

Ön Lisans Öğrencilerinin Nomofobi Düzeylerinin Akıllı Telefon Kullanım Durumlarına Göre İncelenmesi*

Examination of Associate Students' Nomophobia Levels According to Smart Phone Use

Mustafa SIRAKAYA**

Öz: Nomofobi, bireyin mobil cihazına (akıllı telefon, tablet, cep bilgisayar vb.) ulaşamama ya da mobil cihazı üzerinden iletişim kuramamaya (online ya da offline) ilişkin yaşadığı istemsiz korku olarak tanımlanmaktadır. Bu araştırmanın amacı ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanımlarına göre değişimini belirlemektir. Tarama modelinde yürütülen araştırmanın örneklemini 439 ön lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma sonucuna göre, yanında şarj aleti taşıyan, sabah uyanığında akıllı telefonunu kontrol eden, gece uyumadan önce akıllı telefonunu kontrol eden ve gece akıllı telefonunu kapatmayan öğrencilerin nomofobi düzeyleri bunları yapmayanlara göre anlamlı derece yüksektir. Ayrıca akıllı telefon kullanım yılı, günlük akıllı telefonu kontrol etme sayısı, mobil internet kullanım yılı ve günlük mobil internet kullanım süresindeki artışın nomofobiye anlamlı şekilde farklılaştırdığı sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal ağlara bağlanmak ve alışveriş yapmak amacıyla akıllı telefon kullanımını nomofobi düzeyini değiştirirken, diğer kullanım amaçlarına göre nomofobi düzeyinin farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Nomofobi, akıllı telefon, akıllı telefon kullanımı, üniversite öğrencileri

Abstract: Nomophobia is defined as the irrational fear of inability to access one's mobile device (smart phone, tablet, pocket computer etc.) or inability to communicate via one's mobile device (online or offline). This study aimed to identify the change of associate degree program students' nomophobia levels according to their smart phone use. The sample of the survey study was 439 associate degree students. According to research results; nomophobia levels of students who carry a charger with them, who check their smart phones as a first thing when they wake up in the morning and just before they go to sleep and who do not turn off their phones at night were significantly higher than students who do not demonstrate these behaviours. It was also found that period of smart phone use in years, number of checking smart phones in a day, period of mobile internet use in years and increase in daily internet use made a significant difference in nomophobia levels. Use of smart phones in order to access social media networks and do online shopping changed nomophobia levels while nomophobia levels did not differ based on use for other purposes.

Keywords: Nomophobia, smart phone, smart phone use, university students

Giriş

Gelişen teknolojinin sunduğu araçlar insanların günlük yaşamlarını oldukça kolaylaştırmaktadır. Bu araçlardan günümüzde en çok kullanılanı akıllı telefonlardır. Akıllı telefon sadece iletişim için kullanılan klasik cep telefonlarından fazlasıdır. Bir bilgisayar gibi çalışan akıllı telefonlar, ileri teknolojilerle çok görevli çalışmayı destekleyen ve başkalarıyla bağlantıda kalmayı kolaylaştıran cihaz olarak tanımlanabilir (Anshari ve diğerleri 2016). Akıllı telefonlar bilgisayar ve internet teknolojisinin sahip olduğu tüm olanakları avuç içimize sığdırmaktadır. İletişim kurmanın yanında, internete bağlanmak, sosyal ağlara erişmek, fotoğraf çekmek, alışveriş yapmak, müzik dinlemek, oyun oynamak ve navigasyon gibi çok çeşitli amaçlarla da kullanılmaktadır (Aydoğdu Karaaslan ve Budak, 2012; Hong, Chiu ve Huang, 2012; Kanmani, Bhavani ve Maragatham, 2017; Kuyucu, 2017; Lee, Chang, Lin ve Cheng, 2014; Lepp, Li, Barkley ve Salehi-Esfahani, 2015; Minaz ve Bozkurt, 2017; Prasad ve diğerleri 2017). Sahip

* Bu araştırmanın bir kısmı, 3. Kıbrıs Eğitim Araştırmaları Kongresinde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

** Dr. Öğr. Üyesi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu, Kırşehir-Türkiye, ORCID: 0000-0002-7964-4399, e-posta: mustafa.sirakaya@ahievran.edu.tr

olduğu özellikler ve her gün yenileri geliştirilen uygulamalar sayesinde, zaman alıcı ya da sıkıcı olabilen hemen her işin yapılmasını kolaylaştırmaktadırlar. Bu haliyle akıllı telefonlar günlük hayatımızın vazgeçilmez bir parçası durumundadır (Gezgin ve Çakır, 2016; Han, Kim ve Kim, 2017; Jena, 2015; Kuyucu, 2017). Akıllı telefonların çok geniş kitleler tarafından kullanıldığı söylenebilir. 2017 yılı verilerine göre dünya genelinde 2,32 milyar akıllı telefon kullanıcısı bulunmaktadır ve bu sayının 2020 yılında 2,87 milyara yükselmesi öngörülmektedir (Statista, 2017). Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından hazırlanan raporda ise, Türkiye'deki hanelerin %96,9'nda klasik cep telefonu ya da akıllı telefon bulunurken, hanelerin %65,2'sinin mobil genişbant bağlantısı kullanarak internete eriştikleri görülmektedir (TÜİK, 2016). Bu veriler akıllı telefonların ne denli yaygın kullanıldığı hakkında fikir vermektedir. Gençlerin yeni teknolojilere adaptasyon süreci diğer yaştakilere göre daha hızlı olduğundan (Aydoğdu Karaaslan ve Budak, 2012), mobil cihaz kullanımının gençler arasında daha yaygın olduğu söylenebilir (Cheever, Rosen, Carrier ve Chavez, 2014; Choliz, 2012; Walsh, White, Cox ve Young, 2011). Özellikle çevrimiçi iletişim ve sosyal ağlar aracılığıyla sosyalleşmeye imkân tanınması, akıllı telefonların lise ve üniversite öğrencileri için önemli bir araç olmasını sağlamaktadır (Hong ve diğerleri 2012). Hatta akıllı telefon kullanımı günümüz gençlerinin karakteristik bir özelliği olarak karşımıza çıkmaktadır (Choliz, 2012; Yılmaz, Şar ve Civan, 2015).

