



## Lise Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılıklarının İncelenmesi<sup>1</sup>

Kutalp Emre SAĞIROĞLU<sup>2</sup> Çiğdem AKKANAT<sup>3</sup>

**Öz:** Gelişen teknoloji ile birlikte birçok yeni bağımlılık türü ortaya çıkmıştır. Bunlardan biri ise akıllı telefon bağımlılığıdır. Gençler arasında oldukça yaygın kullanılan akıllı telefonlar bağımlılık yapmaları açısından risk faktörü oluşturabilmektedir. Bu nedenle bu çalışmada lise öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının duygusal tutarsızlık ve sosyal kaygı düzeyleri ile ilişkisi incelenmiştir. Bu amaçla araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Veriler Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği, Eysenck Kişilik Anketi Gözden Geçirilmiş/Kısaltılmış Formu ve Ergenler için Sosyal Kaygı Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Araştırmanın katılımcılarını uygun örnekleme yöntemi ile belirlenen ve Orta Karadeniz’de bir ilde temel liselere devam etmekte olan 200 öğrenci oluşturmaktadır. Bulgulara göre lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve sosyal kaygı düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür. Yapılan bağımsız örneklemler için *t*-testi bulguları akıllı telefon bağımlılığında kız öğrencilerin puanlarının erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermiştir. Çoklu regresyon analizi sonuçları; duygusal tutarsızlık ve sosyal kaygının birlikte akıllı telefon bağımlılığının anlamlı birer yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Araştırmanın bulguları, konuyla ilgili literatür göz önüne alınarak tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Akıllı telefon bağımlılığı, duygusal tutarsızlık, sosyal kaygı

---

<sup>1</sup> Bu çalışma birinci yazarın, ikinci yazar danışmanlığında hazırladığı TÜBİTAK 2204-A Lise Öğrencileri Araştırma Projeleri çalışmasının genişletilmiş halidir.

<sup>2</sup> MEB, Amasya Merkez Şehit Ferhat Üneli Bilim ve Sanat Merkezi, kutalps05@gmail.com

<sup>3</sup> Dr., MEB, Amasya Merkezifon Atatürk Bilim ve Sanat Merkezi, cakkanat@gmail.com

## **Investigating Smart Phone Addiction of High School Students**

**Abstract:** With technological developments many new types of addition has emerged. One of them is smart phone addiction. Smart phones are commonly used by adolescents can be a risk factor for addiction. Because of this fact high school students' smart phone addictions are investigated in the context of some psychological constructs. In this study, the relation of smart phone addiction with neuroticism and social anxiety was examined. Survey method which is a type of quantitative research models was used. Smart Phone Addiction Scale, Eysenck Personality Inventory Revised Short Scale and Social Anxiety Scale for Adolescents were used to collect data. Participants of the study were 200 basic high school students living in a city in Middle Black Sea region who were selected with convenient sampling method. According to findings it was found that high school students' smart phone addiction level and social anxiety levels were low. Independent samples t-test results showed that female students have significantly higher phone addiction scores than males. According to multiple regression analysis neuroticism and social anxiety together, are significant predictors of smart phone addiction level of high school students. The findings were discussed by taking relevant literature into consideration.

**Keywords:** Smart phone addiction, neuroticism, social anxiety

### **Giriş**

Her geçen gün gelişen teknoloji ile birlikte hayatımıza birçok yeni araç da girmektedir. Bunlardan biri de hayata ilişkin bazı konularda algılarımızı değiştirme olasılığına sahip olan akıllı telefonlardır. Birden fazla özelliği bünyesinde barındıran bu cihazlar sayesinde sesli aramalar ve mesajlaşma yanında; internette gezinme, alışveriş, sosyal medyada vakit geçirme,, oyun oynama, video izleme, çekme ve düzenleme, müzik dinleme, fotoğraf çekme, düzenleme ve yükleme, sensörlerle hareket ve nabız ölçümü, navigasyonla yön bulma, video konferans ve çevrimiçi eğitim alma gibi birçok işlev kolaylıkla yapılabilmektedir (Erdem, Türen ve Kalkın, 2017; Kang ve Jung, 2014; Taner, 2013). Tüm Dünya'da olduğu gibi ülkemizde de bu cihazların oldukça yoğun biçimde kullanımı oldukça yaygınlaşmaktadır. Örneğin Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından yapılan "Hane

Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı” araştırması 2017 yılı verilerine göre mobil telefon kullanan hane oranı % 97,8 olarak belirlenmiştir. (TÜİK, 2017). Yine aynı araştırmaya göre Türkiye’de interneti en fazla kullanan grup da gençlerdir. Akıllı telefonlarla ilgili özellikle bağımlılık yaratan uygulamalar ve oyunlar, internet bağımlılığı ve günlük gelişmeleri kaçırma korkusu gibi bazı olgular günümüzde ergenler arasında yaygınlaşmaya başlayan problemler arasına girmektedir (Gökler, Aydın, Ünal ve Metintaş, 2016). Yapılan araştırmalarda insanları cezbeden ve oldukça kullanışlı olan bu cihazların insanlar üzerinde bir takım yan etkileri olduğu da gözlenmektedir (Erdem ve diğ., 2017).

