



Social Sciences Indexed

**International**  
**SOCIAL MENTALITY AND**  
**RESEARCHER THINKERS JOURNAL**  
Open Access Refereed E-Journal & Refereed & Indexed  
SMARTjournal (ISSN:2630-631X)



Architecture, Culture, Economics and Administration, Educational Sciences, Engineering, Fine Arts, History, Language, Literature, Pedagogy, Psychology, Religion, Sociology, Tourism and Tourism Management & Other Disciplines in Social Sciences

2019

Vol:5, Issue:26

pp.1830-1840

[www.smartofjournal.com](http://www.smartofjournal.com)

[editorsmartjournal@gmail.com](mailto:editorsmartjournal@gmail.com)

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ ALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN AKILLI TELEFON BAĞIMLILIKLARININ İNCELENMESİ**

INVESTIGATION OF THE SMART PHONE DEPENDENCE OF UNIVERSITY STUDENTS WHO HAVE PHYSICAL AND SPORT EDUCATION

**Doç.Dr. Talha MURATHAN**

Ardahan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ardahan/Türkiye  
ORCID: 0000-0002-9837-3707

**Dr.Öğr.Üyesi Ali TÜRKER**

Muş Alparslan Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Muş/Türkiye  
ORCID: 0000-0001-8127-2961



Article Arrival Date : 19.11.2019

Article Published Date : 17.12.2019

Article Type : Research Article

Doi Number : <http://dx.doi.org/10.31576/smryj.396>

Reference : Murathan, T. & Türker, A. (2019). "Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Alan Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılıklarının İncelenmesi", International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, (Issn:2630-631X) 5(26): 1830-1840

**ÖZET**

Bu çalışmanın amacı, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi alan üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılıklarını çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Araştırmanın örneklemini Malatya, Erzurum ve Ardahan illerinde Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenimlerine devam eden, yaş ortalaması 22.46+2,83 olan, 117'si kadın ve 154'ü erkek toplam 271 kişi oluşturmuş olup, katılım gönüllü olarak sağlanmıştır. Katılımcıların akıllı telefon bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla, telefon bağımlılık riskini ölçmek için Kwon ve ark.,(2013) tarafından geliştirilen ölçek kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen verilerin analizinde katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarını belirlemek amacıyla yüzde ve frekans gibi tanımlayıcı istatistik yöntemleri, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için ise Kolmogorov Smirnov normallik testi ile verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edilmiştir. Verilerin istatistiksel analizinde ikili karşılaştırmalarda Independent Samples T-Testi, çoklu karşılaştırmalarda OneWayAnova analizi kullanılmıştır. Sonuç olarak, cinsiyet ve yaşın akıllı telefon kullanımında önemli bir etken olmadığı görülmüştür. Günde 4-5 saatten daha fazla telefonla ilgilenen, 6 Gb'dan fazla internet paketi olan ve başkalarını sosyal medya uygulamalarıyla takip amaçlı telefon kullanan öğrencilerin akıllı telefon bağımlısı olabileceği sonucu çıkarılmıştır. Katılımcıların büyük çoğunluğunun daha çok sosyal medyada gezinmek amacıyla akıllı telefon kullandıkları belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Akıllı Telefon, Bağımlılık, Beden Eğitimi ve Spor.

**ABSTRACT**

The aim of this study is to investigate smartphone addictions of university students studying Physical Education and Sports in terms of different variables. The sample of the study consisting 117 female and 154 male with the age average of 22.46+2,83 out of 271 in total who continue their studies at School of Physical Education and Sports in Malatya, Erzurum and Ardahan provinces. With the aim of determining smartphone addiction levels of the participants, the scale developed by Kwon et al., (2013) has been used for measuring the risk of smartphone addiction. Descriptive Statistic methods such as percentage and frequency to identify the distributions of the participants' personal information

andirregularity and lowness values of the datum with Kolmogorov Smirnov normality test to determine whether the datum Show normal distributions have been controlled. In statistical analysis of the datum Independent Sample T-test in mutual comparisons and Oneway Anova analysis in multiple comparisons have been used. As a result, it has been seen that gender and age are not significant factors in smartphone usage. It has been concluded that the students who spend more than 4-5 hours a day on smart phone and have internet package more than 6 gb and who follow others by using social media apps may be smartphone addict. It has been stated that large majority of the participants uses smartphones more likely to surf on social media.

