

Akademik Başarı ile Nomofobi Arasındaki İlişki: Spor Bilimleri Öğrencileri Üzerine Bir Çalışma

Gül Bahar BAYIROĞLU^{ID}, Abdullah ARISOY^{ID}, Osman PEPE^{ID}

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1403799>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

¹Süleyman Demirel
Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi,
Isparta/Türkiye

Öz

Bu çalışma, spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarıları ile nomofobi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelemesini amaçlamaktadır. Araştırmanın kapsamını oluşturan evren, Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören toplam 640 öğrenci, örneklem grubu ise rastgele yöntemle seçilen 167 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışmaya katılan gönüllülerden, kişisel bilgi formu ve genel akademik not ortalamalarının yanı sıra literatürde yer alan nomofobi ölçeğini yanıtlamaları istenmiştir. IBM SPSS 22.0 programı kullanılarak, bilgisayar tabanlı istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir. İki ölçek arasındaki ilişkiyi değerlendirmek amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Sonuç olarak, spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarıları ve cep telefonu bağımlılığı (nomofobi) düzeylerinin ortalamasının üzerinde olduğunu göstermektedir. Ayrıca, akademik başarı ve nomofobi ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde, öğrencilerin akademik başarıları arttıkça rahatlıktan feragat etme ve çevrim içi bağlantıyı kaybetme alt boyutlarının azaldığı görülmüştür. Ancak, bilgiye erişememe ve iletişim kuramama alt boyutları ile akademik başarı arasında belirgin bir ilişki tespit edilememiştir. Elde ettiğimiz bulgular, spor bilimleri öğrencilerinin genel olarak yüksek düzeyde nomofobik eğilim gösterdiğini göstermektedir. Bu sonuçlar, gelecekteki araştırmalara ve eğitim stratejilerinin geliştirilmesine ışık tutabilir.

Sorumlu Yazar:
Gül Bahar BAYIROĞLU
gulbayiroglu@sdu.edu.tr

Anahtar kelimeler: Spor Bilimleri, Akademik Başarı, Nomofobi.

The Relationship Between Academic Achievement and Nomophobia: A Study on Sport Sciences Students

Abstract

This research aims to investigate the correlation between the academic performance and levels of nomophobia among students in the field of sports sciences. The study encompasses a population of 640 students enrolled at Süleyman Demirel University, Faculty of Sport Sciences, with a randomly selected sample group of 167 students. Participants, who volunteered for the study, were required to complete the nomophobia scale, along with a personal information form and their overall academic grade point averages. Data analysis was conducted using the IBM SPSS 22.0 program, employing Pearson correlation analysis to assess the relationship between academic achievement and nomophobia levels. The findings reveal that the academic achievement and nomophobia levels of sport sciences students are, on average, higher than usual. When exploring the connection between academic performance and nomophobia scale sub-dimensions, it was observed that the sub-dimensions related to sacrificing comfort and losing online connection decreased as students' academic achievements improved. However, no significant correlation was identified between the sub-dimensions of inability to access information and inability to communicate and academic performance. The outcomes suggest a prevalent tendency towards nomophobia among sport sciences students. These results can provide valuable insights for future research and the formulation of educational strategies.

Keywords: Sports Sciences, Academic Achievement, Nomophobia.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
12.12.2023