Akıllı telefonlar sahip olduğu özellikler sayesinde, insanların hayatını olumlu şekilde değiştirebilecek potansiyele sahiptir. Nitekim akıllı telefonun icadı, günlük yaşam, çalışma hayatı ve öğrenme süreçleri üzerinde önemli katkılar sağlamıştır (Lee ve diğerleri 2014; Minaz ve Çetinkaya Bozkurt, 2017). Ancak akıllı telefonların aşırı ve kontrolsüz kullanımı beraberinde bir takım sorunları da getirmektedir (Gezgin, 2017; Han ve diğerleri 2017; Lee ve diğerleri 2014; Minaz ve Çetinkaya Bozkurt, 2017). Geçtiğimiz yıllarda akıllı telefon bağımlılığı (Choliz, 2012; Kuyucu, 2017; Yılmaz ve diğerleri 2015), problemlili mobil telefon kullanımı (Doğan ve İlçin-Tosun, 2016; Wang, J. L., Wang, Gaskin ve Wang, 2015) ve aşırı akıllı telefon kullanımıyla (Lee ve diğerleri 2014; Pourrazavi, Allahverdipour, Jafarabadi ve Matlabi, 2014) ilgili ortaya çıkan sorunlar hakkında çalışmalar yapıldığı görülmektedir. Bu sorunlardan biri olarak karşımıza çıkan nomofobi günümüzde yeni yeni tartışılmaya başlanmıştır (Argumosa-Villar, Boada-Grau ve Vigil-Colet, 2017). Nomofobi, bireyin mobil cihazına (akıllı telefon, tablet, cep bilgisayarı vb.) ulaşamama ya da mobil cihazı üzerinden iletişim kuramamaya (online ya da offline) ilişkin yaşadığı istemsiz korku olarak tanımlanmaktadır (Gezgin ve Çakır, 2016; Gezgin, Şumuer, Arslan ve Yıldırım, 2017; King ve diğerleri 2013; Yıldırım ve Correia, 2015). Daha geniş bir ifadeyle nomofobi bireyin mobil cihazından yoksun kalma korkusu olarak tanımlanabilir (Argumosa-Villar ve diğerleri, 2017; Jena, 2015). Akıllı telefonların sağladığı her an ulaşılabilir ve ulaşılabılır olma durumu, mobil cihazlar üzerinden sağlanan iletişimden kopma korkusu olarak tanımlanabilecek nomofobinin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Yeni bir kavram olmasına rağmen, özellikle son yıllarda araştırmacıların (Adnan ve Gezgin, 2016; Bragazzi ve Del Puente, 2014; Erdem, Kalkın, Türen ve Deniz, 2016; Erdem, Türen ve Kalkın, 2017; Gezgin, 2017; Gezgin ve Çakır, 2016; Gezgin, Şahin ve Yıldırım, 2017; Gezgin ve diğerleri, 2017; Kaplan-Akıllı ve Gezgin, 2016; Kaur, Sharma ve Manu, 2015; Pavithra, Madhukumar ve Mahadeva, 2015; Sharma, Sharma, Sharma ve Wavare, 2015; Tavolacci, Meyrignac, Richard, Dechelotte ve Ladner, 2015; Yıldırım, Sumuer, Adnan ve Yıldırım, 2016) üzerinde yoğun olarak çalıştığı bir konu olarak dikkati çekmektedir.

Son yıllarda tartışılmaya başlanmasına rağmen nomofobi günümüzde bireylerin günlük yaşamını olumsuz etkileyen önemli bir etken durumundadır (Adnan ve Gezgin, 2016; Gezgin ve Çakır, 2016). Nomofobi bireylerin akademik başarılarında, beden ve ruh sağlıkları üzerinde olumsuz etkilere neden olmaktadır (Prasad ve diğerleri 2017; Tavolacci ve diğerleri 2015). Nomofobik bireyler, akıllı telefonlarını yanlarına almayı unuttuklarında, bataryalarının bitmesi ya da kapsama alanı dışında kalarak ulaşamaz olduklarında endişe duymaya başlarlar (Adnan ve Gezgin, 2016; Gezgin ve Çakır, 2016; Jena, 2015; Pavithra ve diğerleri 2015; Yıldırım ve diğerleri 2016). Hatta nomofobik bireyler akıllı telefonları yanlarındayken bile, sürekli olarak akıllı telefonlarını kontrol etme ihtiyacı hissederler (Adnan ve Gezgin, 2016; Dixit ve diğerleri

2010; Pavithra ve diğerleri 2015; Sharma ve diğerleri 2015). Kaplan-Akıllı ve Gezgin (2016) nomofobiye yatkın olan bireylerin davranış örüntülerini şu şekilde sıralamaktadır: gün içerisinde çok sık akıllı telefonlarını kontrol etmek, yanında şarj cihazı taşımak, akıllı telefonu 24 saat açık tutmak, gece uyumadan önce ve sabah uyanınca akıllı telefonu kontrol etmek. Bragazzi ve Del Puente (2014) ise nomofobinin belirtilerini şu şekilde sıralamaktadır:

- Bir ya da daha fazla mobil cihaza sahip olmak ve bu cihazlarla çok fazla vakit geçirmek,
- Akıllı telefonunu kaybetme, ulaşamama, yakında olmaması, hattın çekmemesi, bataryanın bitmesi gibi durumlara karşı endişe duymak,
- Mobil cihaz kullanımının yasak olduğu yer ve durumlardan mümkün olduğunca uzak durmaya çalışmak,
- Sık sık arama ya da mesaj gelmiş mi diye akıllı telefonunu kontrol etmek,
- Akıllı telefonunu 24 saat açık tutmak,
- Akıllı telefonla birlikte uyumak,
- Yüz yüze iletişim yerine sanal iletişimi tercih etmek,
- Akıllı telefon kullanımı nedeniyle büyük harcamalar (borç) yapmak.

İlgili alanyazın

Nomofobinin özellikle son yıllarda üzerinde sıklıkla çalışılan bir araştırma konusu olduğu görülmektedir. Erdem ve diğerleri (2016) 312 üniversite öğrencisiyle gerçekleştirdikleri çalışmada, nomofobinin akademik başarıya olan etkisini belirlemeyi amaçlamışlardır. Çalışmalarının sonucunda katılımcılarının %55'nin nomofobik olduğu belirlenmiştir. Ayrıca nomofobi ile günlük akıllı telefon kullanım süresi arasında pozitif, akademik başarı arasında ise negatif yönlü bir ilişki tespit etmişlerdir. Sharma ve diğerleri (2015) tarafından yapılan çalışmada tıp öğrencilerinden oluşan katılımcıların yaklaşık %73'ünün nomofobik olduğu ve katılımcıların %83'ünün mobil cihazlarına erişememe durumunda panik atak geçirecekleri belirlenmiştir. Sosyal ağ kullanıcılarının nomofobi düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemeyi amaçlayan Gezgin, Şahin ve Yıldırım (2017), araştırmalarının sonucunda katılımcıların orta düzeyde nomofobik oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Nomofobi eğitim durumu ve akıllı telefon kullanım yılına göre değişim göstermezken, akıllı telefonu kontrol etme sıklığı, mobil internet kullanım yılı ve günlük mobil internet kullanma süresinin arttıkça nomofobinin arttığını vurgulamaktadırlar. 760 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirdikleri çalışmalarında Tavolacci ve diğerleri (2015), her 3 katılımcıdan birinin nomofobik olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmacılar kadınlarda nomofobinin daha fazla görüldüğünü belirtmektedirler. Ayrıca öğrencilerin nomofobi yüzünden ruh ve beden sağlığı sorunları yaşadığını vurgulamaktadırlar. Kaplan-Akıllı ve Gezgin (2016) nomofobiye yatkın bireylerin davranış örüntülerini belirlemeyi amaçlayan çalışmalarını 683 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirmişlerdir. Araştırma sonucunda nomofobiye yatkın bireylerin sıklıkla akıllı telefonlarını kontrol ettikleri, bataryalarının bitmesine karşı yanlarında şarj aleti taşıdıkları, telefonlarını 24 saat açık tuttıkları, uyumadan önce ve uyanır uyanmaz akıllı telefonlarını kontrol ettikleri anlaşılmıştır. Gezgin ve Çakır (2016) 475 lise öğrencisiyle gerçekleştirdiği çalışmada, öğrencilerin nomofobi ölçeğinden ortanın üzerinde puan aldıklarını belirtmektedir. Bununla birlikte nomofobi düzeyinin sınıf, ebeveyn eğitim düzeyi ve akıllı telefon kullanım yılına göre değişmezken, cinsiyete ve mobil internet kullanımına göre farklılaştığı sonucuna ulaşmışlardır. Dixit ve diğerleri (2010) tıp öğrencileriyle yürüttükleri çalışmalarının sonucunda, katılımcıların %18,5'inin nomofobik olduğunu belirtmektedirler. Araştırmacılar ayrıca nomofobi düzeyinin cinsiyete göre değişmediğini belirtmişlerdir. Üniversite öğrencileri arasında nomofobi yaygınlığını belirlemek amacıyla yürüttükleri çalışmalarında Adnan ve Gezgin (2016), nomofobi düzeyinin ortalamanın üzerinde olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca nomofobinin cinsiyet, sınıf, cep telefonu kullanma süresi ve akıllı telefon kullanma süresine göre değişmediği de araştırma sonuçları arasında sunulmuştur. Kaur ve diğerleri (2015) ise çalışmalarının sonucunda, katılımcıların %79'unun nomofobi