**KeyWords:** Smartphone, Addiction, Physical Education and Sports.

## 1. GİRİŞ

Günümüzde bilişim ve iletişim teknolojilerinde meydana gelen büyük gelişmeler teknoloji bağımlılığını da beraberinde getirmiştir. Bağımlılık bir kişiye, varlığa veya nesneye kendini adanmak, onu bırakmamak ve kontrol edememek şeklinde tanımlanabilmektedir (Egger ve Rauterberg, 1996; Ay, 2013). Bağımlılık biyolojik veya davranışsal olarak ortaya çıkabilmektedir. Biyolojik bağlanma sinir sisteminin bir işlevi olarak ortaya çıkar ve kişi bir maddeye aşırı istek duyar (alkol ve uyuşturucu bağımlılığı gibi). Davranışsal bağımlılıkta ise bir kişi veya varlığa olan aşırı istek duyma durumu söz konusudur (marka ve bilgisayar bağımlılığı gibi) (Şar ve Işıklar, 2012). Davranışsal bağımlılığın bir çeşidi de akıllı telefon bağımlılığıdır. Günümüzde birçok kişiye ait birden fazla telefon bulunmaktadır. Yeni özelliklere sahip telefonlar çıktıkça eski telefonlar ya satılmakta veya yedek olarak saklanmaktadır. Daha önceleri sadece konuşmak ve mesaj yazmak için kullanılan cep telefonlarına küçük cep bilgisayarlarının özellikleri eklenerek oluşturulmuş olan akıllı telefonlar normal bir cep telefonundan çok daha fazla özelliğe sahiptir. Bu telefonlarda bilgisayarlarda kullanılan benzer işletim sistemleri (android, ios gibi) ayrıca GPS, Wi-fi, 3G, bluetooth, dokunmatik ekran, navigasyon, görüntü ve ses kaydı gibi özellikler de bulunmaktadır (Taner ve ark., 2013; Kuyucu, 2017). İnsanlar akıllı telefonları sayesinde konuşma ve mesajlaşma ihtiyaçlarının yanı sıra, telefonun bağlı olduğu internet ve telefona indirilen uygulamalar sayesinde haberleri ve sosyal medyayı takip edebilmekte, fotoğraf çekebilme, kitap okuyabilmekte, bankacılık işlemlerini yapabilmekte, maillerini kontrol edebilmekte ve online alışveriş gibi birçok işlemlerini yapabilmektedirler. Eğitim öğretim ortamlarında da çoğu öğrenci derslerde not tutmak yerine sunuların fotoğrafını çekmektedirler (Aktaş ve Yılmaz, 2017). Akıllı telefonlardaki bu teknoloji bir taraftan günlük hayatı kolaylaştırırken diğer taraftan riskli durumlar da ortaya çıkarabilmektedir. Örneğin telefonların sahip olduğu ses ve görüntü kaydetme özellikleri kötüye kullanılabilir.

Akıllı telefonların aşırı kullanımı bireylerde bağımlılık durumunu ortaya çıkarmaktadır. Bu durum da hem fiziksel hem de ruhsal problemlere neden olmaktadır (Kuyucu, 2017). Mobil telefon kullanımından yoksun kalma hissi psikolojide nomofobi olarak adlandırılmaktadır. Bu hissiyata sahip bireyler telefonları yanlarında uyumakta, sabahları uyanır uyanmaz ve gün içerisinde telefonlarını kontrol etmekte, telefonlarını unuttuklarında boşluk hissi yaşamakta, telefonları kapsama alanı dışında kaldığında veya internete bağlanmada sorun yaşadığında endişeli davranmaktadırlar (Bragazzi ve Pente, 2014). Bu durum bireylerin yalnızlık endişelerini de artırmaktadır (Lee ve ark., 2014).

Daha önce yapılan çalışmalar incelendiğinde üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının toplumun diğer kesimindeki bireylere oranla daha riskli olduğu görülmüştür. Bireyler üniversite okumak için ailelerinden uzakta yaşamaya başladıklarında ebeveyn kontrol mekanizmasının zayıflamış olması nedeniyle daha kontrolsüz kalmakta ve hem yalnızlık duygusunu bastırmak hem de boş zamanlarını değerlendirme amacıyla daha fazla akıllı telefon kullanmaktadırlar. Hatta her üç üniversite öğrencisinden birinin nomofobik olduğu bildirilmiştir (Erdem ark., 2017; Yıldırım ark., 2016; Adnan ve Gezgin, 2016).

Bu çalışmada Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin bazı değişkenlere göre tespit edilmesi amaçlanmıştır.

## 2. MATERYAL VE METOT

### 2.1. Çalışma Grubu

Bu çalışmaya Ardahan, Erzurum ve Malatya illerindeki Spor Bilimleri ve Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında öğrenimlerine devam eden yaş ortalaması 22.46+2,83 olan 117'si kadın ve 154'ü erkek 271 kişi gönüllü olarak katılmıştır.

### 2.2. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu

Ölçeğin orijinal hali Kwon ve ark. (2013) tarafından telefon bağımlılık riskini ölçmek için geliştirilmiş olup, Noyan ve ark. (2015) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılmıştır. Ölçek 10 maddeden oluşup, 6'lı likert tipindedir. Ölçeğin maddeleri 1'den 6'ya doğru puanlandırılıp, toplamı minimum 10 maksimum 60 puan arasında değişmektedir. Ölçek tek faktörden oluşup, Kore örnekleminde erkekler için kesme puanı 31, kadınlar için 33 olarak belirlenmiştir. Çalışmamızda ölçeğin Cronbach Alfa katsayısı 0,923 bulunmuştur. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek için Skewness ve Kurtosis değerlerine bakılmıştır (Jondeau ve Rockinger, 2003).