Bireylerin mobil cihazına hiçbir biçimde ulaşma imkanı olmadığı veya mobil cihaz üzerinden iletişim kuramadığında yaşadığı irrasyonel korku nomofobi olarak adlandırılmaktadır (Adnan ve Gezgin, 2016; King ve diğ., 2013;Minaz ve Bozkurt, 2017; Yıldırım ve Correia, 2015). Bu türden teknoloji kaynaklı davranışsal bozuklukların altında izolasyon, yalnızlık ve iletişim eksikliği ile ilgili yoğun kaygı ve stres yatabilmektedir (Bian ve Leung, 2014; Bragazzi ve Del Puente, 2014; Yen ve diğ.,2009) Bu korku türünün ortaya çıkış nedeni olarak ise genellikle bağımlılık olgusu akla gelmektedir. Çünkü bağımlı insanlar telefonları yanlarında değilken depresif, kayıp ve izole olmuş hissetme eğilimindedir. Bu kişilerin çalışma ve hayatları bazen sık aramalar, mesajlar, internet gezintileri ve online sohbetlerle kesilir (Takao, Takahashi ve Kitamura, 2009).

Akıllı telefonların aşırı kullanımı “problemlili mobil telefon kullanımı”, “telefon bağımlılığı” ve “akıllı telefon bağımlılığı” gibi kavramların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Ancak bu bağımlılığın belirlenmesi için yaygın olarak kullanılan tanılayıcı kriterler yoktur (Kim ve diğ., 2016). Teknoloji bağımlılığının bir türü olarak da düşünülebilecek akıllı telefon bağımlılığı bireyin akıllı telefon kullanımını kontrol etmekte (durdurmakta) başarısız olması, telefon yanlarında olmadığına bağlantısız kalma korkusu yaşaması olarak tanımlanabilir (Padır, 2018).

Giderek artan akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkili literatürde çeşitli psikolojik kavramlara rastlanmıştır. Kişilik özellikleri, kaygı ve depresyon genel olarak dile getirilen problemler arasındadır. Kişilik kuramlarından Beş Faktör Kişilik modeli; dışadönüklük, özdenetim, duygusal tutarsızlık (nevrotiklik) ve gelişime açıklık boyutlarından oluşmakta ve

kişiliği bu özellikler üzerinden ele almaktadır (Eysenck, 1964). Eysenck'in kişilik kuramına göre dışa dönüklük; sosyal olmayı, gırşikenliği ve dürtüsel hareket etmeyi temsil eder. Duygusal tutarsızlık kişinin hangi ölçüde kaygı, depresiflik, gerginlik ve çekingenlik gösterdikleri ile ilgilidir. "Psikotizm ise soğuk, mesafeli, saldırgan, güvensiz, duygusuz, tuhaf ve empati kuramama, suçluluk ve diğer insanlara karşı duyarsızlık gibi daha çok sıra dışı kişilik özelliklerini ifade etmektedir" (Eysenck ve Eysenck, 1975, Akt: Karancı, Dirik ve Yorulmaz, 2007). Butt ve Philips (2008) kişilik özellikleri ile telefon kullanımı arasındaki ilişkileri incelemiş ve dışadönüklerin aramaya, cep telefonunu bir uyarıcı olarak kullanmaya daha çok zaman ayırdıklarını belirlemiştir. Aynı çalışmada duygusal tutarsızlığı yüksek olan kişilerin ise SMS ile ileti göndermeye daha fazla zaman harcadıkları bulunmuştur. Kişilikle ilgili özellikle duygusal tutarsızlığın telefon bağımlılığı ve teknolojik cihaz kullanımını içeren benzeri problemlerle davranışlarla ilişkili olduğu çalışmalar mevcuttur (Blackwell, Leaman, Tramposch, Osborne ve Liss, 2017; Herrero, Urueña, Torres ve Hidalgo, 2019; Takao, 2014). Pearson ve Hussain (2016) üniversite öğrencilerinde artan duygusal tutarsızlığın akıllı telefon bağımlılığı olasılığını artırdığını bulmuşlardır. Kutlu ve Pamuk (2017) eğitim fakültesi öğrencileri arasında problemlerle cep telefonu kullanımı olgusunu incelemişler ve duygusal tutarlılık ve sorumluluğun problemlerle cep telefonu kullanımıyla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Gao, Xiang, Zhang, Zhang ve Mei (2017) Çin'de üniversite öğrencileri ile yürüttükleri çalışmalarında akıllı telefon bağımlılığının depresyon, duygusal tutarsızlık ve yaşam kalitesi ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Sosyal kaygı da akıllı telefon kullanımı ile ilişkilendirilen etkenlerden birisidir. Lee ve Lee (2017) Kore'de liseye devam eden öğrencilerde akıllı telefon bağımlılığını incelemişler; akademik başarısı düşük, ailesiyle ilişkisi kötü ve okula katılımı düşük öğrencilerin bağımlılık düzeylerinin daha fazla olduğunu bulmuşlardır. Darçın ve diğ. (2016) üniversite öğrencilerinin akıllı telefon kullanımını sosyal kaygı ve yalnızlık üzerinden incelemişler ve sosyal kaygının üniversite öğrencilerde akıllı telefon bağımlılığı açısından risk faktörü oluşturduğunu belirlemişlerdir. Lee, Chang, Li ve Cheng (2014) Tayvan'da yetişkinlerle yürüttükleri çalışmalarında aşırı akıllı telefon kullanımının sosyal etkileşim kaygısı ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Akıllı telefon kullanım sıklığı ve nedenlerine göre farklı cinsiyetlerden bireylerin farklı tutum ve yaklaşımlar geliştirdikleri görülmektedir. Örneğin Chiang, Chang, Lee ve

