



Investigation of Relationship Between Nomophobia and Loneliness Level: Erciyes University Sample*

Mustafa ÇELEBİ¹, Ahmet METİN², Fatih İNCEDERE³, Nagehan AYGÜN⁴,
Melikegül BEDİR⁵ & Özcan ÖZBULUT⁶

Keywords

Nomophobia,
loneliness, mobile
phone,
undergraduate
students.

Abstract

It is not clear whether there is a relationship between the person's desire to access the mobile device and their anxiety about access and feeling loneliness in the literature. To clarify this issue, the nomophobia and loneliness levels of university students were studied in this research: gender, grade level, faculty, the settlement where spent most of life, and academic achievement levels. To research, survey research model was used among the quantitative research methods. The participants of this research are 543 undergraduate students, 315 of whom are women and 228 of whom are men, studying at Erciyes University. In the research, two-stage random sampling, which is one of the random sampling types, was used to determine the study group. Data were collected using Personal Information Form, Nomophobia Scale and UCLA Loneliness Scale-III. In the analysis of the data; descriptive statistics, t test for independent samples, one-way analysis of variance, and Pearson correlation analysis were performed. As a result of the correlation analysis between the nomophobia and loneliness levels of the participants, no significant relationship was found. When the nomophobia and loneliness levels of the participants were examined according to their gender, it was concluded that the nomophobia levels of the female participants were higher than the male participants. When nomophobia and loneliness levels are analyzed according to the grade levels of the participants, the nomophobia levels of the 3rd grade participants are higher than the participants in the 4th grade; it was observed that the loneliness levels of the participants in the 2nd grade were higher than the participants in the 4th grade. When the nomophobia levels of the participants are analyzed according to the faculty where they studied, it was observed that the nomophobia levels of the participants studying at the Faculty of Communication were higher than the participants studying at the Faculty of Law and the Faculty of Veterinary Medicine and the nomophobia levels of

* Bu araştırma 16-19 Eylül 2020 tarihinde yapılacak olan Uluslararası Pegem Eğitim Kongresinde sözlü bildiri olarak kabul edilmiştir.

¹ ORCID: 0000-0002-0325-7528. Prof. Dr., Erciyes Üniversitesi, mcelebi@erciyes.edu.tr

² Corresponding Author. ORCID: 0000-0001-6519-2523. Arş. Gör., Erciyes Üniversitesi, ametin@erciyes.edu.tr

³ ORCID: 0000-0002-2388-5396. Erciyes Üniversitesi, fatihincdr@gmail.com

⁴ ORCID: 0000-0003-0833-8113. Erciyes Üniversitesi, pskdanagehan@gmail.com

⁵ ORCID: 0000-0003-3212-2558. Erciyes Üniversitesi, pskdanmgbdr@gmail.com

⁶ ORCID: 0000-0003-3819-1765. Erciyes Üniversitesi, ozcan66300@gmail.com

the students studying at the Faculty of Health Sciences were higher than the participants studying at the Faculty of Veterinary Medicine. When the nomophobia levels of the participants were analyzed according to their academic success levels, it was concluded that the nomophobia levels of the participants with an academic achievement level of 3.00-4.00 was higher than the participants with an achievement level of 0-2.99. According to findings, the absence of a significant relationship between nomophobia and loneliness differs from previous studies. Therefore, there are more research needed to comment on the relationship between nomophobia and loneliness.

Article History

Received
12 Apr, 2020
Accepted
5 Jun, 2020

Nomofobi ve Yalnızlık Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Erciyes Üniversitesi Örneği*

Anahtar Kelimeler

Nomofobi, yalnızlık,
akıllı telefon,
üniversite
öğrencileri.