Kabul Tarihi:
11.01.2024

Online Yayın Tarihi:
28.03.2024

Giriş

Eğitim, bireylerin içinde buldukları topluma uyum sağlayabilmeleri ve toplumsal ihtiyaçlarını karşılayabilmeleri adına büyük önem arz etmektedir. Bireylerin eğitim hayatlarına başlangıçlarından mesleki hayata geçinceye kadarki süreç içerisinde ihtiyaç duyabilecekleri bilgi ve becerilerin kazanılmasında bireylerin akademik başarılarının önemli olduğu düşünülmektedir. Günümüzde, bireylerin akademik başarıları eğitimin en arzu edilen unsurudur. Eğitim sistemlerinin birçoğunda, bilhassa yükseköğretimde üst öğrenim kurumlarına öğrenci alımlarında okul notları önemli bir kriter olarak görülmektedir. Bu nedenle, öğrencilerin akademik başarıları; meslek seçimi, mesleki statü, gelir ve refah düzeylerini belirlemek adına çok önemli bir etmendir (Spinath, 2012). Başka bir deyişle, akademik başarı bireylerin yaşamlarının her evresine etki etmektedir. Akademik başarı sonucunda, bireylerde; mutluluk, kişisel doyum ve güven, akademik başarısızlıkta ise; depresyon, mutsuzluk ve hayal kırıklığı gibi duygusal sonuçlar oluşmaktadır. Ancak bireylerde oluşan bu duygular başarı ve başarısızlığı algılama şekillerine göre değişim göstermektedir (Keskin ve Sezgin, 2009). Aynı zamanda bireylerin akademik başarı algısı ya da akademik başarıya verdikleri önem düzeylerine göre akademik başarı veya başarısızlık sonucu ortaya çıkabilecek olumlu ve olumsuz durumlar kişiden kişiye farklılık göstermektedir.

Akademik başarı öğrencilerin hem mesleki hem de kişisel gelişimlerinde önemli bir faktör olmakla birlikte çevresel ve bireysel etmenlerden etkilenebilmektedir. Öğrencilerin başarısını etkileyen bu faktörler; fiziki, ruhsal, toplumsal, ekonomik, coğrafi ve çevresel faktörler olarak tanımlanabilir. Öğrencilerin akademik başarısızlıklarının önlenmesi ancak başarıyı etkileyen faktörlerin tespit edilmesi ile olabilmektedir. Öğrencilerin başarılarına etki eden faktörlerin bilinmesi ile başarısızlıkların oluşmasına neden olan etmenlerin kontrol altına alınabileceği düşünülmektedir. Öğrencilerin akademik başarıyı sağlayabilmesi adına bu faktörlerden olumsuz şekilde etkilenmemesi önem arz etmektedir (Gökalp, 2006; Rençber, 2012).

Teknolojinin hızlı bir şekilde gelişimi bireylerin günlük yaşamlarında aktivite ve davranışlarını büyük oranda etkilemektedir. Bilhassa, bir bilgi ve iletişim aracı olan cep telefonları bireylerin günlük yaşamlarının vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Son yıllarda giderek yaygınlaşan cep telefonu kullanımı, günlük yaşamı kolaylaştırmasının yanı sıra çeşitli psikolojik ve sosyal soruna neden olmaktadır. Bireylerin daha fazla para harcayarak finansal problemler yaşamasına ve uzun saatler cep telefonu kullanımıyla beraberinde akademik başarı, iş hayatı ve sosyal çevre ile bağının azalmasına neden olmaktadır (Beranuy vd., 2009; Ertan, 2019). Yapılan çalışmalarda cep telefonunun yanında bulunmaması durumu bireylerde stres oluşturmaktadır ve konsantrasyon bozukluklarına neden olmaktadır (Gezgin ve Çakır 2016; Tavalacci vd., 2015). Yaşlı bireylere oranla gençlerin yeni teknolojileri kabul etmesi ve teknolojik cihazları kullanma oranının

daha yüksek olduğu bilinmektedir. Aynı zamanda, cep telefonu kullanımı oranının genç bireylerde daha fazla olduğu görülmektedir (Dempsey vd., 2009). Bu cihazların uzun müddet kullanımı sonucu bireylerde bir takım yan etkiler oluşmaktadır. Teknolojinin neden olduğu birçok fizyolojik ve psikolojik rahatsızlık bulunmaktadır. Bu rahatsızlıkların başında akıllı telefonların kullanımı sonucu ortaya çıkan nomofobi sendromu gelmektedir (Bragazzi ve Del Puente, 2014).

