

## SOSYOTELİZM: FARKLI BAĞLAMLARDA BİR DEĞERLENDİRME

Banu SAYINER\* & Müge AKBAĞ\*\*

Öz

Çağımızda teknolojinin gelişimi ile birlikte bilişim teknolojilerinin kullanımı çok yüksek bir orana ulaşmıştır. Başlangıçta iletişim amaçlı kullanılan cep telefonları günümüzde akıllı telefon düzeyine erişerek küçük bir bilgisayar konumuna gelmiştir. Akıllı telefonların taşınabilir olmasıyla dijital ortamda zaman geçirmek bireyler için vazgeçilmez bir durum haline almıştır. Akıllı telefonların aşırı şekilde kullanılması sonucunda bazı kişilerde problemler akıllı telefon kullanımı görülmektedir. Akıllı telefonun problemler kullanımının yarattığı davranışlardan biri de sosyotelizmdir (phubbing). Telefon (phone) ve yok saymak (snubbing) sözcüklerinin birleşiminden meydana gelmiş olan phubbing, bir kişinin başka bir kişiyle yüz yüze iletişim halindeyken cep telefonuna daha fazla ilgi göstermesi şeklinde tanımlanmaktadır. Son dönemde yüksek oranda akıllı telefon kullanımının yarattığı sosyotelizm ile ilgili araştırmaların sayısında artış olduğu gözlenmektedir. Bu derleme çalışmasında, literatürdeki ilgili araştırmalara dayanarak sosyotelizm davranışını farklı bağlamlarda (evli çiftler-romantik ilişkiler, arkadaşlık/akran ilişkileri, ebeveyn-çocuk ilişkileri, eğitim ortamı, iş ortamı, olumsuz psikolojik göstergeler ve ölçme) değerlendirmek ve bu yeni davranış biçimini daha iyi anlamamızı sağlayacak araştırmaların yapılmasına yol açıcı olmak amaçlanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Sosyotelizm, Sosyotelist, Sosyotelizme Maruz Kalan, Problemler Akıllı Telefon Kullanımı.

## PHUBBING: AN EVALUATION IN DIFFERENT CONTEXTS

**Abstract**

The utilization of information technologies has significantly increased in nowadays due to the advancements in technology. Cell phones, which were initially used for communicative purposes, have now become smartphones and transformed into a small computer. Smartphones have become an essential aspect of people's lives due to their portability, leading to increased time spent in the digital environment. However, excessive smartphone use has resulted in problematic behavior among some individuals, including phubbing, which is a behavior associated with

\*Psikolog Dr., İstanbul, Türkiye, banusayiner@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-4842-0712>

\*\*Doç. Dr., Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, makbag@marmara.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0003-0507-9072>

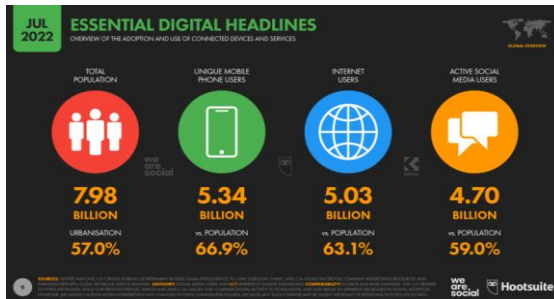
problematic smartphone use. Phubbing, a combination of the words “phone” and “snubbing”, refers to a person showing more interest in the mobile phone while communicating with another person face to face. Recently, it is observed that there has been an increase in the number of studies on phubbing caused by the excessive use of smartphone. The aim of this study was to evaluate phubbing behavior in different contexts (married couples-romantic relationships, friendship/peer relationships, parent-child relationships, educational environment, work environment, negative psychological indicators and measurement) based on the relevant literature, thus leading to new researches. In this way, it would be possible to better understand this new behavior pattern.

**Keywords:** Phubbing, Phubber, Phubbee, Problematic Smart Phone Use.

## Giriş

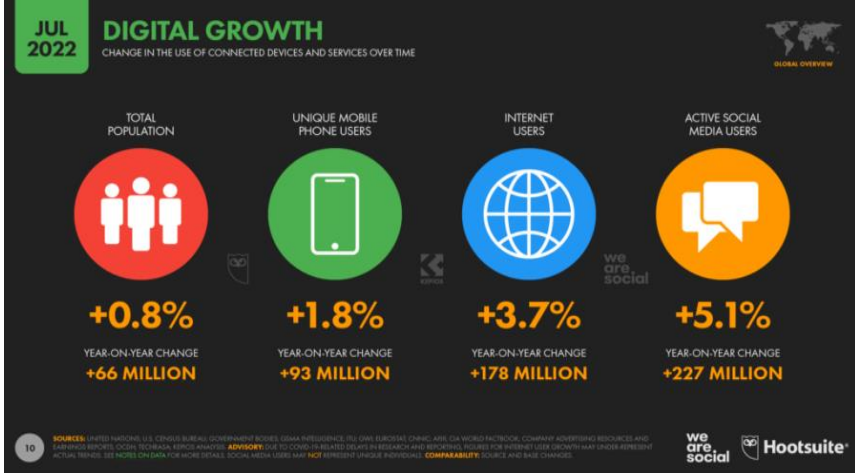
Çağımızda iletişim teknolojilerindeki gelişmeler sayesinde internet kullanımı çok yaygınlaşmıştır. Önceleri sadece konuşma ve mesaj gönderme amaçlı üretilen cep telefonları, günümüzde internete erişimi hızlı ve kolay bir şekilde sağlayan akıllı telefonlara dönüşmüştür. İletişim, e-postalar, sosyal medya, oyun, eğlence, alışveriş, eğitim, iş, bankacılık, sağlık gibi alanlara ulaşmak ve gelişmeleri takip etmek için akıllı telefon kullanımı birçok insan için yaşamın vazgeçilmez bir ögesi durumuna gelmiştir. Günümüzde bireyler sosyo-ekonomik yapıları hangi düzeyde olursa olsun bir şekilde akıllı telefona sahip olmaktadır. Şekil 1 ve Şekil 2’de görüldüğü gibi, "We Are Social & Hootsuite Global Report"un Temmuz 2022 verileri dünya nüfusunun %66,9'unun (5,34 milyar insan) cep telefonu kullandığına işaret etmektedir. Mobil kullanıcılar önceki belirlemeden bu yana %1,8 (93 milyon) artmıştır. Temmuz 2022 verileri dünya çapında 5,03 milyar insanın (%63,1) internet kullandığını göstermektedir. Bu oran, önceki yılın verileriyle karşılaştırıldığında 178 milyonluk (%3,7) bir artış olduğu görülmektedir. Diğer taraftan Temmuz 2022 verilerine göre, dünyada 4,7 milyar sosyal medya kullanıcısı (%59) bulunmaktadır. Bu rakam, %5,1 büyüme ile 227 milyon artmıştır (We Are Social & Hootsuite Global Report, 2022).

**Şekil 1. Mobil Telefon, İnternet ve Sosyal Medyanın Küresel Nüfusa Bağlı Olarak Kullanım Oranı**



**Kaynak:** We Are Social & Hootsuite Global Report, 2022

## Şekil 2. Mobil Telefon, İnternet ve Sosyal Medyanın Küresel Nüfusa Bağlı Olarak Kullanımının Bir Önceki Ölçüme Göre Artış Oranı



**Kaynak:** We Are Social & Hootsuite Global Report, 2022

TÜİK tarafından yapılan hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması sonuçlarına göre ise, 2022 yılında hanelerin %94,1'inin evden internete erişim olanağına sahip olduğu belirlenirken, bu oranın geçen yıl %92,0 olduğu belirtilmiştir. İnternet kullanım oranı 2022 yılında 16-74 yaş grubundaki kişilerde %85,0 iken, bu oranın bir önceki yıl %82,6 olduğu saptanmıştır. Diğer taraftan TÜİK verileri, 2022 yılının ilk üç ayını kapsayan zaman diliminde 16-74 yaş grubundaki bireylerin %82,7'sinin interneti düzenli olarak (hemen her gün ya da haftada en az birdefa) kullandığı, düzenli internet kullanımının bir önceki yıl %80,5 olduğu vurgulanmıştır (TÜİK, 2022). Gerek dünyadaki, gerekse Türkiye'deki bu veriler internet, sosyal medya ve akıllı telefon kullanım oranının her yıl hızla arttığının bir göstergesidir.

Bireylerin yaşamlarının büyük bir kısmını kaplayan akıllı telefonların yaygın kullanımı insanları sanal olarak bir araya getirmedeki avantajlarına rağmen, iletişimin kalitesini olumsuz etkilediğinden gerçekte insanların birbirinden uzaklaşmasına neden olmaktadır (Verma, Kumar ve Yadar, 2019: 806). Kişilerin hiçbir şey olmamış gibi konuşmaya devam etmesi ve sürekli telefona bakması bir nezaketsizlik belirtisi olarak yorumlanmakta ve sosyotelizm kapsamında değerlendirilmektedir (Courtright ve Caplan, 2021: 32-33). Dolayısıyla sosyotelizm (phubbing), kişilerarası ilişkileri kesintiye uğratan olumsuz bir davranış biçimidir. Phubbing, telefon (phone) ve yok saymak (snubbing) sözcüklerinin bir araya gelmesinden oluşmuştur. Bu terim ilk kez Macquarie Dictionary'nin McCann Grup Melbourne adında bir reklam ajansı ile yürütmüş olduğu Mayıs 2012'deki bir kampanyada tanıtılmıştır. Şirket, bazı elektronik cihazlarla meşgul olurken birini tamamen görmezden gelme davranışını gözlemlemek ve sonunda bu davranışı açıklayan bir sözcük

tasarlamak beklentisi ile çeşitli szlkbilimcileri, yazar, şair ve psikologları davet etmiştir. Phubbing terimini icat eden McCann Muhasebe Müdürü Adrian Mills olmuştur. Davranış, "Stop Phubbing Campaign" (Sosyotelizmi Durdur Kampanyası) başlığındaki afişler ile medya raporları sayesinde popüler hale getirilmiştir (Khare ve Qasim, 2019: 812; Verma vd., 2019: 803; Uğur ve Koç, 2015a: 1023; Zamani, Talepasand ve Taghinezhad, 2020: 26). Phubbing, Cambridge Sözlük'te (t.y.) "dikkatini yanındaki kişi yerine mobil telefonuna verme ve o kişiyi yok sayma davranışı" olarak ifade edilmektedir. Türkçede sosyotelizm olarak ifade edilen bu davranış, kişinin başka kişilerle iletişim halindeyken dikkatini akıllı telefona yönelterek onlarla iletişim kurmaması olarak tanımlanmaktadır (Karadağ vd., 2016: 224). Bir sosyal etkileşimde "phubber" (sosyotelist), arkadaşına yönelik "phubbing"i (sosyotelizmi) başlatan kişiyi ifade ederken, "phubbee" sosyotelizm davranışına maruz kalan kişi olarak tanımlanmaktadır (Chotpitayasunodh ve Douglas, 2018b: 304-305).

Günümüzde akıllı telefonlar bireylerin ihtiyaç ve beklentilerini hızlı bir şekilde karşılamakta, ancak bu durum beraberindeproblemlilik akıllı telefon kullanımınıgetirebilmektedir. Problemlilik akıllı telefon kullanımı da bağımlılık ile sonuçlanabilmektedir. Sosyotelizm deakıllı telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, oyun bağımlılığı (Karadağ vd., 2015: 60; Nazir ve Bulut, 2019: 821) ve bu bağımlılığlara ek olarak uygulama bağımlılığı (Karadağ vd., 2016: 224) ile birlikte oluşan çok yönlü bir yapıya sahiptir. Bağımlılık denilince öncelikle madde bağımlılığı düşünülse de bağımlılık, kimyasal madde kullanımı ve davranışsal bağımlılık (kimyasal madde içermeyen) olmak üzere iki şekilde açıklanmaktadır. Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (APA) sınıflandırma sistemi olan DSM-5'de (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders /Ruhsal Bozuklukların Teşhis ve İstatistik El Kitabı) madde ile ilişkisi olmayan bozukluk kapsamında henüz sadece kumar oynama bozukluğu yer almaktadır (APA, 2013: 231). İnternetin ve oyun gibi ilişkili kavramların problemlilik kullanımının ilerleyen zaman içinde tanı kriterleri dikkate alınarak sınıflandırılması önerilmektedir (Block, 2008: 306). Bu bağlamda problemlilik internet, oyun, sosyal medya kullanımı sonucunda akıllı telefon kullanımının da bağımlılık olarak değerlendirildiği görülmektedir. Dolayısıyla akıllı telefonun yoğun kullanımı sonucunda oluşan sosyotelizm de yeni bir bağımlılık türü olarak incelenebilir. (Verma vd., 2019: 810-811). Sonuç olarak, cep telefonları her ne kadar insan yaşamına kolaylık sağlasa da, bu araçların kullanım şekli bireylerin sosyal yaşamını olumsuz etkileyerek onları bağımlılık yapan davranışlara yönlendirebilmektedir (Bulut ve Nazir, 2020: 4).

