük ortalama akıllı telefonun kullanım süresi	1-3 saat	41	12,2
	4-5 saat	99	29,3
	6-7 saat	97	28,8
	8 saat ve üzeri	100	29,7
Salgın döneminde akıllı telefonu kontrol etme sıklığı	10 kereden az	26	7,7
	10-20 kere	82	24,3
	21-30 kere	71	21,1
	31-40 kere	59	17,5
	41 kereden fazla	99	29,4
Kendisini akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirme durumu	Değilim	75	22,3
	Kısmen	192	57,0
	Bağımlıyım	70	20,7
<b>Toplam</b>		<b>337</b>	<b>100,0</b>

Tablo 3'e göre; örneklemdaki üniversite öğrencileri arasında salgından önce günde ortalama 1-3 saat akıllı telefon kullandığını belirtenler (%44.8) ilk sırada yer alırken; bunu %32.6 ile 4-5 saat kullananlar izlemektedir. Salgın döneminde ise günlük ortalama akıllı telefonun kullanım süresi artmakla birlikte; oranlar birbirine çok yakın olarak bulunmuştur. Öğrencilerin %29.7'si 8 saat ve üzerinde, %29.3'ü 4-5 saat ve %28.8'i ise 6-7 saat akıllı telefon kullandığını belirtmişlerdir. Buna göre, öğrencilerin salgın döneminde telefon kullanım sürelerinde artış yaşandığı belirlenmiştir. Salgından önce 8 saat ve üzerinde akıllı telefon kullandığını belirtenler %1.8 ile en az oranda iken, salgın döneminde

8 saat ve üzeri akıllı telefon kullandığını belirtenler %29.7 ile ilk sıradadır. Öğrencilerin yarısından biraz fazlası (%58.2) uzaktan eğitimle verilen dersleri akıllı telefonundan takip etmektedir. Öğrenciler arasında salgın döneminde akıllı telefonunu kontrol etme sıklığını günde 41 kereden fazla olduğunu belirtenler (%29.4) ile kendini “kısmen” akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirenler (%57.0) daha fazladır.

**Tablo 4. Öğrencilerin Salgın Öncesinde ve Salgın Döneminde Akıllı Telefonda En Çok Kullandıkları Özellikler ve Uygulamalara Göre Dağılımı**

Özellikler ve Uygulamalar*	Salgın öncesi		Salgın sonrası	
	n	%	n	%
Gündemi/ haberleri takip etme	182	54,0	237	70,3
E-mail gönderme	96	28,5	140	41,5
Sosyal medya	282	83,7	274	81,3
Oyun oynama	67	19,6	144	42,7
Dizi/film izleme	147	43,6	218	64,7
Sesli kitap dinleme	9	2,7	15	4,5
Görüntülü konuşma/haberleşme	165	49,0	226	67,1
Uzaktan eğitimle ders takip etme/ödev hazırlama	128	38,0	218	64,7
Fotoğraf/video çekme	163	48,4	125	37,1
Alışveriş yapma	103	30,6	143	42,4
Müzik dinleme	229	68,0	220	65,3

\*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

Çalışmaya katılan öğrencilerin salgın öncesinde ve salgın döneminde akıllı telefonda en çok kullandığı özellikler ve uygulamalar sorulmuş, birden fazla yanıt verebilecekleri belirtilmiştir. Verilen yanıtların sayısı ve oranları incelendiğinde; salgın öncesi ve salgın döneminde kullanılan özellikler ve uygulamaların farklılaştığı görülmektedir. Sosyal medya kullanımı, fotoğraf/video çekimi ve müzik dinleme amacıyla kullanım oranları salgın döneminde **azalma göstermekle birlikte**; gündemi/haberleri takip etme, e-posta gönderme, oyun oynama, dizi/film izleme, sesli kitap dinleme, görüntülü konuşma/haberleşme, uzaktan eğitimle ders takip etme/ödev hazırlama ve alışveriş yapma amacıyla akıllı telefon kullanım **oranlarında artış** yaşanmıştır. Öğrenciler salgın öncesinde en çok sosyal medya (%83,7) ve müzik dinleme (%68,0) için kullandıklarını belirtirken, salgın döneminde yine ilk sırada sosyal medya (%81,3) olmakla birlikte, gündemi haberleri takip etme (%70,3) ve görüntülü konuşma/haberleşme (%67,1) amacıyla kullandıklarını

belirtenler artış göstermiştir. Salgın öncesi dönemde gündemi haberleri takip etme oranı %54.0 iken, bu oran salgın döneminde % 70.3'e yükselmiş; sosyal medya kullanımında ise salgın öncesi dönemde % 83.7 iken, salgın döneminde % 81.3'e düşmüştür (Tablo 4).

Üniversite öğrencilerinin "Akıllı Telefon Bağımlılık Ölçeği"nden almış oldukları toplam puan ortalaması  $\bar{x}=89.51 \pm 28,47$  olarak bulunmuştur. Ölçekten alınabilecek en düşük puanın 33, en yüksek puanın 198 olduğu göz önüne alındığında; katılımcıların ölçekten aldıkları puanın ortalamasının altında kalarak; akıllı telefon bağımlılık risk düzeyinin düşük olduğu söylenebilir. Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığının cinsiyet, yaş ve öğrenim gördükleri sınıf açısından incelendiğinde; istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ( $p>0.05$ ). Elde edilen bu sonuçlara göre katılımcıların cinsiyeti, yaşı ve öğrenim gördükleri sınıfı ne olursa olsun benzer şekilde akıllı telefon bağımlılığı riski gösterdiği söylenebilir. Cinsiyet, yaş ve öğrenim gördükleri sınıf ile anlamlı ilişki içinde olmayan Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin tabloları verilmemiş olup, elde edilen bulgular alan yazından çalışmalarla tartışılmıştır.

**Tablo 5. Öğrencilerin Salgından Önce Günlük Akıllı Telefon Kullanım Süresine Göre Akıllı Telefon Bağımlılığına İlişkin ANOVA Sonuçları**

Alt Boyut	Salgından Önce Günde Ort. Akıllı Telefon Kullanım Süresi	n	$\bar{x}$	Sd	F	p
Günlük yaşamı bozma ve tolerans	3 saatten az	171	21.00	6.65	8,554	,000
	4-5 saat	110	22.42	7.91		
	6 saatten fazla	56	25.58	7.50		
Çekilme belirtileri	3 saatten az	171	17.28	6.53	11,964	,000
	4-5 saat	110	19.88	8.01		
	6 saatten fazla	56	22.33	7.00		
Olumlu beklentiler	3 saatten az	171	12.57	4.36	12,244	,000
	4-5 saat	110	13.72	4.61		
	6 saatten fazla	56	16.03	5.04		
Sanal ilişkiler	3 saatten az	171	9.64	3.89	8,598	,000
	4-5 saat	110	9.95	4.38		
	6 saatten fazla	56	12.28	4.65		
Aşırı kullanım	3 saatten az	171	9.05	3.65	8,678	,000
	4-5 saat	110	10.52	4.81		
	6 saatten fazla	56	11.53	4.73		

Sosyal ağlara bağımlılık	3 saatten az	171	2.16	1.24		
	4-5 saat	110	2.58	1.46	5,571	,004
	6 saatten fazla	56	2.80	1.68		1-3
Fiziksel belirtiler	3 saatten az	171	9.07	3.35		
	4-5 saat	110	9.80	3.78	9,337	,000
	6 saatten fazla	56	11.44	3.80		3-1,2
<b>Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği</b>	3 saatten az	171	83.14	25.28		
	4-5 saat	110	91.39	29.77	14,156	,000
	6 saatten fazla	56	105.30	28.86		3-1,2

\*p<.05

Örnekleme yer alan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ve ölçek alt boyutlarının salgından önce akıllı telefon kullanım süresine göre farklılaşma durumunu belirlemek için ANOVA testi yapılmıştır.