### 2.3. Verilerin Analizi

Katılımcılara dolduracakları ölçek ile ilgili bilgi verilip, kişisel kimlik bilgilerinin alınmayacağı belirtilmiş ve sadece gönüllü olanların katılımı sağlanmıştır. Verilerin analizi SPSS 23 Paket programı kullanılarak yapılmıştır. Akıllı Telefon kullanıcılarının bağımlılık düzeyini belirlemek için ikili karşılaştırmalarda Independent Samples T-Testi, çoklu karşılaştırmalarda OneWayAnova analizi kullanılmıştır. Gruplar arası farklılıkların kaynağının belirlenmesinde homojen olan guruplar için TUKEY HSD testi, homojen olmayan guruplar için ise TAMHANE T2 çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi ise  $p < 0.05$  olarak alınmıştır.

## 3. BULGULAR

Katılımcılara ait demografik bulgular Tablo 1'de verilmiştir. Çalışmaya katılan 117 kadın ve 154 erkek öğrenci bulunmaktadır. Öğrencilerin büyük çoğunluğunun 21 yaş ve üzerinde olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların % 21,8'inin günde 10 kereden az, %25,1'inin 10-20 kere arası telefonlarını kontrol ettikleri bulunmuştur. %31,4 ü 5 saat ve üzeri telefonla ilgilenirken, %16,2'sinin 1 saatten az telefonla ilgilendikleri belirlenmiştir. Kendinizi telefon bağımlısı olarak görüyor musunuz? sorusuna katılımcıların %24,4'ü bağımlıyım %24,4'ü belki, %20,3 fikrim yok %31'i olmadığını beyan etmiştir. Katılımcıların %37'si 3-6 Gb internet paketine sahipken %14'ü 9 Gb ve üzeri pakete sahip olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların %31'i 0-2 saat internet kullandığını, %12,5'i 8 saat ve üzeri internet kullandığını bildirmiştir. Katılımcıların en çok (%52,8) sosyal medya için telefonu kullandıkları belirlenmiştir. Sosyal medyadan sonra sırasıyla telefonunu ders/ödev hazırlamak (% 12,5), e-posta kontrol etmek (%9,6), video/müzik dinlemek (%6,6), online oyun oynamak (%6,3), haber okumak (%6,3) ve başkalarını takip etmek (%5,9) gibi amaçlar için kullandıkları belirlenmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcılara İlişkin Demografik Bulgular

		f	%
Cinsiyet	Kadın	117	43,2
	Erkek	154	56,8
Yaş	20 Yaş altı	55	20,3
	21 ve 22 Yaş	108	39,9
	23 Yaş ve üzeri	108	39,9
Yaşadığınız il	Malatya	98	36,2
	Ardahan	113	41,7

	Erzurum	60	22
Okuduğunuz bölüm	Öğretmenlik	167	61,6
	Yöneticilik	104	38,4
Günde ortalama kaç kez telefonu kontrol edersiniz	10'dan az	69	21,8
	10-20 Kez arası	68	25,1
	21-30 Kez arası	37	13,7
	31-40 Kez arası	53	19,6
	40 tan fazla	64	19,6
Günde akıllı telefonla kaç saat ilgileniyorsunuz?	1 Saatten az	44	16,2
	1-2 Saat	64	23,6
	3-4 Saat	44	16,2
	4-5 Saat	34	12,5
	5 Saat üzeri	85	31,4
Kendinizi telefon bağımlısı olarak görüyor musunuz?	Değilim	84	31
	Fikrim yok	55	20,3
	Belki	66	24,4
	Bağımlıyım	66	24,4
Kullandığınız tarifenizde aylık kaç Gb internet paketiniz var?	3 Gb'dan az	79	29,2
	3-6 Gb arası	101	37,3
	6-9 Gb arası	53	19,6
	9 Gb ve üzeri	38	14
Günlük internet kullanım süreniz ne kadardır?	0-2 saat arası	84	31
	2-4 saat arası	59	21,8
	4-6 saat arası	48	17,7
	6-8 saat arası	46	17
	8 saat üzeri	34	12,5
Telefonu en çok hangi amaçla kullanıyorsunuz	Sosyal Medya	143	52,8
	E posta	26	9,6
	Ders/Ödev Hazırlamak	34	12,5
	Online Oyun	17	6,3
	Başkalarını Takip Etme	16	5,9
	Video/Müzik	18	6,6
	Haber Okuma	17	6,3
Toplam		271	100

Cinsiyet değişkenine göre fark olup olmadığını belirlemek için yapılan t testi sonuçlarına göre, öğrencilerin akıllı telefon kullanma bağımlılığı puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmadığı gözlenmiştir ( $p>0.05$ ). Kadın ( $x=28,06$ ) ve erkek ( $x=30,36$ ) katılımcıların ortalama puanları incelendiğinde, ortalama puanlarının kesme puanlarının altında olduğu görülmüştür.