Araştırmacılar sosyotelizmin psikolojik, teknolojik, iletişimsel, kültürel, sosyal ve eğitimsel alanlarda araştırma konusu olduğuna dikkat çekmektedir (Capilla Garrido, Issa, Gutirrez Esteban ve Cubo Delgado, 2021: 7). Yapılan araştırmalar, Bilgi ve İletişim Teknolojilerinin (BİT) gelişimi ile birlikte yeni bir davranış şekli olarak ortaya çıkan sosyotelizmin

çeşitli iletişim gruplarını etkilediğine işaret etmektedir. Bu derleme çalışmasında, literatürdeki mevcut araştırmalar ışığında romantik ilişkilerde ya da evlilik ilişkilerinde, ebeveyn-çocuk ilişkilerinde, arkadaş ilişkilerinde, eğitim ortamında gençlerin birbirleriyle olan ilişkilerinde, iş yaşamında üst-üst ilişkilerinde sosyotelizmin yansımaları ile psikolojik etkilerinin belirlenmesine ve bu davranışın ölçülmesine yönelik çalışmaların incelenmesi amaçlanmıştır. Literatürde yer alan araştırmalara dayanarak sosyotelizmle ilgili bilgi birikiminin sentezlendiği bu derleme çalışmasının, özellikle Türkiye’de yeni yeni araştırılmaya başlanan bu kavramı, ortaya çıkış nedenlerini, bireyleri ve ilişkileri nasıl etkilediğini daha iyi anlamamız için ileride yapılacak çalışmalara yol açıcı olması bakımından önemli olduğu düşünülmektedir. Diğer taraftan bu çalışmanın kaynakçada yer alan araştırmaların bulguları ile sınırlı olduğunu belirtmekte fayda vardır.

## **1. EVLİ ÇİFTLERDE VE ROMANTİK İLİŞKİLERDE SOSYOTELİZM**

Akıllı telefon ile meşgul olup yanındakiyle ilgilenmemek anlamına gelen sosyotelizm (phubbing) davranışı, çiftler arasında gerçekleştiğinde buna "partner phubbing" (Pphubbing) denilmektedir. Çiftler arasındaki ilişkiler açısından incelendiğinde; akıllı telefonlar bir taraftan çiftlerin uzakta olsalar bile birbirleriyle her fırsatta görüşmelerini sağlayarak iletişimlerini olumlu yönde etkilerken, bir taraftan da iletişimlerinde kesintilere neden olmaktadır. Şöyle ki; sosyotelizm davranışını sergileyen bir kişi yanındaki partnerinden ziyade telefonuna odaklandığında dışlanma ve memnuniyetsizlik duygularına yol açabilir. Çiftler bu durumu yanındaki kişinin önceliğinin kendisi olmadığı şeklinde yorumlayabileceğinden sosyotelizmin ilişkileri olumsuz yönde etkileme potansiyeline sahip olduğu öngörülmektedir (McDaniel ve Wesselmann, 2021: 420; Roberts ve David, 2016: 134; Khodabakhsh ve Le Ong, 2021: 9). Flört eden ve evli olan çiftler üzerinde yapılan bir araştırmada teknolojinin aşırı kullanımı nedeniyle partnerle ilgilenmemenin çiftler arasında oldukça yaygın olduğu görülmektedir (Cizmeci, 2017: 364). Sosyotelizmin evlilik kalitesini de olumsuz yönde etkilediği vurgulanmaktadır (Khodabakhsh ve Le Ong, 2021: 13). Romantik ilişkilerde çiftlerin iletişim kurmak için cep telefonlarını kullanımlarındaki artışın da ilişki doyumunu azalttığına dair araştırma bulguları mevcuttur (Roberts ve David, 2016: 138; Wang, Xie, Wang, Wang ve Lei, 2017: 15). Bazı araştırmalarda ise partner sosyotelizmi ve ilişki doyumu arasında doğrudan anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı, ancak benlik saygısının bu iki değişken arasındaki ilişkide düzenleyici rolünün olduğu belirlenmiştir. Bu bulguya göre, benlik saygısı yüksek olan yetişkinlerde çift sosyotelizmi ile ilişki doyumu arasında negatif yönde ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Benlik saygısı düşük olan yetişkinlerde ise çift sosyotelizminin ilişki doyumu üzerinde bir etkisi bulunamamıştır. Ayrıca evli çiftler evli olmayıp romantik ilişki içinde olan çiftlere göre sosyotelizmi daha fazla deneyimlemektedirler. Buna ek olarak

partner sosyotelizminin ilişki doyumunu üzerindeki olumsuz etkisi sadece evli çiftlerde görülmektedir (Wang, Znao ve Lei, 2021: 3372). Sonuç olarak, araştırmacıların da vurguladığı gibi ilişki doyumunun birçok faktörden etkilendiği dikkate alındığında partner sosyotelizmi bunlardan sadece biridir ve diğer faktörler kadar güçlü bir etkiye sahip olmayabilir. Diğer taraftan evli olmayan çiftlerde partner sosyotelizminin ilişki doyumunu üzerinde olumsuz bir etkisinin olduğuna dair herhangi bir bulgunun olmaması, evli olmanın nasıl bir fark yarattığına dair daha detaylı araştırmaların yapılmasına ihtiyaç olduğunu düŐündürmektedir. Ayrıca boŐanma ya da romantik ilişkinin sonlandırılmasında da partner sosyotelizminin etkisinin olup olmadığı araŐtırılabilir.

Son yıllarda sosyotelizme olan ilginin artmasıyla birlikte, bu davranışın ilişki ve partner üzerindeki olumsuz yansımalarına dair çalışmaların da çeŐitlendięi dikkati çekmektedir. Bu çalıŐmalardan birinde sosyotelizmin bağlanma stilleri ile etkileşime girerek ilişki doyumunu azalttığına dair bulgular elde edilmiş olmakla birlikte daha detaylı çalışmaların yapılması önerilmiştir (Brning ve Wartberg, 2022: 5). Bir başka araştırma bulgusu ise, ilişkiyi kesintiye uğratan sosyotelizm davranışının romantik ilişki yaşayan çiftler arasında cep telefonu kullanımı kaynaklı çatıŐmayı artırdığına, bu çatıŐmanın da çiftlerin ilişki doyumunu azalttığına işaret etmektedir. Ayrıca kaygılı bağlanma stiline sahip olan bireylerin partnerin sosyotelizm davranıŐına güvenli bağlanma stiline sahip olanlara göre daha fazla tepki verdikleri ve açığa çıkan çatıŐmanın da ilişki doyumunun azalmasına yol açtığı tespit edilmiştir. Partner sosyotelizminin ilişki doyumunu ve yaşam doyumunu yoluyla dolaylı olarak depresyonu tetiklediği sonucuna da ulaŐılmıŐtır (Roberts ve David, 2016: 139). Dolayısıyla partner sosyotelizminin dolaylı da olsa çiftlerin iyi oluş düzeylerini belirleyici bir role sahip olduğu söylenebilir. Türkiye’de yapılan bir araştırmanın sonuçları da kaıman bağlanma stiline sahip olma düzeyi yüksek olan bireylerde partner sosyotelizmi ile ilişki kalitesi arasında negatif yönde bir ilişkinin varlığına işaret etmektedir (Topal, Güngör, oban, Şahintürk, Kırmızıkkaya ve Şendil, 2021: 470). Sosyotelizm romantik iliŐkilerdeki kıŐkanlıęı da tetiklemektedir. Özellikle kaygılı bağlanan bireylerde partnerin sosyotelizm davranışı arttıkça romantik ilişkide kıŐkanlık artmakta bu da ilişki doyumunun düşmesine sebep olmaktadır (David ve Roberts, 2021: 3604-3605). Araştırmalar göstermektedir ki, partner sosyotelizminin etkilerini açıklığa kavuŐtırmada partnerin bağlanma stili önemli bir role sahiptir. Bu bağlamda daha sonra yapılacak araştırmalarda ilişkide hem sosyotelizme maruz kalan hem de uygulayan partnerin bağlanma stilleri birlikte ele alınabilir.

Sosyotelizmin olumsuz etkilerinden biri de buna maruz kalmıŐ bireylerin sosyal dışlanma duygusu yaŐamalarıdır. Bu durum, bir yere ait olma duygusunu yeniden kazanma umuduyla bireylerin sosyal medyaya bağlanmasıyla sonuçlanmaktadır (David ve Roberts, 2017: 159). Yüz yüze bir etkileşim sırasında herhangi bir sebep olmaksızın sosyotelizme maruz kalmıŐ

bireyler daha fazla dışlanmış, daha az yakın ve partnerlerinin dikkatini daha fazla dağılmış hissettiklerini belirtirlerken, zorunlu bir nedenden dolayı sosyotelizme maruz kalan kişiler daha az dışlanmış ve partnerlerinin dikkatini de daha az dağılmış hissettiklerini bildirmişlerdir (McDaniel ve Wesselmann, 2021: 420). Partner sosyotelizmi ve ilişki doyumu arasındaki ilişkiye dışlanmışlık duygusunun, daha az algılanan partner duyarlılığının ve daha az samimiyetin aracılık ettiği, paylaşılan telefon kullanımının ise partner sosyotelizminin olumsuz etkilerini azalttığı saptanmıştır. Bu durum, partneri telefon faaliyetlerine dâhil ederek ve bu konuda bilgilendirerek sosyotelizmin ilişki doyumu üzerindeki olumsuz etkilerini hafifletmenin mümkün olduğu anlamına gelmektedir.

Özetle, bu çalışma kapsamında incelenen araştırmalara dayanarak çift ilişkilerinde sosyotelizmin çatışmaya, düşük ilişki doyumuna, samimiyet eksikliğine, artan kıskançlık duygusuna, dolaylı olarak depresyon düzeyinde artmaya ve iyi oluş düzeyinde azalmaya neden olduğu söylenebilir. Sosyotelizm davranışı, duygusal ilişki içerisindeki çiftlerin iletişimini kopararak aralarındaki sohbete müdahale etmekte ve böylelikle partnerin kendisiyle ilgilenilmediği duygusunu oluşturmasına dolayısıyla ilişki doyumunun düşmesine neden olmaktadır. Bu durum, çift ilişkilerinde kişisel ve ilişkiyi iyi oluşu da olumsuz yönde etkilemektedir. Yine de partner sosyotelizmi üzerine yapılan çalışmalar henüz sınırlı sayıda olduğundan, romantik ilişkinin türüne göre (evli olma, flört, uzun süreli romantik ilişki gibi) ilişki içinde yaşanan sosyotelizmin öncüllerini de dikkate alarak farklı değişkenler bağlamında yapılacak daha fazla çalışmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

## **2. ARKADAŞLIK/AKRAN İLİŞKİLERİNDE SOSYOTELİZM**

*Arkadaş ya da akran sosyotelizmi* (Friend phubbing-Fphubbing/Peer phubbing), arkadaşlarla ya da akranlarla etkileşimde bulunurken akıllı telefon kullanma eylemini belirtmektedir. Sosyotelizm davranışının arkadaşlığın kalitesi üzerinde olumsuz bir etkisinin olduğu vurgulanmakla birlikte (Parus, Adu ve Keraf, 2021: 21), arkadaş sosyotelizmi hakkında çok az şey bilinmektedir. Yapılan bir araştırmada daha yüksek düzeyde depresyon, sosyal kaygı ve nevrozla ilgili sahip olanların daha fazla arkadaş sosyotelizmi gösterdikleri, uyumluluk ile arkadaş sosyotelizmi arasında olumsuz bir ilişkinin olduğu bulunurken, daha fazla arkadaş sosyotelizminin daha düşük arkadaşlık memnuniyetine yol açtığı tespit edilmiştir (Sun ve Samp, 2022: 2691). Üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, akran sosyotelizminin sosyal ağ sitelerine bağımlılık ile pozitif bir ilişki içinde olduğu ve sosyal kaygının akran sosyotelizmi ile sosyal ağ sitelerine bağımlılık arasında kısmi aracı rolünün olduğu vurgulanmaktadır. Ayrıca akran sosyotelizmi ve sosyal ağ sitelerine bağımlılık arasındaki ilişki yüksek düzeyde maddi zorluk çeken ailelerden gelen üniversite öğrencilerinde daha güçlüdür (Chu, Ji, Wang, Yu, Chen ve Lei, 2021: 6-7). COVID-19 pandemi

sürecinde Çinli niversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada da akran sosyotelizminin akıllı telefon bağımlılığı ile pozitif ilişkisi olduğu tespit edilirken, bu iki değişken arasında can sıkıntısının aracı, reddetme özyeterliğinin ise düzenleyici rolünün olduğu belirlenmiştir. Reddetme zyeterliği yüksek olan niversite ğrencilerinin, duygu durumlarını etkin bir şekilde kontrol edebildikleri için can sıkıntısı düzeyleri yüksek olsa bile pandemi sırasında psikolojik tatmin için akıllı telefon bağımlılığına daha az yönelmiş olabileceklerine dikkat çekilmiştir. Bu sonuçlara göre, araştırmacılar niversite ğrencilerinde can sıkıntısı eğilimi ve reddetme özyeterliğinin nleme ve müdahale programlarında birincil hedefler olabileceğini önermektedir (Zhao, Ye ve Yu, 2021: 170-173). Ergenlerle yapılan çalışmalar da akran sosyotelizmi arttıça yalnızlık duygusunun arttığına budurumun da mobil sosyal medya bağımlılığını artırdığına işaret etmektedir. Akran sosyotelizminin ve akran sosyotelizmi nedeniyle açığa çıkan yalnızlık duygusunun kız ergenler üzerindeki etkisi daha güçlüdür ve kızlar mobil sosyal medya bağımlılığına daha yatkındır. Yalnızlık duygusunun nedeni akran reddi ve akranlar tarafından dışlanma olarak değerlendirilmiştir (Xu, Li, Liu ve Yang, 2022: 6-10). Akran sosyotelizminin doğası gereği başlı başına bir akran reddi davranışı olduğu söylenbilir.