Araştırmada; öğrencilerin salgından önce akıllı telefon kullanım süresi ile akıllı telefon bağımlılığı ve tüm alt boyutlar arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir (p<0.05). Bu farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan analiz sonucunda; salgından önce günde ortalama 6 saat ve üzeri akıllı telefon kullanan öğrencilerin, “Günlük Yaşamı Bozma ve Tolerans”, “Olumlu Beklentiler” “Sanal İlişkiler” “Fiziksel Belirtiler” alt boyutları ve akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin, günde 3 saatten az ve 4-5 saat akıllı telefon kullanan öğrencilere göre puan ortalamaları daha yüksektir. Buna göre, salgından önce günde ortalama 6 saat ve üzeri akıllı telefon kullanan öğrencilerin, akıllı telefon kullanımına bağlı olarak günlük yaşamının etkilendiği, akıllı telefon kullanımına ilişkin olumlu beklenti içerisinde oldukları, sanal ilişkilere daha fazla önem verdiği ve fiziksel sorunlar yaşadığı saptanmıştır.

“Çekilme Belirtileri” ve “Aşırı Kullanım” alt boyutları incelendiğinde; salgından önce günde ortalama 4-5 saat ve 6 saatten fazla akıllı telefon kullandığını belirten öğrencilerin, 3 saatten az kullanan öğrencilerden daha yüksek düzeyde günlük yaşamdan uzaklaştığı bulunmuştur.

“Sosyal Ağlara Bağımlılık” alt boyutu açısından ise; salgından önce günde ortalama 6 saatten fazla akıllı telefon kullanan öğrencilerin, 3 saatten az akıllı telefon kullanan öğrencilere göre daha fazla sosyal ağları takip ettiği saptanmıştır (Tablo 5).

**Tablo 6. Öğrencilerin Uzaktan Eğitimi Akıllı Telefonlarından Takip Etme Durumuna Göre Akıllı Telefon Bağımlılığına İlişkin T Testi Sonuçları**

Alt Boyut	Uzaktan Eğitimi Akıllı Telefon ile Takip Etme	n	$\bar{x}$	Sd	t	p
Sanal ilişkiler	Evet	196	10.68	4.71	2.556	.000*
	Hayır	141	9.48	3.49		
Sosyal ağlara bağımlılık	Evet	196	2.60	1.51	3.054	.000*
	Hayır	141	2.13	1.23		

\* $p < .05$

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ve ölçek alt boyutlarının uzaktan eğitimi akıllı telefonlarından takip etme durumlarına göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için İki Grup Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi (T testi) yapılmıştır. Katılımcıların uzaktan eğitimi akıllı telefonlarından takip etme durumu ile “Günlük Yaşamı Bozma ve Tolerans”, “Çekilme Belirtileri”, “Olumlu Beklentiler”, “Aşırı Kullanım” ve “Fiziksel Belirtiler” alt boyutları arasında anlamlı bir fark tespit edilmemekle birlikte ( $p > 0.05$ ); “Sanal İlişkiler” ve “Sosyal Ağlara Bağımlılık” alt boyutları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir ( $p < 0.05$ ). Öğrenim gördüğü üniversite tarafından verilen uzaktan eğitimi akıllı telefonlarından takip ettiğini belirten öğrencilerin sanal ilişkilere verdiği önem ile sosyal ağları takip etme durumları, uzaktan eğitimi akıllı telefonlarından takip etmeyenlere göre yüksek bulunmuştur (Tablo 6).

**Tablo 7. Öğrencilerin Salgın Döneminde Günlük Akıllı Telefon Kullanım Süresine Göre Akıllı Telefon Bağımlılığına İlişkin ANOVA Sonuçları**

Alt Boyut	Salgın Döneminde Günde Ort. Akıllı Telefon Kullanım	n	$\bar{x}$	Sd	t	p
Günlük yaşamı bozma ve tolerans	1-3 saat	41	17.29	5.69	21.865	.000* 1-4
	4-5 saat	99	20.20	6.33		
	6-7 saat	97	22.23	6.25		
	8 saat ve üzeri	100	26.25	8.01		
Çekilme belirtileri	1-3 saat	41	13.48	4.84	17.330	.000* 1-4
	4-5 saat	99	17.96	6.21		
	6-7 saat	97	18.85	7.17		
	8 saat ve üzeri	100	22.32	7.82		

Olumlu beklentiler	1-3 saat	41	10.78	3.69	16.813	.000* 1-4
	4-5 saat	99	12.32	3.97		
	6-7 saat	97	13.54	4.34		
	8 saat ve üzeri	100	15.83	5.11		
Sanal ilişkiler	1-3 saat	41	8.46	3.15	9.681	.000* 1-4
	4-5 saat	99	9.48	3.58		
	6-7 saat	97	9.81	4.22		
	8 saat ve üzeri	100	11.95	4.82		
Aşırı kullanım	1-3 saat	41	7.63	3.06	12.585	.000* 1-4
	4-5 saat	99	8.95	3.63		
	6-7 saat	97	10.07	3.73		
	8 saat ve üzeri	100	11.76	5.21		
Sosyal ağlara bağımlılık	1-3 saat	41	1.80	1.03	4.792	.000* 1-3 1-4
	4-5 saat	99	2.25	1.16		
	6-7 saat	97	2.50	1.46		
	8 saat ve üzeri	100	2.72	1.63		
Fiziksel belirtiler	1-3 saat	41	7.39	3.04	15.932	.000* 1-4
	4-5 saat	99	9.20	3.31		
	6-7 saat	97	9.39	3.37		
	8 saat ve üzeri	100	11.47	3.75		
Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği	1-3 saat	41	68.82	20.15	23.212	.000* 1-4
	4-5 saat	99	82.68	23.51		
	6-7 saat	97	88.96	24.59		
	8 saat ve üzeri	100	105.30	31.26		

\*p&lt;.05

Çalışmaya katılan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ve ölçek alt boyutlarının salgın döneminde akıllı telefon kullanım süresine göre farklılaşma durumunu belirlemek için ANOVA testi yapılmıştır.

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin salgın döneminde günlük ortalama akıllı telefon kullanım süreleri ile akıllı telefon bağımlılığı ve tüm alt boyutları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Bu farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek üzere yapılan analiz sonucunda; akıllı telefon bağımlılığı ve alt boyutlarından “Günlük Yaşamı Bozma ve Tolerans”, “Çekilme Belirtileri”, “Olumlu Beklentiler”, “Aşırı Kullanım”, “Fiziksel Belirtiler” gösterme düzeylerinin öğrencilerin salgın döneminde

akıllı telefon kullanım süresine göre incelendiğinde; salgın döneminde günde ortalama 8 saat ve üzeri akıllı telefon kullanan öğrencilerin, 1-3 saat kullanan öğrencilere göre daha yüksek düzeyde günlük yaşamının etkilendiği ve günlük yaşamdan uzaklaştığı, akıllı telefon kullanımına ilişkin olumlu beklenti içerisinde olduğu, aşırı kullanım gösterdiği, fiziksel sorunlar yaşadığı ve akıllı telefon bağımlılığı riski taşıdığı saptanmıştır.