**Tablo 2.**Cinsiyet Değişkenine Göre T-testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	X	S.s	t	df	p
Akıllı Telefon	Kadın	117	28,068	12,338	-1,503	269	0,134
Bağımlılığı	Erkek	154	30,364	12,538			

Yaş değişkenine göre, öğrencilerin akıllı telefon kullanma bağımlılığı puanlarında anlamlı farklılık bulunmadığı gözlenmiştir ( $p>0.05$ ). 20 yaş altı ( $x=30,20$ ), 21-22 yaş ( $x=28,46$ ) ve 23 yaş ve üzerinde ( $x=29,861$ ) olan öğrencilerin ortalama puanları incelendiğinde, ortalama puanlarının kesme puanlarının altında olduğu görülmüştür.

**Tablo 3.** Yaş Değişkenine Göre OneWayAnova testi Sonuçları

	Yaş	N	X	S.s	F	p
Akıllı Telefon Bağımlılığı	20 yaş altı	55	30,200	11,653	0,489	0,614
	21 ve 22 yaş	108	28,463	12,718		
	23 yaş üzeri	108	29,861	12,704		
	Toplam	271	29,373	12,481		

“Günde ortalama kaç saat akıllı telefonunuzla ilgilenirsiniz?” değişkenine göre, akıllı telefon bağımlılığı toplam puanları arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Hangi değişkenler arasında farklılık bulunduğu belirlenmesi için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, 10 kereden az kontrol ederim diyenler ile hem 30-40 kez arası kontrol ederim hem de 40 kereden fazla kontrol ederim diyenler arasında anlamlı farklılık gözlenmiştir ( $p<0.05$ ). Günlük telefonla ilgilenme sürelerine göre ortalama puanları incelediğimizde; 1 saatten az ( $x=22,40$ ), 1-2 saat arası ( $x=25,57$ ) ve 3-4 saat arası ( $x=28,34$ ) kesme puanından daha düşük ortalamalara sahipken, 4-5 saat arası ( $x=34,23$ ) ve 5 saat üzeri ( $x=34,42$ ) telefon ile ilgilenen öğrencilerin ortalama puanları kesme noktasından yüksek bulunmuştur.

**Tablo 4.** Günlük Telefon ile İlgilenme Süresine ait OneWayAnova Testi Sonuçları

		N	X	S.s	F	p
Akıllı Telefon Bağımlılığı	1 saatten az	44	22,409	12,095	11,225	0,000*
	1-2 saat arası	64	25,578	10,912		
	3-4 saat arası	44	28,341	9,824		
	4-5 saat arası	34	34,235	14,089		
	5 saat üzeri	85	34,424	11,698		
	Toplam	271	29,373	12,481		

“Kendinizi akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendiriyor musunuz?” değişkenine göre akıllı telefon bağımlılığı toplam puanları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır ( $p<0.05$ ). Hangi değişkenler arasında farklılık bulunduğu belirlenmesi için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, fikrim yok değişkeni ile belki değişkeninin arasında anlamlı farklılık bulunmazken, kalan tüm değişkenler arasında farklılık bulunduğu gözlenmiştir ( $p<0.05$ ). Kendinizi akıllı telefon bağımlısı olarak görüyor musunuz sorusuna cevap verenlerin ortalama puanları incelendiğinde, değilim ( $x=20,92$ ) ve fikrim yok ( $x=28,65$ ) şeklinde cevap verenlerin ortalamanın altında puana sahip olduğu, belki ( $x=32,07$ ) ve bağımlıyım ( $x=38,01$ ) şeklinde cevap verenlerin ortalamanın üzerinde puana sahip olduğu görülmüştür.

**Tablo 5.** Kendinizi Akıllı Telefon Bağımlısı Olarak Değerlendiriyor musunuz Sorusuna Ait OneWayAnova Testi Sonuçları

		N	X	S.s	F	p
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Değilim	84	20,929	10,421	33,209	0,000*
	Fikrim Yok	55	28,655	9,434		
	Belki	66	32,076	11,157		

	Bağımlıyım	66	38,015	11,583		
	Toplam	271	29,373	12,481		
*p<0.05						

“Aylık kaç Gb internet paketiniz var?” değişkenine göre farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda, akıllı telefon bağımlılığı toplam puanları arasında farklılık olduğu gözlenmiştir ( $p<0.05$ ). Farklılığın hangi değişkenler arasında olduğunu belirlemek için yapılan Tukey HSD testi sonuçlarına göre, 3 Gb paketi olanlar ile hem 6-9 Gb hem de 9 Gb üzeri paketi olanlar arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ( $p<0.05$ ). Aylık internet paketi 3 Gb'dan az ( $x=24,92$ ) ve 3-6 Gb ( $x=29,43$ ) arası olan katılımcıların ortalama puanlarının kesme puanından düşük olduğu, 6-9 Gb arası ( $x=33,35$ ) ve 9 Gb ve üstü ( $x=32,89$ ) internet paketine sahip olan katılımcıların ise ortalama puanlarının kesme puanından yüksek olduğu görülmüştür.