Nomofobi sendromu, bireylerin telefonlarına erişim sağlayamadığında ya da telefonları ile iletişim kuramadıkları durumlarda ortaya çıkan kaygı, endişe ve korku olarak tanımlanmaktadır (King vd., 2013). Bragazzi ve Del Puente (2014), nomofobiyi bireyin cep telefonu veya bilgisayarına erişemediği zamanlarda ortaya çıkan rahatsızlık, endişe, sinirlilik ve sıkıntı gibi belirtilerle kendini gösteren, dijital toplumun karşılaştığı bir tür rahatsızlık olarak tanımlamıştır. Nomofobi, kişinin cep telefonu veya internet aracılığıyla iletişim kuramama korkusunu ifade eden bir terimdir. Bu korku, cep telefonu kullanımıyla ilgili çeşitli davranışları veya semptomları içerir (King vd., 2014).

Günümüzde, teknolojik cihazlar, özellikle öğrencilerin psiko-sosyal durumları ve akademik gelişimlerini olumsuz etkileyebilmektedir. Nomofobi sendromuyla öğrencilerde birtakım problemler ortaya çıkabilmektedir. Bu problemler arasında; dikkat dağınlığı, öğrenme performansında azalma, sosyal izolasyon, uyku sorunları, anksiyete ve stres artışı, zaman yönetimi problemleri, derslere katılımın azalması yer almaktadır. Bu problemler, öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin düşmesine neden olabilir. Özellikle akıllı telefonlar, bu olumsuz etkilerin başında gelmektedir. Bu bağlamda, sunulan bu çalışmada, spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarıları ile nomofobi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Metodoloji olarak, betimsel ve ilişkiisel tarama modelleri uygulanmıştır. Spor bilimleri fakültesinde öğrenim görmekte olan öğrencilerinin mevcut akademik başarıları ve nomofobi düzeylerinin belirlenmesi için betimsel tarama modeli, akademik başarıları ve nomofobi düzeyleri arasındaki ilişkilerinin incelenmesi amacıyla da ilişkiisel tarama modeli kullanılmıştır. Betimsel tarama modeli, araştırmada yer alan durumu ya da olayı doğrudan olduğu gibi betimlemektedir. İlişkiisel tarama modeli ise; iki ya da daha fazla değişkenin ilişkisini, etkisini ve/veya değişimin derecesini ölçmeyi içerir (Kaya vd., 2012).

Evren ve Örneklem

Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 640 öğrenci, araştırmanın evrenini oluştururken, basit rastgele örnekleme yöntemle seçilen 167 öğrenci ise örneklem grubunu temsil etmektedir. Basit rastgele örnekleme yöntemi, araştırılan grupta yer alan her bireyin eşit seçilme olasılığına imkân sağlamaktadır. Araştırmada yer alması düşünülen örneklem grubu bir listeden rastgele bir şekilde seçilmektedir (Çepni, 2010).

Veri Toplama Araçları

Çalışmaya katılan gönüllülerden, kişisel bilgi formu ve genel akademik not ortalamalarının yanı sıra literatürde yer alan nomofobi ölçeğini yanıtlamaları istenmiştir.

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların cinsiyet, yaş, öğrenim görülen bölüm, günlük internet kullanma süresi ve arkadaşlarıyla vakit geçirme süreleri hakkında bilgi edinmek amacıyla 5 sorudan oluşmuştur.

Tablo 1

Katılımcıların Demografik Özellikleri

	Değişkenler	n	%
Cinsiyetiniz	Erkek	98	58.7
	Kadın	69	41.3
Yaşınız	18-21	49	29.3
	22-25	75	44.9
	26 ve üzeri	43	25.7
Öğrenim Görülen Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	40	24.0
	Antrenörlük Eğitimi	43	25.7
	Spor Yöneticiliği	41	24.6
	Spor Bilimleri	43	25.7
Günlük İnternet Kullanma Süreniz	1-3 saat	43	25.7
	4-6 saat	90	53.9
	7 saat ve üzeri	34	20.4
Arkadaşlarınızla Vakit Geçirdiğiniz Süreniz	1-3 saat	82	49.1
	4-6 saat	58	34.7
	7 saat ve üzeri	27	16.2

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların, cinsiyet değişkenine göre %58.7'sinin erkek, %41.3'ünün kadın, yaş değişkenine göre %29.3'ünün 18-21, %44.9'unun 22-25, %25.7'sinin 26 yıl ve üzeri, öğrenim görülen bölüm değişkenine göre, %24.0'ının beden eğitimi ve spor öğretmenliği, %25.7'sinin antrenörlük eğitimi, %24.6'sının spor yöneticiliği, %25.7'sinin spor bilimleri, günlük

internet kullanma süresi değişkenine göre, %25.7'sinin 1-3, %53.9'unun 4-6, %20.4'ünün 7 saat ve üzeri, arkadaşlarla vakit geçirme süresi değişkenine göre ise, %49.1'inin 1-3, %34.7'sinin 4-6 ve %16.2'sinin 7 saat ve üzeri cevaplarını verdikleri görülmüştür.