“Sanal İlişkiler” alt boyutu ele alındığında; salgın döneminde günde ortalama 8 saat ve üzeri akıllı telefon kullanan öğrencilerin, 1-3 saat, 4-5 saat ve 6-7 saat kullandığını belirten öğrencilere göre sanal ilişkilere daha çok önem verdiği belirlenmiştir. Ayrıca “Sosyal Ağlara Bağımlılık” alt boyutunda ise; salgın döneminde günde ortalama 1-3 saat akıllı telefon kullanan öğrencilerin, 6-7 saat ve 8 saat ve üzeri kullandığını belirtenlere göre daha düşük düzeyde sosyal ağları takip ettiği tespit edilmiştir (Tablo 7).

**Tablo 8. Öğrencilerin Salgın Döneminde Akıllı Telefonu Kontrol Etme Sıklığına Göre Akıllı Telefon Bağımlılığına İlişkin ANOVA Sonuçları**

Alt Boyut	Salgın Döneminde Akıllı Telefonu Kontrol Etme Sıklığı	n	$\bar{x}$	Sd	t	p
Günlük yaşamı bozma ve tolerans	10 kereden az	26	19.11	6.26	17.845	.000* 1-4 2-5
	10-20 kere	82	18.93	6.13		
	21-30 kere	71	21.07	5.97		
	31-40 kere	59	22.00	7.53		
	41 kereden fazla	99	26.73	7.35		
Çekilme belirtileri	10 kereden az	26	14.34	5.09	16.932	.000* 1-4 2-5
	10-20 kere	82	15.65	5.67		
	21-30 kere	71	18.94	6.52		
	31-40 kere	59	18.84	7.11		
	41 kereden fazla	99	23.02	7.77		
Olumlu beklentiler	10 kereden az	26	11.88	4.32	18.066	.000* 1-5
	10-20 kere	82	11.40	3.75		
	21-30 kere	71	12.76	3.98		
	31-40 kere	59	13.22	5.04		
	41 kereden fazla	99	16.45	4.45		

	10 kereden az	26	8.76	3.19		
	10-20 kere	82	8.34	3.72		
Sanal ilişkiler	21-30 kere	71	10.01	3.47	10.104	.000* 1-5
	31-40 kere	59	10.52	4.28		
	41 kereden fazla	99	12.01	4.74		
	10 kereden az	26	8.26	3.19		
	10-20 kere	82	8.40	3.55		
Aşırı kullanım	21-30 kere	71	9.18	3.38	11.307	.000* 1-5 2-5
	31-40 kere	59	10.20	4.74		
	41 kereden fazla	99	12.07	4.74		
	10 kereden az	26	1.84	1.08		
	10-20 kere	82	2.30	1.38		
Sosyal ağlara bağımlılık	21-30 kere	71	2.05	1.24	4.331	.002* 1-5 2-5
	31-40 kere	59	2.62	1.50		
	41 kereden fazla	99	2.76	1.49		
	10 kereden az	26	74.50	22.78		
	10-20 kere	82	75.41	22.48		
Fiziksel belirtiler	21-30 kere	71	86.08	23.02	11.941	.002* 1-5
	31-40 kere	59	89.40	29.48		
	41 kereden fazla	99	107.67	27.71		
	10 kereden az	26	74.50	22.78		
	10-20 kere	82	75.41	22.48		
<b>Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği</b>	21-30 kere	71	86.08	23.02	21.317	.002* 1-5 2-5
	31-40 kere	59	89.40	29.48		
	41 kereden fazla	99	107.67	27.71		

\* $p < .05$

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ve ölçek alt boyutlarının salgın döneminde akıllı telefonu kontrol etme sıklığına göre farklılaşma durumunu belirlemek için ANOVA testi yapılmıştır.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin salgın döneminde akıllı telefonu kontrol etme sıklığı ile akıllı telefon bağımlılığı ve ölçeğin tüm alt boyutları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir ( $p < 0.05$ ). Akıllı telefon bağımlılığı alt boyutlarından “Günlük Yaşamı Bozma ve Tolerans”, “Çekilme Belirtileri”, “Aşırı Kullanım” ve “Sosyal Ağlara Bağımlılık” ve akıllı telefon bağımlılığı düzeyleri öğrencilerin salgın döneminde telefonu kontrol



etme sıklığına göre incelendiğinde; günde 41 kereden fazla kontrol eden öğrencilerin, 10 kereden az ve 10-20 kere kontrol ettiğini belirten öğrencilere göre, daha yüksek düzeyde günlük yaşamının etkilendiği ve günlük yaşamdan uzaklaştığı, aşırı kullanım gösterdiği, sosyal ağları takip ettiği ve daha yüksek düzeyde akıllı telefon bağımlılığı riski taşıdığı saptanmıştır.

Akıllı telefon bağımlılığı alt boyutlarından “Olumlu Beklentiler”, “Sanal ilişkiler” ve “Fiziksel Belirtiler” gösterme düzeyleri ele alındığında ise; günde 41 kereden fazla kontrol eden öğrencilerin, 10 kereden az kontrol ettiğini belirten öğrencilere göre daha yüksek düzeyde akıllı telefon kullanımına ilişkin olumlu beklenti içerisinde olduğu, sanal ilişkilere daha çok önem verdiği ve kullanıma bağlı olarak daha yüksek düzeyde fiziksel sorunlar yaşadığı tespit edilmiştir (Tablo 8).

**Tablo 9. Öğrencilerin Kendisini Akıllı Telefon Bağımlısı Görme Durumuna Göre Akıllı Telefon Bağımlılığına İlişkin ANOVA Sonuçları**

Alt Boyut	Kendisini Akıllı Telefon Bağımlısı Görme Durumu	n	$\bar{x}$	Sd	F	p
Günlük yaşamı bozma ve tolerans	Değilim	75	17.3	5.92	43.501	,000
	Kısmen	192	22.19	6.39		
	Bağımlıyım	70	27.57	7.77		
Çekilme belirtileri	3 saatten az	171	17.28	6.53	11,964	,000
	4-5 saat	110	19.88	8.01		
	6 saatten fazla	56	22.33	7.00		
Olumlu beklentiler	3 saatten az	171	12.57	4.36	12,244	,000
	4-5 saat	110	13.72	4.61		
	6 saatten fazla	56	16.03	5.04		
Sanal ilişkiler	3 saatten az	171	9.64	3.89	8,598	,000
	4-5 saat	110	9.95	4.38		
	6 saatten fazla	56	12.28	4.65		
Aşırı kullanım	3 saatten az	171	9.05	3.65	8,678	,000
	4-5 saat	110	10.52	4.81		
	6 saatten fazla	56	11.53	4.73		
Sosyal ağlara bağımlılık	3 saatten az	171	2.16	1.24	5,571	,004
	4-5 saat	110	2.58	1.46		
	6 saatten fazla	56	2.80	1.68		

Fiziksel belirtiler	3 saatten az	171	9.07	3.35		
	4-5 saat	110	9.80	3.78	9,337	,000
	6 saatten fazla	56	11.44	3.80		3-1,2
<b>Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği</b>	3 saatten az	171	83.14	25.28		
	4-5 saat	110	91.39	29.77	14,156	,000
	6 saatten fazla	56	105.30	28.86		3-1,2

\* $p < .05$

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ve alt boyutlarının üniversite öğrencilerinin kendisini akıllı telefon bağımlısı olarak görme durumuna göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için ANOVA testi yapılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin kendisini akıllı telefon bağımlısı olarak görme durumuna ilişkin görüşleri ile akıllı telefon bağımlılığı ve ölçeğin tüm alt boyutları arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir ( $p < 0.05$ ). Bu farklılığın akıllı telefon bağımlısı olduğunu belirten öğrenciler ile akıllı telefon bağımlısı olmadığını düşünen öğrenciler arasında olduğu belirlenmiştir. Buna göre; akıllı telefon bağımlısı olduğunu düşünen öğrencilerin, bağımlı olmadığını düşünen öğrencilere göre günlük yaşamının akıllı telefon kullanımından etkilendiği ve günlük yaşamdan uzaklaştığı, sanal ilişkilere daha çok önem verdiği, aşırı kullanım gösterdiği, akıllı telefon kullanımına ilişkin olumlu beklenti içerisinde olduğu, sosyal ağları takip ettiği, kullanıma bağlı olarak daha yüksek düzeyde fiziksel sorunlar yaşadığı ve sonuç olarak daha yüksek düzeyde akıllı telefon bağımlılığı riski taşıdığı belirlenmiştir (Tablo 9).