**Tablo 6.** Sahip Olunan İnternet Paketi Değişkenine Göre OneWayAnova Testi Sonuçları

		N	X	S.s	F	p
Akıllı Telefon Bağımlılığı	3 Gb'dan az	79	24,924	12,107	6,535	0,000*
	3-6 Gb arası	101	29,436	11,296		
	6-9 Gb arası	53	33,359	13,310		
	9 Gb ve üstü	38	32,895	12,496		
	Toplam	271	29,373	12,481		
*p<0.05						

“Telefonu hangi amaçla kullanıyorsunuz?” değişkenine göre farklılık olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucuna göre, akıllı telefon bağımlılığı toplam puanları arasında anlamlı farklılık olduğu gözlenmiştir ( $p<0.05$ ). Telefonu kullanma amaçlarına göre öğrencilerin ortalama puanları incelendiğinde, sosyal medya kullananların ( $x=31,44$ ), e postasını kontrol edenlerin ( $x=28,69$ ), ders çalışıp ödev hazırlayanların ( $x=23,05$ ), online oyun oynayanların ( $x=29,64$ ), video izleyip müzik dinleyenlerin ( $x=25,83$ ), haber okuyanların ( $x=24,58$ ) ortalama puanları kesme puanından düşük bulunmuş olup, sadece başkalarını takip edenlerin ( $x=34,18$ ) ortalama puanı kesme puanından yüksek bulunmuştur.

**Tablo 7.** Telefonun Kullanım Amacı Değişkenine ait OneWayAnova Testi Sonuçları

		N	X	S.s	F	p
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Sosyal Medya	143	31,441	12,517	3,338	0,003*
	E posta	26	28,692	10,792		
	Ders/Ödev Hazırlamak	34	23,059	12,012		
	Online Oyun	17	29,647	11,694		
	Başkalarını Takip Etmek	16	34,188	12,781		
	Video/Müzik	18	25,833	12,944		
	Haber Okuma	17	24,588	10,266		
	Toplam	271	29,373	12,481		
*p<0.05						

#### 4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmamızda üniversite öğrencilerinin akıllı telefon kullanım düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde akıllı telefon kullanım düzeylerinin cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar gösterdiğini belirten çalışmalar olduğu gibi çalışmamızdakine benzer şekilde anlamlı farklılıkların görülmediği

çalışmalar da bulunmaktadır. Bu durumun çalışma grubundaki bölgesel veya ekonomik farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Yılmaz ve ark. (2015), lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, problemlili mobil telefon kullanım düzeyinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiğini ve kız öğrencilerde, erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Erdem ve ark., (2016) benzer şekilde kadınların erkeklere göre daha fazla akıllı telefon kullandıklarını belirtmişlerdir. Park ve Lee (2014), ise Kore'deki üniversite öğrencilerin katıldığı bir araştırmada kadınların erkeklere oranla daha fazla akıllı telefon kamerası kullandıkları, erkeklerinde kadınlara göre daha fazla telefon ile konuştuklarını gözlemiştir. Yine Aktaş ve Yılmaz (2017)'da, "üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı" adlı çalışmalarında, cinsiyet değişkenine göre akıllı telefon kullanma düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunduğunu belirtmişlerdir. Altundağ ve Bulut (2017)'un Sınıf Öğretmenliği Bölümü öğrencilerinin akıllı telefon kullanım alışkanlıklarını inceledikleri çalışmada, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla akıllı telefon kullanım düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Karaca (2017) ise üniversite öğrencilerinin akıllı telefon kullanma düzeyinde cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunduğunu belirtmiş, erkek öğrencilerin daha yüksek internet bağımlılığı skoruna sahip olduğunu bildirmiştir. İnternet bağımlılığı ile günlük akıllı telefon kullanım süresi arasında da anlamlı farklılık olduğunu belirtmiştir.

Bu çalışmaların aksine Minaz ve ark. (2017), üniversite öğrencilerinde cinsiyet ve eğitim düzeyi değişkenine göre akıllı telefon kullanma düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığını tespit etmişlerdir. Katılımcıların telefonu en fazla sosyal iletişim ağlarına erişim için kullandığını, ortalama telefon kullanım süresinin de 4 saat ve üzeri olduğunu bildirmişlerdir. Yine Yalçın ve ark.(2017) ile Perry ve Lee (2007), üniversite öğrencilerine akıllı telefon kullanımının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediğini fakat erkeklerin kadınlardan daha fazla kısa mesaj attığını saptamışlardır. Sanal ve Özer (2017), üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım oranlarının cinsiyet, ikamet ve bölüm değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark içermediğini belirtmişlerdir. Analiz sonuçlarında kadın katılımcıların 28,8'i ve erkek katılımcıların %32,1'inin kesme değerlerinin üzerinde kaldığı, katılımcıların en fazla Whatsapp, Instagram, YouTube, Facebook ve Snapchat uygulamalarını kullandıkları sonucuna ulaşmışlardır.