Akademik Başarı

Akademik başarı; tüm öğretim kademelerinde geçerli olan, öğrencinin eğitim süresince almış olduğu derslerin, belirlenmiş olan amaçlara ulaşip ulaşmadığının kontrol edilmesidir. Bu kontrol; ölçme ve değerlendirme ile öğrencinin almış olduğu derslerin notlarının ortalaması şeklinde tanımlanabilir (Onuk, 2007). Literatürde, akademik başarı seviyesinin değerlendirilmesi amacıyla öğrencilerin genel akademik not ortalamalarını esas alan çalışmalar görülmüştür (Çimen ve Pepe, 2022; Demirtaş ve Özer, 2007; Sıgır ve Gürbüz, 2011; Tektaş ve Tektaş, 2010; Yeşil vd., 2009). Bu bağlamda, spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarı düzeylerini belirlemek için sayısal verilere dayanan objektif bir yaklaşım benimsenmiş ve sunulan bu çalışmanın başladığı andaki, öğrencilerin dörtlü not sistemine göre genel akademik not ortalamaları dikkate alınmıştır.

Nomofobi Ölçeği

Çalışma kapsamında, Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlanması Yıldırım vd. (2016) tarafından yapılan Nomofobi Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 20 maddeden oluşmuş ve bireylerin Bilgiye Erişememe, Rahatlıktan Feragat Etme, İletişim Kurmama ve Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme olmak üzere dört farklı alt boyutu içermektedir. Katılımcılardan, ölçekte yer alan ifadeleri değerlendirmeleri istenmiş ve değerlendirmede 7'li likert tipi kullanılmıştır. Türkçe uyarlaması yapılan ölçeğin Cronbach Alpha değeri ise 0,92 alt boyutlarının güvenilirlik değerleri ise 0,90, 0,74, 0,94 ve 0,91 olarak belirlenmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde IBM SPSS 22.00 adlı paket programı kullanılmıştır. Verilerin, normal dağılımın incelenmesi amacıyla çarpıklık ve basıklık dağılımları, Tablo 2'de detaylı bir şekilde sunulmuştur.

Tablo 2

Ölçek Puanlarının Çarpıklık-basıklık ve Kolmogorov-Smirnov Testi Anlamlılık Düzeyi Sonuçları

Ölçek	Alt boyutlar	n	Çarpıklık	Basıklık	p
Akademik Başarı	-	167	.330	.728	.000
	Bilgiye Erişememe	167	.024	-.745	.001
Nomofobi Ölçeği	Rahatlıktan Feragat Etme	167	.161	-.334	.200
	İletişim Kurmama	167	-.042	-.705	.015
	Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	167	.247	-.582	.001

Tablo 2 incelendiğinde; akademik başarı, nomofobi ölçeğine ait bilgiye erişememe, iletişim kuramama ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutlarında verilerin normal dağılım göstermemesine rağmen, literatürde Büyüköztürk (2007) çarpıklık ve basıklık skorlarının ± 1 aralığında olması normallik açısından uygun olarak ifade etmiştir. Bu perspektifle, veriler arasındaki ilişkilerin tespitinde Pearson \otimes korelasyon analizi uygulanmıştır.