### Tartışma

Akıllı telefonlar, bilinçli olarak amacı doğrultusunda kullanıldığında kullanıcıya birçok kolaylık sağlayan önemli teknolojik buluşlardan birisi olmakla birlikte, amacı dışında aşırı kullanımı bireylerin biyolojik, fizyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimini olumsuz etkilemektedir (Minaz ve Çetinkaya-Bozkurt, 2017). Aynı zamanda akıllı telefonların aşırı kullanımı bağımlılık gibi birçok problemi de ortaya çıkarmaktadır. Yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin Covid-19 salgın döneminde akıllı telefon bağımlılık risk düzeyinin düşük olduğu ( $X=89,51 \pm 28,47$ ) belirlenmiştir. Salgın öncesinde konuyla ilgili üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmalar incelendiğinde; öğrencilerde düşük ve orta düzeyde akıllı telefon bağımlılık riski olduğu görülmektedir (Yılmaz, Çınar ve Özyazıcıoğlu, 2017; Çakır ve Oğuz, 2017; Yıldırım, 2018; Dikeç ve Kebapçı, 2018; Kumcağız, vd., 2020). Çalışmadan elde edilen sonuçlar ve salgın öncesi yapılan çalışmaların bulguları karşılaştırıldığında, Covid-19 döneminde öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık risk düzeyinde artış yaşanmadığı söylenebilir.

Salgın öncesinde öğrencilerin büyük çoğunluğu akıllı telefonu 1-3 saat arasında kullanırken; salgın döneminde 8 saat ve üzerinde kullandıklarına dikkat çekmişlerdir. Buna göre, öğrencilerin salgın döneminde telefon kullanım sürelerinde artış yaşandığı söylenebilir. Akıllı telefonda geçirilen zamanın giderek artmasının bağımlılığın gelişmesine neden olduğu (Kuss ve Griffiths, 2011) düşünüldüğünde, Covid-19 sürecinde artan akıllı telefon kullanımının bağımlılık riski yarattığı söylenebilir. Dong, vd. (2020) 6-18 yaş aralığında olan bireylerin salgın sürecinde internet bağımlılığının belirlenmesi amacıyla yaptıkları çalışmada, internete en çok akıllı telefonlar aracılığıyla girdikleri dolayısıyla da bu süreçte akıllı telefon kullanım sürelerinin arttığı belirtilmiştir. Yapılan çalışmalarda, bireylerin cep telefonlarını kullanım süresi arttıkça bağımlılık düzeyinin de arttığı belirlenmiştir (Günel ve Pekçetin, 2019; Talan, Korkmaz ve Gezer, 2016).

Çalışmada öğrencilerin yarısından biraz fazlası (%58.2) uzaktan eğitimle verilen dersleri akıllı telefonlarından takip ettiğini belirtmektedir. Bu sonuç salgın dönemiyle birlikte üniversitelerde derslerin uzaktan eğitimle verilmesi nedeniyle beklenen bir durumdur. Salgın sürecinde uzaktan eğitimin akıllı telefon aracılığıyla takip edilmesi, öğrencilerin akıllı telefon kullanımının artmasının nedenlerinden biri olarak değerlendirilebilir. Fakat akıllı telefonların uzaktan eğitim amacıyla kullanımının öğrencilerde akıllı telefon bağımlılık riskini artırmadığı, bağımlılık gelişmesini etkilemediği söylenebilir. Buna göre akıllı telefon bağımlılığında önemli olan unsurun telefonun kullanım amacı olduğu ileri sürülebilir.

Öğrenciler arasında salgın döneminde akıllı telefon kontrol etme sıklığının günde 41 kereden fazla olduğunu belirtenler ile kendini “kısmen” akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendirenler çoğunluğu oluşturmaktadır. Öğrencilerin günde 41 kereden fazla akıllı telefonunu kontrol etmesi, salgın döneminde kullandıkları programlar ve özelliklerle açıklanabilir. Salgın döneminde gündemi takip etmek, haberleşmeyi sağlamak gibi nedenlerle telefon kullanımının arttığı bilinmekte, bu durumun da kontrol etme sıklığını artırdığı düşünülmektedir. Ancak salgın öncesinde yapılan çalışmalarda da kullanıcıların akıllı telefonu kontrol etme sıklığının yüksek olduğu belirlenmiştir. Türkiye’de ki akıllı telefon kullanıcılarının günde ortalama 70 kez cep telefonlarını kontrol ettiği, bunun da bir akıllı telefon kullanıcısının her gün yaklaşık 15 dakikada bir ekran yüzü gördüğü anlamına geldiği ifade edilmiştir (Digitalage, 2016, s.92). Aşırı kullanım nedeniyle oluşan akıllı telefon bağımlılığına yönelik 2015 yılında Bank of America tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada ise, 18 yaş üstü akıllı telefon kullanıcılarının %52’sinin akıllı telefonlarını 5 ile 10 dakikada bir kontrol ettikleri belirtilmiştir (Bank of America, 2015). Yılmaz, vd. (2017) salgın öncesinde yaptığı çalışmada öğrencilerin %42,6’sının telefonlarını günde 41 kere ve daha fazla kontrol ettiği sonucuna varmıştır.

Çalışmaya katılan öğrenciler arasında sosyal medya kullanımı, fotoğraf/video çekimi ve müzik dinleme amacıyla akıllı telefon kullanım oranları salgın döneminde azalma