açısından risk grubunda bulduklarını belirtmektedir. Ayrıca telefon kullanımı ile nomofobi arasında olumlu bir ilişki olduğunu belirtmektedirler. Benzer sonuçlara ulaşan Pavithra ve Madhukumar (2015) üniversite öğrencilerinin %39,5'inin nomofobik olduğunu ve %27'sinin ise nomofobi riski altında olduğunu vurgulamaktadır. Yıldırım ve diğerleri (2016) 537 üniversite öğrencisinin yaklaşık olarak %42'sinin nomofobik belirtiler gösterdiğini belirtmektedir. Ayrıca cinsiyet ve akıllı telefon kullanım yılı nomofobi üzerinde anlamlı etkiye sahipken, yaş ve cep telefonu sahip olma süresinin etkili olmadığı anlaşılmıştır. Üniversite öğrencileri ve kamu çalışanlarının nomofobi düzeylerini belirlemeyi amaçlayan Erdem, Türen ve Kalkın (2017), araştırmalarının sonucunda üniversite öğrencilerinin %54'ünün kamu çalışanlarının %47'sinin nomofobik olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca nomofobinin kadınlarda daha yüksek oranlarda görüldüğü, yaş arttıkça nomofobinin azalırken, günlük akıllı telefon kullanım süresi arttıkça arttığı da araştırma sonuçları arasında yer almaktadır. Gezgin ve diğerleri (2017) öğretmen adaylarının nomofobi durumlarını belirlemeyi amaçlamışlardır. 818 öğretmen adayının katılımıyla gerçekleştirilen çalışma, öğretmen adaylarının nomofobi düzeylerinin ortanın üzerinde olduğunu göstermektedir. Kadın öğretmen adaylarında nomofobi daha sık görülürken, cep telefonu kullanım süresi nomofobiyi değiştirmemektedir. Ayrıca yaş arttıkça nomofobi azalırken, günlük akıllı telefon kullanım süresinin nomofobiyi artırdığı da araştırmanın bulguları arasında yer almaktadır.

Araştırmanın amacı

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, nomofobinin üniversite öğrencileri arasında göz ardı edilemeyecek şekilde yaygınlık gösterdiği dikkati çekmektedir (Adnan ve Gezgin, 2016; Erdem ve diğerleri, 2016; Erdem ve diğerleri, 2017; Gezgin, 2017; Gezgin ve diğerleri, 2017; Kaplan-Akıllı ve Gezgin, 2016; Pavithra ve diğerleri 2015; Sharma ve diğerleri 2015; Yıldırım ve diğerleri 2016). Bu durum üniversite öğrencilerinin nomofobi açısından barındırdıkları potansiyel riski göz önüne sermektedir. Üniversite öğrencilerinin nomofobi durumlarının belirlenmesi kadar nomofobi durumlarının nelere göre değişim gösterdiğinin bilinmesi de önemli görülmektedir. Alanyazında üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin cinsiyet, sınıf, yaş, akademik başarı gibi çeşitli demografik özelliklere göre değişimini inceleyen çalışmalara (Adnan ve Gezgin, 2016; Dixit ve diğerleri, 2010; Erdem ve diğerleri 2017; Gezgin ve diğerleri, 2017; Tavolacci ve diğerleri, 2015) rastlanmasına rağmen, doğrudan akıllı telefon kullanımının incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Üniversite öğrencileri arasında en yaygın kullanılan mobil cihazın akıllı telefon olduğu (Yıldırım ve Correia, 2015) hatta mobil cihaz denildiğinde üniversite öğrencilerinin ilk olarak akıllı telefonlarını düşündükleri bilinmektedir (Lee ve diğerleri, 2014). Bu nedenle üniversite öğrencileri için vazgeçilmez araçların başında gelen akıllı telefon kullanımına göre nomofobi düzeylerinin incelenmesinin alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu araştırma ile risk grubunda bulunan ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanımına göre değişiminin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki alt sorulara yanıt aranacaktır:

- Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, akıllı telefon kullanım alışkanlıklarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, yanında şarj aleti taşıyıp taşımamaya göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, sabah uyanınca akıllı telefonunu kontrol edip etmemeye göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, gece uyumadan önce akıllı telefonunu kontrol edip etmemeye göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, akıllı telefonunu gece kapatıp kapatmamaya göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, akıllı telefon kullanım deneyimine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

- Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, akıllı telefon kullanım yılına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, günlük akıllı telefonunu kontrol etme sayısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, mobil internet kullanım yılına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, günlük mobil internet kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri akıllı telefon kullanım amaçlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, akıllı telefonlarını gündemi takip etmek için kullanıp kullanmamaya göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, akıllı telefonlarını alışveriş yapmak için kullanıp kullanmamaya göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, akıllı telefonlarını sosyal ağlara bağlanmak için kullanıp kullanmamaya göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, akıllı telefonlarını akademik amaçlar için kullanıp kullanmamaya göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
 - Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeyleri, akıllı telefonlarını oyun oynamak için kullanıp kullanmamaya göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Yöntem

Araştırma deseni

Araştırma tarama modeli kullanılarak desenlenmiştir. Tarama araştırmaları genellikle diğer araştırma desenlerine göre daha büyük örnekleme çalışılan ve bir konu veya olayla ilgili düşünce, tutum, yetenek gibi özelliklerin belirlenmeye çalışıldığı araştırmalardır (Fraenkel ve Wallen, 2006). Tarama araştırmalarıyla, araştırılan konuyla ilgili durumun olduğu gibi ortaya çıkarılması amaçlanır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Ö., Karadeniz ve Demirel, 2008).