Sonuç olarak, akran/arkadaş sosyotelizmi ile ilgili çalışmaların henüz sınırlı sayıda olduğu görülmektedir. Bununla birlikte, özellikle ergenlik dönemi ve sonrası akran grupları içinde yer almak önemli olduğu ve akranlarla daha fazla etkileşime girildiği için akran sosyotelizminin yukarıda aktarılan araştırmalarda da tespit edildiği üzere başta bağımlılık eğilimi olmak üzere bireyin çeşitli psikolojik özelliklerini etkilemesi beklenen bir durum olarak değerlendirilebilir. Bu haliyle akran sosyotelizmi bir risk faktörü olarak ortaya çıkmakta ve bu noktada gençlerin psikolojik iyi oluşlarını arttırmak için önleyici çalışmaların yapılmasını gündeme getirmektedir.

### 3. EBEVEYN- ÇOCUK İLİŞKİLERİNDE SOSYOTELİZM

Sosyotelizm davranışının en çok araştırıldığı ilişki formlarından biri de ebeveyn-ocuk ilişkileridir. Ebeveynin akıllı telefonu yüksek oranda kullanımı sonucunda çocuklarını ihmal etmesi ya da iletişimlerinde olumsuzluklara neden olması "ebeveyn sosyotelizmi" olarak ifade edilmektedir (Niu, Yao, Wu, Tian, Xu ve Sun, 2020: 1; Xie, Chen, Zu ve He, 2019: 1; Xie ve Xie, 2020: 43).

Sosyotelizm davranışının öncelikli olarak incelendiği bir alan olan anne sosyotelizminin (Mother Phubbing-Mphubbing) ergenlerde akademik tükenmişlik ve ruh sağlığı problemleri ile pozitif bir ilişki içinde olduğu belirlenirken, kişilik özelliklerinden uyumluluk ve nrotizmin bu ilişkiyi şekillendirici bir role sahip olduğuna dikkat çekilmiştir. Uyumluluk düzeyi yüksek olan ergenler kişilerarası ilişkilerde daha duyarlı olduklarından anne sosyotelizminden daha fazla etkilenmektedirler (Bai, Bai, Dan, Lei ve Wang, 2020a: 4). Ayrıca anne-ergen iletişimi ve algılanan anne kabulünün anne



sosyotelizmi ile ergenin yalnızlığı arasındaki ilişkiyi anlamaya yardımcı olduğu da belirtilmektedir. Anne sosyotelizmine maruz kalan ve anne kabulünü düşük düzeyde algılayan ergenler kendilerini daha yalnız hissedebilmektedir (Wang vd., 2022: 1569-1571). Literatür incelendiğinde, ebeveyn sosyotelizminin (Parent Phubbing-Pphubbing) ergen sosyotelizmi (Adolescent Phubbing-Aphubing) ile pozitif yönde ilişkili olduğu da görülmüştür (Bai vd., 2020b: 127). Ebeveyn sosyotelizminin çocukları bu davranışı yapmaya yönlendirdiği ve ebeveynlerin çocukları ile olan ilişkilerinde sosyal kopukluğa neden olduğu vurgulanmaktadır (Pancani, Gerosa, Gui ve Riva, 2020: 453). Ebeveyn sosyotelizmini deneyimleyen ergenlerin ebeveynleri ile bağlanma sorunu yaşadıkları bulunurken (Bai vd., 2020b: 132; Liu, Chen, Wang, Genge ve Lei, 2020: 281-282; Xie vd., 2019: 6), ergenlerdeki bu bağlanma sorunlarının ebeveynleri tarafından reddedildiklerini hissetmelerinden kaynaklanabileceği saptanmıştır. Bu durum aynı zamanda düşük ilişki doyumuna neden olmaktadır (Liu vd., 2020: 281-282). Ayrıca ebeveyn sosyotelizminin ergenlerin problemleri cep telefonu kullanımı ile nasıl ilişkili olduğunu inceleyen araştırmalar da bulunmaktadır. Yapılan bir araştırmada, ergenin yüksek özdenetimine sahip olmasının, ebeveyn sosyotelizmi ve zayıf ebeveyn- çocuk ilişkisinin ergenin problemleri cep telefonu kullanımı üzerindeki etkilerini hafiflettiği sonucuna varılmıştır (Niu vd., 2020: 5). Başka bir araştırmada, ergenin benlik saygısının ve zayıf ebeveyn- çocuk ilişkisinin ebeveyn sosyotelizmi ve ergenin problemleri cep telefonu kullanımı arasındaki ilişkide çoklu aracılık rolüne sahip olduğu görülmüştür. Ergenler ebeveyn sosyotelizmine maruz kaldıklarında ebeveynleriyle kurdukları düşük kaliteli etkileşimler benlik saygılarının sağlıklı gelişimini engelleyebilir ve bu durum da problemleri cep telefonu kullanımı gibi sorunlu davranışlara yönelmelerine yol açabilir (Hong, Liu, Ding, Oei, Zhen ve Jiang, 2019: 782).

Ebeveyn sosyotelizminin geç çocukluk ve ergenlik dönemindeki depresyona yönelik etkilerinin belirlendiği araştırmalara göre ise, artan ebeveyn sosyotelizmi ile birlikte ergenlerde artış gösteren depresif belirtilerin ebeveyn sıcaklığının azalması ve ebeveyn reddi (Xie ve Xie, 2020: 48-49), düşük benlik saygısı ve algılanan düşük sosyal destek (Wang, Gao, Yang, Zhao ve Wang, 2020a: 435), internet oyun oynama bozukluğu (Xie, Guo ve Wang, 2021: 7) ve bağlanmadan kaçınma (Bai vd., 2020b: 131) ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Çevrimiçi olduğunda ebeveyn sosyotelizminin ergenleri siber zorbalık suçuna yönlendirmede de etkili olduğu (Wang, Wang, Qiao, Gao, Yang ve Wang, 2020b: 10) ve kaygının bu duruma aracılık ettiği belirlenmiştir (Wei, Ding, Huang ve Zhu, 2022: 2616-2617). Başka bir deyişle, ebeveyn sosyotelizmine bağlı olarak artan kaygı ile birlikte ergenlerin siber zorbalık suçuna eğilimleri de artmaktadır. Ergenler, ebeveynleri ile zaman içinde sürekli olarak sosyotelizm yaşadıklarında ilişkisel değer kaybıyla birlikte düşük öz değerlendirme ve kendini küçümseme gibi olumsuz içsel yüklemeler geliştirebilmektedirler (Liu, Chen, Wang ve Lei, 2021: 1278). Al-Saggaf (2022: 18), ebeveyn sosyotelizminin çocuklar üzerindeki etkisinin

altında yatan psikolojik mekanizmaların neler olduğunu belirlemeye yönelik daha fazla araştırma yapılmasına ihtiyaç olduğunu ve bu tür araştırmaların hangi psikolojik özelliklere sahip bireylerin ebeveyn sosyotelizminden daha fazla etkilendiğini anlamaya yardımcı olabileceğini öne sürmüştür. Özetle, araştırmacılar ebeveyn sosyotelizminin ebeveyn-çocuk etkileşimi ve çocuğun gelişimi açısından davranışsal, sosyal ve psikolojik yönden olumsuz sonuçlarına dikkat çekmektedir.

Sonuç olarak, aile içinde yüksek oranda teknoloji kullanımının ve sosyotelizmin azaltılması noktasında ebeveynlerin çocuklarına yasaklar koymaları yerine kendilerinin model olmaları gerekmektedir. Ebeveynler sahip oldukları değerlerin, inançların, tutum ve davranışların çocuklarının sağlıklı gelişiminde önemli bir rol oynadığını unutmamalıdır (Akbağ ve Sayiner, 2021: 767).

#### 4. EĞİTİM ORTAMINDA SOSYOTELİZM

Sosyotelizmin eğitim ortamında öğrenciler üzerinde de etkileri görülmektedir. Akıllı telefonların dijital yerliler olarak ifade edilen 2000 yılı ve sonrası (Milenyum) doğmuş olan kuşağın en çok kullandığı araçlar (Ünalın ve Yıldırım, 2020: 277-281) olduğu dikkate alındığında, sosyotelizmin gençler arasında da giderek artan bir eğilim olarak görülmesi kaçınılmazdır (Khare ve Qasim, 2019: 812). Sosyotelizm davranışı doğası gereği olumsuz etkilere yol açmasına rağmen insanların neden bu incitici davranışta bulunmaya devam ettiğini belirlemek için üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmanın sonuçları, öğrencilerin sosyotelizm ile olan ilişkilerinde belirgin bir tutarsızlık olduğunu ortaya koymaktadır. Öğrenciler sosyotelizmi hem sinir bozucu hem de saygısız bir davranış olarak nitelendirip şiddetle kınarken, başkalarına sosyotelizm uygulamaktadırlar (Aagaard, 2019: 237). Ayrıca gençlerin günlük yaşantılarının büyük bir kısmında akıllı telefon kullandıkları, akıllı telefon kullanım süresinin günde 4-5 saatten fazla (Khare ve Qasim, 2019: 815) ya da 2 saatten 10 saate kadar olduğu (Hidayat, Anita, Narayani ve Mariana, 2021: 153) saptanmıştır. Türkiye'deki öğrencilerin mobil telefonlarını kullanma sürelerinin günde 2-5 saat arasında olduğu, telefonlarını günde 45 defadan fazla kontrol ettikleri belirtilmektedir (Aygır, Tozun, Unsal, Arslantas, Oktar ve Dagtekin, 2021: 23-26). Yapılan bir araştırmaya göre, öğrenciler telefonların çeşitli güçlü işlevleriyle birlikte yaşamları üzerinde derin bir etkisi olduğunu ve telefonlarını çoğunlukla iletişim ve eğlence aracı olarak kullandıklarını; ayrıca oyun oynamak, internette gezinmek, film izlemek gibi diğer etkinlikleri yapmayı tercih ettiklerini belirtmektedirler (Cao, Jiang ve Liu, 2018: 32). Akıllı telefonun kullanımının bir başka yaygın şekli de Instagram hikayeleri'dir (Instagram Stories). İnsanlar anları ve günlük etkinlikleri kaçırmamak için Instagram hikayeleri'ndeki özelliği kullandıklarında sadece hikaye oluşturmaya odaklandıkları için kendilerini çevreleyen sosyal etkileşimlerden soyutlamaktadırlar. Böylelikle anları Instagram hikayeleri yoluyla saklama

çabası bireyin bulunduğu sosyal ortama kayıtsız kalması olarak nitelenen sosyotelizmi tetikleyebilmektedir. Instagram hikayeleri kullanmanın Z kuşağının sosyotelizm davranışı üzerinde etkili olduğu belirtilmektedir (Phang, Purnomo ve Sari, 2020: 336).

Sosyotelizmin öğrenciler arasında yıldan yıla önemli ölçüde artması; beden ve ruh sağlığına zarar vermesi, sosyal iletişim becerilerini ve kişilerarası ilişkilerini bozması gibi çeşitli sorunlara neden olmaktadır (Cao vd., 2018: 27). Cep telefonları ne kadar faydalı olurlarsa olsunlar bağımlılık, telefonsuz kalma korkusu (nomofobi), depresyon, kaygı, “beğenilere” takıntılı durumagelme, yalnızlık, zihinsel bozukluklar, günün büyük bir kısmında kullanıldığı için zaman kaybı, sık sık güncellemeleri kontrol ederken fark etmeden saatlerce internette gezinme nedeniyle dikkatin dağılması gibi olumsuz etkilerinin de olduğu belirtilmektedir (Hidayat ve Putu, 2016: 19-20; Ivanova vd., 2020: 657). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada öğrencilerde yüksek oranda akıllı telefon kullanımı (bağımlılığı) tespit edilmiş olup, akıllı telefon bağımlılığının sosyotelizm davranışının önemli bir belirleyicisi olduğu sonucuna varılmıştır (Isrofin ve Munawaroh, 2021: 20-21). Ayrıca akıllı telefondan ayrılma kaygısının sosyotelizm davranışının bir boyutu olarak ele alındığı bir araştırmada ise, üniversite öğrencilerinin %50’sinden fazlasının akıllı telefonlarından ayrılma kaygısı yaşadıklarına dikkat çekilmiştir (Khare ve Qasim, 2019: 815). Sonuç olarak, akıllı telefonların bağımlılık derecesinde kullanımının öğrencilerin sosyotelizm davranışını sergilemeleri açısından önemli bir risk faktörü olduğu söylenebilir.