Hsu (2019) akıllı telefon bağımlılığına yatkınlığı inceledikleri çalışmalarında sınıf düzeyi ile birlikte cinsiyete göre farklılaşma bulmuşlardır. Chen, Zhang, Gong, Zhao, Lee ve Liang (2017) kız öğrencilerin akıllı telefon kullanımından algıladıkları motivasyonun içsel olduğunu buna karşılık erkek öğrencilerin daha çok dışsal motivasyon kaynağı olarak akıllı telefon bağımlılığına yatkınlık gösterdiklerini belirlemişlerdir. Yang, Lin, Huang ve Chang (2018) ise çalışmalarında akıllı telefon bağımlılığı ve akıllı telefondan etkilenme konusunda cinsiyete göre farklılaşma olduğunu ve bu durumun ruh sağlığı ile de ilişkili olduğunu görmüşlerdir.

Akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili Türkiye’de de çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Çakır ve Oğuz (2017) lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ile yalnızlık düzeylerinin ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Akıllı ve Gezgin (2016) farklı üniversitelerden öğrencilerde nomofobi olgusunu incelemişler ve nomofobiye yatkın kişilerin telefonlarını oldukça sık kontrol ettiklerini, yanlarında sürekli şarj aleti bulundurduklarını, gece telefonlarını açık tuttıklarını, uyumadan önce yatakta telefonlarıyla meşgul olduklarını ve uyanır uyanmaz da telefonlarını hemen kontrol ettiklerini belirlemişlerdir. Yıldız (2017) ergenlerde akıllı telefon bağımlılığını duygu düzenleme stratejileri açısından incelemiştir. Çalışmada duygu düzenleme stratejileri internet bağımlılığındaki değişimin %38’ini, akıllı telefon bağımlılığındaki değişimin ise %19’unu açıklamıştır.

Ergenler sosyal açıdan kabul görmek isterken, diğer taraftan da bağımsız bir birey olarak toplumda yer (Avcı, 2006). Ergenler başarılı olmak, saygınlık kazanmak, onay almak gibi çeşitli ihtiyaçlarından dolayı sosyal kaygı yaşamaktadır (Şahin ve Özçelik, 2016). Ayrıca ergenlik döneminde çeşitli duygusal dalgalanmalar sonucu aşırı stres durumunun yanında kaygı, yalnızlığı tercih etme ve fevri davranma gibi durumlar görülebilmektedir (Eryılmaz, 2009; Koç, 2004). Tüm bunlar ergenleri istenmeyen davranışlara yönlendirebilmektedir ve bu davranışlardan biri de bağımlılıktır. Ergenlik döneminde yaşamın ilerleyen dönemlerini de olumsuz etkileyebilecek düzeyde farklı bağımlılık türleri görülebilmektedir (Essau ve Delfabbro, 2008). Akıllı telefonların gençler arasındaki yaygınlığı düşünüldüğünde, bağımlılık varlığının ve bu bağımlılığı etkileyen değişkenlerin incelenmesi bu olgunun önenebilmesi açısından önem arz etmektedir. Türkiye’de yapılan çalışmalarda genel olarak

üniversite öğrencileriyle çalışıldığı görülmüştür. Ergenlik dönemini yoğun yaşayan grup olan lise öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının incelenmesi yapılan çalışmalara; ergenlik dönemindeki öğrenciler bağlamında akıllı telefon bağımlılığını kişilik özellikleri üzerinden ele alarak farklı bir boyut kazandıracak ve ergenlerin sağlıklı gelişim göstermelerine engel olabilecek faktörlerin anlaşılmasına ışık tutacaktır.

### **Araştırmanın amacı**

Bu çalışmanın amacı lise öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı düzeylerini, akıllı telefon bağımlılığının kişilik özellikleri ve sosyal kaygı düzeyleri ile ilişkisini incelemektir. Bu amaç doğrultusunda şu araştırma sorularına cevap aranmıştır:

- a)Lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılıkları ne düzeydedir?
- b)Lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılıkları cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
- c)Lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri duygusal tutarsızlık ve sosyal kaygı tarafından yordanmakta mıdır?

## **Yöntem**

### **Araştırmanın modeli**

Araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. "Tarama modelinin bir türü olan ilişkisel tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir." (Karasar, 2014, s.81).