Evren/örneklem

Araştırmanın evreninin bir devlet üniversitesinin ön lisans programlarında öğrenim gören üniversite öğrencileri, örneklemini ise ilgili devlet üniversitesine bağlı bir meslek yüksekokulunda öğrenim gören 439 ön lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada elverişli (uygun) örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemde araştırmacı en kolay ulaşılabilen yanıtlayıcılardan başlayarak, ihtiyaç duyduğu örneklem büyüklüğüne ulaşmaya çalışır (Büyüköztürk ve diğerleri 2008). Öğrencilerin akıllı telefon sahibi olmalarının araştırmanın amaçları açısından önemli görülmüştür. Bu nedenle araştırmaya sadece akıllı telefon sahibi olan öğrencilerin katılmasına dikkat edilmiştir. Katılımcılara ait demografik özellikler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1.

Katılımcıların Akıllı Telefon Kullanım Durumları

Kategori	Sınıflama	f	%
Akıllı telefon kullanım yılı	1 yıldan az	20	4,6
	1-2 yıl arası	25	5,7
	2-3 yıl arası	48	10,9
	3-4 yıl arası	79	18,0
	4-5 yıl arası	86	19,6
	5 yıldan fazla	181	41,2
	Toplam	439	100
Mobil internet kullanım yılı	1 yıldan az	20	4,6
	1-2 yıl arası	41	9,3
	2-3 yıl arası	64	14,6
	3-4 yıl arası	91	20,7
	4-5 yıl arası	85	19,4
	5 yıldan fazla	138	31,4
	Toplam	439	100,0
Günlük akıllı telefonunu kontrol etme sayısı	1-19 arası	120	27,3
	20- 39 arası	78	17,8
	40-59 arası	76	17,3
	60-79 arası	57	13,0
	80-99 arası	23	5,2
	99 ve üzeri	85	19,4
	Toplam	439	100,0
Günlük mobil internet kullanım süresi	1 saatten az	62	14,1
	1-2 saat arası	62	14,1
	2-3 saat arası	66	15,0
	3-4 saat arası	70	15,9
	4-5 saat arası	51	11,6
	5 saatten fazla	128	29,2
	Toplam	439	100,0

Veri toplama araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak, katılımcıların akıllı telefon kullanım durumlarını (akıllı telefon kullanım alışkanlıkları, akıllı telefon kullanım deneyimleri ve akıllı telefon kullanım amaçları) içeren kişisel bilgi formu ve nomofobi ölçeği uygulanmıştır.

Nomofobi Ölçeği: Araştırma kapsamında katılımcıların nomofobi düzeylerini belirlemek amacıyla Yıldırım ve diğerleri (2016) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Nomofobi Ölçeğinin (NMP-Q) Erdem, Türen ve Kalkın (2017) tarafından 5’li likert tipine güncellenen hali kullanılmıştır. Erdem ve diğerleri, (2017) yaptıkları keşfedici faktör analizi sonucunda Yıldırım ve diğerleri (2016) ile aynı şekilde, ölçek maddelerinin 4 faktör altında toplandığını belirtmektedirler. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ise, birden fazla faktör yüklenimine sahip 8. ve 12. maddeler ölçekten çıkarılmış ve faktör yapılarına ait uyum indekslerinin uygun olduğu belirtilmiştir. Böylelikle 18 maddeden oluşan 5’li likert türünde ölçeğin son hali elde edilmiştir. Ölçeğin güvenilirlik değerleri (Cronbah Alpha) ölçeğin tamamı için 0,92, çevrimiçi olamama (0,88), iletişimi kaybetme (0,88), cihazdan yoksunluk (0,83) ve bilgiye ulaşamama için (0,82) olarak hesaplanmıştır. Bu araştırmada toplanan verilerle ölçeğin güvenilirlik değerleri yeniden hesaplanmıştır. Buna göre, ölçeğin güvenilirlik katsayısı 0,91 olarak hesaplanırken, sırasıyla alt boyutları için 0,88, 0,86, 0,74 ve 0,76 olarak hesaplanmıştır. Bu değerler ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2007).

Verilerin analizi

Verilerin analizinde, betimsel istatistikler, ilişkisiz örneklem t-testi ve ilişkisiz örneklem için tek faktörlü varyans analizi (ANOVA) testlerinden yararlanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğinin belirlenmesinde, örneklem sayısı 50'den büyük olduğu için Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2007). Yapılan test sonucunda normal dağılım değerinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($p > .05$) anlaşılmıştır. Ayrıca ANOVA testi sonucunda farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığının belirlenmesi sürecinde, grupların varyans homejenliğinin kontrol edilmesinde Levene testi dikkate alınmıştır. Akıllı telefon kullanım yılı değişkeninde varyansların homojen dağılmadığı tespit edildiğinden ($p < .05$) Dunnett C, günlük akıllı telefonunu kontrol etme sayısı, mobil internet kullanım yılı ve günlük mobil internet kullanım süresi değişkenlerinde homojen dağıldığı için ($p > .05$) Tukey testi kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2007).

Bulgular

Akıllı telefon kullanım alışkanlıklarına ilişkin bulgular

Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanım alışkanlıklarına (yanında şarj aleti taşıma, sabah uyanınca akıllı telefonunu kontrol etme, gece uyumadan önce akıllı telefonunu kontrol etme, akıllı telefonunu gece kapatma) göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için ilişkisiz örneklem t-testi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2.

Nomofobi Düzeyinin Akıllı Telefon Kullanım Alışkanlıklarına Göre Değişimi

Akıllı telefon kullanım alışkanlıkları	Durum	N	\bar{X}	S	sd	t	p																																
Şarj aleti taşıyım	Evet	134	58,55	16,60	435	6,207	,000																																
	Hayır	303	48,16	15,06				Sabah uyanınca telefonumu kontrol ederim	Evet	296	54,42	16,03	436	6,170	,000	Hayır	142	44,85	14,76	Gece uyumadan önce akıllı telefonumu kontrol ederim	Evet	342	53,21	15,95	435	4,827	,000	Hayır	95	44,44	15,58	Akıllı telefonumu gece kapatırım	Evet	67	47,64	16,29	436	-2,009	,048
Sabah uyanınca telefonumu kontrol ederim	Evet	296	54,42	16,03	436	6,170	,000																																
	Hayır	142	44,85	14,76				Gece uyumadan önce akıllı telefonumu kontrol ederim	Evet	342	53,21	15,95	435	4,827	,000	Hayır	95	44,44	15,58	Akıllı telefonumu gece kapatırım	Evet	67	47,64	16,29	436	-2,009	,048	Hayır	371	51,98	16,17								
Gece uyumadan önce akıllı telefonumu kontrol ederim	Evet	342	53,21	15,95	435	4,827	,000																																
	Hayır	95	44,44	15,58				Akıllı telefonumu gece kapatırım	Evet	67	47,64	16,29	436	-2,009	,048	Hayır	371	51,98	16,17																				
Akıllı telefonumu gece kapatırım	Evet	67	47,64	16,29	436	-2,009	,048																																
	Hayır	371	51,98	16,17																																			