Sosyotelizmin eğitim alanındaki yansımaları üzerine odaklanan araştırmalardan birinde, budavranışın öğrencilerin akademik ertelemeleri üzerinde önemli bir etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır (Rachman, Rusandi ve Setiawan, 2019: 3). Eğitim teknolojisindeki gelişmeler öğrenmeyi geliştirmek ve öğrenme ortamını iyileştirmek amacıyla sınıf ortamına entegre edilirken, teknolojik gelişmelerin bir ürünü olan akıllı telefonların ders sırasında yaygın olarak kullanıldığı ve bunun da dikkat dağıtıcı bir etki yarattığı belirtilmektedir. Öğretmenler genellikle derslerinde akıllı telefon kullanan öğrencilerle karşılaşmaktadırlar. Dersler sırasındaki bu tür akıllı telefon kullanımı “sınıf sosyotelizmi” olarak adlandırılmaktadır (Nazir, 2020: 41). Öğrencilerin dersler sırasında; sosyal ağ sitelerini kullanmak, WhatsApp'ta mesajları kontrol etmek, internette gezinmek, müzik dinlemek, video izlemek ve sosyal uygulamalara bakmak için dersleriyle hiç ilgisi olmayan sebeplerle akıllı telefon kullandıkları belirlenmiştir. Sınıf içi sosyotelizmin öğrenme ortamında oluşturduğu olumsuzluklardan; dikkatin büyük oranda dağılması, ders çalışmaktan uzaklaşma ve ders yapılırken telefon kullanma diğer kişileri de rahatsız ettiğinden bu duruma yönelik olarak öğretmen ve yöneticilerin çeşitli önlemler aldıkları saptanmıştır (Cao vd., 2018: 32; Nazir, 2020: 41; Uğur ve Koç, 2015b: 61). Ders saatinde sınıfta cep telefonu kullanımının oldukça yaygın olduğunun belirlenmesi sonucu, sınıfta

cep telefonlarının olumlu yönde etkin kullanımını sağlamak üzere "SQARE" (Scene – Question – Act – Remark – Evaluate/Olay – Sorgulama – Eyleme Geçme – Yorumlama – Değerlendirme) adı verilen problem çözmeye dayalı bir öğretim yöntemi önerilmiştir. Bu öğretim yönteminde öğrenciler aktif hale getirilip cep telefonuna yönelmeleri önlenmektedir (Yong, 2019: 155). Öğrencilerin ders sırasında sosyotelizm davranışı göstermesinin, öğretmenlerin performanslarında olumsuzluklara neden olduğu ve yaşça büyük öğretmenlerin bunu saygısızlık olarak değerlendirdikleri de rapor edilmiştir (Nazir, 2020: 45-46).

Sosyotelizm davranışının neden olacağı olumsuz etkileri önlemek için eğitim kurumlarında rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri optimize edilerek bu davranışın azaltılmasına yönelik çalışmalar yapılabilir. Bunlardan biri, öğrencilerin sosyal becerilerini geliştirmek üzere rehberlik ve danışma programları ve web seminerleri düzenlemektir (Afdal vd., 2019: 272; Isrofin ve Munawaroh, 2021: 21). Bu derleme çalışmasında ele alınan araştırmaların sonuçlarına dayanarak sosyotelizm davranışının, öğrenciler üzerinde ve eğitim alanında önemli sorunlara neden olabileceğini ve önlemler alınmazsa bu sorunların daha ciddi boyutlara ulaşacağını söylemek mümkündür. Eğitim ortamlarında öğrencilerin dikkatlerini cep telefonlarının olumlu ve faydalı işlevlerine çekecek müdahalelerin yapılmasına ihtiyaç vardır.

## 5. İŞ ORTAMINDA SOSYOTELİZM

Teknolojinin, özellikle de akıllı telefonların yoğun olarak kullanıldığı ortamlardan biri de iş yaşamıdır. Sosyotelizmin iş hayatındaki yansıması olarak, Boss Phubbing (BPhubbing) (Roberts ve David, 2017: 206) ya da Supervisor Phubbing (SPhubbing) (Yousaf, Rasheed, Kaur, Islam ve Dhir, 2022: 81) şeklinde ifade edilen *yönetici sosyotelizmi* kavramı gündeme gelmiştir. Yönetici sosyotelizmi, bir üstün astlarının yanında cep telefonunu kullanmasıyla dikkatinin dağılmasına yönelik bir durum olarak açıklanabilir (Roberts ve David, 2017: 2). Çalışan ile yönetici aynı ortamdayken idarecinin ilgisini telefona yönlendirmesi "*Yönetici Sosyotelizmi*" olarak tanımlanmaktadır (Özdemir, 2020: 135).

Yönetici sosyotelizmi konusunda yapılan çalışmalarda, yönetici sosyotelizminin çalışan bağlılığı için gerekli psikolojik koşulları zayıflattığı ve yöneticiye güven üzerinde de olumsuz etkiye sahip olduğu saptanmıştır. Yöneticiye güvenin azalması, çalışan bağlılığını olumsuz yönde etkilemektedir (Roberts ve David, 2017: 206). Nezaket Kuramı açısından ele alındığında da yönetici sosyotelizminin iletişim üzerinde olumsuz etkisinin olabileceği vurgulanmaktadır (Kelly, Ott ve Duran, 2019: 549-550). İş yaşamında yönetici nezaketsizliğinin, yönetici sosyotelizmini yönetici sosyotelizminin sosyal dışlanmayı ve yöneticiye olan güveni etkilediği tespit edilmiştir. Ayrıca çalışanların yönetici nezaketsizliği ve yönetici sosyotelizmi algılarının çalışanlarda yöneticiye karşı güveni azaltarak, sosyal dışlanmayı artırdığı ifade edilmektedir (Özdemir ve Erdem, 2021: 112-113). Diğer

tarafından üstlerin astlarının yanında akıllı telefon kullanma davranışının astların üstlerine karşı düşük güven duymaları ile ilişkili olduğu, bunun da çalışanlarda düşük iş doyumu ve düşük iş performansı oluşturduğu saptanmıştır. Bu durumun işyerindeki etkileşimi etkileyerek, firmalar ya da işletmeler için olumsuz sonuçlara neden olabileceğine dikkat çekilmektedir (Roberts ve David, 2020: 5). Artan süpervizör sosyotelizmi fenomeni "yöneticilerin üretken olmayan bir işyeri davranışı" olarak nitelenmektedir. Toplulukçu bir kültür olan Pakistan'da ve bireyci bir kültür olan Amerika Birleşik Devletleri'nde kültürler arası ortamlarda yapılan her iki çalışmadan da elde edilen sonuçlar, süpervizör sosyotelizminin çalışanların içsel motivasyonlarını olumsuz yönde etkileyerek iş performanslarını ve işe bağlılıklarını azalttığını ortaya koymuştur. Ayrıca, kuruluşlarda kurumsal sosyal medya kullanımı daha yüksek olanlarda süpervizör sosyotelizminin çalışan performansı, işe bağlılık ve içsel motivasyon üzerindeki olumsuz etkisinin zayıfladığı belirtilirken, sosyotelizm "iş yerinin karanlık yönü" olarak nitelenmektedir (Yousaf, Rasheed, Kaur, Islam ve Dhir, 2022: 81-90). İş doyumu ve iş performansının bir işletmenin temel taşları olduğu dikkate alındığında, işletmelerde artan zorluklarla karşı karşıya kalınmaması için işyerinde akıllı telefon kullanımını yönetecek önlemler alınması kritik önem taşımaktadır (Roberts ve David, 2020: 5). Kurumda çalışma memnuniyeti açısından yapılan değerlendirmeye göre, memnuniyetsiz kişilerin sosyotelizminin yüksek olduğu görülmektedir. Bu durumun özellikle çalışanların verimliliği ve iş psikolojisi üzerinde olumsuz etkisi olduğu sonucuna varılmıştır. İş ortamlarında akıllı telefon bağımlılığının neden olduğu davranışların arttığı öngörüldüğünde, ileride yapılacak çalışmalarda akıllı telefon bağımlılığı sonucunda ortaya çıkan davranışların örgütsel davranış perspektifinden ele alınması önerilmektedir (Yurtseven ve Küçükbaş Duman, 2021: 842).

Yönetici sosyotelizminin çalışanlar ve çalışan-yönetici iletişimi üzerindeki olumsuz etkileri dikkate alındığında, sosyotelizmin ast-üst ilişkilerindeki etkisinin ve çeşitli alanlara ait iş yerlerinde oluşan ve oluşabilecek sosyotelizm davranışının farklı yönlerden incelenmesi önem taşımaktadır.

## **6. SOSYOTELİZM VE OLUMSUZ PSİKOLOJİK GÖSTERGELER**

Sosyotelizm davranışının doğası gereği birçok olumsuz psikolojik gösterge ile ilişkili olması beklenmektedir. Derleme çalışmasının bu bölümünde sosyotelizm, ilişkili olduğu psikolojik göstergeleri konu alan araştırmalar kapsamında incelenmiştir.

Sosyotelizm, dijital toplumda yaygın bir olgu durumuna gelmekle birlikte birçok sosyal ortamda uygunsuz olarak algılanmaktadır. Buna karşın, küçük gruplarda (üçten fazla arkadaşın etkileşimde bulunduğu gruplar) ikili etkileşimlere göre daha normatif (yaygın ve onaylanmış) olarak algılandığı da saptanmıştır. Araştırmacılar, bu durumu sosyotelizmin başkalarının da aynı

şeyi yaptığı algısıyla meşrulaştırıldığı şeklinde yorumlamışlardır (Leuppert ve Geber, 2020: 61-62). Diğer taraftan, sosyotelizmin algılanan iletişim kalitesini ve ilişki memnuniyetini olumsuz yönde etkilediği, bu etkinin ait olma duygusu aracılığıyla açığa çıktığı ve sosyotelizme maruz kalan bireylerde sosyal dışlanma duygularının görüldüğü belirtilirken (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018b: 312), sosyotelizmin akıllı telefon kaynaklı bir sosyal dışlanma eylemi olarak kavramsallaştırılması gerektiği vurgulanmaktadır (David ve Roberts, 2017: 159). Sosyal dışlanma ile paralellik gösteren bir başka kavram yalnızlık duygusudur. Yalnızlık ve sosyotelizm arasındaki etkileşim incelendiğinde, sosyotelizmin yalnızlık duygusunu artırdığı, yalnızlığı ve dışlanma hissini azaltmak için de kişilerin sosyal medya gibi kullanımlara yöneldiği belirtilmektedir. Okul psikolojik danışmanları üzerinde yapılan bir araştırmada da sosyotelist davranışları arttıkça yalnızlık düzeyinin de arttığı, ayrıca psikolojik danışmanların genel sosyotelizme maruz kalma düzeyleri arttıkça sosyotelist davranışlarının da arttığı vurgulanmıştır (Aydoğdu ve Çevik, 2020: 227). İlginç bir şekilde olumsuz etkilerine rağmen sosyotelizme maruz kalmak sosyotelist olmaya yol açmaktadır. Ancak bu ilişkinin altında yatan dinamiklerin ne olduğunu anlamak üzere daha fazla çalışma yapılmasına ihtiyaç vardır.

Bireyin yaşama karşı tutumu olarak değerlendirilen yaşam doyumunun da sosyotelizm ile negatif bir ilişki içinde olduğu belirlenmiştir (Parmaksız, 2021a: 242). Ayrıca sosyotelizmin yaşam kalitesi ile negatif, stresle ise pozitif ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir (Shahbaz vd., 2020: 2232). İletişim kurmak amacıyla cep telefonlarının gittikçe artan kullanımı sonucunda oluşan sosyotelizmin ironik bir şekilde düşük ilişki doyumuna neden olduğu, bunun da yaşam doyumunu ve öznel iyi oluşu etkilediği saptanmıştır (Roberts ve David, 2016: 140).

Literatür incelendiğinde sosyotelizmin düşük benlik saygısıyla da ilişkili olduğu belirlenmiştir (Bitar, Hallit, Khansa ve Obeid, 2021: 5; Blachnio ve Przepiorka, 2018: 276; Hong vd., 2019: 782; Wang, Znao ve Lei, 2019: 3371; Wang vd., 2020a: 432-434). Bir kişilik eğilimi olarak narsisizm ile düşük benlik saygısı arasında yüksek oranda ve pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanırken sosyotelizm davranışı ile kırılğan narsisizm arasında da pozitif bir ilişkinin olduğu belirtilmektedir. Narsistik kırılğanlık özelliğine sahip olmak çevrimiçi ortamda sosyal etkileşime geçmeyi tercih etmeye neden olmakta, bu durum da sosyotelizme yol açmaktadır. Narsistik kırılğanlığı yüksek olan bireyleriniüz yüze iletişim yerine çevrimiçi ortamda iletişim kurmayı tercih etmelerinin nedeni olarak, çevrimiçi ortamlarda daha geniş bir kitleye erişim yoluyla koşullu özsaygı ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri ve kendilerini daha dikkatli ve kontrollü bir şekilde ortaya koyabilmeleri gösterilmektedir. Nitekim kırılğan narsistlerin ben merkezli olma, duygusal hassasiyet, anksiyete gibi son derece nevrotik kişilik özelliklerine ait davranış özellikleri gösterdikleri vurgulanmaktadır. Ayrıca kırılğan narsisizm bu kişilik eğiliminin diğer bir boyutu olan büyükleme

narsisizme göre sosyotelizmi daha güçlü bir şekilde yordamaktadır (Grieve ve March, 2020: 197-200; Grieve, Lang ve March, 2021: 2-4). Bu durum, kırılğan narsisizmi yüksek olan bireylerin muhtemelen abartılı bir duyarlılığa ve kırılğan bir benlik saygısına sahip olmalarından kaynaklanabilir.