Çalışmamızda tüm yaş gruplarının ortalama puanları, kesme puanından düşük bulunmuştur. 20 yaş altı katılımcıların ortalama puanları, 20 yaş üzeri katılımcılara göre sayısal olarak yüksek bulunmuş olup, kesme puanın istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği gözlenmiştir. Ulaşılan literatür bilgilerinin çoğu bu sonucu destekler nitelikteyken, birkaç çalışma aksi yönde sonuç bildirmiştir. Örneğin; Minaz ve ark. (2017) ile Kuyucu (2017) üniversite öğrencilerinde yaş değişkenine göre akıllı telefon bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmadığını belirtmişlerdir. Kuyucu (2017), 21-23 yaş aralığında olan üniversite öğrencilerinin, 27 yaş ve üzerindekiilere göre daha fazla telefonlarına bağlı olduklarını belirtmişlerdir. Benzer şekilde Aktaş ve Yılmaz (2017), yaş arttıkça telefon bağımlılığının düştüğünü ve 18-21 yaş grubunun, 22-25 ve 26 üstü yaş gruplarına göre daha fazla bağımlı olduğunu belirtmişlerdir.

Yalçın ve ark.(2017) ise tam tersine 21-25 yaş arası katılımcıların, 17-20 yaş arası ve 26 yaş üzeri katılımcılardan istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha fazla akıllı telefon bağımlılığı bulunduğunu belirtmişlerdir. Benzer şekilde Yılmaz ve ark. (2017)'da, hemşirelik öğrencilerinde yaş faktörünün akıllı telefon ve internet bağımlılık düzeylerini etkilemediğini belirtmişlerdir.

Dikeç ve Kebapçı (2018) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamasını yüksek bulduklarını, yaş, eğitim düzeyi, akademik not ortalaması ve günlük akıllı telefon kullanma süresi değişkenlerine göre anlamlı farklılık bulduklarını belirtmişlerdir.

Katılımcıların “günde ortalama kaç saat akıllı telefonunuzla ilgilenirsiniz” sorusuna günde “1 saatten az”, “1-2 saat arası” ve “3-4 saat arası” ilgilenirim şeklinde cevap verenlerin ortalama puanları kesme puanından düşük bulunurken, “4 saat ve üzeri” kontrol ederim şeklinde cevap verenlerin ortalama puanları kesme puanından yüksek bulunmuştur.

Gruplar arası farklılıklar incelendiğinde ise “1 saatten az” ve “1-2 saat arası” telefon ile ilgilenenlerin, “4-5 saat arası” ve “5 saat üzeri” telefon ile ilgilenen gruplarla, ayrıca “3-4 saat arası” telefonuyla ilgilenen grubun ise “5 saat ve üzeri” telefonla ilgilenen grupla arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür.

James ve Drennan (2005), Avustralya’da, üniversite öğrencilerinin günde 1,5 ile 5 saat arasında değişen sürelerde akıllı telefon kullandıklarını, kullanımlarının özel günlerde ve organizasyonlarda daha da arttığını bildirmişlerdir. Özen ve Topçu (2017) Tıp Fakültesi öğrencilerinden günlük “1 saatten az” telefon kullananların %19,3, “1-3 saat arası” telefon kullananların %34,5, “3-5 saat arası” telefon kullananların %24,2 ve “5 saat ve üzeri” telefon kullananların %68 olduğunu bildirmişlerdir. Çalışmamıza katılan öğrencilerin %17,2’sinin telefon kullanım sürelerinin ortalama 5 saat, %31,4’ünün ise 5 saat ve üzeri olduğu bulunmuştur. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin Tıp Fakültesi öğrencilerine göre, dersleri dışında bireysel gelişimleri için veya stres atmak için sporu tercih etmelerinin telefon kullanım sürelerini etkilediği düşünülmektedir.

Katılımcılardan “kendilerini akıllı telefon bağımlısı olarak görenler” ile “belki” cevabı verenlerin ortalama puanları kesme puanından yüksek bulunmuştur. “Değilim” ve “fikrim yok” şeklinde cevap verenlerin puanları ise kesme puanından düşük bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre, Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinin, telefon bağımlılığı konusundaki farkındalıklarının yüksek olduğu ve kendilerini doğru değerlendirebildikleri görülmektedir.

Çalışmamızda aylık 3 Gb’dan az internet paketi olanlar ile 3-6 Gb arası internet paketi olanların ortalama puanları kesme puanından düşük, 6-9 Gb arası ve 9 Gb üzeri internet paketi olanların ortalama puanları kesme puanından yüksek bulunmuştur. Gruplar arasındaki farklılık anlamlı bulunmuştur. İnternet paketi yüksek olanların, internet paketi az olanlara göre daha fazla telefon ile ilgilenmeye eğilim gösterdikleri anlaşılmaktadır.