Araştırmanın Etiği

Çalışma kapsamında, 20/09/2023 tarih ve 2023/2 sayılı karar ile Süleyman Demirel Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurulundan onay alınmıştır. “*Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.*”

Bulgular

Tablo 3

Katılımcıların Ölçeklerden Aldıkları Puanların Betimsel İstatistiği

Ölçek	Alt boyutlar	n	En az	En çok	X \pm SS
Akademik Başarı	-	167	1.70	4.00	2.897 \pm .442
	Bilgiye Erişememe	167	4.00	28.00	16.401 \pm 6.874
Nomofobi Ölçeği	Rahatlıktan Feragat Etme	167	5.00	35.00	18.377 \pm 7.272
	İletişim Kurmama	167	6.00	42.00	26.066 \pm 9.452
	Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	167	5.00	35.00	18.198 \pm 7.939

Çalışmaya katılan öğrencilerin akademik başarı düzeylerinin 2.897 \pm .442 olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların nomofobi ölçeğinin bilgiye erişememe alt boyutunun 16.401 \pm 6.874, rahatlıktan feragat etme alt boyutunun 18.377 \pm 7.272, iletişim kurmama alt boyutunun 26.066 \pm 9.452 ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutunun ise, 18.198 \pm 7.939 olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4

Katılımcıların Akademik Başarıları ile Nomofobi Düzeyleri Arasındaki İlişki

Ölçekler	Nomofobi Ölçeği			
	Bilgiye Erişememe	Rahatlıktan Feragat Etme	İletişim Kurmama	Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme
Akademik Başarı	r	-.097	-.201	-.109
	p	.214	.009	.160
	n	167	167	167

**($p < 0,005$)

Katılımcıların akademik başarı düzeyleri ile nomofobi ölçeğine ait; rahatlıktan feragat etme ($r = -.201$, $p = .009$) ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme ($r = -.211$, $p = .006$) alt boyutlarının negatif yönlü düşük düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Ancak bilgiye erişememe ($r = -.097$, $p = .214$) ve iletişim kurmama ($r = -.109$, $p = .160$) alt boyutlarında herhangi bir ilişkinin olmadığı görülmüştür.

Tartışma ve Sonuç

Teknolojik cihazların hayatımızın merkezi haline gelmiş olması bütün bireyleri olumsuz etkilerken özellikle genç bireylerin yaşamlarında pek çok farklı olumsuz duruma neden olabilmektedir. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte, özellikle genç bireylerde telefon kullanım yaygınlığının arttığı ve gençlerin bu teknolojik cihazları vazgeçemeyecekleri bir unsur olarak görmeleri sonucunda cep telefonsuz kalma korkusu (nomofobi) ortaya çıkmıştır (Aydın ve Metin, 2023). Artık akıllı telefonların ve cihazların bireylerin uyurken bile yanlarından ayırmadığı gözlenmektedir. Bu durum öğrenciler açısından, zaten kısıtlı olan zamanlarında; konuları ders esnasında öğrenme, tekrar ederek bilgileri pekiştirme, sınavlara hazırlık gibi zamanlarında kısaltmalara neden olmuştur. Akıllı telefon ile geçirilen zaman esnasında zamanın nasıl geçtiğinin anlaşılabilmesi sonucunda öğrenciler derslerine eskiye oranla daha az zaman ayırmaktadırlar (Lee vd., 2014).

Spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarılarının ve cep telefonu bağımlılığı düzeylerinin (nomofobi) ortalamasının üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Akademik başarı ile nomofobi ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde; öğrencilerin akademik başarıları arttıkça rahatlıktan feragat etme ve çevrim içi bağlantıyı kaybetme alt boyutlarının azaldığı görülmüştür. Ancak akademik başarı ile bilgiye erişememe ve iletişim kuramama alt boyutları arasında herhangi bir ilişki tespit edilememiştir. Literatür incelendiğinde, çalışmamızı destekleyen ve çalışmamızla çelişen araştırmalar mevcuttur. Dirik (2016) lise öğrencileriyle yaptığı çalışmada akademik başarı ve akıllı telefon bağımlılığı arasında herhangi bir anlamlı ilişki tespit edilmemiştir. Yen vd. (2009) lise öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, cep telefonu ile çok fazla zaman geçiren öğrencilerin düşük akademik performans gösterdiğini tespit etmiştir. Cep telefonu kullanımı bireylerde dikkat dağınıklığına sebep olmaktadır. Ortaya çıkan bu dikkat dağınıklığı nedeniyle aralıksız çalışılan ders zamanında azalma olmaktadır (Lepp vd., 2014). Aynı zamanda yapılan birçok araştırma sonucuna göre cep telefonu bağımlılığının, bireylerde önemli görevlerin ertelenmesine ya da hiç yapılmamasına ve akademik erteleme alışkanlıklarına sebep olduğunu göstermektedir (Mert ve Akın, 2018). Sezer ve Atılğan (2019) tıp fakültesi öğrencileriyle yaptığı çalışmada telefon bağımlılığının akademik başarıyı olumsuz şekilde etkilediği sonucunu tespit etmiştir. Benzer şekilde Gümüş (2018) tıp fakültesi öğrencileriyle yaptığı çalışmada akademik başarı ve akıllı telefon bağımlılığının negatif ve anlamlı bir ilişkisinin olduğunu rapor etmiştir. Uzun süreli akıllı telefon kullanımının bireyler üzerinde çeşitli olumsuz sağlık sorunlarına yol açtığı gözlemlenmektedir. Bu durum, özellikle öğrencilerin psiko-sosyal sağlığını olumsuz yönde etkileyerek depresyon, anksiyete, uykusuzluk, stres, fiziksel aktivitelerden uzaklaşma ve düzenli beslenmeden sapma gibi etkileri beraberinde getirebilmektedir. Bu faktörler, öğrencilerin akademik başarılarının azalmasına ve genel akademik

performanslarının düşmesine neden olabilir (Maurya vd., 2014). Erdem vd. (2016) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada nomofobinin öğrencilerin akademik başarıları üzerinde etkisi olduğunu tespit etmiştir ve akıllı telefon bağımlılığının akademik başarıyı düşürdüğü sonucuna ulaşmıştır. Günümüz gençleri nomofobi bakımından risk altında sayılmaktadır. Üniversite öğrencilerinin telefon bağımlılığı (nomofobi) üzerine yapılan pek çok çalışmaya göre; öğrencilerin yaklaşık %40'ının nomofobik olduğu ve yaklaşık %30'unun ise zaman içerisinde nomofobik olabileceği tahmin edilmektedir (Yıldırım vd., 2016). Bu çalışmalar değerlendirildiğinde çalışmamızla çelişmektedir. Birçok çalışmada, nomofobi puan ortalamaları yüksek olan öğrencilerin, akademik başarı ortalamalarının düşük olduğu tespit edilmiştir. Ancak, yürüttüğümüz çalışmada, spor bilimleri öğrencilerinde farklı bir durum gözlemlenmiştir. Öğrencilerin hem akademik başarı ortalamaları hem de nomofobi puan ortalamaları yüksek bulunmuştur. Bu durumun temel sebeplerinden biri, spor bilimleri öğrencilerinin fiziksel yetenek ve beceri gerektiren çeşitli derslere maruz kalması olabilir. Bu öğrenci grubu, genellikle teorik bilgilerin yanı sıra pratiğe dayalı eğitimler de almaktadır. Dolayısıyla, bu öğrencilerin akademik performanslarını değerlendiren geleneksel ölçütler, yalnızca sınav notlarına dayalı genel bir resmi sunmayabilir. Ayrıca, spor bilimleri öğrencilerinin aktif fiziksel katılım gerektiren dersleri olması, onları teknolojik cihazlara daha az bağımlı kılabilir. Bu durum, öğrencilerin akademik başarıları üzerindeki potansiyel negatif etkilerini azaltabilir. Yani, telefon bağımlılığıyla akademik başarı arasındaki geleneksel ilişki, bu özel öğrenci grubunda beklenenin dışında olabilir.