göstermekle birlikte; sosyal medya kullanımı salgın döneminde de ilk sırada gelmektedir. Ayrıca gündemi/haberleri takip etme, e-mail gönderme, oyun oynama, dizi/film izleme, sesli kitap dinleme, görüntülü konuşma/haberleşme, uzaktan eğitimle ders takip etme/ödev hazırlama ve alışveriş yapma amacıyla akıllı telefon kullanım oranlarında artış olduğu belirlenmiştir. Karataş'ın (2020) Covid-19 salgınının devam ettiği günlerde toplumun salgından etkilenme durumu ve travma sonrası büyüme düzeylerini belirlemek amacıyla 520 katılımcıyla yürüttüğü çalışmasında; bireylerin haber takip etme isteklerinin %75,8 ve sosyal medyayı kullanma istekleri %59,1 oranında arttığı belirlenmiştir. Gülerüz, vd.'nin (2020) sosyal izolasyon sürecinde bireylerin sosyal medya kullanımı ve sosyal medya bağımlılık düzeylerini incelediği çalışmasında; genç yetişkinler arasında sosyal medya bağımlılıklarının arttığı ifade edilmektedir. Kaya (2020) ise çalışmasında, salgın döneminde sosyal medya kullanım amaçlarının değişiklik göstererek bireylerin sosyal medyayı kullanmaya devam ettiği sonucuna varmıştır. Statista'nın (2020) uluslararası çapta yapmış olduğu araştırmaya göre, salgın sürecinde evde medya kullanım artışının en çok Z kuşağında yaşandığı belirlenmiştir. Salgın öncesi dönemde de yapılan çalışmalar incelendiğinde; öğrencilerin akıllı telefonlarını en çok sosyal ağlara girme amacıyla kullandıkları belirtilmiştir (Kumcağız, vd., 2020; Gezgin vd., 2018; Minaz ve Çetinkaya-Bozkurt, 2017). Sosyal ağlar dışında internete girme, konuşma, bilgi/eğlence, müzik ve video dinlemek vb. amacıyla kullandıklarını belirten çalışmalara da rastlanmıştır (Dilek, 2019; Aktaş ve Yılmaz, 2017). Elde edilen bulgulara göre, salgın öncesinde ve salgın döneminde öğrencilerin akıllı telefon kullanım amaçları arasında ilk sırada sosyal medya gelmektedir. Salgın öncesi ve salgın döneminde yapılan bu çalışmalar, araştırma sonucunda elde edilen bulguyu destekler niteliktedir. Salgın döneminde kullanılan özelliklerin ve uygulamaların farklılaşması ise yine salgının yayılmasının önüne geçilmesi amacıyla alınan önlemlerle açıklanabilir. Salgın öncesi döneme göre gündemi/haberleri takip etme, e-mail gönderme, oyun oynama, dizi/film izleme, sesli kitap dinleme, görüntülü konuşma/haberleşme, alışveriş yapma amacıyla akıllı telefon kullanımının artması ise beklenen bir durumdur. Ayrıca öğrencilerin evde kaldığı zamanlarda boş zamanlarını değerlendirmek amacıyla oyun oynadıkları, dizi/film izledikleri düşünülmektedir.

Araştırma kapsamına alınan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık riskinin cinsiyet, yaş ve öğrenim gördükleri sınıf açısından incelendiğinde; ortalamalar arasında herhangi bir farklılık bulunmamıştır. Elde edilen bu sonuçlara göre, katılımcıların cinsiyeti, yaşı ve öğrenim gördükleri sınıfı ne olursa olsun benzer şekilde akıllı telefon bağımlılık riski gösterdikleri söylenebilir. Duan vd. (2020) tarafından salgın döneminde 7-18 yaş aralığında olan 3613 katılımcıyla yaptıkları çalışmada, kızların %10.3'ünün, erkeklerin ise %13.0'ünün akıllı telefon bağımlısı olduğu ortaya çıkmıştır. Elhai, Yang, McKay ve Asmundson (2020) tarafından Çin'de yetişkin bireylerle yapılan çalışmada problemler

akıllı telefon kullanımının cinsiyete göre değişmediği belirlenmiştir. Çakır ve Oğuz (2017) çalışmasında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre akıllı telefon bağımlılığına daha yatkın oldukları, aşırı kullanım, sosyal ağ bağımlılığı, fiziksel belirtiler alt boyutlarında kadınların, erkeklere göre akıllı telefon bağımlılık düzeyinin yüksek olduğu, Altundağ ve Bulut'un (2017) çalışmasında da kadınların daha fazla akıllı telefon kullandığı, bu durumun özellikle Whatsapp, Instagram gibi sosyal medya araçlarının daha fazla kullanılması kaynaklı olduğu belirtilmiştir. Ertaş, Özer-Güçlü ve Samur'un (2018) araştırmasında ise, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha çok akıllı telefon ve sosyal medya kullandıkları belirtilmiştir. Kumcağız, vd.'nin (2020) çalışmasında "yalnızca günlük yaşamı bozma" alt boyutunda cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olduğu ve kadın öğrencilerin puan ortalamasının erkeklerden yüksek olduğu saptanmıştır. Minaz ve Çetinkaya-Bozkurt'un (2017) çalışmasında "Olumlu Beklenti" alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı fark bulunmuştur. Yılmaz, vd.'nin (2017) çalışmasında ise cinsiyetin akıllı telefon bağımlılık düzeyini etkilemediği belirtilmiştir. Çalışmalar arasındaki farklılıklar, araştırma kapsamına alınan katılımcıların cinsiyeti dışında farklı sosyo-demografik özelliklere sahip olması ile açıklanabilir.

Yapılan çalışmada akıllı telefon bağımlılık riskinin yaşa göre değişmediği belirlenmiştir. Çalışmanın bulgusuna benzer şekilde, Elhai, vd.'nin (2020) çalışmasında da problemlili akıllı telefon kullanımının yaşa göre değişmediği sonucuna varılmıştır. Bununla birlikte akıllı telefon bağımlılık riskinin yaş değişkeninden etkilendiğini belirten alan yazında çalışmalara da rastlanmıştır. Kuyucu'nun (2017) çalışmasında, yaş arttıkça akıllı telefondan beklentilerin azaldığı ve dolayısıyla daha düşük bir bağımlığın olduğu belirtilmiştir. Kaysi'nin (2016) çalışmada da daha küçük yaş grubunda olan üniversite öğrencilerinin daha büyük yaş grubundaki öğrencilere göre telefon bağımlılıklarının yüksek olduğu gösterilmiştir. Akın ve Divanoğlu (2009) üniversite öğrencilerinin cep telefonu kullanım durumlarını araştırdıkları çalışmada, yaşın bağımlılık ile ilişkili olduğunu, en yüksek bağımlılığın 20-22 yaş aralığında görüldüğünü bildirmişlerdir.

Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıfa göre akıllı telefon bağımlılığı ölçek ortalamalarının farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır. Ancak çalışmamızın aksine öğrenim gördükleri sınıflara göre öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık riskinin değiştiğini gösteren çalışmalar mevcuttur. Park ve Park (2014) alt sınıflarda öğrenim görenlerin akıllı telefonlara bağımlı hale gelmeye daha yatkın olduklarını ifade etmiştir.

Çalışmaya katılan öğrencilerin "Sanal İlişkiler" ve "Sosyal Ağlara Bağımlılık" alt boyutlarından aldıkları puanlar uzaktan eğitimi akıllı telefonlarından takip etme durumlarına göre değişmekle birlikte; "Günlük Yaşamı Bozma ve Tolerans", "Çekilme Belirtileri", "Olumlu Beklentiler", "Aşırı Kullanım" ve "Fiziksel Belirtiler" alt boyutlar açısından herhangi bir farklılık bulunmamıştır. Öğrenim gördüğü üniversite tarafından verilen uzaktan eğitimi akıllı telefonlarından takip ettiğini belirten öğrencilerin "sanal

ilişkilere” verdiği önem ile “sosyal ağları takip etme” durumları, uzaktan eğitimi akıllı telefonlarından takip etmeyenlere göre yüksek bulunmuştur. Buna göre sanal ilişkileri ve sosyal ağları akıllı telefonda daha fazla takip eden öğrencilerin uzaktan eğitimi de telefonda daha rahat takip ettikleri söylenebilir. Bu sonuç, uzaktan eğitimi telefon aracılığıyla takip eden öğrencilerin sanal ilişkiler ve sosyal ağlara bağımlılık risklerinin yüksek olduğunu düşündürmektedir.