Özet

Alanyazında kişinin mobil cihaza erişim isteği ve erişimle ilgili kaygıları ile kendisini yalnız hissetmesi arasında bir ilişkinin olup olmadığı açık değildir. Bu konuya açıklık getirmek amacıyla üniversite öğrencilerinin nomofobi ve yalnızlık düzeyleri; cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim görülen fakülte, yaşamının büyük bölümünü geçirdiği yerleşim yeri ve akademik başarı düzeylerine göre incelenmiştir. Bunun için nicel araştırma yöntemlerinden tarama deseni tercih edilmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu Erciyes Üniversitesi'nde öğrenim gören 315'i kadın, 228'i erkek olmak üzere toplam 543 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada çalışma grubunun belirlenmesinde tesadüfi örnekleme türlerinden iki aşamalı tesadüfi örnekleme kullanılmıştır. Veriler Kişisel Bilgi Formu, Nomofobi Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği-III kullanılarak toplanılmıştır. Verilerin analizinde; açıklayıcı istatistikler, bağımsız örneklem için t testi, tek yönlü varyans analizi ve Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Katılımcıların nomofobi ile yalnızlık düzeyleri arasında yapılan korelasyon analizi sonucunda anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Katılımcıların cinsiyetlerine göre nomofobi ve yalnızlık düzeyleri incelendiğinde; kadın katılımcıların nomofobi düzeyleri erkek katılımcılardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların sınıf düzeylerine göre nomofobi ve yalnızlık düzeyleri incelendiğinde; 3.sınıftaki katılımcıların nomofobi düzeylerinin 4. sınıftaki katılımcılardan daha yüksek; 2. Sınıftaki katılımcıların yalnızlık düzeylerinin 4. sınıftaki katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların öğrenim gördükleri fakülteye göre nomofobi ve yalnızlık düzeylerini incelendiğinde; İletişim Fakültesi'nde öğrenim gören katılımcıların nomofobi düzeylerinin Hukuk Fakültesi'nde ve Veteriner Fakültesi'nde öğrenim gören katılımcılardan yüksek olduğu, Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören katılımcıların nomofobi düzeylerinin ise Veteriner Fakültesinde öğrenim gören katılımcılardan yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların akademik başarı düzeylerine göre nomofobi düzeyleri incelendiğinde; ortalaması 3,00-4,00 arası olan katılımcıların nomofobi düzeylerinin ortalaması 0-2,99 arası olan katılımcılardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulgular göre nomofobi ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişkinin olmaması önceki araştırmalardan farklılık göstermektedir. Dolayısıyla nomofobi ve yalnızlık arasındaki ilişki hakkında yorum yapılabilmesi için daha çok araştırmaya ihtiyaç vardır.

Makale Geçmişi

Alınan Tarih
12 Nisan 2020
Kabul Tarihi
5 Haziran 2020

1. Giriş

Bireylerin, yaşamlarını devam ettirmesinin temel koşulu ihtiyaçlarının karşılanmasıdır. Maslow (1943) tarafından bireyin ihtiyaçlarının sıralandığı bir piramit ileri sürülmektedir. Piramidin üçüncü basamağında toplumsal ihtiyaçların ön planda olduğu görülmektedir. Bu basamaktaki ihtiyaçların sağlanması başkalarıyla etkileşim ve iletişim halinde olmaktan geçmektedir. İletişim ihtiyacı yüz yüze etkileşimle sağlanabileceği gibi farklı şekillerle de sağlanabilmektedir. Ancak Maslow'un yaklaşımına göre herhangi bir davranışı tetikleyen unsurun tek bir güdüden kaynaklanamayacağıdır. Buna örnek olarak, bireylerin cinsel rahatlamaları için fizyolojik ihtiyaçlarının devreye girdiği belirtilirken; bireyler sevgi gösterimi, otorite gibi ihtiyaçlarının giderilmesi için de cinsel eylemde bulunabilmektedirler (Burger, 2006). Dolayısıyla bireylerin başkalarıyla etkileşim ya da iletişim halinde olma ihtiyaçlarının da benzer bir şekilde değerlendirilmesi gerekmektedir.

İletişim ihtiyacının karşılanması için 1876 yılında ilk telefon icat edilmiş ve teknolojik gelişmelere paralel olarak telefon birçok format değiştirmiştir. İlk cep telefonunun 1973 yılında icadı ve izleyen süreç içerisinde akıllı telefonlara dönüşmesiyle birlikte bu cihaz yaşamımızın vazgeçilmezlerinden olmuştur. (Yengin, 2016). Türkiye İstatistik Kurumu (TUİK) 2019 yılı raporunda mart ayı itibarıyla Türkiye'de 80.926.461 adet cep telefonu aboneliği bulunduğu görülmektedir (TUİK, 2019).