Sosyotelizm ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler Beş Faktör Kişilik Kuramı bağlamında da değerlendirilmiştir. Beş Faktör kişilik özellikleri ile sosyotelizm arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda bulgular dışadönüklük, uyum, özdenetim, nörotiklik ve gelişime açıklık boyutları arasından genel olarak nörotiklik (duygusal tutarsızlık) kişilik tipine sahip olan bireylerin sosyotelizm davranışını sergileme olasılığının daha yüksek olduğunu göstermektedir (Aygır, Tozun, Unsal, Arslantas, Oktar ve Dagtekin, 2021: 26; Bai vd., 2020a: 4; Balta, Emirtekin, Kircaburun, ve Griffiths, 2020: 635; Çikrikçi, Griffiths ve Erzen, 2019: 50-51; Erzen, Odacı ve Yeniçeri, 2019: 63; Guazzini vd., 2019: 7; Sun ve Samp, 2022: 2691; T'ng, Ho ve Low, 2018: 180-181). Ayrıca sosyotelizm davranışının yüksek düzeyde sürekli kaygı (Balta vd., 2020: 663-636; Guazzini vd., 2019: 6-10), anksiyete (Bitar, Akel, Salameh, Obeid ve Hallit, 2022: 7-8; David ve Roberts, 2020: 9), sosyal kaygı (Chu vd., 2021: 1; Parmaksız, 2021b: 1387; Sun ve Samp, 2022: 2691) ve bağlanma anksiyetesi (David ve Roberts, 2021: 3606) ile ilişkili olduğu da tespit edilmiştir. Dolayısıyla nörotik kişilik özelliği ve farklı bağlamdaki kaygının sosyotelizm açısından risk faktörü olduğunu söylemek mümkündür.

Araştırmalar sosyotelizmin ruh sağlığı üzerindeki etkisine ilişkin de ipuçları vermektedir. Bu araştırmalarda ağırlıklı olarak depresyon belirtileri ile sosyotelizm arasındaki ilişki çalışılmış ve sosyotelizm düzeyi ne kadar yüksekse, depresif ruh hallerinin ya da depresif mizacın da o kadar yüksek olduğu belirlenmiştir (Bai vd., 2020b: 132; Bitar vd., 2021: 5; Davey vd., 2018: 35; Ivanova, vd., 2020: 662; Parmaksız, 2021a: 242; Roberts ve David, 2016: 140; Wang vd., 2017: 16; Xie ve Xie, 2020: 47-49). Diğer ruh sağlığı parametreleri bağlamında; bireylerin artan stresle birlikte daha fazla sosyotelizme başvurması (Bitar vd., 2022: 7-8), kendileri maruz kalmayıp sadece gözlemleseler bile stres yaşamaları (Nuñez, Radkte ve Eimler, 2020: 8-13), artan sosyotelizmin psikolojik sıkıntıları (depresyon, anksiyete ve stres) beraberinde getirmesi (David ve Roberts, 2020: 9; Shahbaz vd., 2020: 2229), psikolojik stres belirtileri ve depresyonun sosyotelizmin çıktıları olarak değerlendirildiği dikkati çekmektedir (Davey vd., 2018: 37-41; Sun ve Samp, 2022: 2701-2704). Bu noktada sosyotelizm bireylerin psikolojik iyilik halini tehdit edici bir faktör olarak değerlendirilebilir.

Sosyotelizm akıllı telefon bağımlılığı ile birlikte görülen ve birçok bağımlılıkla etkileşimi olan yeni bir bağımlılık biçimi olarak tanımlandığından (Karadağ vd., 2015: 60; Karadağ vd., 2016: 223) yapılan araştırmaların bir kısmında da sosyotelizmin bağımlılık tarafı ön plana çıkarılmış ve sanal sosyal ortamların aşırı kullanımı ile açığa çıkan diğer bağımlılık türleriyle birlikte ele alınıp incelendiği görülmüştür. Bunlar; akıllı

telefon bağımlılığı ya da problemlili akıllı telefon kullanımı (Fu vd., 2020: 5-6; Isrofin ve Munawaroh, 2021: 20-21; Ivanova vd., 2020: 663; Liu vd., 2019: 1064; Niu vd., 2020: 5; Xie vd., 2019: 5), internet bağımlılığı (T'ng vd., 2018: 181), sosyal site bağımlılığı (Chu vd., 2021: 5; Yaseen vd., 2021: 4098), sosyal medya bağımlılığı (Argan vd., 2019: 86), yüksek oranda BİT (ICTs akıllı telefon, SMS, oyun, sosyal medya, internet SNSs ve SMS) kullanımı (Guazzini vd., 2019: 8-9) olarak sayılabilir. Son yıllarda sosyotelizmin sosyal medya bağımlılığına bağlı olarak açığa çıkan “Gelişmeleri Kaçırma Korkusu” (FoMO-Fear of Missing Out) ile ilişkisini inceleyen çalışmaların sayısında da artış olmuştur. Bu araştırmalarda elde edilen ortak bulgu, FoMO arttıkça sosyotelizm davranışının daha fazla görüldüğü şeklindedir (Butt ve Arshad, 2021: 921-922; Schneider ve Hitzfeld, 2021: 1082; Yaseen vd., 2021: 4098; Balta vd., 2020: 633; Fang vd., 2020: 5; Yam ve Kumcağız, 2020: 57; Sandjaja ve Syahputra, 2019: 223-224; Blanca ve Bendayan, 2018: 452-453; Davey vd., 2018: 38-41; Franchina vd., 2018: 12). Bu bulgu ışığında, FoMO’yu deneyimleyen bireylerin sosyal medyaya daha fazla yöneldikleri bunun da sosyotelizm davranışını artırdığı söylenebilir. Yakın tarihli bir çalışmada ise, sosyal medya bağımlılığının sosyotelizm üzerinde FoMO’ya göre daha güçlü bir etkisinin olduğu sonucuna varılmıştır (Chi vd., 2022: 1117). Bu bulgu da, FoMO’yu deneyimleyen bireylerin zaten sosyal ilişki ihtiyaçlarını karşılamak için sosyal medyaya yönelmelerine bağlanabilir. Ayrıca sosyal medyanın aşırı kullanımının FoMO dışında başka nedenleri de olabileceğinden sosyal medya bağımlılığı sosyotelizm üzerinde daha güçlü bir etkiye sahip olabilir.

Literatürde üzerinde durulan bir başka konu, sosyotelizm davranışının özellikle milenyum kuşağında görüldüğüdür. Milenyum kuşağı ya da Y kuşağında mesajlaşma bağımlılığı, çevirim içi oyun bağımlılığı ve sosyal ağ bağımlılığının (Afdal vd., 2019: 271; Han, Park ve Kim, 2022: 135; Verma, 2019: 810-811), Z kuşağında ise son yıllarda bir sosyal medya kanalı olarak sık kullanılan Instagram ve Instagram Hikayeleri’ne aşırı zaman ayırmanın (Phang vd., 2020: 333) sosyotelizme yatkınlığı artırdığı saptanmıştır. Dolayısıyla sosyotelizmin bu kuşaklarda potansiyel olarak “yeni bir bağımlılık türü” şeklinde ifade edilmesi önerilmiştir.

Özetle, sosyotelizmin olumsuz psikolojik belirtilerle ilişkili olduğu dikkate alındığında, kişilerin ilişki ve yaşam kalitelerini olumsuz yönde etkilemesi olası patolojik durumların (bağımlılık, depresyon gibi) açığa çıkmasını engellemeye yönelik önlemler alınması gerekmektedir. Özellikle dijital yerliler olarak tanımlanan gençlerin ruh sağlığını korumak için bu alışkanlığı kontrol altına almak amacıyla okul ortamında ya da ruh sağlığı profesyonelleri tarafından toplumun her kesimine ulaşacak şekilde yaygınlaştırılmış özel psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinin verilmesine ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.



## 7. SOSYOTELİZMİN ÖLÇÜLMESİ

Sosyotelizm, yeni bir davranış kalıbı olduğundan bu davranışı ölçme girişimleri yaklaşık yedi yıllık bir geçmişe dayanmaktadır. Yapılan literatür taraması sonucunda yurt içinde ve yurt dışında sosyotelizmi ölçmek üzere geliştirilen ya da uyarlanan ölçekler aşağıda verilen Tablo 1’de özetlenmiştir.

**Tablo 1. Sosyotelizm İle İlgili Ölçekler (2015-2022 Yılları)**

Araştırmacılar	Ölçek	Katılımcılar	Madde/ Boyut	Türü
Karadağ vd. (2015)	The Phubbing Scale	Üniversite Öğrencileri	10 Madde/ 2 Boyut	Geliştirme
McDaniel ve Coyne (2016)	Technology Device Interference Scale (TDIS) ve Technology Interference in Life Examples Scale (TILES)	Evli ya da partneri ile birlikte yaşayan kadınlar	İlk ölçek 4 Madde/ 1 Boyut İkinci ölçek 5 Madde/ 1 Boyut İki ölçek birlikte kullanılır	Geliştirme
Roberts ve David (2016)	Partner (PPhubbing) Scale	Yetişkinler	9 Madde/ 1 Boyut	Geliştirme
Chotpitayasunondh ve Douglas (2016)	Perceived Social Norms of Phubbing Scale	18-66 yaş aralığındaki bireyler	3 Madde	Araştırmacılar ölçeği başkalarının sosyotelizm davranışlarına ilişkin gözlemlerine başkalarının sosyotelizmi onayladığına ilişkin çıkarımları ölçmek için geliştirmiştir. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları bulunmamaktadır.
Roberts ve David (2017)	Boss Phubbing (BPhubbing)Scale	Yetişkinler	9 Madde/ 1 Boyut	Aynı araştırmacılar tarafından geliştirilen PPhubbing Scale’in Partner sözcüğü yerine Boss sözcüğü kullanılarak oluşturulmuş formudur.

Chotpitayasunondh ve Douglas (2018a)	Generic Scale of Phubbing	18-61 yaş aralığındaki tam zamanlı çalışan bireyler	15 Madde/ 4 Boyut	Geliştirme
Chotpitayasunondh ve Douglas (2018a)	Generic Scale of Being Phubbed	18-63 yaş aralığındaki tam zamanlı çalışan bireyler	22 Madde/ 3 Boyut	Geliştirme
Franchina vd. (2018)	Phubbing Scale	Ergenler (Lise Öğrencileri)	3 Madde	Araştırmacılar tarafından oluşturulmuştur. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları bulunmamaktadır.
Blanca ve Bendeyan (2018)	Spanish Version of the Phubbing Scale	Yetişkinler (18-68 yaş)	10 Madde/ 2 Boyut	Karadağ vd.'nin geliştirdiği The Phubbing Scale'in İspanyolca'ya uyarlamasıdır.
Orhan Göksün (2019)	Genel Sosyotelist Olma Ölçeği	18-35 yaş aralığındaki bireyler	15 Madde/ 4 Boyut	Chotpitayasunondh ve Douglas'ın geliştirdiği Generic Scale of Phubbing'in Türkçe'ye uyarlamasıdır.
Orhan Göksün (2019)	Genel Sosyotelizme Maruz Kalma Ölçeği	18-35 yaş aralığındaki bireyler	22 Madde/ 3 Boyut	Chotpitayasunondh ve Douglas'ın geliştirdiği Generic Scale of Being Phubbed'in Türkçe'ye uyarlamasıdır.
David ve Roberts (2020)	Perceived Phubbing Scale	Üniversite Öğrencileri	9 Madde/ 1 Boyut	Aynı araştırmacıların 2016 yılında geliştirdiği Partner Phubbing Scale'in Partner sözcüğü yerine genel sosyotelizmi değerlendirmek için "İnsanlar" sözcüğü kullanılarak oluşturulmuş formudur ve geçerlik güvenilirlik

				çalışmaları yapılmıştır.
Capilla Garrido vd. (2020)	Phubbing Behavior Questionnaire	Gençler ve Yetişkinler (25-60 yaş)	40 Madde/ 5 Boyut	Geliştirme
Isrofin (2020)	Generic Scale of Phubbing (GSP)	Üniversite Öğrencileri	15 Madde/ 4 Boyut	Chotpitayasunondh ve Douglas'ın geliştirdiği Generic Scale of Phubbing'in Endonezya kültürüne uyarlamasıdır.
Pancani vd. (2020)	Parental Phubbing Scale (PPS-F/PPS-M)	Ergenler	7 Madde Anne Formu (PPS-M) 7 Madde Baba Formu (PPS-F)	Roberts ve David'in geliştirdiği PPhubbing Scale'in Partner sözcüğü yerine Mother ve Father yazılarak ve maddeler üzerinde modifikasyon yapılarak oluşturulmuş formudur ve geçerlik güvenilirlik çalışmaları yapılmıştır.
Resett ve González Caino (2020)	Questionnaire on Phubbing	Ergenler Beliren ve Genç Yetişkinler (12-40 yaş)	10 Madde/ 3 boyut	Karadağ vd.'nin geliştirdiği The Phubbing Scale'in Arjantin kültürüne uyarlamasıdır.
Zamani vd. (2020)	Phubbing Scale	Üniversite Öğrencileri	10 Madde/ 2 Boyut	Stop Phubbing Campaign (Sosyotelizmi Durdur Kampanyası) tarafından oluşturulmuş ölçeğin İran

				kültürüne uyarlamasıdır.
Özdemir (2020)	Yönetici Sosyotelizmi Ölçeği	Yetişkinler	9 Madde/ 1 Boyut	Roberts ve David'in geliştirdiği Boss Phubbing Scale'in Türkçe'ye uyarlamasıdır.
Yam ve Kumcağız (2020)	Genel Sosyotelizm Ölçeği	Üniversite Öğrencileri	15 Madde/ 4 Boyut	Chotpitayasono ndh ve Douglas'ın geliştirdiği Generic Scale of Phubbing'in Türkçe'ye uyarlamasıdır.
Rios Ariza vd. (2021)	The Spanish Scale for Measuring Phubbing	Üniversite Öğrencileri	12 Madde/ 4 Boyut	Peru'da İspanyolca konuşan kültürler için araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir.
Topal vd. (2021)	Partner Sosyotelizm Ölçeği	Üniversite Öğrencileri (18-25 yaş)	6 Madde/ 1 Boyut	Roberts ve David'in geliştirdiği Partner Phubbing Scale'in Türkçe'ye uyarlamasıdır.
Blachnio vd. (2021)	The Phubbing Scale (PS-8)	Genç Yetişkinler	8 Madde/ 2 Boyut	Karadağ vd.'nin geliştirdiği The Phubbing Scale'in kültürlerarası karşılaştırmalar da kullanmak üzere 20 farklı ülkeden alınan katılımcılar üzerinde yapılan uyarlama çalışmasıdır.
Bitar vd. (2022)	Generic Scale of Phubbing in Arabic (GSP)	Genç Yetişkinler	15 Madde/ 4 Boyut	Chotpitayasono ndh ve Douglas'ın geliştirdiği Generic Scale of Phubbing'in Lübnan-Arap uyarlamasıdır.