Tablo 2 incelendiğinde şarj aleti taşıyan öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının ($\bar{X} = 58,55$), taşımayan öğrencilerin ortalama puanlarına göre ($\bar{X} = 48,16$) anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($t_{(435)} = 6,207$, $p < .05$). Ayrıca uyanınca akıllı telefonunu kontrol eden öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının ($\bar{X} = 54,42$), kontrol etmeyen öğrencilerin ortalama puanlarına göre ($\bar{X} = 44,85$) anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir ($t_{(436)} = 6,170$, $p < .05$). Benzer olarak, gece uyumadan önce akıllı telefonunu kontrol eden öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının ($\bar{X} = 53,21$), etmeyen öğrencilerin ortalama puanlarına göre ($\bar{X} = 44,44$) anlamlı derecede daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır ($t_{(435)} = 4,827$, $p < .05$). Araştırmanın bir başka bulgusu, gece akıllı telefonunu kapatmayan öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının ($\bar{X} = 51,98$), kapatan öğrencilerin ortalama puanlarına göre ($\bar{X} = 47,64$) anlamlı derecede daha yüksek olduğunu göstermektedir ($t_{(436)} = -2,009$, $p < .05$).

Akıllı telefon kullanım deneyimine ilişkin bulgular

Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanma deneyimine (akıllı telefon kullanım yılı, günlük akıllı telefonu kontrol etme sayısı, mobil internet kullanım yılı, günlük mobil internet kullanım süresi) göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için ilişkisiz örneklem için tek faktörlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Yapılan ANOVA testi sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3.
Nomofobi Düzeyinin Akıllı Telefon Kullanım Deneyimine Göre Değişimi

Değişken	Varyans Kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı farklılık
Akıllı telefon kullanım yılı	Gruplar Arası	4550,821	5	910,164	3,555	,004	1 yıldan az ile 4-5 yıl ve 5 yıldan fazla arasında
	Gruplar İçi	110860,623	433	256,029			
	Toplam	115411,444	438				
Günlük akıllı telefonu kontrol etme sayısı	Gruplar Arası	15053,374	5	3010,675	12,990	,000	1-19 ile 40-59, 60-79, 80-99 ve 99 üzeri; 20-39 ile 80-99 ve 99 üzeri arasında
	Gruplar İçi	100358,070	433	231,774			
	Toplam	115411,444	438				
Mobil internet kullanım yılı	Gruplar Arası	5800,141	5	1160,028	4,582	,000	1 yıldan az ile 3-4 yıl ve 5 yıldan fazla arasında
	Gruplar İçi	109611,303	433	253,144			
	Toplam	115411,444	438				
Günlük mobil internet kullanım süresi	Gruplar Arası	10523,204	5	2104,641	8,688	,000	1 saatten az ile 1-2 saat, 2-3 saat, 3-4 saat, 4-5 saat ve 5 saatten fazla arasında; 2-3 saat ile 5 saatten fazla arasında
	Gruplar İçi	104888,241	433	242,236			
	Toplam	115411,444	438				

Tablo 3 incelendiğinde, ön lisans öğrencilerinin nomofobi puan ortalamalarının akıllı telefon kullanım yılına göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($F_{(5-433)}= 3,555$; $p<,05$). Bu farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Dunnett C testi sonucuna göre, 1 yıldan az zamandır akıllı telefon kullanan öğrencilerin nomofobi düzeylerinin, 4-5 yıl arasında ve 5 yıldan fazla zamandır kullananlara göre anlamlı derecede düşük olduğu anlaşılmıştır.

Benzer olarak, günlük akıllı telefonunu kontrol etme sayısının da nomofobi puan ortalamalarında anlamlı farklılığa neden olduğu belirlenmiştir ($F_{(5-433)}= 12,990$; $p<,05$). Yapılan Tukey testine göre, günlük akıllı telefonunu 1-19 kere kontrol eden öğrencilerin, 40-59, 60-79, 80-99 ve 99 üzeri kere kontrol edenlere göre; 20-39 kere kontrol eden öğrencilerin ise 80-99 ve 99 üzeri kere kontrol edenlere göre anlamlı derecede düşük nomofobi puan ortalamasına sahip olduğu anlaşılmıştır.

Öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının mobil internet kullanım yılına göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($F_{(5-433)}= 4,582$; $p<,05$). Tukey testi sonucunda farklılığın, 1 yıldan az ile 3-4 yıl arası ve 5 yıldan fazla kullananlar arasında olduğu belirlenmiştir.

Günlük mobil internet kullanım süresi bakımından da nomofobi düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır ($F_{(5-433)}= 8,688$; $p<,05$). Tukey testi sonucunda farklılığın, 1 saatten az ile 1-2 saat, 2-3 saat, 3-4 saat, 4-5 saat ve 5 saatten fazla arasında kullananlar ve 2-3 saat ile 5 saatten fazla kullananlar arasında olduğu belirlenmiştir.

Akıllı telefon kullanım amacına ilişkin bulgular

Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanım amaçlarına (gündemi takip etmek, alışveriş yapmak, sosyal ağlara bağlanmak, akademik amaçlar, oyun oynamak) göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için ilişkisiz örneklem t-testi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4.
Nomofobi Düzeyinin Akıllı Telefon Kullanım Amacına Göre Değişimi

Kullanım Amacı	Durum	N	\bar{X}	S	sd	t	p																																												
Gündemi takip etmek	Evet	359	51,87	16,09	422	1,356	,179																																												
	Hayır	65	48,82	16,84				Alışveriş yapmak	Evet	244	54,11	15,42	431	3,874	,000	Hayır	189	48,06	16,66	Sosyal ağlara bağlanmak	Evet	398	52,28	16,03	433	3,287	,002	Hayır	37	43,32	15,83	Akademik amaçlar	Evet	364	51,95	16,36	429	1,565	,121	Hayır	67	48,69	15,57	Oyun oynamak	Evet	273	52,31	16,53	426	1,526	,128
Alışveriş yapmak	Evet	244	54,11	15,42	431	3,874	,000																																												
	Hayır	189	48,06	16,66				Sosyal ağlara bağlanmak	Evet	398	52,28	16,03	433	3,287	,002	Hayır	37	43,32	15,83	Akademik amaçlar	Evet	364	51,95	16,36	429	1,565	,121	Hayır	67	48,69	15,57	Oyun oynamak	Evet	273	52,31	16,53	426	1,526	,128	Hayır	155	49,86	15,56								
Sosyal ağlara bağlanmak	Evet	398	52,28	16,03	433	3,287	,002																																												
	Hayır	37	43,32	15,83				Akademik amaçlar	Evet	364	51,95	16,36	429	1,565	,121	Hayır	67	48,69	15,57	Oyun oynamak	Evet	273	52,31	16,53	426	1,526	,128	Hayır	155	49,86	15,56																				
Akademik amaçlar	Evet	364	51,95	16,36	429	1,565	,121																																												
	Hayır	67	48,69	15,57				Oyun oynamak	Evet	273	52,31	16,53	426	1,526	,128	Hayır	155	49,86	15,56																																
Oyun oynamak	Evet	273	52,31	16,53	426	1,526	,128																																												
	Hayır	155	49,86	15,56																																															