Akıllı telefonlar, teknolojinin ilerlemesi ile sadece iletişim kurmanın haricinde internete girmek, alışveriş yapmak, bilgiye erişmek, müzik dinlemek, oyun oynamak gibi birçok ihtiyaca cevap verir hale gelmiştir (Kuyucu,2017). Akıllı telefonların bunlara benzer çoğu olumlu özelliği yanında olumsuz yanları da bulunmaktadır. Akıllı telefon kullanım süresi arttıkça boyun ağrısı, depresyon, dikkat dağınıklığı gibi birtakım problemler oluşabilir (Jenaro vd., 2007; Kateb, 2017). Bunlara ek olarak akıllı telefonda yoksun kalma korkusu (nomophobia), gelişmeleri kaçırma korkusu (fear of missing out), internetsiz kalma korkusu (netlessphobia) gibi bozukluklara da sebep olduğu görülmüştür (Akt., Yıldırım ve Kışoğlu, 2018).

İngilizce *nomophobia* (NO MOBILE PHOBIA) kelimesinden gelen ve modern çağın fobisi diyebileceğimiz nomofobi, bireyin mobil cihaza ulaşamadığında veya mobil cihazı ile iletişim kuramadığında yaşadığı korku ve kaygı durumu olarak tanımlanır (King vd., 2013; Yıldırım ve Correia, 2015). Nomofobi bireyin, mobil cihazını yanına almadığında, cihazın şarjı bittiğinde veya kapsama alanı dışında kaldığında kaygılanmasına neden olmaktadır. Bu kaygılanma durumu yaşandığında, bireyin günlük işlere odaklanması olumsuz olarak etkilemektedir (Dixit vd., 2010).

Bragazzi ve Del Puente (2014) ise nomofobinin belirtilerini şu şekilde sıralamaktadır:

- Düzenli olarak cep telefonu kullanmak ve cep telefonuyla oldukça çok zaman geçirmek, bir ya da birden çok cihaza sahip olmak, çoğunlukla şarj cihazını yanında taşımak.

- Cep telefonunu kaybetme düşüncesiyle kaygılı ya da gergin hissetmek veya cep telefonunu yakınlarda bulunmadığında, kaybettiğinde ya da şebekenin kapsama alanı yetersizliği, bataryanın bittiğinde ve/veya kontör eksikliği nedeniyle kullanılmadığında ve cihazın kullanımının yasak olduğu yerlerden ve durumlardan (toplu taşıma, restoranlar, tiyatrolar ve havaalanları gibi) mümkün olduğunca uzak durmaya çalışıldığında
- Mesaj ya da çağrılarının gelip gelmediğini görmek için telefonun ekranına bakma (David Laramie'nin "ringxiety" olarak adlandırdığı bir alışkanlık-zil sesi (ringer) ve kaygı (anxiety) sözcüklerinin birleşimi.)
- Cep telefonunu sürekli açık tutmak (günde 24 saat), mobil cihazla yatakta uyumak;
- Kaygı ve strese neden olacak insanlarla yüz yüze sosyal etkileşimin sınırlı olması; bunun yerine yeni teknolojileri kullanarak iletişim kurmayı tercih etmek.
- Cep telefonunu kullanmaktan ötürü büyük bir harcama yapmak ya da borçlanmak.

2008 yılında tanımlanan nomofobi kavramı, İngiltere'de Posta İdaresi'nin yaptığı bir çalışma ile ortaya çıkmıştır. Araştırmada aynı zamanda erkeklerin nomofobi riskinin daha fazla olduğu da ileri sürülmüştür (Daily Mail, 2008). İngiltere'de 2012'de 1000 cep telefonu kullanıcısı ile yapılan başka bir çalışmada ise katılımcıların %66'sının nomofobik olduğu rapor edilmiştir (SecurEnvoy, 2012). Fransa'da 2012 yılında 1500 mobil cihaz kullanıcısı ile yapılan bir araştırmada katılımcıların %22'si bir günü bile cep telefonları olmadan geçiremeyeceklerini beyan ederken, bu oranın 15-19 yaş aralığında %34'e çıkması dikkat çekmiştir (e-psikiyatri, 2012). Yapılan çalışmalar nomofobinin modern çağın önemli bir sorun olduğunu göstermektedir.