### **Çalışma Gurubu**

Çalışma grubu uygun örnekleme yoluyla belirlenmiştir. Çalışmaya Orta Karadeniz'de bir ilde 2017/2018 eğitim-öğretim yılında farklı temel liselerde öğrenim görmekte olan 200 öğrenci katılmıştır. Çalışma grubuna ait demografik veriler aşağıdaki Tablo 1 de verilmiştir.

**Tablo 1.** Çalışma grubuna ait demografik veriler

Demografik veriler		n	%
Cinsiyet	Kız	99	49.5
	Erkek	101	50.5
Yaş	14	28	14
	15	33	16.5
	16	62	31
	17	77	38.5
Sınıf	1	40	20
	2	40	20
	3	65	32.5
	4	65	27.5
Telefon kullanma sıklığı	Hiç kullanmayan	9	4.5
	Haftada 1 saatten az	4	2.0
	Haftada 1-3 saat arası	12	6.0
	Haftada 3-5 saat arası	2	1.0
	Haftada 5-7 saat arası	2	1.0
	Günde 1 saatten az	22	11.0
	Günde 1-5 saat arası	115	57.5
	Günde 5-7 saat arası	22	11.0
Günde 7 saatten fazla	12	6.0	

### Veri Toplama Araçları

**Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği:** Çalışmada öğrencilerin akıllı telefon bağımlılıklarının incelenmesi için; Kwon, Kim, Cho ve Yang (2013) tarafından geliştirilen ve Şata, Çelik, Ertürk ve Taş (2016) tarafından Türk lise öğrencileri için uyarlanan Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Gündelik yaşam bozuklukları, olumlu beklenti, yoksunluk hissi, sanal yönelimli ilişki, aşırı kullanım ve dayanma olmak üzere altı boyuttan oluşan ölçek; 6'lı Likert tipinde 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 33 en yüksek puan ise 198 olup, yüksek puanlar ciddi oranda akıllı telefon bağımlılığının göstergesidir. Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçlarına göre uyum indeksi değerleri RMSEA=0.058, GFI=0.84, AGFI=0.82, NNFI=0.96, CFI=0.96 olarak bulunmuştur. Ölçeğin bütünü için Cronbach  $\alpha$  değeri  $\alpha=0.967$ 'dir. Bu çalışma için Cronbach alfa 0.94 olarak bulunmuştur.

**Eysenck Kişilik Anketi Gözden Geçirilmiş/Kısaltılmış Formu (EKA-GGK):** Çalışmada kişilik türlerinden baskın olanların belirlenebilmesi için Francis, Brown, ve Philipchalk (1992) tarafından düzenlenen ve Karancı, Dirik ve Yorulmaz (2007) tarafından Türk kültürüne

adapte edilen Eysenck Kişilik Anketi Gözden Geçirilmiş/Kısaltılmış Formu duygusal tutarsızlık alt boyutu kullanılmıştır. Ölçek duygusal tutarsızlık, dışadönüklük ve psikotisizm boyutlarının değerlendirilmesini ve ölçülmesini sağlamaktadır. Her bir faktörün 6 madde ile değerlendirildiği, 24 madde ve 4 alt ölçekten oluşan, bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Cronbach alfa katsayısı dışa dönüklük, duygusal tutarsızlık, psikotisizm ve yalan boyutları için sırasıyla 0.78; 0.65; 0.42; 0.64 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada duygusal tutarsızlık için Cronbach alfa 0.69 olarak bulunmuştur.

**Ergenler için sosyal kaygı ölçeği:** Ölçek ergenlerde sosyal kaygıyı ölçmek amacıyla La Greca ve Lopez (1998) tarafından geliştirilmiştir. Aydın ve Tekinsav-Sütçü (2007) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılarak Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek beşli Likert tipinde değerlendirmektedir. Ölçekte minimum 18 maksimum 90 puan alınabilmektedir. Ölçeğin bütün için Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.88 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.89 olarak bulunmuştur.

### **Verilerin Toplanması ve Analizi**

Verilerin analizi için öncelikle tek değişkenli ve çok değişkenli normallik şartlarını sağlayıp sağlamadıkları kontrol edilmiştir. Bu amaçla Mahanolobis uzaklıkları ve Leverage değerleri incelenerek bazı veriler veri setinden çıkarılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistiklerin yanı sıra bağımsız örneklem için *t*-testi ve çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır. Veriler SPSS 17 kullanılarak analiz edilmiş, analizlerde istatistiksel anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

## **Bulgular**

Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlara ait betimsel istatistikler Tablo 2' de gösterilmiştir.

**Tablo 2.** Ölçeklere ilişkin betimsel istatistikler

	<b>n=198</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maksimum</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Std. Sapma</b>
akıllı tel. bağımlılığı	199	33.00	198.00	88.2513	31.88548
duygusal tutarsızlık	200	0.00	6.00	3.7250	1.75636
psikotisizm	200	0.00	5.00	2.0550	1.34201
dışa dönüklük	200	0.00	6.00	3.9200	1.80830
sosyal kaygı	199	17.00	83.00	36.4824	11.62714



Tablo 2.'den görüleceği üzere araştırmaya katılan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılıkları ve sosyal kaygıları genel olarak düşüktür. Akıllı telefon bağımlılığının cinsiyete bağlı olarak değişip değişmediğinin anlaşılabilmesi için bağımsız örneklem için *t*-testi yapılmıştır. Test sonuçları Tablo 3.'te görülebilir.