Kuyucu (2017), 21-23 yaş aralığında olan üniversite öğrencilerinin, 27 yaş ve üzerinelere göre daha fazla telefonlarına bağlı olduklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların gelir düzeyi yükseldikçe, telefon kalitesinin arttığını görülmüş, telefon kalitesi düşük olduğunda beklenen verim alınmadığı için, telefon ile daha az ilgilendikleri sonucu ortaya çıkmıştır.

Katılımcıların telefonu kullanma amaçlarına göre ortalama puanları incelendiğinde, sosyal medya kullananların ( $x=31,44$ ), e postasını kontrol edenlerin ( $x=28,69$ ), ders çalışıp ödev hazırlayanların ( $x=23,05$ ), online oyun oynayanların ( $x=29,64$ ), video izleyip müzik dinleyenlerin ( $x=25,83$ ), haber okuyanların ( $x=24,58$ ) ortalama puanlarının kesme puanından düşük olduğu, sadece başkalarını takip edenlerin ( $x=34,18$ ) ortalama puanının kesme puanından yüksek olduğu görülmüştür. Bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Sosyal medyayı aktif kullananların ortalama puanı kesme puanına çok yakın bulurken, bir yüksek ortalama puanına da oyun oynayanların sahip olduğu görülmektedir. Altundağ ve Bulut (2017), aday sınıf öğretmenlerinde, günlük internet, sosyal medya ya da akıllı telefon kullanım süresi arttıkça problemlili akıllı telefon kullanım düzeyi açısından riskinde arttığını belirtmişlerdir. Öncel ve Tekin (2016), lise öğrencilerinin telefon ile en çok Facebook ve Instagram programları kullandığı sonucuna ulaşmışlardır. “WeAreSocial (2016)”ın global ölçekte hazırladığı dijital dünya araştırmasından elde edilen sonuca göre ise, Türkiye’de akıllı telefonlardan internete erişimin günlük ortalama 2 saat 35 dakika olduğu belirtilmiştir. Raporda ayrıca %32 ile Facebook en sık kullanılan sosyal ağ çıkarken, %24 ile Whatsapp, %20 ile Facebook Messenger, %17 ile Twitter, % 16 ile Instagram ve %15 ile Skype kullanıldığı yer almıştır. Bu sonuçlar ışığında telefon bağımlılığına etki eden başlıca unsurların,



başkalarının hayatlarını takip etme yani merak güdüsü ile boş zamanını değerlendirmeye yönelik eğlence amaçlı olduğu düşünülebilir.

Sonuç olarak bu çalışmada cinsiyet ve yaşın akıllı telefon kullanımında önemli bir etken olmadığı görülmüştür. “Günde ortalama kaç saat akıllı telefonunuzla ilgilenirsiniz”, “Kendinizi akıllı telefon bağımlısı olarak değerlendiriyor musunuz”, “Aylık kaç Gb internet paketiniz var” ve “Telefonu hangi amaçla kullanıyorsunuz” değişkenlerinde ise anlamlı farklılık görülmüştür. Günde 4-5 saatten daha fazla saat telefonla ilgilenenlerin ve 6 Gb’dan fazla internet paketi olanların ve başkalarını takip amaçlı telefon kullananların akıllı telefon bağımlısı olabileceği sonucu çıkmıştır. Katılımcıların çoğu telefonu sosyal medyayı takip etmek amacıyla kullanırken, başkalarını takip etme, online oyun ve haber okumak için kullanan öğrenci sayısının az olduğu belirlenmiştir. Akıllı telefon bağımlılığı günden güne ciddi bir sorun haline gelmektedir. Teknolojinin ve çağın ilerlemesiyle cep telefonu kullanım yaşının günden güne düştüğü görülmektedir. Çocuk yaşta cep telefonunu ile tanışan bir birey için nomofobi gelecekte daha büyük bir risk olacaktır. Nomofobi ile ilgili çalışmaların artırılıp, diğer yaş gruplarına uygulanması ve farklı ölçeklerle de desteklenmesinin faydalı olacağı kanaatindeyiz.

### 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.

Aktaş, H., & Yılmaz, N. (2017). “Üniversite Gençlerinin Yalnızlık ve Utangaçlık Unsurları Açısından Akıllı Telefon Bağımlılığı”, International Journal of Social Sciences and Education Research, 3(1):85-100.

Altundağ, Y., & Bulut, S. (2017). “Aday Sınıf Öğretmenlerinde Problemlilik Akıllı Telefon Kullanımının İncelenmesi”, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(4):1670-1682.

Ay, S. (2013). “İletişim Araçları Kullanımının Yarattığı Bağımlılığın Sosyal İzolasyon Üzerindeki Etkisi Cep Telefonu Kullanıcıları Üzerinde Bir Araştırma”, Uzmanlık Tezi, Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu, İzmir.

Bragazzi, N.L. & Pente, G.D. (2014). “A Proposal for Including Nomophobia in the New DSM”, Psychology Research and Behavior Management, 7:155-160.