Türkiye'de bireylerin nomofobi düzeyleri ve kavramın etkilendiği değişkenlere ilişkin birçok çalışma mevcuttur. Nomofobi ile cinsiyet, uzun süre kalınan yerleşim yeri, sınıf düzeyi, öğrenim görülen fakülte, akademik başarı gibi çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen diğer çalışmalara bakıldığında; bir tarafta cinsiyet ve nomofobi arasında anlamlı bir fark olmadığını (Adnan ve Gezgin, 2016; Apak ve Yaman, 2019; Dixit vd., 2010; Öz ve Tortop, 2018; Yaman ve Kavuncu, 2019) ve diğer tarafta da fark olduğunu gösteren (Arpaci vd., 2017; Büyükçolpan, 2019; Güllüce, Kaygın ve Börekçi, 2019; Erdem, TÜren ve Kalkın, 2017; Gezgin, Şumuer, Arslan ve Yıldırım, 2017, Yasan-Ak ve Yıldırım, 2018; Yıldırım vd., 2016) araştırmalar da bulunmaktadır. Nomofobi ve sınıf düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bakıldığında 1. sınıfta olan öğrencilerin nomofobi düzeyleri 2 ve 4. sınıfta olan öğrencilerin nomofobi düzeylerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür Alan yazın incelendiğinde; bu bulguya benzerlik gösteren araştırmaların (Apak ve Yaman, 2019; Özdemir, Çakır ve Hussain, 2018) yanı sıra anlamlı fark görülmeyen araştırmalar da yer almaktadır (Adnan ve Gezgin, 2016). Nomofobi ile öğrenim görülen fakülte arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalara bakıldığında; anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür (Öz ve Tortop, 2018). Nomofobi ile akademik başarı ortalaması arasındaki ilişkiyi inceleyen

çalışmalara bakıldığında ise, problemlili akıllı telefon ve internet kullanımının akademik başarıya negatif etkisinin olduğu görülmektedir (Dixit vd., 2010, Hawi, Samaha ve Griffiths, 2018; Samaha ve Havi 2016). Bir başka araştırmada akademik başarı ile nomofobi arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur (Erdem, Kalkın, Türen ve Deniz, 2016). Bir başka deyişle akademik başarı yükseldikçe nomofobi puan ortalaması azalmaktadır. Uzun süreli akıllı telefon kullanımının bireylerde nomofobiye sebep olmasının yanında yapılan bir araştırmada akıllı telefon kullanımı ile yalnızlık arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Çelik, Golcheshmeh, Enser ve Koçak, 2017).

Bu araştırmanın bir diğeri bağımlı değişkeni olan yalnızlık ise bireyin sosyal ilişkilerinin beklendiği gibi gitmediği algısıdır (Heinrich ve Gullone, 2006). Toplum içerisinde farklı şekillerde görülebilen yalnızlık hissi, insanları hayatının hemen her döneminde etkileyen bir duygu olmakla birlikte özellikle yoğun olarak ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde görülmektedir (Erözkan, 2009; İmamoğlu, 2008). Yalnızlık hissini alanyazında pek çok tanımlı mevcuttur. Bu tanımlara bakıldığında; Peplau ve Perlman (1982)'in görüşüne göre yalnızlık, bir kişinin sosyal ilişkileri ağında nitelik ya da nicelik olarak anlamlı düzeyde eksik olduğu durumlarda oluşan naohş bir yaşantıdır. Bu tanım ile yalnızlığı tanımlayan başka araştırmacıların görüşleriyle örtüşen üç konu ele alınmaktadır. İlki, yalnızlık kişinin sosyal ilişkilerindeki eksikliklerden kaynaklanır. İkincisi, yalnızlık öznel bir deneyimdir; nesnel sosyal izolasyon ile aynı anlama gelmemektedir. Üçüncüsü ise yalnızlık deneyimi itici bir deneyimdir. Sullivan'a göre yalnızlık, bireyin ihtiyaç duyduğu sosyal yakınlık yeterince karşılanmadığı zamanlarda ortaya çıkan, rahatsız edici ve naohş bir yaşantıdır (Akt., Yakınlar, 2006). Yalnızlık, tek başına kalmak ile de aynı anlamda değildir. Yalnızlık algılarla ilgiliyken; tek başına kalmak başkalarıyla aynı ortamda bulunmamak anlamına gelmektedir (Burger, 2006). Örneğin, bir kişi arkadaş grubuyla birlikteyken yalnızlık hissedebilir. Ayrıca Maslow (1970) kendini gerçekleştiren bireylerin tek başına kalmaktan daha çok hoşlandığını ileri sürmektedir (Akt., Burger, 2006). Dolayısıyla yalnızlık, sosyal izolasyon, tek başına kalmak gibi benzer kavramlar arasındaki farkın anlaşılması önemlidir.