**Tablo 3.** Akıllı telefon bağımlılığı puanlarına ait bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçları

Grup	n	X	Ss	Sd	t	p<
Kız	98	92.93	32.58	197	2.055	0.002
Erkek	101	83.71	30.68			

Tablo 3'ten de görüleceği üzere kız öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık puanlarının ortalaması, erkek öğrencilerininkine göre daha yüksektir (sırasıyla  $X=92.93$  ve  $X=83.71$ ). Puanlar arasında anlamlı farklılık olup olmadığını anlamak için yapılan bağımsız örneklem için *t*-testi sonuçlarına göre akıllı telefon bağımlılık puanlarına göre kız ve erkek öğrenciler arasında kızlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ( $t_{(197)}=2.055$ ,  $p<.05$ ).

Bağımlı değişken olarak akıllı telefon bağımlılık puanı, bağımsız değişkenler olarak ise sosyal kaygı ve duygusal tutarsızlık arasında çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Değişkenler arası korelasyon katsayılarında anlamlı bağıntı bulunmakla birlikte bu bağıntıların yüksek katsayılarında olmayışından dolayı çoklu doğrusal bağıntı sorunu gözlemlenmemiştir. Çoklu regresyon analizine ait model özeti Tablo 4'te görülebilir.

**Tablo 4.** Çoklu regresyon analizine ait model özeti

Model	Değişken	B	Std. Hata	$\beta$	t	p
1	Sabit	51.668	7.611	-	6.788	0.000
	Duygusal tutarsızlık	5.378	1.246	0.296	4.317	0.000
	Sosyal kaygı	0.453	0.189	0.164	2.397	0.017
	R	0.371				
	F	15.522				
	R <sup>2</sup>	0.137				
	$\Delta R^2$	0.128				

Duygusal tutarsızlık ve sosyal kaygının akıllı telefon bağımlılığını hangi düzeyde yordamakta olduğunu belirlemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi bulgularına göre; duygusal tutarsızlık ve sosyal kaygının doğrusal kombinasyonunun akıllı telefon

bağımlılığının anlamlı yordayıcıları olduğu görülmüştür.  $R^2$  0.137 olup duygusal tutarsızlık ve sosyal kaygının birlikte ele alındığında akıllı telefon bağımlılığı puanlarındaki değişimin %14'ünü açıkladıkları söylenebilir. Regresyon denkleminde giren her iki değişken de modele anlamlı katkıda bulunmaktadır.

## **Sonuç ve Tartışma**

Liseye devam eden öğrencilerin akıllı telefon bağımlılıklarının incelendiği bu çalışmada; çalışma grubundaki öğrencilerin bağımlılık düzeylerinin ve sosyal kaygı düzeylerinin düşük olduğu söylenebilir. Bu çalışmada akıllı telefon bağımlılığı açısından kızlar lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu bulgunun literatür tarafından desteklendiği görülmektedir. Doğan ve Tosun (2016) yaptıkları çalışmada problemlerli internet kullanımının cinsiyete göre değiştiğini, kızların problemlerli akıllı telefon kullanım düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Kwon ve diğ. (2013) kız öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığına sahip olma riskinin erkeklerden daha fazla olduğunu belirlemişlerdir. Benzer bulgular bir çok araştırmada akıllı telefon bağımlılığının kadınlar lehine anlamlı farklılık göstermekte olduğuna işaret etmektedir (Choi ve diğ., 2015; Çakır ve Oğuz, 2017; Lee ve Lee, 2013). Bazı araştırmalarda ise akıllı telefon bağımlılığının cinsiyete göre farklılaşma göstermediği bulunmuştur (Darçın ve diğ., 2016; Gezgin ve Akıllı, 2016; Kumcağız ve Gündüz, 2016). Soni, Upadhyay ve Jain (2017) ise erkek öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık puanlarının kız öğrencilere oranla daha fazla olduğunu belirlemişlerdir. Tüm bu bilgiler erkek ve kızların sosyalleşme tercihleri ve telefonu kullanım amaçları ile ilgili bir bulguya işaret ediyor olabilir. Chen ve diğ. (2017) akıllı telefon bağımlılığı söz konusu olduğunda motivasyon farklılıklarının değişkenliğine; kadınların içsel motivasyona, erkeklerin ise dışsal motivasyona daha fazla odaklanmalarının bu durumun nedeni olabileceğine değinmişlerdir. Billieux, Van der Linden ve Rochat (2008) erkek öğrencilerin özellikle riskli durumlarda telefonlarını yoğun kullanma eğilimi ve bağımlı olma eğilimi gösterdiklerini belirlemişlerdir.