Garcia-Castro vd. (2022)	The Phubbing Scale (PS-8)	Yetişkinler	8 Madde/ 2 Boyut	Blachnio vd. tarafından geliştirilen The Phubbing Scale (PS-8)'in Portekizce'ye uyarlamasıdır.
-----------------------------	------------------------------	-------------	---------------------	--

Tablo 1’de görüldüğü üzere, sosyotelizm sadece Türkiye’de değil, dünyada da yeni bir davranış biçimi olduğu için ölçek geliştirme çalışmaları henüz sınırlı sayıdadır. Toplam 24 ölçek içinde 9 ölçek “geliştirme” (Karadağ vd., 2015; McDaniel ve Coyne, 2016; Roberts ve David, 2016; Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016; Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018a; Franchina vd., 2018; Capilla Garrido vd., 2020; Rios Ariza vd., 2021) türünde olup, bu ölçeklerden ikisinin (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016; Franchina vd., 2018) geçerlik güvenirlik çalışması bulunmamaktadır. Ölçeklerden 12’si “kültüre uyarlama” türünde olup (Blanca ve Bendayan, 2018; Orhan Göksün, 2019; Özdemir, 2020; Reset ve González Caino, 2020; Topal vd., 2021; Yam ve Kumcağız, 2020; Zamani vd., 2020; Capilla Garrido vd., 2020; Isrofin, 2020; Bitar vd., 2022; GarciaCastro vd., 2022), geriye kalan 3 ölçek daha önce geliştirilen ölçeklerin maddelerinde farklı bir ilişki formunda kullanılmak üzere sözcük değişikliği yapılarak oluşturulmuştur (Roberts ve David, 2017; Pancani vd., 2020; David ve Roberts, 2020). Ölçek maddeleri oluşturulurken teknolojik aletleri yüksek oranda kullanmak ve teknolojik aletlerin kişilerin yaşamına ve iletişimine müdahalesi, SMS bağımlılığı, oyun bağımlılığı, internet bağımlılığı, problemlili akıllı telefon kullanımı (bağımlılığı), sosyal medya bağımlılığı ve FoMO (Fear of Missing Out) ile ilgili kavramlar dikkate alınmıştır (Bitar vd., 2022; Blanca ve Bendayan, 2018; Capilla Garrido vd., 2020; Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016; Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018a; Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018b; David ve Roberts, 2020; Franchina vd., 2018; Isrofin, 2020; Karadağ vd., 2015; McDaniel ve Coyne, 2016; Orhan Göksün, 2019; Özdemir, 2020; Pancani vd., 2020; Reset ve González Caino, 2020; Ríos Ariza vd., 2021; Roberts ve David, 2016; Roberts ve David, 2017; Topal vd., 2021; Yam ve Kumcağız, 2020; Zamani vd., 2020).

Özet tablo incelendiğinde, sosyotelizm ile ilgili ölçek geliştirme çalışmalarının ülkemizde ilk örneği 2015 yılında görülürken ilk ölçek geliştirme çalışmasının dünyada 2016 yılında yapıldığı dikkati çekmektedir. Çeşitli ülkeler geliştirilen bu ölçekleri kendi kültürlerine uyarlamışlardır. Bu çalışmaların çok yeni olduğu ve ölçeklerin gerek alt ölçek ve gerekse madde sayısı açısından geliştirilmesine ihtiyaç duyulduğu söylenebilir. Sosyotelizm farklı ilişki formlarında (ebeveyn-çocuk ilişkileri, partnerle ilişkiler, akran/arkadaş ilişkileri gibi) açığa çıkan bir davranış biçimi olduğundan varolan ölçeklerin modifiye edilmesinden (Roberts ve David, 2017; Pancani vd., 2020; David ve Roberts, 2020) ziyade her ilişki formu farklı dinamikler içerdiğinden ilişki türüne özgü spesifik ölçeklerin geliştirilmesinde fayda

vardır. Kaldı ki farklı bir grup üzerinde kullanmak için ölçek maddeleri üzerinde değişiklik yapmak ölçeğin yapı geçerliğini düşürmektedir. Sonuç olarak, bu derleme çalışmasının ölçek geliştirme çalışmalarına yön vermede de yardımcı olması beklenmektedir.

## **Sonuç**

Bireylerin telefonlarına odaklanarak çevresindekileri görmezden gelmesi olarak tanımlanan sosyotelizm, çevredeki kişilere yapılan saygısızlık olarak algılandığından ve yüz yüze iletişimi olumsuz etkilediğinden kişilerarası ilişkileri bozabilmekte, bununla kalmayıp birçok psikolojik sorunun açığa çıkmasına da neden olabilmektedir. Problemlili ya da bağımlılı akıllı telefon kullanımı sonucunda kişiler karşılarındaki insanları görmezden gelirken bu davranışlarının farkında olmayarak adeta duyarsızlaşmaktadır. Akıllı telefon ile vakit geçirirken insanlar gerçek yaşamdan kendilerini izole ederek buldukları ortamdaki kişilere sosyotelist davranışlar sergileyebilmektedir. Sosyotelist bir birey, bu davranışına maruz kalan diğer kişilerle etkileşiminin olumsuz etkileneceğini dikkate almalıdır. Yapılan alışmalar göstermiştir ki akıllı telefonlar yakın ilişki kalitesini düşürmektedir. Akıllı telefonun yoğun kullanımının sosyotelizme eğilimi artırdığı dikkate alındığında, sosyotelizmin olumsuz sonuçlarını hafifletmek için ekran zamanının düzenlenmesine ve sosyal becerileri geliştirici eğitilmelere ağırlık verilmesinin yararlı olabileceği vurgulanmaktadır (Yam ve İlhan, 2020: 10). Ortalama akıllı telefon kullanım süresini azaltmak için akıllı telefonların verimli ve etkili kullanımına yönelik eğitimler verilerek psikolojik ve teknolojik desteği içeren disiplinlerarası çalışmaların yapılması önerilmektedir (Toker ve Tuncay, 2020: 25). Akıllı telefonun bağımlılılık yapan tarafının sosyotelizm için risk faktörü olduğu da dikkate alınmalıdır. Telefonları kullanma şekli ve oranı kişilerin kontrolndeymiş gibi görünse de akıllı olarak tanımlanan telefonlar insanları adeta esir almaktadır. Sosyotelizm telefon olmadan yaşayamayan bireylerin yaşamlarına sinsice girerek, yeni bir davranış bozukluğu ve bağımlılılık türü olarak ortaya çıkmaktadır.

Bu çalışmada, hem Türkiye hem dünya için yeni bir davranış biçimini olarak tanımlayabileceğimiz sosyotelizm ile ilgili çeşitli parametreler oluşturularak bu davranışın farklı bağlamlarda değerlendirmesi yapılmaya çalışılmıştır. Araştırmalar, sosyotelizmin hem bireysel hem de ilişkisel platformda olumsuz psikolojik etkilerine işaret etmektedir. İleride yapılacak araştırmalarda, bu davranış biçiminin ortaya çıkışında etkili olan değişkenler arasındaki ilişki örüntülerinin nasıl bir yapıya sahip olduğu da daha detaylı incelenmelidir. Örneğin; partner sosyotelizmi ile ilişkiden doyum arasında bir ilişki tespit edildiğinde, bu ilişkiyi gclendiren kişisel özelliklerinin neler olabileceği araştırılıp elde edilen bulgular gerekirse nitel araştırma deseninde bireylerle yapılacak görüşmelerden alınacak bilgilerle de desteklenebilir. Kavram çok yeni olduğundan bu davranış sergileyen ya da maruz kalan

bireylerin deneyimlerini duymanın bu kavramı ve bir davranış biçimi olarak etkilerini daha iyi anlamamız açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Böyle bir çalışmanın ebeveyn-çocuk ilişkisi, çift ilişkisi, akran ilişkisi gibi farklı ilişki formları bağlamında ayrı ayrı yapılmasının-her ilişki formu kendine özgü dinamikler içerdiğinden-daha ayrıntılı sonuçlara ulaşmamızı sağlayacağı söylenebilir. Ayrıca bu çalışmada önleyici, koruyucu ve iyileştirici ruh sağlığı hizmetleri alanında çalışan uygulamacılara ve araştırmacılara yol gösterici olmak hedeflendiğinden, sosyotelizm kavramı psikolojik boyutu ele alınarak incelenmiştir. Bu durumun çalışmanın sınırlılığı olduğu düşünüldüğünde, sosyotelizmin sosyoloji, psikiyatri gibi farklı disiplinlerin bakış açısıyla incelenip değerlendirildiği çalışmaların yapılması faydalı olabilir.

Özetle, bu derleme çalışmasının sosyotelizmin bir tür sosyal dışlanma olarak görülmesinin yaratacağı sorunların belirlenmesi ve bu davranışın bağımlılığa dönüşmesini engelleyici müdahale çalışmalarının geliştirilmesi için araştırmacılara ve uygulamacılara yol göstermesi beklenmektedir.

---

**Hakem Değerlendirmesi:** Dış Bağımsız

**Yazar Katkısı:** Banu Sayiner %50, Müge Akbağ %50.

**Destek ve Teşekkür Beyanı:** Çalışma için destek alınmamıştır.

**Etik Onay:** Bu makale, insan veya hayvanlar ile ilgili etik onay gerektiren herhangi bir araştırma içermemektedir.

**Çıkar Çatışması Beyanı:** Çalışma kapsamında herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Peer Review:** Independent double-blind

**Author Contributions:** Banu Sayiner %50, Müge Akbağ %50.

**Funding and Acknowledgement:** No support was received for the study.

**Ethics Approval:** This study does not contain any human or animal research that requires ethical approval.

**Conflict of Interest:** The authors declare that they have no conflicts of interest.

---

## Kaynaklar

Aagaard, J. (2019). Digital akrasia: A qualitative study of phubbing. *AI & Society*, 35(1), 237-244. <https://doi.org/10.1007/s00146-019-00876-0>

Afdal, A., Hariyani, H., Alizamar, A., Ifdil, I., Zadrian, A., Indah, S., Zikra, Z., Asmidir, I., Miftahul, F. & Yuda, S. (2019). An analysis of phubbing behaviour: Preliminary research from counseling perspective. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 295,270-273. <https://doi.org/10.2991/icetep-18.2019.65>

- Akbağ, M. & Sayiner, B. (2021). Dijital teknolojinin yansımaları: Ebeveyn teknoloferansı ve sosyotelizmi. *Humanistic Perspective*, 3(3), 753-778. <https://doi.org/10.47793/hp.996220>
- Al-Saggaf, Y. (2022). Parents' phubbing of children. In Y. Al-Saggaf (Ed.), *The psychology of phubbing* (p. 9-18). SpringerBriefs in Psychology. Springer.
- Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). DSM-5 tanı ölçtleri başvuru el kitabı. Kroğlu E. (Çev.). Hekimler Yayın Birliği (HYB) Yayıncılık.
- Argan, M., Köse, H., zgen, C. & Yalınkaya, B. (2019). Do sports, take photo and share: Phubbing, social media addiction and narcissism of body builders. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(9), 79-94. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3242601>
- Aydoğdu, F. & Çevik, . (2020). Okul psikolojik danışmanlarının sosyotelist davranışlarının sosyotelizme maruz kalma ve yalnızlık düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 2(3), 219-230. <https://doi.org/10.47793/hp.810850>
- Aygar, H., Tozun, M., nsal, A., Arslantaş, D., Oktar, D. & Dagtekin, G. (2021). Determination of the prevalence of phubbing and its possible relations with personality characteristics and with the other factors among the students of the faculty of medicine from Western Turkey. *International Research Journal of Social Sciences*, 10(1), 20-27.
- Bai, Q., Bai, S., Dan, Q., Lei, L. & Wang, P. (2020a). Mother phubbing and adolescent academic burnout: The mediating role of mental health and the moderating role of agreeableness and neuroticism. *Personality and Individual Differences*, 155, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109622>
- Bai, Q., Lei, L., Hsueh, F. H., Yu, X., Hu, H., Wang, X. & Wang, P. (2020b). Parent-adolescent congruence in phubbing and adolescents' depressive symptoms: A moderated polynomial regression with response surface analyses. *Journal of Affective Disorders*, 275, 127-135. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.156>
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K. & Griffiths, M. D. (2020). Neuroticism, trait fear of missing out and phubbing: The mediating role of state fear of missing out and problematic instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 628-639. <https://doi.org/10.1007/s111469-018-9959-8>
- Bitar, Z., Hallit, S., Khansa, W. & Obeid, S. (2021). Phubbing and temperaments among young Lebanese adults: The mediating effect of self-esteem and emotional intelligence. *BMC Psychology*, 9(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00594-7>
- Bitar, Z., Akel, M., Salameh, P., Obeid, S. & Hallit, S. (2022). Phubbing among Lebanese young adults: Scale validation and association with