Salgından öncesinde günde ortalama 6 saat ve üzeri, salgın döneminde 8 saat ve üzeri akıllı telefon kullanan, salgın döneminde 41 kereden fazla telefonu kontrol eden ve kendini akıllı telefon bağımlısı olarak gören öğrencilerin, akıllı telefon bağımlılık risk düzeyinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Akıllı telefon bağımlılığı riski yüksek olan öğrencilerin günlük yaşamının etkilendiği dolayısıyla günlük yaşamdan uzaklaştığı, akıllı telefon kullanımına ilişkin olumlu beklenti içerisinde olduğu, aşırı kullanım gösterdiği, fiziksel sorunlar yaşadığı ve akıllı telefon bağımlılığı riski taşıdığı saptanmıştır. Elhai, vd. (2020), salgın döneminde yaptığı çalışmada ise depresyon ile problemlili akıllı telefon kullanımı arasında ilişki bulunmuştur. Akıllı telefon kullanım süresinin ve telefonu kontrol etme sıklığının yüksek olması, bağımlılık riskinin yüksek olmasıyla açıklanabilir.

Akıllı telefonlar, gündelik yaşamı kolaylaştırmasının yanı sıra birtakım problemlere de neden olmaktadır. Doğru kullanıldığı zaman son derece yararlı ve kolaylık sağlayan özellikleri olan akıllı telefonların, bilinçsizce ve aşırı şekilde kullanımı sonucunda ciddi fiziksel olumsuz etkileri olabilmektedir (Kuyucu, 2017). Akıllı telefon bağımlılığı olan kişilerde göz kuruluğu, el bileği, boyun, sırt ve omuz ağrısı, migren, baş, işaret ve orta parmaklarda uyuşma gibi fiziksel rahatsızlıklar görülebilmektedir (Griffiths, 2003). Mathew ve Walarine’in (2020) çalışmada salgın sürecinde akıllı telefon kullanım süresinin artışına bağlı olarak boyun ağrılarının da arttığı belirlenmiştir. İnal, Çetintürk, Akgönül ve Savaş’ın (2015) çalışmada üniversite öğrencileri arasında akıllı telefon bağımlılığı ve el fonksiyonları arasındaki ilişki incelenmiş ve yüksek akıllı telefon bağımlılığı riski ile başparmaktaki ağrı, kavrama gücünde azalma ve çöküş arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir. Yang, vd. (2017) çalışmada, akıllı telefon kullanan bireylerin yaklaşık yarısının boyun ve omuz problemi yaşadığı, bu durumun akıllı telefon kullanım süresinin uzunluğu ile ilişkili olduğu vurgulanmıştır. Kalirathinam, vd. (2017) üniversite öğrencilerinin mobil telefon kullanımına bağlı üst ekstremitte ve boyun problemi yaşadığını belirtmişlerdir.

### **Sonuç ve Öneriler**

Covid-19 salgın döneminde üniversite eğitimlerine devam etmekte olan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık risk düzeylerinin incelendiği çalışmadan elde edilen bulgular düşünüldüğünde; kendini akıllı telefon bağımlısı olarak gören, gün içinde 41 kereden fazla telefonu kontrol eden, salgın öncesinde ve salgın sürecinde 8 saat ve üzerinde

telefon kullandığını belirten üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlısı olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin salgın döneminde artan akıllı telefon kullanımının problemleri bir hale gelmemesi ya da bağımlılık riskinin azaltılması için kullanım süresinin düzenlenmesi gerekmektedir. Bu nedenle akıllı telefon bağımlılığı ve bunun olası olumsuz etkileri, akılcı ve doğru kullanımı gibi konularda bilinç ve farkındalık oluşturmak amacıyla üniversite öğrencilerine yönelik online seminerlerin verilmesi, konferanslar düzenlenmesi önerilebilir. Ayrıca kişisel ve toplumsal sağlığın korunması ve geliştirilmesi, sağlık okuryazarlığı gibi derslerin müfredat programlarına eklenmesi, bu dersler kapsamında da ilgili konuya yer verilerek akıllı telefon kullanım süresinin sağlığa olan olumsuz etkilerinin anlatılması planlanabilir.

Öğrencilerin akıllı telefon kullanım sürelerini azaltabilmek için boş zamanlarını verimli geçirmelerine destek olacak sosyal mesafeyi göz önünde bulundurarak sanatsal, sosyal ve sportif faaliyetlere yönlendirilmelerinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu açıdan gençlere hizmet veren ilgili kamu kurum kuruluşlarına, yerel yönetimlere, üniversitelere, sivil toplum kuruluşlarına büyük görevler düşmektedir.

Aynı zamanda akıllı telefon kullanımından kaynaklı bağımlılık riskinin yanı sıra fiziksel etkilenimi de en aza indirebilmek için öğrencilerin gün içinde akıllı telefon kullanımının olmadığı zamanlar, alanlar (smartphone-free time/zone) yaratması önerilebilir. Hatta saati öğrenmek amaçlı telefonu kullanmak yerine kol saati kullanımı teşvik edilebilir.

Salgın döneminde gündemi takip etmek amacıyla akıllı telefon kullanım süresinin arttığı bilinmektedir. Bunu önlemek amacıyla alternatif kitle iletişim araçları (gazete, dergi, radyo, televizyon vb.) aracılığıyla haberleri, gelişmeleri takip etmeleri önerilebilir.

Yapılan bu çalışmanın sonuçları bakımından alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmekle birlikte, daha büyük çapta, üniversitelerde öğrenim gören öğrencilerin salgın döneminde akıllı telefon bağımlılık risk düzeylerinin, akıllı telefon kullanım alışkanlıklarının farklı sosyo-demografik özelliklere göre incelenmesi, hatta yaşam kalitelerine etkisinin belirlenmesi konularında nitel ve nicel çalışmalar planlanması önerilebilir.

### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

Bu araştırma, Türkiye’de üniversite eğitimine devam eden farklı sosyo-demografik özelliklere sahip 337 öğrenci ile sınırlıdır. Ayrıca araştırmanın sonuçları üniversite öğrencilerinin Covid-19 salgın sürecinde akıllı telefon bağımlılığını incelemek için kullanılan “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği”nin ölçtüğü nitelikler ve araştırmacıların gerçekleştirdiği analizler ile sınırlıdır. Bununla birlikte, araştırmanın salgın döneminde yapılmış olması nedeniyle çevrimiçi anket hazırlanmıştır ve tüm yanıtlar çevrim içi ortamda elde edilmiştir. Bu nedenle çalışmadan elde edilen veriler internet imkânı olan ve araştırmaya katılmayı kabul eden bireylerle sınırlıdır.



# Smartphone Addiction In University Students: The Covid-19 Pandemic

*Birgül Çiçek\**

*Hande Şahin\*\**

*Sibel Erkal\*\*\**

## Introduction

As in all the world, the COVID-19 pandemic has had a significant impact on our behaviors, lifestyles, and habits, affecting different health, socio-economical, and psychological factors.

As a result of social distancing rules, mandated curfews, and the transformation of the education system into distance education, university students have been removed from their friends, social lives, and campus life. The amount of time that students' used smartphones increased as a result of (i) feeling lonely, (ii) their desire to communicate with their family, friends, and immediate environment; (iii) participating in educational activities and following the news, (iv) shopping, and (v) partaking in leisure activities. Thus, it is believed that given the increase in time spent using smartphones, the risk of developing smartphone addiction increased during the COVID-19 pandemic. Though smartphone addiction has yet to be clearly defined, it is often accompanied by such symptoms as not being able to stay away from the phone, frequently checking the phone, experiencing insomnia as a result of excessive smartphone use, and deteriorated sleep quality (Kuyucu, 2017, p.335).