Bu araştırmada akıllı telefon bağımlılığının duygusal tutarsız kişilik ve sosyal kaygı ile olan ilişkisi de incelenmiştir. Duygusal tutarsızlık ve sosyal kaygının birlikte akıllı telefon

bağımlılığının anlamlı bir yordayıcısı olduğu ortaya konmuştur. Bu bulguyu destekleyen birçok çalışma vardır (Boumosleh ve Jaalouk, 2017; Doğan ve Tosun, 2016; Hussain, Griffiths ve Sheffield, 2017; Lee ve diğ., 2014; Mok ve diğ., 2014). Örneğin Pearson ve Hussain (2016) akıllı telefon bağımlılığını yordayan psikolojik değişkenleri incelemişler ve narsisizm, açıklık, duygusal tutarsızlık (nevrotiklik) ve yaşın akıllı telefon bağımlılığını anlamlı şekilde yordadığını bulmuşlardır. Cho, Kim ve Park (2016) kişilikle ilişkili faktörlerden duygusal tutarsızlık ve dışadönüklüğün akıllı telefon bağımlılığında stres yoluyla etkili olduklarını bulmuşlardır. Kutlu ve Pamuk (2017)'a göre duygusal tutarsızlık yaşayan bireyler başkalarıyla yüz yüze etkileşime girmek yerine diğer kişilerle cep telefonundan iletişim kurabilir veya cep telefonu üzerinden iletişim kurmaksızın özellikle akıllı cep telefonlarında yer alan uygulamalarla ilgilenerek zamanlarını geçirebilirler. Duygusal dengenin azalmasıyla ortaya çıkan hoşnutsuzluk durumlarından kaçınmak adına cep telefonlarını problemleri için kullanıyor olabilirler. Darçın ve diğ. (2016) sosyal fobinin gençlerde akıllı telefon bağımlılığı riski ile ilişkili olduğunu belirlemiştir. Sosyalleşme için yalnızca telefonu kullanan bireyler için akıllı telefon bağımlılığının bir nevi kaçınılmaz olduğu görülmektedir. Benzer biçimde Yılmaz, Şar ve Civan (2015) ergenlerde telefon bağımlılığı ve sosyal kaygı arasındaki bağlantıları incelemişler ve sosyal kaygı ile telefon bağımlılığı arasında anlamlı ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Tüm bu bulgular ele alındığında ergenler için akıllı telefon bağımlılığının, gelişim açısından önemli bir risk faktörü olduğu söylenebilir. Duygusal tutarsızlık yaşayan ergenler ve sosyal kaygı problemi yaşayan ergenlerin bu durumla karşılaşma olasılıkları yüksek görünmektedir. Konunun kişilik ve psikolojik durum göz önüne alınarak daha ayrıntılı istatistiksel yöntem ve modelleme teknikleri kullanılarak incelenmesi daha iyi anlaşılmasının önünü açacaktır çünkü akıllı telefon bağımlılığı ergenlik döneminde öğrencilerin gelişimlerini olumsuz etkileme ve hedeflerine ulaşmalarını engelleme potansiyeline sahiptir. Bu çalışmada da diğer tüm çalışmalarda olduğu gibi bazı sınırlılıklar mevcuttur. İlk çalışma grubunun sadece temel lise öğrencilerinden seçilmiş olmasıdır. İkincisi ise bu çalışmadaki veriler sadece bir kişilik özelliği ele alınarak yürütülmüştür. Daha fazla değişken ele alınarak yapılacak modelleme çalışmaları ile bu olgu hakkında daha çok bilgi edinebileceği açıktır.

Ayrıca çalışma betimsel bir araştırma olduğundan ve deneysel çalışma içermediğinden sadece teorik ilişkiler ortaya konabilmektedir.

## **Sonuç ve Tartışma**

Çalışmada ortaya konduğu üzere akıllı telefon bağımlılığı gençleri tehdit eden durumlardan bir tanesidir. Bu durumun önlenmesi için akıllı telefon bağımlılığına neden olan etmenlerin daha iyi anlaşılabilmesi için farklı kişilik özelliklerinin de ele alındığı çalışmaların yürütülmesi gereklidir. Ayrıca çalışmada ortaya konduğu üzere cinsiyet farklılıklarına yol açan etmenlerin de derinlemesine incelenmesi yerinde olacaktır. Çünkü farklı cinsiyetten bireylerin akıllı telefon kullanım nedenlerinin değişken olduğuna dair literatürde bulgular mevcuttur.

İleriki çalışmalarla lise öğrencilerine yönelik akıllı telefon bağımlılığını azaltmak için sosyal kaygıyı azaltma odaklı klinik verilere dayalı deneysel çalışmalar yürütülebilir. Bunun yanında öğrencilere yönelik kamu spotları, seminer ve konferanslarla tehlike hakkında bilgilendirme çalışmaları yapılabilir. Bu sayede duygusal tutarsızlık ve sosyal kaygı yaşadığı için akıllı telefon bağımlısı olma potansiyeli taşıyan öğrencilerin bilinçlenmeleri sağlanabilir.