- mental health (depression, anxiety, and stress). *Current Psychology*, 1, 1-12. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03104-z>
- Błachnio, A. & Przepiorka, A. (2018). Be aware! If you start using facebook problematically you will feel lonely: Phubbing, loneliness, self-esteem, and facebook intrusion. Across-sectional study. *Social Science Computer Review*, 37(2), 270-278. <https://doi.org/10.1177/0894439318754490>
- Błachnio, A., Przepiorka, A., Gorbaniuk, O., Bendayan, R., McNeill, M., Angeluci, A., Abreu, A. M., Ben-Ezra, M., Benvenuti, M., Blanca, M.J., Brkljacic, T., Babić, NČ., Gorbaniuk, J., Holdoš, J., Ivanova, A., Karadağ, E., Malik, S., Mazzoni, E., Milanovic, A., Musil, B., Pantic, I., Rando, B., Seidman, G., D'Souza, L., Vanden Abeele, M.M.P., Wołóńcziej, M., Wu, A.M.S. & Yu, S. (2021). Measurement invariance of the phubbing scale across 20 countries. *International Journal of Psychology*, 56(6), 885-894. <https://doi.org/10.1002/ijop.12790>
- Blanca, M. & Bendayan, R. (2018). Spanish version of the phubbing scale: Internet addiction, Facebook intrusion, and fear of missing out as correlates. *Psicothema*, 30(4), 449-454. <https://doi.org/10.7334/psicothema2018.153>
- Block, J. J. (2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *American Journal of Psychiatry*, 165(3), 306-307. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2007.07101556>
- Bröning, S. & Wartberg, L. (2022). Attached to your smartphone? A dyadic perspective on perceived partner phubbing and attachment in long-term couple relationships. *Computers in Human Behavior*, 126,1-11. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106996>
- Bulut, S. & Nazir, T. (2020). Phubbing phenomenon: A wild fire, which invades our social communication and life. *Open Journal of Medical Psychology*, 9(1), 1-6. <https://doi.org/10.4236/ojmp.2020.91001>
- Butt, A. K. & Arshad, T. (2021). The relationship between basic psychological needs and phubbing: Fear of missing out as the mediator. *PsyCh Journal*, 10(6), 916-925. <https://doi.org/10.1002/pchj.483>
- Cambridge Dictionary (t.y.). 17 Kasım 2022 tarihinde <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/phubbing/> adresinden edinilmiştir.
- Cao, S., Jiang, Y. & Liu, Y. (2018). Analysis of phubbing phenomenon among college students and its recommendations. *Journal of Arts & Humanities*, 7(12), 27-32. <https://doi.org/10.18533/journal.v7i12.1524>
- Capilla-Garrido, E., Cubo Delgado, S. & Gutiérrez Esteban, P. (2020). Design and validation of an instrument to evaluate phubbing behaviors. *e-Journal of Educational Research Assessment and Evaluation*, 26(2), 1-15. <https://doi.org/10.7203/relieve.26.2.16955>

- Capilla Garrido, E., Issa, T., Gutiérrez Esteban, P. & Cubo Delgado, S. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 7(5), 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>
- Chi, L. C., Tang, T. C. & Tang, E. (2022). The phubbing phenomenon: Across-sectional study on the relationships among social media addiction, fear of missing out, personality traits, and phubbing behavior. *Current Psychology*, 41(2), 1112-1123. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02468-y>
- Chotpitayasunondh, V. & Douglas, K. M. (2016). How "phubbing" becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Chotpitayasunondh, V. & Douglas, K. M. (2018a). Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the generic scale of phubbing (GSP) and the generic scale of being phubbed (GSBP). *Computers in Human Behavior*, 88, 5-17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020>
- Chotpitayasunondh, V. & Douglas, K. M. (2018b). The effects of "phubbing" on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48 (6), 304-316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Chu, X., Ji, S., Wang, X., Yu, J., Chen, Y. & Lei, L. (2021). Peer phubbing and social networking site addiction: The mediating role of social anxiety and the moderating role of family financial difficulty. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.670065>
- Cizmecci, E. (2017). Disconnected, though satisfied: Pphubbing behavior and relationship satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 7(2), 364-375. <https://doi.org/10.7456/10702100/018>
- Courtright, J. A. & Caplan, S. E. (2021). Behavioral responses to phone snubbing. *Communication Reports*, 34(1), 26-36. <https://doi.org/10.1080/08934215.2020.186663>
- Çikrikci, Ö., Griffiths, M. D. & Erzen, E. (2019). Testing the mediating role of phubbing in the relationship between the big five personality traits and satisfaction with life. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(1), 44-56. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00115-z>
- Davey S., Davey A., Raghav S. K., Singh, J. V, Singh, N., Blachnio, A. & Przepiórkaa, A. (2018). Predictors and consequences of "phubbing" among adolescents and youth in India: An evaluation study. *Journal of Family and Community Medicine*, 25, 35-42 [https://doi.org/10.4103/jfcm.JFCM\\_71\\_17](https://doi.org/10.4103/jfcm.JFCM_71_17)
- David, M. E. & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 155-163. <https://doi.org/10.1086/690940>

- David, M. E. & Roberts, J. A. (2020). Developing and testing a scale designed to measure perceived phubbing. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 1-15. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218152>
- David, M. E. & Roberts, J. A. (2021). Investigating the impact of partner phubbing on romantic jealousy and relationship satisfaction: The moderating role of attachment anxiety. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(12), 3590-3609. <https://doi.org/10.1177/0265407521996454>
- Erzen, E., Odacı, H. & Yeniçeri, İ. (2019). Phubbing: Which personality traits are prone to phubbing?. *Social Science Computer Review*, 39(1), 56-69. <https://doi.org/10.1177/0894439319847415>
- Fang, J., Wang, X., Wen, Z. & Zhou, J. (2020). Fear of missing out and problematic social media use as mediators between emotional support from social media and phubbing behavior. *Addictive Behaviors*, 107, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106430>
- Franchina, V., Vanden Abeele, M. M. P., Van Rooij, A., Lo Coco, G. & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(10), 1-18. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102319>
- Fu, X., Liu, J., Liu, R. D., Ding, Y., Hong, W. & Jiang, S. (2020). The impact of parental active mediation on adolescent mobile phone dependency: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 107, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106280>
- García Castro, F. J., Abreu, A. M., Rando, B. & Marcia, B. J. (2022). The phubbing scale (PS-8) in the Portuguese population: Psychometric properties. *Psicologia: Reflexão e Crítica/ Psychology: Research and Review*, 35(7), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00209-z>
- Grieve, R. & March, E. (2020). 'Just checking': Vulnerable and grandiose narcissism subtypes as predictors of phubbing. *Mobile Media and Communication*, 9(2), 195-209. <https://doi.org/10.1177/2050157920942276>
- Grieve, R., Lang, C. P. & March, E. (2021). More than a preference for online social interaction: Vulnerable narcissism and phubbing. *Personality and Individual Differences*, 175, 110715, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110715>
- Guazzini, A., Duradoni, M., Capelli, A. & Meringolo, P. (2019). An explorative model to assess individuals' phubbing risk. *Future Internet*, 11(1), 1-13. <https://doi.org/10.3390/fi11010021>
- Han, J. H., Park, S. J. & Kim, Y. (2022). Phubbing as a millennials' new addiction and relating factors among nursing students. *Psychiatry Investigation*, 19(2), 135-145. <https://doi.org/10.30773/pi.2021.0163>

- Hidayat, A. & Putu, M. (2016). Phubbing phenomenon among college students and its solution. *Inosr Humanities and Social Sciences*, 2(1), 18-21.
- Hidayat, M. S., M. T., Anita, A., Narayani, N. W. E. & Mariana, M. (2021). Causes and impacts of phubbing on students in a public university. *Public Health of Indonesia*, 7(4), 153-158. <https://doi.org/10.36685/phi.v7i4.430>
- Hong, W., Liu, R. D., Ding, Y. , Oei, T. P., Zhen, R. & Jiang, S. (2019). Parents' phubbing and problematic mobile phone use: The roles of the parent-child relationship and children's self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(12), 779-786. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0179>
- Isrofin, B. (2020). Validasi generic scale of phubbing versi bahasa Indonesia dengan rasch model. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 7(1), 9-18. <https://doi.org/10.29407/nor.v7i1.13883>
- Isrofin, B. & Munawaroh, E. (2021). The effect of smartphone addiction and self-control on phubbing behavior. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 15-23. <https://doi.org/10.17977/um001v6i12021p015>
- Ivanova, A., Gorbaniuk, O., Błachnio, A., Przepiórka, A., Mraka, N., Polishchuk, V. & Gorbaniuk, J. (2020). Mobile phone addiction, phubbing, and depression among men and women: A moderated mediation analysis. *Psychiatric Quarterly*, 91(2), 655-668. <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09723-8>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., Çulha, İ. & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions* 4(2), 60-74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., Çulha, İ. & Babadağ, B. (2016). Sanal dünyanın kronolojik bağımlılığı: Sosyotelizm (phubbing). *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, 3(2), 223-269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>
- Kelly, L., Miller Ott, A. E. & Duran, R. L. (2019). Phubbing friends: Understanding face threats from, and responses to, friends' cell phone usage through the lens of politeness theory. *Communication Quarterly*, 67(5), 540-559. <https://doi.org/10.1080/01463373.2019.1668443>
- Khare, S. & Qasim, S. H. (2019). Phubbing – A growing trend among youth. *Internatational Journal of Applied Social Science*, 6(4), 812-816.
- Khodabakhsh, S. & Le Ong, Y. (2021). Impact of partner phubbing on marital quality among married couples in Malaysia: Moderating effects of gender and age. *Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Eduació i*

*de l'Esport*, 39(1), 9-16. <https://doi.org/10.51698/aloma.2021.39.1.9-16>

- Leuppert, R. & Geber, S. (2020). Commonly done but not socially accepted? Phubbing and social norms in dyadic and small group settings. *Communication Research Reports*, 37(3), 55-64. <https://doi.org/10.1080/08824096.2020.1756767>
- Liu, R. D., Wang, J., Gu, D., Ding, Y., Oei, T. P., Hong, W., Zhen, R. & Li, Y. M. (2019). The effect of parental phubbing on teenager's mobile phone dependency behaviors: The mediation role of subjective norm and dependency intention. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 1059-1069. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S224133>
- Liu, K., Chen, W., Wang, H., Geng, J. & Lei, L. (2020). Parental phubbing linking to adolescent life satisfaction: The mediating role of relationship satisfaction and the moderating role of attachment styles. *Child: Care Health and Development*, 47(2), 281-289. <https://doi.org/10.1111/cch.12839>
- Liu, K., Chen, W., Wang, H. & Lei, L. (2021). Linking parental phubbing to adolescent self-depreciation: The roles of internal attribution and relationship satisfaction. *Journal of Early Adolescence*, 41(8), 1269-1283. <https://doi.org/10.1177/0272431621989821>
- McDaniel, B. T. & Coyne, S. M. (2016). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85-98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- McDaniel, B. T. & Wesselmann, E. (2021). "You phubbed me for that?" Reason given for phubbing and perceptions of interactional quality and exclusion. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 3(3), 413-422. <https://doi.org/10.1002/hbe2.255>
- Nazir, T. (2020). Impact of classroom phubbing on teachers who face phubbing during lectures. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 1(1), 41-47.
- Nazir, T. & Bulut, S. (2019). Phubbing and what could be its determinants: A dugout of psychology. *Psychology*, 10, 819-829. <https://doi.org/10.4236/psych.2019.106053>
- Niu, G., Yao, L., Wu, L., Tian, Y., Xu, L. & Sun, X. (2020). Parental phubbing and adolescent problematic mobile phone use: The role of parent-child relationship and self-control. *Children and Youth Services Review*, 116, 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105247>
- Nuñez, T. R., Radtke, T. & Eimler, S. C. (2020). A third-person perspective on phubbing: Observing smartphone-induced social exclusion generates negative affect, stress, and derogatory attitudes. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 14(3), 1-22. <https://doi.org/10.5817/CP2020-3-3>