Tablo 4 incelendiğinde akıllı telefonunu gündemi takip etmek için kullanan öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının (\bar{X} =51,87), bu amaçla kullanmayan öğrencilerin ortalama puanlarına göre (\bar{X} =48,82) daha yüksek olmasına rağmen, aradaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür ($t_{(422)}= 1,356$, $p>,05$).

Akıllı telefonunu alışveriş yapmak için kullanan öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının (\bar{X} = 54,11), bu amaçla kullanmayan öğrencilerin ortalama puanlarına göre (\bar{X} =48,06) anlamlı derecede yüksek olduğu anlaşılmaktadır ($t_{(431)}= 3,874$, $p<,05$).

Akıllı telefonunu sosyal ağlara bağlanmak için kullanan öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının (\bar{X} =52,28), bu amaçla kullanmayan öğrencilerin ortalama puanlarına göre (\bar{X} =43,32) anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir ($t_{(433)}= 3,287$, $p<,05$).

Bir başka bulguya göre, akıllı telefonunu akademik amaçlı kullanan öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının (\bar{X} =51,95), bu amaçla kullanmayan öğrencilerin ortalama puanlarına göre (\bar{X} =48,69) daha yüksek olmasına rağmen, aradaki farkın anlamlı olmadığı anlaşılmaktadır ($t_{(429)}= 1,565$, $p>,05$).

Araştırmanın son bulgusu, akıllı telefonunu oyun oynamak için kullanan öğrencilerin nomofobi puan ortalamalarının (\bar{X} =52,31), bu amaçla kullanmayan öğrencilerin ortalama puanlarına göre (\bar{X} =49,86) daha yüksek olmasına rağmen, aradaki farkın anlamlı olmadığıdır ($t_{(426)}= 1,526$, $p>,05$).

Sonuçlar ve Tartışma

Bu çalışmada ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanım alışkanlıkları, akıllı telefon kullanım deneyimleri ve akıllı telefon kullanım amaçlarına göre nasıl değişiklik gösterdiği belirlenmeye çalışılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, şarj aleti taşıyan öğrencilerin nomofobi düzeylerinin taşımayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Hoşgör, Tandoğan ve Gündüz-Hoşgör (2017) ve Kaplan-Akıllı ve Gezgin'in (2016) çalışmalarında elde ettikleri sonuç bu sonuçla paralellik göstermektedir. Akıllı telefonun bataryasının bitmesi nomofobik bireylerde endişe yaratan bir durumdur (Bragazzi ve Pente, 2014; Gezgin ve Çakır, 2016; Pavithra ve Madhukumar, 2015). Bu durumdan kaçınmak için nomofobiye yatkın bireyler akıllı telefonlarını sürekli olarak açık ve kapsama alanında tutmaya çalışırlar. Bu tür ekipmanların günümüzde hafif ve küçük boyutlara ulaşmasının taşınabilirliğini kolaylaştırdığı da dikkate alındığında, nomofobi riski taşıyan bireylerin yanlarında şarj aleti taşıması beklenen bir sonuçtur.

Araştırmada elde edilen bir başka sonuç, sabah uyandığında akıllı telefonunu kontrol eden öğrencilerin etmeyenlere göre anlamlı derecede daha nomofobik olduğudur. Elde edilen bu sonuç yürütülen benzer çalışmalar tarafından desteklenmektedir (Hoşgör, Tandoğan ve Gündüz-Hoşgör, 2017; Kaplan-Akıllı ve Gezgin, 2016). Bireyin sabah uyandığında akıllı telefonunu kontrol etme ihtiyacı hissetmesi, sanal ortamlarda yaşanan güncellemelerden haberdar olmayı

istemeleriyle izah edilebilir. Benzer olarak gece uyumadan önce akıllı telefonunu kontrol eden ve gece akıllı telefonunu kapatmayan öğrencilerin nomofobi düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar alanyazında yapılan çalışmalarda desteklenmektedir. Yapılan çalışmalarda akıllı telefon kullanıcılarının çoğunun geceleri telefonlarını kapatmadıkları belirtilmektedir (Dixit ve diğerleri, 2010; Kaur ve diğerleri 2015; King ve diğerleri 2013). Bireylerin gece uyumadan önce, sabah uyanır uyanmaz akıllı telefonlarını kontrol etmeleri ve akıllı telefonlarını 24 açık tutmak için çaba sarf etmeleri, akıllı telefonlarından gelecek bildirimlere verdikleri önemi göstermektedir. Elde edilen bu bulguların derinlemesine incelenmesi, nomofobinin karakteristik özelliklerinin daha net olarak ortaya çıkarılmasına katkı sağlayabilir.

Araştırma sonucunda 4-5 yıl arasında ve 5 yıldan fazla akıllı telefon deneyimine sahip olan öğrencilerin nomofobi düzeylerinin, 1 yıldan az akıllı telefon deneyimine sahip olanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu belirlenmiştir. Gezgin ve diğerleri (2016) ve Yıldırım ve diğerleri (2015) çalışmalarının sonucunda benzer olarak akıllı telefon deneyimi arttıkça nomofobi düzeyinin de arttığını belirtmektedirler. Bu çalışmalarda cep telefonu sahibi olma süresinin nomofobiyi etkilemezken, akıllı telefon deneyiminin etkili olduğu sonucuna vurgu yapılmaktadır. Bu durum akıllı telefonların nomofobi üzerindeki doğrudan etkisine işaret etmektedir. Bu sonuç ilerleyen yıllarda artan akıllı telefon deneyiminin nomofobiyi de artıracak şekilde yorumlanabilir. Nitekim Han ve diğerleri (2017) çalışmasında akıllı telefon kullanımındaki artışın nomofobiyi artıracak olduğunu belirtmektedir. Ancak alanyazında akıllı telefon deneyiminin nomofobiyi etkilemediğini belirten çalışmalar da mevcuttur (Adnan ve Gezgin, 2016; Gezgin ve Çakır, 2016; Gezgin ve diğerleri 2017).