\* Res. Assist., Hacettepe University, Faculty of Economics and Administrative Sciences, Department of Family and Consumer Sciences, Ankara, Turkey, birgulaydin@hacettepe.edu.tr, Orcid: 0000-0002-3985-6637

\*\* Prof. Dr., Kirikkale University, Faculty of Health Sciences, Department of Social Work, Kirikkale, Turkey, hande\_k1979@yahoo.com, Orcid: 0000-0002-0012-0294

\*\*\* Prof. Dr., Hacettepe University, Faculty of Economics and Administrative Sciences, Department of Family and Consumer Sciences, Ankara, Turkey, serkal@hacettepe.edu.tr, 0000-0002-8395-9705



## **Methodology**

### **Participants**

Undergraduate students (n=337) studying in Turkey with different socio-demographic characteristics were included in the study.

### **Data Collection Tools**

A two-part questionnaire form was prepared to collect data in the study. The first part included questions soliciting demographic information (i.e., gender, age, university and department, grade, parental educational status, parental employment status before and during the pandemic, and total monthly family income) of the participant university students and information related to their smartphone usage (i.e., amount of time spent using smartphones, the average amount of time spent using the smartphone before and during the pandemic, the frequency of checking one's smartphone during the pandemic, whether one's considered him/herself to be addicted, and the applications and programs tused on the smartphone before and during the pandemic).

The Smartphone Addiction Scale-SAS developed by Kwon et al. (2013) and adapted to Turkish by Demirci et al. (2014) was used in the second part of the questionnaire. This 33-question, 6-point Likert-type scale consisted of seven subscales, namely, Daily Life Disturbance and Tolerance (8 items), Signs of Withdrawal (7 items), Positive Anticipation (5 items), Cyberspace-Oriented Relationships (4 items), Overuse (4 items), Addiction to Social Networks (2 items), and Physical Symptoms (3 items).

### **Statistical Analysis**

The study data were analyzed using SPSS.21. Participants' demographic and explanatory information was expressed through various descriptive statistics: frequencies, percentages, means, and standard deviations. A significance test of the difference between the two groups and a one-way analysis of variance (ANOVA) were used to test the hypotheses. Where the ANOVA found a statistically significant difference, Scheffe's test was used for pairwise comparisons. The results obtained from the analyses were evaluated at a 95% confidence interval and a significance level of  $\alpha = 0.05$ .

### **Findings**

Of the university students included in the study, 81.9% were female and 18.1% were male; 48.7% were 21–23 years old, 36.2% were 18–20 years old, and 15.1% were 24 and above.

Prior to the pandemic, 44.8% of students admitted to using their smartphone 1–3 hours a day and 32.6% 4–5 hours a day. During the pandemic, however, the average daily usage increased significantly: 29.7% of students stated that they used their smartphone for eight or more hours a day, 29.3% for 4–5 hours a day, and 28.8% for 6–7 hours a day. Though only 1.8% of participants—the smallest cohort—stated to have used their smartphone eight or more hours a day prior to the pandemic, this rate increased to 29.7%—the largest cohort—during the pandemic.

Among students, 29.4% stated that they checked their smartphone more than forty-one times and 57% considered themselves to be partially addicted to their smartphone.

The study findings demonstrate that the amount of time students used their smartphone increased during the COVID-19 pandemic and that they used the smartphone to follow the news and for video chat/communication. Furthermore, we found that compared to other students, those who used their smartphone for an average of six or more hours a day prior to the pandemic and an average of eight or more hours a day during the pandemic, those who checked their phone more than forty-one times a day, and those who considered themselves to be at risk of addiction had a more disturbed social life, isolated themselves from their community, held positive connotation about smartphone use, used their phone excessively, experienced physical problems, and were at risk of developing a smartphone addiction.

### Conclusion and Recommendations

Several recommendations can be made to raise awareness of smartphone addiction and its possible negative effects. These include: (i) giving seminars to university students, (ii) organizing conferences, (iii) explaining the negative effects of the long-term use of smartphones on health (iv) preparing and distributing posters and brochures on the subject to students, and (v) directing students to artistic, social, and sports activities that will help them spend their free time efficiently and reduce their smartphone usage duration. In this respect, public institutions, local administrations, universities, and non-governmental organizations that provide services to young people all have important responsibilities to shoulder.

### Kaynakça/References

- Ada, S. ve Tatlı H. S. (2012). Akıllı Telefon Kullanımını Etkileyen Faktörler Üzerine Bir Araştırma. <https://ab.org.tr/ab13/bildiri/74.pdf> Erişim Tarihi: 25.05.2020.
- Aktaş, H. ve Yılmaz, N. (2017). Üniversite Gençlerinin Yalnızlık ve Utangaçlık Unsurları Açısından Akıllı Telefon Bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 85-100.
- Akın, E. ve Divanoğlu, U. S. (2009) Üniversite Öğrencilerinin Cep Telefonu Kullanımına Karşı Genel Tutumları ve Bu Tutumların, Kullanıma Yansımalarına Yönelik Aksaray Üniversitesi'nde Bir Araştırma. *SÜ İİBF Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 11(17), 69-93.
- Alpar, R. (2011). *Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistiksel Yöntemler*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Altundağ, Y. ve Bulut, S. (2017). Aday Sınıf Öğretmenlerinde Problemlı Akıllı Telefon Kullanımının İncelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(4), 1670-1682.
- Bank of America (2015). Trends in Consumer Mobility Report, [http://newsroom.bankofamerica.com/files/doc\\_library/additional/2015\\_BAC\\_Trends\\_in\\_Consumer\\_Mobility\\_Report.pdf](http://newsroom.bankofamerica.com/files/doc_library/additional/2015_BAC_Trends_in_Consumer_Mobility_Report.pdf) Erişim Tarihi: 29.05.2020.

- Çağan, Ö., Ünsal, A. ve Çelik, N. (2014). Evaluation of College Students the Level of Addiction to Cellular Phone and Investigation on the Relationship Between the Addiction and the Level of Depression. 4th World Conference on Psychology, Counselling and Guidance WCPCG-2013, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 114, 831 – 839.
- Çakır, Ö. ve Oğuz, E. (2017). Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ile Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13, 418-429.
- Demirci, K., Orhan, H., Demirdaş, A., Akpınar, A. ve Sert, H. (2014). Validity and Reliability of the Turkish Version of the Smartphone Addiction Scale in a Younger Population. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 24(3), 226-234.
- Dilek, Ö. (2019). Akıllı Telefon Kullanım Tercihlerini Etkileyen Faktörler: Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Öğrencileri Üzerine Bir Çalışma. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 33(1), 203-217.
- Digitalage (2016, Haziran). GMCS Akıllı Telefon Kullanım Alışkanlıkları Ortaya Koyuyor. *Digitalage Dergisi*, 92.
- Dikeç, G. ve Kebapçı, A. (2018). Bir Grup Üniversite Öğrencisinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeyleri. *Bağımlılık Dergisi*, 19(1), 1-9.
- Dong, H., Yang, F., Lu, X. and Hao, W. (2020). Internet Addiction and Related Psychological Factors Among Children and Adolescents in China During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). *Epidemic. Front. Psychiatry* 11:0075, 1-9
- Duan, L., Shao, X., Wang, Y., Huang, Y., Miao, J., Yang, X., and Zhu, G. (2020). An Investigation of Mental Health Status of Children and Adolescents in China During the Outbreak of COVID-19. *Journal of Affective Disorders*, 275, 112–118.
- Elhai, J. D., Yang, H., McKay, D., and Asmundson, G. (2020). COVID-19 Anxiety Symptoms Associated with Problematic Smartphone Use Severity in Chinese Adults. *Journal of affective disorders*, 274, 576–582.
- Ertaş, B., Özer-Güçlü, İ. ve Samur, Y. (2018). Relationship Between Smartphone, Social Media, Game Addiction, And Students' GPA Scores. *American Educational Research Association (AERA) Annual Meeting*, New York, USA.
- Gezgin, D. M., Ümmet, D., ve Hamutoğlu, N. B. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı: Çok Boyutlu Yalnızlığın Yordayıcı Rolü. *Trakya Eğitim Dergisi*, 10(2), 317-329.
- Gezgin, D. M., Hamutoğlu, N. B., Samur, Y. ve Yıldırım, S. (2018). Genç Nesil Arasında Yaygınlaşan Bir Bağımlılık: Akıllı Telefon Bağımlılığın Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 8(2), 212-231.
- Griffiths, M. (2003). Internet Gambling: Issues, Concerns, and Recommendations, *Cyberpsychology & Behavior*, 6(6), 557-568.
- Göker, M. E. ve Turan, Ş. (2020). COVID-19 Pandemisi Sürecinde Problemlili Teknoloji Kullanımı. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi*. 5(COVID-19 Özel Sayısı), 108-114.
- Güleriyüz, S., Esentaş, M., Yıldız, K. ve Güzel, P. (2020). Sosyal İzolasyon Sürecindeki Bireylerin Serbest Zaman Değerlendirme Biçimleri: Sosyal Medya Kullanım Amaçları ile Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkinin İncelenmesi. *FOCUSS Spor Yönetimi Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 31-45.
- Günal, A. ve Pekçetin, S. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Servikal Bölge-Üst Ekstremité Ağrısı Arasındaki İlişki. *Sted*, 28(2), 114-119.
- İnal, E. E., Çetintürk, A., Akgönül, M. ve Savaş, S. (2015) Effects of Smartphone Over Use on Hand Function, Pinch Strength, and the Median Nerve. *Muscle & Nerve*. 52, 183-188.