Türkiye'de yalnızlıkla cinsiyet, sınıf düzeyi, uzun süre kalınan yerleşim yeri gibi çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara bakıldığında; yalnızlık düzeyinin cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermediğine ilişkin araştırmalar bulunmaktadır (Buluş, 1997; Çeçen, 2008; Eskin, 2001; Oruç, 2013; Wittenberg ve Reis, 1986). Buna istinaden diğeri çalışmalarda, erkek katılımcıların kadınlara kıyasla daha fazla yalnızlık hissettikleri bulgusuna ulaşılmıştır (Atli, Keldal ve Sonar, 2005; Bıyık, 2004; Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz, 2009). Yalnızlık ve sınıf düzeyi arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalarda ise, yalnızlık puan ortalamalarının ilk sınıf düzeyinden son sınıfa doğru azaldığı görülmektedir (Buluş, 1997). Bireylerin uzun süre yaşadıkları yerleşim yeri ile yalnızlık arasındaki ilişkisi incelendiğinde; anlamlı düzeyde bir farkın olmadığı görülmektedir (Buluş, 1997; Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz, 2009; Oruç, 2013).

Bütün bunlardan hareketle, alanyazında nomofobi ile yalnızlık düzeyi arasındaki ilişki açık değildir. Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin nomofobi ve yalnızlık düzeyleri, cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim görülen fakülte, yaşamının büyük

bölümünü geçirdiği yerleşim yeri ve ağırlıklı not ortalamalarına (GANO) göre farklılıklarını ortaya koymaktır. Bu bağlamda oluşturulan alt problemler aşağıda sıralanmıştır.

- Katılımcıların nomofobi ve yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Katılımcıların nomofobi ve yalnızlık puan ortalamaları;
 - Cinsiyete göre,
 - Sınıf düzeylerine,
 - Öğrenim gördükleri fakülteye göre,
 - Yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre ve
 - Ağırlıklı not ortalamalarına (GANO) göre anlamlı fark göstermekte midir?

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Modeli

Nicel araştırma yöntemi benimsenerek oluşturulan bu araştırmada nicel araştırma yöntemleri türlerinden kesitsel tarama deseni kullanılmıştır. Bu yönetime göre problem durumu belirli bir zaman dilimi içerisinde araştırılmaktadır (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012).

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma evreni, Kayseri ili sınırlarındaki Erciyes Üniversitesi Eğitim, Hukuk, Mühendislik, Veteriner, Sağlık Bilimleri ve İletişim Fakültelerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerden oluşmaktadır. Çalışma grubunun belirlenmesinde tesadüfi örnekleme türlerinden iki aşamalı tesadüfi örnekleme kullanılmıştır (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012). Bu örneklem aracılığıyla araştırmanın katılımcılarını seçmek için Erciyes Üniversitesindeki bütün fakülteler Sosyal Bilimler, Fen Bilimleri ve Sağlık Bilimleri olmak üzere üç kümede toplanmıştır. Daha sonra bu fakülteler her bir küme içerisinde rastgele seçilerek araştırmanın çalışma evrenini oluşturmuştur Araştırmaya katılan toplam kişi sayısı 600'dür. Katılımcılar arasından 57 kişinin ölçme araçlarındaki maddeleri eksik doldurdıkları tespit edilmiş ve bu katılımcıların verileri değerlendirmeye dahil edilmemiştir. Bu nedenle araştırmanın katılımcıları 315 kadın, 228 erkek olmak üzere toplam 543 kişiden oluşmaktadır. Dolayısıyla araştırmanın genel evreni Erciyes Üniversitesi; çalışma evreni tesadüfi olarak belirlenen fakülteler ve örneklem grubu da araştırmaya katılan öğrencilerdir. Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1.'de yer almaktadır.