Araştırmada elde edilen bir başka sonuç, gün içerisinde akıllı telefonu kontrol etme sayısı ile nomofobi arasında anlamlı bir farklılık olduğudur. Analizler akıllı telefonunu kontrol etme sıklığı arttıkça nomofobinin de arttığına işaret etmektedir. Bu sonuç alanyazınla paralellik göstermektedir (Erdem ve diğerleri, 2016; Erdem ve diğerleri, 2017; Gezgin ve diğerleri 2017; Hoşgör ve diğerleri 2017; Pavithra ve Madhukumar, 2015; Kaplan-Akıllı ve Gezgin, 2016). Benzer olarak, mobil internet kullanım yılı ve günlük mobil internet kullanım süresindeki artışın nomofobiyi anlamlı derecede artırdığı belirlenmiştir. Bu sonuç Gezgin ve diğerlerinin (2017) çalışmaları tarafından desteklenmektedir. Tüm bu araştırma sonuçları akıllı telefon kullanım yoğunluğunun nomofobinin önemli bir göstergesi olduğu şeklinde yorumlanabilir. TÜİK (2016) tarafından hazırlanan raporda, hanelerin %96,9'nda klasik cep telefonu ya da akıllı telefon bulunurken, hanelerin %65,2'sinin internete mobil genişbant bağlantısı ile bağlandığı belirtilmektedir. Bu durum mobil teknolojilerin günümüzde yaygın biçimde kullanıldığına işaret etmektedir. Rapordaki internet erişiminin yıllara göre artışı da dikkate alındığında, mobil internet kullanımının önümüzdeki yıllarda daha da artacağı söylenebilir. Bu durum nomofobinin daha da yaygınlaşmasına sebep olabilir. Bu risk göz önünde bulundurularak, nomofobinin önlenmesine yönelik çalışmalar yapılabilir.

Akıllı telefonun kullanım amaçlarına göre, akıllı telefonunu sosyal ağlara bağlanmak ve alışveriş yapmak için kullanan öğrencilerin nomofobi düzeylerinin bu amaçla kullanmayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte akıllı telefonunu gündemi takip etmek, akademik amaçlar ve oyun oynamak için kullanmanın nomofobi düzeyini etkilemediği araştırma sonucunda elde edilmiştir. Kullanım amacı akıllı telefon kullanım durumlarının daha net olarak belirlenmesinde önemli bir göstergedir. Bu nedenle öğrencilerin akıllı telefon kullanım amaçlarını derinlemesine inceleyen nitel çalışmalar yapılabilir.

Kaynaklar

- Adnan, M. ve Gezgin, D. M. (2016). Modern çağın yeni fobisi: Üniversite öğrencileri arasında nomofobi prevalansı. *Journal of Faculty of Educational Sciences*, 49(1), 86-95.
- Anshari, M., Alas, Y., Hardaker, G., Jaidin, J. H., Smith, M. ve Ahad, A. D. (2016). Smartphone habit and behavior in Brunei: Personalization, gender, and generation gap. *Computers in Human Behavior*, 64, 719-727.
- Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J. ve Vigil-Colet, A. (2017). Exploratory investigation of

- theoretical predictors of nomophobia using the mobile phone involvement questionnaire (MPIQ). *Journal of Adolescence*, 56(Supplement C), 127-135.
- Aydoğdu Karaaslan, İ. ve Budak, L. (2012). Üniversite öğrencilerinin cep telefonu özelliklerini kullanımlarının ve gündelik iletişimlerine etkisinin araştırılması. *Journal of Yasar University*, 26(7), 4548-4525.
- 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.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Cheever, N. A., Rosen, L. D., Carrier, L. M. ve Chavez, A. (2014). Out of sight is not out of mind: The impact of restricting wireless mobile device use on anxiety levels among low, moderate and high users. *Computers in Human Behavior*, 37, 290-297.
- Choliz, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: the test of mobile phone dependence (TMD). *Prog Health Sci*, 2(1), 33-44.
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A. K., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A. K. ve Shrivastava, A. (2010). A study to evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India. *Indian Journal of Community Medicine: Official Publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*, 35(2), 339.
- Doğan, U. ve İlçin-Tosun, N. (2016). Lise öğrencilerinde problemlili akıllı telefon kullanımının sosyal kaygı ve sosyal ağların kullanımına aracılık etkisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(22), 99-128.
- Erdem, H., Kalkın, G., Türen, U. ve Deniz, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde mobil telefon yoksunluğu korkusunun (nomofobi) akademik başarıya etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(3).
- Erdem, H., Türen, U. ve Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) yayılımı: Türkiye'den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örnekleme. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 10(1), 1-12.
- Fraenkel, J. R. ve Wallen, N. E. (2006). *How to design and evaluate research in education (6th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Gezgin, D. M. (2017). Exploring the influence of the patterns of mobile internet use on university students' nomophobia levels. *European Journal of Education Studies*, 3(6), 29-53.
- Gezgin, D. M. ve Çakır, Ö. (2016). Analysis of nomophobic behaviors of adolescents regarding various factors. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2504-2519.
- Gezgin, D. M., Şahin, Y. L. ve Yıldırım, S. (2017). Sosyal ağ kullanıcılarının nomofobi düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 7(1), 1-15.
- Gezgin, D. M., Şumuer, E., Arslan, O. ve Yıldırım, S. (2017). Nomophobia prevalence among pre-service teachers: A case of trakya university. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 86-95.
- Han, S., Kim, K. J. ve Kim, J. H. (2017). Understanding nomophobia: Structural equation modeling and semantic network analysis of smartphone separation anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(7), 419-427.
- Hong, F.-Y., Chiu, S.-I. ve Huang, D.-H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2152-2159.
- Hoşgör, H., Tandoğan, Ö. ve Gündüz-Hoşgör, D. (2017). Nomofobinin günlük akıllı telefon kullanım süresi ve okul başarısı üzerindeki etkisi: Sağlık personeli adayları örneği. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(46), 573-595.
- Jena, R. K. (2015). Compulsive use of smartphone and its effect on engaged learning and nomophobia. *Smart Journal of Business Management Studies*, 11(1), 42-51.
- Kanmani, A., Bhavani, U. ve Maragatham, R. S. (2017). Nomophobia--an insight into its