- Karataş, Z. (2020). COVID-19 Pandemisinin Toplumsal Etkileri, Değişim ve Güçlenme. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 3-15
- Kalirathinam, D., Manoharlal, M.A., Mei, C.L., Ling, C.K., Sheng, T.W.Y., Jerome, A. and Us, M.R. (2017) Association Between the Usage of Smartphone as the Risk Factor for the Prevalence of Upper Extremity and Neck Symptoms among University Students: A Cross - Sectional Survey Based Study. *Research J Pharm and Tech*, 10(4), 1184-1190.
- Kaya, T. (2020). The Changes in the Effects of Social Media Use of Cypriots Due to COVID-19 Pandemic. *Technology in Society*, 63 (101380), 1-7.
- Kaysi, F. (2016) Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Kullanımlarının İncelenmesi. *İstanbul Aydın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 125-144.
- Kim, H. J. and Kim, J. S. (2015). The Relationship Between Smartphone Use and Subjective Musculoskeletal Symptoms and University Students. *J Phys Ther Sci*, 27(3), 575-579.
- Koronavirüs (Covid-19) Bilgilendirme Notu: 1 (13 Mart 2020). [https://www.yok.gov.tr/Sayfalar/Haberler/2020/coronavirus\\_bilgilendirme\\_1.aspx](https://www.yok.gov.tr/Sayfalar/Haberler/2020/coronavirus_bilgilendirme_1.aspx) Erişim Tarihi: 15.04.2020.
- Kumcağız, H., Terzi, Ö., Koç, B. ve Terzi, M. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı, *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 13-39.
- Kuss, D.R. and Griffiths, M.D. (2011). Online Social Networking and Addiction: A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8, 3528-3552.
- 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., Won, W-Y., Park, J-W., Min J-A., Hahn, C., et al. (2013). Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS). *PLoS ONE*, 8(2), e56936.
- Lee, Y-K., Chang, C.-T., Lin, Y. and Cheng, Z.-H. (2014). The Dark Side of Smartphone Usage: Psychological Traits, Compulsive Behavior and Technostress. *Computers in Human Behavior*, 31, 373-383.
- Lin, Y-H., Chang, L-R., Lee, Y-H., Tseng, H-W., Kuo, T-B. and Chen, S-H. (2014). Development and Validation of the Smartphone Addiction Inventor, *SPAI*. *PloS ONE*, 9(6), e98312.
- Lin, C. Y., Broström, A., Griffiths, M.D. and Pakpour, A. H. (2020). Investigating Mediated Effects of Fear of Covid-19 and Covid-19 Misunderstanding in the Association Between Problematic Social Media Use, Psychological Distress, and Insomnia. *Internet Interventions* 21, (100345), 1-6.
- Mathew, K. V. B. and Walarine, M. (2020). Neck Pain among Smartphone Users: An Imminent Public Health Issue During the Pandemic Time. *Journal of Ideas in Health*, 3(Special), 201-204.
- Meral, D. (2017). *Ortaöğretim Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığının Yalnızlık, Yaşam Doyumu ve Bazı Kişisel Özellikler Bakımından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzincan.
- Minaz, A. ve Çetinkaya-Bozkurt, Ö. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerinin ve Kullanım Amaçlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(21), Özel Sayı, 268-286.
- Park, C. ve Park, Y. R. (2014). The Conceptual Model on Smart Phone Addiction Among Early Childhood. *International Journal of Social Science and Humanities*, 4, 147-150.
- Prakash, S.O, Yadav, J. S. and Singh, T.B. (2020). An Online Cross-Sectional Study to Assess the Prevalence of Internet Addiction among People Staying at Their Home During Lockdown due to COVID-19. *International Journal of Indian Psychology*, 8(3), 424-432.

- Sanal, Y. ve Özer, Ö. (2017). Smartphone Addiction and the Use of Social Media among University Students. *Mediterranean Journal of Humanities*, VII/2, 367-377.
- Statista (2020). Coronavirus Impact: Global in-home Media Consumption by Country 2020. <https://www.statista.com/statistics/1106498/home-media-consumption-coronavirus-world-wide-by-country/>. Erişim Tarihi: 3.11.2020
- Tabachnick, B. G., and Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics. Boston, MA: Pearson.
- Talan, T., Korkmaz, A. ve Gezer, M. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Mobil Telefon Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi Üzerine Bir Çalışma: Kilis 7 Aralık Üniversitesi Örneği. *Uluslararası Çağdaş Eğitim Araştırmaları Kongresi*, 423-434.
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020). COVID-19 (SARS-CoV-2 Enfeksiyonu) Rehberi. [https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/rehberler/COVID-19\\_Rehberi.pdf](https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/rehberler/COVID-19_Rehberi.pdf) Erişim Tarihi: 02 Mayıs 2020.
- World Health Organization [WHO]. (2020, Mart,11). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Situation Report-51, [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200311-sitrep-51-covid-19.pdf?sfvrsn=1ba62e57\\_10](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200311-sitrep-51-covid-19.pdf?sfvrsn=1ba62e57_10) Erişim Tarihi: 20.04.2020.
- Yang, S. Y., Chen, M. D., Huang, Y. C., Lin, C. Y. and Chang, J.H. (2017) Association Between Smartphone Use and Musculoskeletal Discomfort in Adolescent Students. *J Community Health*, 42(3), 423-430.
- Yıldırım, S. (2018). *Ergenlerin Özel İyi Oluş ve Anne Baba Tutumları ile Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Yılmaz, D., Çınar, H. G. ve Özyazıcıoğlu, N. (2017). Hemşirelik Öğrencilerinde Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı ile Üst Ekstremitte Fonksiyonel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *SDÜ Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(3), 34-39.
- Yusufoglu, Ö. Ş. (2017). Boş Zaman Faaliyeti Olarak Akıllı Telefonlar ve Sosyal Yaşam Üzerine Etkileri: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 6(5), 2415-2434.