## **Kaynakça**

- Adnan, M. & Gezgin, D. M. (2016). Modern çağın yeni fobisi: Üniversite öğrencileri arasında nomofobi prevalansı. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 49(1), 141-158.
- Augner, C., & Hacker, G. W. (2012). Associations between problematic mobile phone use and psychological parameters in young adults. *International Journal of Public Health*, 57(2), 437-441.
- Akıllı, G. K. & Gezgin, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile farklı davranış örüntülerinin arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 51-69. DOI: 10.21764/efd.80423.
- Avcı, M. (2006). Ergenlikte toplumsal uyum sorunları. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 39-63.
- Aydın, A. & Tekinsav-Sütçü, S. (2007). Ergenler için sosyal kaygı ölçeğinin (ESKÖ) geçerlilik ve güvenilirliğinin incelenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 14(2), 79-89.

- Bian, M., & Leung, L. (2014). Smartphone addiction: Linking loneliness, shyness, symptoms and patterns of use to social capital. *Media Asia, 41(2)*, 159–176.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Journal of Cyberpsychology & Behavior, 8 (1)*, 39-51.
- Bilgin, M. (2017). Ergenlerin beş faktör kişilik özelliği ile bilişsel esneklik ilişkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 16(62)*, 945-954.
- Billieux, J., Van der Linden, M., & Rochat, L. (2008). The role of impulsivity in actual and problematic use of the mobile phone. *Applied Cognitive Psychology: The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition, 22(9)*, 1195-1210.
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences, 116*, 69-72.
- Boumosleh, J. M., & Jaalouk, D. (2017). Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students-A cross sectional study. *PloS one, 12(8)*, e0182239.
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology research and behavior management, 7*, 155-160.
- Butt, S. & Philips, J.G. (2008). Personality and self reported mobile phone use. *Computers in Human Behavior, 24 (2)*, 346–360.
- Chen, C., Zhang, K. Z. K., Gong, X., Zhao, S. J., Lee, M. K. O. & Liang, L. (2017). Examining the effects of motives and gender differences on smartphone addiction. *Computers in Human Behavior, 75*, 891-902. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2017.07.002>.
- Chiang, J. T., Chang, F. C., Lee, K. W., & Hsu, S. Y. (2019). Transitions in smartphone addiction proneness among children: The effect of gender and use patterns. *PloS one, 14(5)*, e0217235.
- Cho, H-Y., Kim, D. J. & Park, J. W. (2017). Stress and adult smartphone addiction: Mediation by selfcontrol, neuroticism, and extraversion. *Stress and Health, 33*, 624–630. DOI: 10.1002/smi.2749.
- Choi, S-W., Kim, D-J. Choi, J-S., Ahn, H. Choi, E-J., Song, W-Y. Kim, S. & Youn, H. (2015). Comparison of risk and protective factors associated with smartphone addiction and Internet addiction. *Journal of Behavioral Addictions, 4(4)*, 308–314. DOI: 10.1556/2006.4.2015.043.
- Çakır, Ö. & Oğuz, E. (2017). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 13(1)*, 418-429. <http://dx.doi.org/10.17860/mersinefd.290711>.
- Darçın, A. E., Köse, S., Noyan C. O., Nurmedov, S., Yılmaz, O. & Dilbaz, N. (2016). Smartphone addiction and its relationship with social anxiety and loneliness. *Behaviour & Information Technology, 35(7)*, 520-525. <http://dx.doi.org/10.1080/0144929X.2016.1158319>.