- Orhan Göksün, D. (2019). Sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma ölçeklerinin Türkçe'ye uyarlanması. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(3), 657-671. <https://doi.org/10.32709/akusosbil.505642>
- Özdemir, S. (2020). Yönetici sosyotelizmi (phubbing): Bir ölçek uyarlama çalışması. *Dicle Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(19), 134-145.
- Özdemir, S. & Erdem, R. (2021). Yönetici nezaketsizliği sosyal dışlanmayı nasıl etkiler: Yönetici sosyotelizmi ve yöneticiye güvenin rolü. *İktisadi İdari ve Siyasal Araştırmalar Dergisi*, 6(14), 103-116. <https://doi.org/10.25204/iktisad.855534>
- Pancani, L., Gerosa, T., Gui, M. & Riva, P. (2020). “Mom, dad, look at me”: The development of the parental phubbing scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(2), 435-458. <https://doi.org/10.1177/0265407520964866>
- Parmaksız, İ. (2021a). Predictive effect of phubbing and life satisfaction on depression symptoms in adults. *Bağımlılık Dergisi*, 22(3), 236-247. <https://doi.org/10.51982/bagimli.888038>
- Parmaksız, İ. (2021b). Sosyotelizm (phubbing) ile bilinçli farkındalık arasındaki ilişkide sosyal kaygının aracı rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(2), 1387-1420. <https://doi.org/10.17679/inuefd.904379>
- Parus M. S., Adu, A. A. & Keraf, M. K. P. A. (2021). Phubbing behavior and quality of friendship in faculty of public health. *Journal of Health and Behavioral Science*, 3(1), 13-23. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v3i1.3031>
- Phang, L. M. C., Purnomo, D. & Sari, D. K. (2020). Effect of using instagram stories on phubbing behavior in the Generation Z of Salatiga. *Profetik Jurnal Komunikasi*, 13(2), 325-339. <https://doi.org/10.14421/pjk.v13i2.1950>
- Rachman, A., Rusandi, M. A. & Setiawan, M. A. (2019). The effect of phubbing on students' academic procrastination. *Psikopedagogia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 1-5. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v8i1.17895/>
- Resett, S. & González Caino, P. C. (2020). Psychometric properties of a phubbing scale in an Argentinean sample [Propiedades psicométricas de una escala de phubbing en una muestra Argentina]. *Revista Evaluar*, 20(2), 69-84. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar>
- Ríos Ariza, J. M., Matas-Terrón, A., Rumiche Chávarry, Rocio, D. P. & Chunga Chinguel, G. R. (2021). Scale for measuring phubbing in Peruvian University students: Adaptation, validation and results of its application. *Journal of New Approaches in Educational Research*, 10(2), 175-189. <https://doi.org/10.7821/naer.2021.7.606>

- Roberts, J. A. & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134-141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>
- Roberts, J. A. & David, M. E. (2017). Put down your phone and listen to me: How boss phubbing undermines the psychological conditions necessary for employee engagement. *Computers in Human Behavior*, 75, 206–217. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.05.021>
- Roberts, J. A. & David, M. E. (2020). Boss phubbing, trust, job satisfaction and employee performance. *Personality and Individual Differences*, 155, 109702, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109702>
- Sandjaja, S., S. & Syahputra, Y. (2019). Has a fear of missing out contributed to phubbing among students?. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 5(6), 219-230.
- Schneider, F. M. & Hitzfeld, S. (2021). I ought to put down that phone but I phub nevertheless: Examining the predictors of phubbing behavior. *Social Science Computer Review*, 39(6), 1075-1088. <https://doi.org/10.1177/0894439319882365>
- Shahbaz, K., Rasul, F., Khan, A., Saba, A., Saeed, M., Nida, A. & Gulzar, A. (2020). Phubbing positively predicts psychological distress and poor quality of life in community adults. *International Journal of Management*, 11(11), 2229-2240. <https://doi.org/10.34218/IJM.11.11.2020.207>
- Sun, J. & Samp, J. A. (2022). “Phubbing is happening to you”: Examining predictors and effects of phubbing behaviour in friendships. *Behaviour & Information Technology*, 41(12), 2691-2704. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1943711>
- T’ng, S. T., Ho, K. H. & Low, S. K. (2018). Are you “phubbing” me? The determinants of phubbing behavior and assessment of measurement invariance across sex differences. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 7(2), 159-190. <https://doi.org/10.17583/rimcis.2018.3318>
- Toker, B. & Tuncay, N. (2020). Phubber-phubbee model: An analysis of phubbing behaviours. *Journal of Educational and Instructional Studies in the World*, 10(2), 19-27.
- Topal, K., Güngör, R., Çoban, H., Şahintürk, S., Kırmızıyaka, E. & Şendil, T. G. (2021). Üniversite öğrencilerinde partner sosyotelizmi, bağlanma ve algılanan romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(58), 462-475. <https://doi.org/10.7816/ulakbilge-09-58-09>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2022). *Ulaştırma ve Altyapı Bakanlığı, Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu, hanehalkı bilişim teknolojileri*

- kullanım araştırması.* <http://www.tuik.gov.tr>. Erişim Tarihi: 27.08.2022.
- Uğur, N. G. & Koç, T. (2015a). Time for digital detox: Misuse of mobile technology and phubbing. *Procedia - Social Behavioral Sciences*, 195,1022-1031. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.06.491>
- Uğur, N. G. & Koç, T. (2015b). Mobile phones as distracting tools in the classroom: Collage students perspective. *Alphanumeric Journal*, 3(2), 57-64. <https://doi.org/10.17093/aj.2015.3.2.50000145549>
- Ünalın, D. & Yıldırım, O. (2020). Dijital yerlilerin sosyotelizm (phubbing) eğilimlerinin değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(1), 276-297. <https://doi.org/10.19145/e-gifder.644279>
- Verma, S., Kumar, R. & Yadav, S. K. (2019). The determinants of phubbing behaviour: A millenials perspective. *International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering*, 8(12S), 806-812. <https://doi.org/10.35940/ijitee.L1184.10812S19>
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P. & Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12–17. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014>
- Wang, X., Znao, F. & Lei, L. (2021). Partner phubbing and relationship satisfaction: Self-esteem and marital status as moderators. *Current Psychology*, 40(7), 3365-3375. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00275-0>
- Wang, X., Gao, L., Yang, J., Zhao, F. & Wang, P. (2020a). Parental phubbing and adolescents' depressive symptoms: Self-Esteem and perceived social support as moderators. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(2), 427-437. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01185-x>
- Wang, X., Wang, W., Qiao, Y., Gao, L., Yang, J. & Wang, P. (2020b). Parental phubbing and adolescents' cyberbullying perpetration: A moderated mediation model of moral disengagement and online disinhibition. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(7-8), 1–23. <https://doi.org/10.1177/0886260520961877>
- Wang, P., Zhao, M., Li, B., Wang, X., Xie, X., Geng, J., Nie, J., Zeng, P. & Mao, N. (2022). Mother phubbing and adolescent loneliness: A mediation model of mother–adolescent communication and perceived mother acceptance. *Social Science Computer Review*, 40(6), 1562-1577. <https://doi.org/10.1177/08944393211017263>
- We Are Social & Hootsuit Global Report. (2022). *Digital, mobile, and social media.* <https://wearesocial.com.digital-Temmuz.2022>. Erişim Tarihi: 05.10.2022.



- Wei, H., Ding, H., Huang, F. & Zhu, L. (2022). Parents' phubbing and cyberbullying perpetration among adolescents: The mediation of anxiety and the moderation of zhong-yong thinking. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 2609-2622. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00535-w>
- Xie, X., Chen, W., Zhu, X. & He, D. (2019). Parents' phubbing increases adolescents' mobile phone addiction: Roles of parent-child attachment, deviant peers, and gender. *Children and Youth Services Review*, 105, 104426, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104426>
- Xie, X. & Xie, J. (2020). Parental phubbing accelerates depression in late childhood and adolescence: A two-path model. *Journal of Adolescence*, 78, 43–52. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.12.004>
- Xie, X., Guo, Q. & Wang, P. (2021). Childhood parental neglect and adolescent internet gaming disorder: From the perspective of a distal – proximal – process – outcome – model. *Children and Youth Services Review*, 120, 105564, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105564>
- Xu, X. P., Liu, Q. Q., Li, Z. H. & Yang, W. X. (2022). The mediating role of loneliness and the moderating role of gender between peer phubbing and adolescent mobile social media addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 1-10. <https://doi.org/10.3390/ijerph191610176>
- Yam, F. C. & İlhan, T. (2020). Modern çağın bütünsel teknolojik bağımlılığı: Phubbing. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(1), 1-15. <https://doi.org/10.18863/pgy.551299>
- Yam, F. C. & Kumcağız, H. (2020). Adaptation of general phubbing scale to Turkish culture and investigation of phubbing levels of university students in terms of various variables. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 7(1), 48-60. <https://doi.org/10.5152/addicta.2020.19061>
- Yaseen, B., Zia, S., Fahd, S. & Kanwal, F. (2021). Impact of loneliness and fear of missing out phubbing behavior among millennials. *Psychology and Education*, 58(4), 4096-4100.
- Yong, T. (2019). The new discovery of the cause of phubbing in college classroom and the correction of "SQARE". *Advances in Higher Education*, 3(3), 152-155. <https://doi.org/10.18686/ahe.v3i3.1489>
- Yousaf, S., Rasheed, M. I., Kaur, P., Islam, N. & Dhir, A. (2022). The dark side of phubbing in the workplace: Investigating the role of intrinsic motivation and the use of enterprise social media (ESM) in a cross-cultural setting. *Journal of Business Research*, 143, 81-93. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2022.01.043>

- Yurtseven, C. N. & Küçükbaş Duman, F. K. (2021). Evaluation of boss phubbing in sports businesses. *Pakistan Journal of Medical Health Sciences*, 15(2), 839-844.
- Zamani, F., Talepasand, S. & Taghinezhad, A. (2020). Psychometric properties of the phubbing scale among Iranian students. *Health Education and Health Promotion*, 8(1), 25-30.
- Zhao, J., Ye, B. & Yu, L. (2021). Peer phubbing and Chinese college students' smartphone addiction during Covid-19 pandemic: The mediating role of boredom proneness and the moderating role of refusal self-efficacy. *Psychological Research and Behavioral Management*, 14, 1725-1736. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S335407>

### **Extended Abstract**

Today, as a result of developments in communication technologies, the use of the internet has become very common. In the beginning, mobile phones were used only for talking and sending messages. Today, it has turned into smartphones that provide fast and easy access to the internet. The use of smartphones is increasing day by day due to the internet and social media in the world. One of the behaviors observed as a result of the widespread use of smartphones is phubbing which is characterized by an individual constantly staring at their phone or engaging in phone-related activities while in the presence of others. Phubbing, the combination of the words phone and snubbing, is a negative behavior that interrupts interpersonal relationships. It has been determined that phubbing, in which individuals focus on their phones and ignore the people around them, is perceived as disrespect and negatively affects face-to-face communication. The present study aimed to facilitate further research on phubbing in various contexts, such as romantic relationships among married couples, peer and friendship relationships, parent-child relationships, educational and work environments, as well as negative psychological indicators and measurement. This will be achieved by evaluating existing literature related to phubbing.

The behavior of couples who are interested in the smartphone instead of their partner is called "partner phubbing" (Pphubbing). Pphubbing is one of the problematic behaviors that couples display while using their smartphones. Phubbing behavior interrupts communication between couples who are in an emotional relationship, causing the partner to feel that they are not taken care of. This may result in decreased relationship satisfaction, which, in turn, negatively affects personal and relational well-being in couple relationships.

Friend phubbing (Fphubbing) or peer phubbing refers to the act of using a smartphone while interacting with friends or peers. It is emphasized that the behavior of phubbing has a negative effect on the quality of friendship. It is seen that increased friend phubbing leads to lower friendship satisfaction.

The fact that parents neglect their children or cause negativities in their communication, as a result of high use of the smart phone is expressed as "parental phubbing". Researchers draw attention to the negative behavioral, social and psychological consequences of parental phubbing in terms of parent-child interaction and child development.

The effects of phubbing are also seen on students in the educational environment. It is inevitable that phubbing will be seen as a growing trend among young people. It causes negative effects on students and educational settings. In order to prevent the negative effects of phubbing behavior, studies can be carried out to reduce phubbing behavior by optimizing guidance and psychological counseling services in educational institutions. It is thought that there is a need for interventions that will draw students' attention to the positive and beneficial functions of mobile phones in educational settings.

As a reflection of phubbing in business life, the concepts of Boss Phubbing (BPhubbing) or Supervisor Phubbing (SPhubbing) stand out. Boss phubbing can be explained as the distraction of a superior by using a smart phone in front of his/her subordinates. BPhubbing may lead to a negative perception of superior-subordinate communication. It is stated that this situation may harm the organization by causing less communication. For this reason, it is important to examine the phubbing that occurs and may occur in workplaces belonging to various fields from different aspects.

The behavior of phubbing is also expected to be associated with many negative psychological indicators due to its nature. Studies have shown that phubbing behavior is related to the following negative psychological indicators: relationship dissatisfaction, social exclusion, loneliness, low life satisfaction, negative quality of life, low self-esteem, narcissism (vulnerable-grandiose), Big Five Personality Traits, neuroticism, social anxiety, attachment anxiety, psychological distress, depression, anxiety, stress, addiction (problematic smart phone use or smartphone addiction, internet addiction, ICTs addiction, social media addiction, FoMO). In this case, it is necessary to take precautions to prevent from the negative psychological effects and pathologies.

Since phubbing is a very new behavioral pattern, the measurement tools are still limited. At this point, as phubbing is a behavior style that emerges in different relationship forms (parent-child relationships, relationships with partners, peer/friend relationships, etc.) and each relationship form includes different dynamics, it is thought that it would be beneficial to develop scales specific to each relationship form rather than modifying existing scales.

As a result, in this study, which examined phubbing behavior in different contexts based on the existing studies in the literature, it is pointed out that phubbing can cause the interruption of relationships and create significant psychological problems in people's lives. In order to reduce the average smartphone usage time, interdisciplinary studies including psychological and technological support are recommended by providing

trainings on the effective and efficient use of smartphones. While the studies point out the negative psychological effects of phubbing in both individual and interpersonal relationship platforms, the structure of the relationship patterns between the variables that are effective in the emergence of this behavior should be examined in more detail.