Dikeç, G., & Kebapçı, A. (2018). Smartphone Addiction Level Among a Group of University Students, Journal of Dependence, 19(1):1-9.

Egger, O., & Rauterberg, M. (1996). Internet Behaviour and Addiction. Yüksek Lisans Tezi, Swiss Federal Institute of Technology Üniversitesi, Zurih, Switzerland.

Erdem, H., Kalkın, G., Türen, U., & Deniz, M. (2016). “Üniversite Öğrencilerinde Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusunun (Nomofobi) Akademik Başarıya Etkisi”, Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 21(3):923-936.

Erdem, H., Türen, U., & Kalkın, G. (2017). “Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusu (Nomofobi) Yayılımı: Türkiye’den Üniversite Öğrencileri ve Kamu Çalışanları Örneği”, Bilişim Teknolojileri Dergisi, 10(1):1-12.

James, D., & Drennan, J. (2005). Exploring Addictive Consumption of Mobile Phone Technology. Perth, Australia: In Australian and New Zealand Marketing Academy Conference Perth, Australia.

Jondeau, E., & Rockinger, M. (2003). Conditional Volatility, Skewness and Kurtosis: Existence, Persistence and Comovements, Journal of Economic Dynamics & Control, 27(10):1699-1737.

- Karaca, F. (2017). Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Akıllı Telefon Kullanma Alışkanlıkları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 44:581-597. Doi:10.21764/maeuefd.334953
- Kuyucu, M. (2017). “Gençlerde Akıllı Telefon Kullanımı ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Sorunsalı: Akıllı Telefon(Kolik) Üniversite Gençliği”, Global Media Journal TR Edition, 7(14):328-359.
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The Smart Phone Addiction Scale:Development and Validation of a Short Version Foradolescents, PloS one,8(12):e83558.
- 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.
- Minaz, A., & Bozkurt, Ç. (2017). “Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerinin Ve Kullanım Amaçlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelemesi”, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 9(21):268-286.
- Noyan, C. O., Enez Darçın, A., Nurmedov, S., Yılmaz, O., & Dilbaz, N. (2015). “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Kısa Formunun Üniversite Öğrencilerinde Türkçe Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması”, Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi, 16:73-81.
- Öncel, M., & Tekin, A. (2016). “Investigation of Secondary School Students Facebook Addiction Levels and Usage Purposes In Terms Of Different Variables”, Adıyaman University Journal of Education al Sciences, 6(1):179-197.
- Özen, S., & Topçu, M. (2017). “Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı ile Depresyon, Obsesyon-Kompulsiyon, Dürtüsellik, Aleksitimi Arasındaki İlişki”, Bağımlılık Dergisi, 18(1):16-24.
- Park, N., & Lee, H. (2014). Gender Difference in Social Networking on Smartphones: A case Study of Korean College Student Smartphone Users, International Telecommunications Policy Review, 21(2):1-18.
- Perry, S. D., & Lee, K.C. (2007). Mobile Phone Text Messaging Overuseamong Developing World University Students. Communicatio, 33(2):63-79.
- Sanal, Y., & Özer, Ö. (2017). “Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Sosyal Ağ Kullanımı: Bir Durum Değerlendirmesi”, Mediterranean Journal of Humanities, 7(2):367-377. Doi: 10.13114/Mjh.2017.370.
- Şar, A.H., & Işıklar, A. (2012). “Problemlili Mobil Telefon Kullanım Ölçeğinin Türkçeye Uyarlaması”, International Journal of Human Sciences, 9(2):264-275.
- Taner, N. (2013). “Kullanıcılarının Akıllı Telefonları Değerlendirmeleri: Kastamonu Şehir Merkezinde Bir Uygulama”, Uluslararası İşletme ve Yönetim Dergisi, 1(2):127-140. Doi:10.15295/bmij.v1i2.29
- WeAreSocial (2016). Digital in 2016, <http://wearesocial.com/uk/special-reports/digital-in-2016> (Erişim Tarihi: 28.12.2018).
- Yalçın, C., Demirel, M., Demirel, D.H., & Çolakoğlu, T. (2017). “Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Boş Zamanın Anlamı İle Akıllı Telefon Bağımlılıklarına İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi”, İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 7(1):1303-1414.
- Yıldırım, K., Yaşar, Ö., & Duru, M. (2016). “Öğretmen ve Öğrenci Görüşleri Temelinde Akıllı Telefonların Eğitim Öğretim Ortamlarında Kullanılmasının ve Etkilerinin İncelenmesi”, International Journal of Education Science and Technology, 2(2):72-84.

Yılmaz, D., Çınar, H.G., & Özyazıcıoğlu, N. (2017). “Hemşirelik Öğrencilerinde Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı ile Üst Ekstremitte Fonksiyonel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Sdü Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 8(3):15-27.

Yılmaz, G., Şar, A. H., & Civan, S. (2015). “Ergenlerde Mobil Telefon Bağımlılığı İle Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying, 2(2):20-37.