- Doğan, U., & Tosun, İ. N. (2016). Lise öğrencilerinde problemlı akıllı telefon kullanımının sosyal kaygı ve sosyal ağların kullanımına aracılık etkisi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(22), 99-128. <http://dx.doi.org/10.14520/adyusbd.66762>.
- Erdem, H., Türen, U. & Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (Nomofobi) Yayılımı: Türkiye'den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örneklemleri. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 10(1), 1-12.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik Döneminde Stres ve Başa Çıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 20-37.
- Essau, C. A., & Delfabbro, P. (Eds.). (2008). *Adolescent addiction: Epidemiology, assessment, and treatment*. Elsevier.
- Eysenck, J. J. (1964). Principles and methods of personality description, classification and diagnosis. *British Journal of Psychology*, 55, 284-294.
- Francis, L. J., Brown, L.B., & Philipchalk, R. (1992) The development of an abbreviated form of the Revised Eysenck Personality Questionnaire (EPQR-A): Its use among students in England, Canada, the USA and Australia. *Pers Individ Dif*, 13, 443-9.
- Gao, T., Xiang, Y-T., Zhang, H., Zhang, Z. & Mei, S. (2017). Neuroticism and quality of life: Multiple mediating effects of smartphone addiction and depression. *Psychiatry Research*, 258, 457-461. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychres.2017.08.074>.
- Gezgin, D. M. & Akıllı, G. K. (2016). Lise öğrencilerinin internet bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(3), 917-931.
- Gökler, M. E., Aydın, R., Ünal, E. & Metintaş, S. (2016). Sosyal Ortamlarda Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeğinin Türkçe sürümünün geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(Ek.1), 52-59.
- Herrero, J., Urueña, A., Torres, A., & Hidalgo, A. (2019). Smartphone addiction: psychosocial correlates, risky attitudes, and smartphone harm. *Journal of Risk Research*, 22(1), 81-92.
- Hussain, Z., Griffiths, M. D. & Sheffield, D. (2017). An investigation into problematic smartphone use: The role of narcissism, anxiety, and personality factors. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), 378-386. DOI: 10.1556/2006.6.2017.052
- Kang, S., & Jung, J. (2014). Mobile communication for human needs: A comparison of smartphone use between the US and Korea. *Computers in Human Behavior*, 35, 376-387.
- Karancı, N., Dirik, G., & Yorulmaz, O. (2007). Eysenck kişilik anketi-gözden geçirilmiş kısaltılmış formu'nun (EKA-GGK) Türkiye'de geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(3), 1-8.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Kim Y, Jeong J-E, Cho H, Jung D-J, Kwak M, Rho MJ, ... Choi, I. Y (2016) Personality factors predicting smartphone addiction predisposition: Behavioral inhibition and activation systems, impulsivity, and self-control. *PLoS ONE* 11(8): e0159788. doi:10.1371/journal.pone.0159788
- King, A. L. S., Valena, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia?. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140-144.
- Ko, M. (2004). Gelişim psikolojisi açısından ergenlik donemi ve genel ozellikleri. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(17), 231-238.
- Kumcağız, H. & Gündüz, Y. (2016). Relationship between psychological well-being and smartphone addiction of university students. *International Journal of Higher Education*, 5(4), 144-156. <http://dx.doi.org/10.5430/ijhe.v5n4p144>.
- Kutlu, M., & Pamuk, M. (2017). niversite ğrencilerinde cep telefonunun problemlili kullanımının kişilik bağlamında incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 1263-1272. doi:10.14687/jhs.v14i2.4073.
- Kwon, M., Kim, D.J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS one*, 8:e56936. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>.
- La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of abnormal child psychology*, 26(2), 83-94.
- Lee, Y-K., Chang, C-T, Lin, Y. & Cheng, Z-H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, 31, 373-383. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.047>.
- Lee, C. & Lee, S-J. (2017). Prevalence and predictors of smartphone addiction proneness among Korean adolescents. *Children and Youth Services Review*, 77, 10-17.
- Matar Boumosleh J. , & Jaalouk D. (2017). Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students- A cross sectional study. *PLoS ONE* 12(8): e0182239. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0182239>.
- Minaz, A. & etinkaya Bozkurt, . (2017). Üniversite ğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ve kullanım amaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(21), 268-286.
- Mok, J-Y., Choi, S-W., Kim, D-J., Choi, J-S., Ahn, H., Choi, E-J. & Song, W-Y. (2014). Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 10, 817-828.
- Padır, M. A. (2018). Akıllı Telefon Bağımlılığı. Tuncay Ayas ve Mehmet Bariř Horzum (Ed.). *Teknolojinin Olumsuz Etkileri* içinde (s.107-128). Ankara:Vizetek Yayıncılık

- Pearson, C. & Hussain, Z. (2016). Smartphone addiction and associated psychological factors. *Addicta: The Turkish Journal of Addictions*, 3 (2), 1–15. DOI: 10.15805/addicta.2016.3.0103.
- Soni, R., Upadhyay, R., & Jain, M. (2017). Prevalence of smart phone addiction, sleep quality and associated behaviour problems in adolescents. *Int J Res Med Sci*, 5(2), 515-519.
- Şahin, Ş., & Özçelik, Ç. (2016). Ergenlik dönemi ve sosyalleşme. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(1), 42-49.
- Şata, M., Çelik, İ, Ertürk, Z. & Taş, U. E. (2016). Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği'nin (ATBÖ) Türk lise öğrencileri için uyarlama çalışması. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 7(1), 156-169.
- Takao, M. (2014). Problematic mobile phone use and big-five personality domains. *Indian journal of community medicine: official publication of Indian Association of Preventive & Social Medicine*, 39(2), 111-113.
- Takao, M., Takahashi, S. & Kitamura, M. (2009). Addictive personality and problematic mobile phone use. *Cyberpsychology & Behavior*, 12 (5), 501-507. DOI: 10.1089=cpb.2009.0022.
- Taner, N. (2013). Kullanıcılarının Akıllı Telefonları Değerlendirmeleri: Kastamonu Şehir Merkezinde Bir Uygulama. *Uluslararası İşletme ve Yönetim Dergisi*, 1, 127-140.
- TÜİK (2017). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. Türkiye İstatistik Kurumu, [http://www.tuik.gov.tr/VeriBilgi.do?alt\\_id=1028](http://www.tuik.gov.tr/VeriBilgi.do?alt_id=1028) adresinden 02.12.2017 tarihinde erişilmiştir.
- Yang, S. Y., Lin, C. Y., Huang, Y. C., & Chang, J. H. (2018). Gender differences in the association of smartphone use with the vitality and mental health of adolescent students. *Journal of American college health*, 66(7), 693-701.
- Yen, C. F., Tang, T. C., Yen, J. Y., Lin, H. C., Huang, C. F., Liu, S. C., & 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.
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137.
- Yıldız, M. A. (2017). Emotion regulation strategies as predictors of internet addiction and smartphone addiction in adolescents. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 7(69), 66-78.
- Yılmaz, G., Haydar, Ş. & Civan, S. (2015). Ergenlerde mobil telefon bağımlılığı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 2(2), 20-37.