Teknolojinin bu denli hızlı değişiminin gelecek yıllarda giderek artacağı düşünülerek akıllı telefonların gelişiminin üst boyutlara ulaşacağı düşünülmektedir (Burucuoğlu, 2017). Gelişen teknolojiyle birlikte, bireylerin özellikle genç bireylerin akıllı telefonlara olan bağımlılığı daha da artacaktır. Akıllı telefonlara duyulan bu bağımlılık, akademik başarı düzeyinin düşük olmasına neden olabilir. Bu sebeple, bireylerin teknolojik cihazlara olan bağımlılığını etkileyen faktörlerin detaylı bir şekilde belirlenmesi önemlidir. Ayrıca, teknolojik cihazlara ayrılan zamanın daha etkin, verimli ve kontrollü bir şekilde yönetilmesi için bireylere rehberlik edilebilir. Bu sayede, sağlıklı teknoloji kullanım alışkanlıkları geliştirilerek, özellikle genç neslin akademik ve sosyal yaşantısına olumlu etkiler sağlanabilir. Bu konuda farkındalık oluşturmak ve bilinçli kullanımı teşvik etmek, eğitim kurumları, aileler ve genç bireyler arasında önemli bir sorumluluktur.

Öneriler

- Akıllı telefonların olumsuz etkilerinin yanı sıra hem akademik yaşamda hem de günlük yaşamda pek çok konuda akıllı telefonların bireylerin hayatını kolaylaştırdığı göz önünde bulundurularak akıllı telefonların daha yararlı amaçlar için kullanılması adına üniversitelerde seminerler ve eğitimler düzenlenebilir.

- Ebeveynler, eğitimciler ve öğrenciler bu konuda bilinçlendirilerek farkındalık oluşturulmalıdır.
- Nomofobi kavramı bireylerin tüm yaşamlarını etkileyen bir sorun olduğundan dolayı yalnızca akademik başarı değil, sebep olduğu diğer tüm sorunların da araştırılması gerekmektedir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Süleyman Demirel Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurul Başkanlığı

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 20.09.2023

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 68/2

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Araştırmanın yöntem ve bulgular kısmıyla ilgili süreçler birinci yazar, giriş kısmı ile ilgili süreçler ikinci yazar, tartışma ve sonuç kısmı ile ilgili süreçler ise üçüncü yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Aydın, M. K., ve Kuş, M. (2023). Öğrencilerin telefonsuz kalma korkusunu (nomofobi) inceleyen çalışmaların sistematik bir analizi. *Journal of Computer and Education Research*, 11(21), 275-296. <https://doi.org/10.18009/jcer.1233559>
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X., ve Chamarro A. (2009). Problematic internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computer in Human Behaviour*, 25(5), 1182–1187. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.03.001>
- Bragazzi, N. L., ve Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155-160. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
- Burucuoğlu, M. (2017). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin nomofobi düzeyleri üzerinde bir araştırma. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 482-489.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (7. Baskı). Pegem Akademi Yayıncılık.
- Çepni, S. (2010). *Araştırma ve proje çalışmalarına giriş* (5. Baskı). Ofset Matbaacılık.
- Çimen, E., ve Pepe, O. (2022). The relationship between academic achievement and pedagogical knowledge and skill: a research on prospective physical education teachers. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 7(18), 1018-1041. <http://dx.doi.org/10.35826/ijetsar.493>
- Demirtaş, H., ve Özer, N. (2007). Öğretmen adaylarının zaman yönetimi becerileri ile akademik başarısı arasındaki ilişkisi. *Eğitimde Politika Analizleri ve Stratejik Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 34-47.
- Dempsey, A. G., Sulkowski, M. L., Nichols, R., ve Storch, E. A. (2009). Differences between peer victimization in cyber and physical settings and associated psychosocial adjustment in early adolescence. *Psychology in the Schools*, 46(10), 962-972. <https://doi.org/10.1002/pits.20437>
- Dirik, K. (2016). *Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile öz-güven arasındaki ilişkilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenman Eğitimi Anabilim Dalı, İstanbul.