- psychological aspects in India. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2), 5-15.
- Kaplan-Akıllı, G. ve Gezgin, D. M. (2016). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile farklı davranış örüntülerinin arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (40), 51-69.
- Kaur, A., Sharma, P. ve Manu. (2015). A descriptive study to assess the risk of developing nomophobia among students of selected nursing colleges Ludhiana, punjab. *International Journal of Psychiatric Nursing*, 1(2), 1-6.
- 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.
- Kuyucu, M. (2017). Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: "Akıllı telefon (kolik)" üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition*, 7(14), 328-359.
- 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.
- Lepp, A., Li, J., Barkley, J. E. ve Salehi-Esfahani, S. (2015). Exploring the relationships between college students' cell phone use, personality and leisure. *Computers in Human Behavior*, 43, 210-219.
- Minaz, A. ve Bozkurt, Ö. Ç. (2017). Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ve kullanım amaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(21), 268-286.
- Pavithra, M. B., Madhukumar, S. ve Mahadeva, M. (2015). A study on nomophobia-mobile phone dependence, among students of a medical college in Bangalore. *National Journal of Community Medicine*, 6(3), 340-344.
- Pourrazavi, S., Allahverdipour, H., Jafarabadi, M. A. ve Matlabi, H. (2014). A socio-cognitive inquiry of excessive mobile phone use. *Asian Journal of Psychiatry*, 10, 84-89.
- Prasad, M., Patthi, B., Singla, A., Gupta, R., Saha, S., Kumar, J. K., ... Pandita, V. (2017). Nomophobia: A cross-sectional study to assess mobile phone usage among dental students. *Journal of Clinical and Diagnostic Research: JCDR*, 11(2), ZC34-ZC39.
- Sharma, N., Sharma, P., Sharma, N. ve Wavare, R. R. (2015). Rising concern of nomophobia amongst Indian medical students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 3(3), 705-707.
- Statista. (2017). Number of smartphone users worldwide from 2014 to 2020 (in billions). Erişim adresi: <https://www.statista.com/statistics/330695/number-of-smartphone-users-worldwide/>
- Tavolacci, M.-P., Meyrignac, G., Richard, L., Dechelotte, P. ve Ladner, J. (2015). Problematic use of mobile phone and nomophobia among French college students: Marie-Pierre Tavolacci. *The European Journal of Public Health*, 25, 175-182.
- TÜİK. (2016). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. Erişim adresi: <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779>
- Walsh, S. P., White, K. M., Cox, S. ve Young, R. M. (2011). Keeping in constant touch: The predictors of young Australians' mobile phone involvement. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 333-342.
- Wang, J. L., Wang, H. Z., Gaskin, J. ve Wang, L. H. (2015). The role of stress and motivation in problematic smartphone use among college students. *Computers in Human Behavior*, 53, 181-188.
- Yılmaz, G., Şar, A. H. ve Civan, S. (2015). Investigation of adolescent mobile phone addiction by social anxiety effect of some variable. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 2(2), 20-37.
- Yildirim, 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.

Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M. ve Yildirim, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322-1331.

Extended Abstract

Introduction

With their various features, smart phones have the potential to change the lives of individuals in a positive manner. However, excess of uncontrolled use of smart phones creates some problems as well (Gezgin, 2017; Han et al., 2017; Lee et al., 2014). Nomophobia, one of these problems, is a recent topic of discussion in that respect (Argumosa-Villar et. al., 2017). Nomophobia is defined as the irrational fear of inability to access one's mobile device (smart phone, tablet, pocket computer etc) or inability to communicate via one's mobile device (online or offline) (Gezgin et al., 2017; Gezgin & Çakır, 2016; King et al., 2013; Yildirim & Correia, 2015). Although it is a new concept, nomophobia is a topic which has been extensively studied by researchers especially in recent years (Adnan & Gezgin, 2016; Bragazzi & Del Puente, 2014; Erdem et al., 2016; Erdem, Türen & Kalkın, 2017; Gezgin, 2017; Gezgin & Çakır, 2016; Gezgin, Şahin & Yıldırım, 2017; Gezgin et al., 2017; Kaplan-Akıllı & Gezgin, 2016; Kaur, Sharma & Manu, 2015; Pavithra, Madhukumar & Mahadeva, 2015; Sharma et al., 2015; Tavolacci et al., 2015; Yildirim et al., 2016).

Examination of the studies conducted on nomophobia shows that nomophobia is so widespread among university students that it cannot be ignored (Adnan & Gezgin, 2016; Erdem et al., 2016, 2017; Gezgin, 2017; Gezgin et al., 2017; Kaplan-Akıllı & Gezgin, 2016; Pavithra et al., 2015; Sharma et al., 2015; Yildirim et al., 2016). These studies demonstrate the potential risk of university students in that respect. It is important to understand what affects the changes in nomophobia as it is important to identify university students' nomophobia levels. Since the process of adaptation in the youth is faster compared to the process of adaptation in other ages (Karaaslan & Budak, 2012), it can be argued that mobile device use is more widespread in the young generation (Cheever et al., 2014; Choliz, 2012; Walsh et al., 2011). The fact that mobile devices allow opportunities for socialization via online communication and social networks makes them significant tools for high school and university students (Hong, Chiu, & Huang, 2012). When this fact is considered, it is believed that investigating university students' nomophobia levels based on their smart phone use will contribute to literature. Previous studies were mostly conducted on undergraduate students and no studies were found on associate degree program students. This study set out to establish the change of nomophobia levels in associate degree program students, who are in the risk group, according to their smart phone use.

Method

The study was designed as a survey study. The sample of the study was composed of 439 associate degree program students enrolled in a vocational college. Convenience sampling was used in the study. Personal Information Form that assesses participants' smart phone use habits and Nomophobia Scale (NMP-Q) adapted to Turkish by Yıldırım et. al., (2016) and updated by Erdem et al., (2017) in a 5-point Likert form were used in the study as data collection tools. Data analyses included descriptive statistics, unrelated samples t-test and one-way analysis of variance for unrelated samples.

Results and Discussion

According to research results, nomophobia levels of students who carry chargers with them were higher compared to students who do not carry their chargers. Findings obtained by Hoşgör and Tandoğan (2017) and Kaplan-Akıllı and Gezgin's (2016) studies are parallel to this result. Another result obtained in the study demonstrates that nomophobia levels of students who check their phones when they wake up in the morning were significantly higher compared to students

who do not display this behavior. This finding is supported by various other studies (Hoşgör & Tandoğan, 2017; Kaplan and Akıllı-Gezgin, 2016). Similarly, it was found that nomophobia levels of students who check their phones before they go to sleep and who do not turn off their phones at nights were significantly higher. These findings are supported by other studies in the literature (Dixit et. al., 2010; Kaur & Sharma, 2015; King et. al., 2013). The fact that individuals check their phones right before they go to sleep and the first thing in the morning when they wake up and try to keep their smart phones on 24 hours shows that they care for the notifications that they receive. In-depth examination of these findings may contribute to unearthing the characteristic features of nomophobia.

Research results also showed that individuals with a longer period of smart phone use in terms of years have significantly higher levels of nomophobia compared to other individuals. Similarly, Gezgin Sumer et al. (2016) and Yıldırım et al. (2015) found in their studies that nomophobia levels increase with period of experience in smart phone use. Another finding of the study shows a significant difference between the daily number of checking one's smart phone and nomophobia. Analyses point to the fact that increased checks of smart phone increase nomophobia. This result is parallel to the results in literature (Erdem, et al., 2016; Erdem et al., 2017; Gezgin et al., 2017; Hoşgör et al., 2017; Pavithra & Madhukumar, 2015; Kaplan & Akıllı-Gezgin, 2016). Similarly, it was identified that increases in the use of mobile internet in terms of years and increases in daily mobile internet use increased nomophobia significantly. This result is supported by Gezgin et al. (2017).

While the nomophobia levels of individuals who use smart phones to connect to social media networks and do online shopping are significantly higher based on purpose of smart phone use; it was found that other purposes of smart phone do not affect nomophobia levels.