- Erdem, H., Türen, U., ve Kalkın, G. (2016). Üniversite öğrencilerinde mobil telefon yoksunluğu korkusunun (nomofobi) akademik başarıya etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Dergisi*, 21(3), 923-936.
- Ertan, G. (2019). *Mobil telefonsuz kalma korkusunun (nomofobi) iş tatmini, işe bağlılık ve sosyal izolasyon üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Anabilim Dalı, İstanbul.
- Gezgin, D. M., ve Çakır, Ö. (2016). Analysis of nomophobic behaviors of adolescents regarding various factors. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2504-2519. doi:10.14687/jhs.v13i2.3797
- Gökalp, M. (2006). Üniversite öğrencilerinin başarılarını etkileyen okul-içi faktörler. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (22), 72-81.
- Gümüş, A. (2018). *Tıp fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve depresyon durumlarının değerlendirilmesi*. Uzmanlık Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Van.
- Kaya, A., Balay, R., ve Göçen, A. (2012). The level of teachers' knowing, application and training need on alternative assessment and evaluation techniques. *Journal of Human Sciences*, 9(2), 1229-1259.
- Keskin, G., ve Sezgin, B. (2009). Bir grup ergeninde akademik başarı durumuna etki eden etmenlerin belirlenmesi. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(10), 3-18.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., ve Nardi, A. E. (2014). Nomophobia": impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 10, 28-35. <https://doi.org/10.2174/1745017901410010028>
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., ve Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140-144. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>
- Lee, Y. K., Chang, C. T., Lin, Y., ve Cheng, Z. H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, 31, 373-383. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.047>
- Lepp, A., Barkley, J. E., ve Karpinski, A. C. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and satisfaction with life in college students. *Computers in Human Behavior*, 31, 343-350. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.049>
- Maurya, P., Penuli, Y., Kunwar, A., Lalia, H., Negi, V., Williams, A., ve Thakur, V. (2014). Impact of mobile phone usage on psychosocial wellbeing of student nurses. *IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 3(6), 39-42. <https://doi.org/10.9790/1959-03613942>
- Mert, A. ve Akin, A. (2018, Haziran-Temmuz 27-01). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının (nomofobi) genel erteleme üzerindeki etkisi. III. Uluslararası Gençlik Araştırmaları Kongresi, Nahcivan, Azerbaycan.
- Onuk, Ö. (2007). *Müzik öğretmenliği lisans programı öğrencilerinin öğretmenliğe güdülenmeleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı, Ankara.
- Rençber, B. A. (2012). Üniversite öğrencilerinin akademik başarılarını etkileyen faktörler. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(1), 191-198.
- Sezer, B., ve Atılgan, S. B. Ç. (2019). Akıllı telefon kullanımının karanlık tarafı (nomofobi): endişelenmemize gerek var mı? *Tıp Eğitimi Dünyası*, 17(54), 30-43. <https://doi.org/10.25282/ted.513988>
- Sığırı, Ü., ve Gürbüz, S. (2011). Akademik başarı ve kişilik ilişkisi: üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Savunma Bilimleri Dergisi*, 10(1), 30-48. <https://doi.org/10.17134/sbd.22641>
- Spinath, B. (2012). Encyclopedia of human behaviour. İçinde V. S. Ramachandran (Ed.), Academic achievement (ss. 1-9), London: Academic Press.
- Tavolacci, M. P., Meyrignac, G., Richard, L., Dechelotte, P. ve Ladner, J. (2015). Problematic use of mobile phone and nomophobia among French college students. *European Journal of Public Health*, 25(3), 206. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckv172.088>
- Tektaş, M., ve Tektaş, N. (2010). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin zaman yönetimi ve akademik başarıları arasındaki ilişki. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (23), 221-229.

- Yen, C. F., Tang, T. C., Yen, J. Y., Lin, H. C., Huang, C. F., Liu, S. C., ve Ko, C. H. (2009). Symptoms of problematic cellular phone use, functional impairment and its association with depression among adolescents in Southern Taiwan. *Journal of adolescence*, 32(4) , 863-873. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.10.006>
- Yeşil, R., Korkmaz, Ö., ve Kaya, S. (2009). Eğitim fakültesindeki akademik başarının kamu personeli seçme sınavındaki başarı üzerinde etkisi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(2), 149-160.
- Yıldırım, C., Sumuer, E., Adnan, M., ve Yıldırım, S. (2016). A growing fear: prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322- 1331. <https://doi.org/10.1177/0266666915599025>
- Yıldırım, C., ve Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130- 137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>



Bu eser [Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.