Tablo 1. Öğrencilerin Demografik Bilgileri

Demografik Özellik	n	%	
Cinsiyet	Kadın	315	58,0
	Erkek	228	42,0
Sınıf Düzeyi	1. Sınıf	109	20,1
	2. Sınıf	126	23,2
	3. Sınıf	111	20,4
	4. Sınıf	197	36,3
Fakülte	Eğitim	94	17,3
	Hukuk	93	17,1
	İletişim	85	15,7
	Mühendislik	86	15,8
	Veteriner	92	16,9
	Sağlık Bilimleri	93	17,1
Yerleşim Yeri	Köy-Kasaba	52	9,6
	İlçe	99	18,2
	İl	167	30,8
	Büyükşehir	225	41,4
Akademik Başarı Ortalaması	0-2,99	296	54,4
	3,00-4,00	139	25,6

n = 543

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmanın amacına uygun olarak kullanılan veri toplama araçları aşağıda yer almaktadır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanan bu form ile katılımcıların demografik bilgileri (cinsiyet, sınıf düzeyi, yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri, öğrenim gördükleri fakülte, yaş ve ağırlıklı not ortalaması) alınmıştır.

2.3.2. Nomofobi Ölçeği (NMP-Q)

Nomofobi Ölçeği (NMP-Q) Yıldırım ve Correa (2015) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması Yıldırım, Şumuer, Adnan ve Yıldırım (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçekte 7'li likert tipi 20 madde bulunmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20 iken; en yüksek puan ise 140'tır. Ölçekten alınan yüksek puan nomofobi düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçekte Bilgiye Erişememe (1,2,3,4), Bağlantıyı Kaybetme (5,6,7,8,9), İletişime Geçememe (10,11,12,13,14,15) ve Rahat Hissedememe (16,17,18,19,20) olmak üzere 4 alt boyut bulunmaktadır. Ölçeğin orijinalinde Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .95; uyarlanmış halinde .92 olarak hesaplanmıştır. Alt boyutların güvenirlik katsayıları ölçeğin orijinal halinde sırasıyla .94, .87, .83 ve .81 olarak hesaplanmıştır. Türkçeye uyarlanmış halinde ise .90, .74, .94 ve .91 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin bütünü için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .92 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin alt boyutları incelendiğinde "Bilgiye Erişememe" boyutu için .80; "Rahatlıktan Feragat Etme" boyutu için .79; "İletişim Kuramama" boyutu için .93; "Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme" boyutu için .88 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırma için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ise ölçeğin uyum indeksi değerleri χ^2

=530,875, sd =164, $\chi^2/sd =3,237$, CFI= .94, GFI= .91, AGFI=.89, RMR = .21 ve RMSEA= .064 olarak hesaplanmıştır.

2.3.3. UCLA Yalnızlık Ölçeği- III

UCLA Yalnızlık Ölçeği-III Russell (1996) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek yalnızlık düzeyini ölçmeyi amaçlamakta ve tek boyut halinde 20 maddeden oluşmaktadır. Durak ve Durak (2010) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılmıştır. Uyarlama çalışması sonucunda ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Ölçekte her madde 1-4 arasında puanlanmaktadır. Dolayısıyla 4'lü likert tarzı bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20 iken en yüksek puan 80'dir. Ölçekte 20-34 puan arası düşük, 35-48 arası orta, 49 ve üstü yüksek seviyede yalnızlığı göstermektedir. Bu araştırmada ölçeğin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .88 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırma için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre ise ölçeğin tek boyut için uyum indeksi değerleri $\chi^2 =1098,477$, sd =170, $\chi^2/sd =6,462$, CFI= .73, GFI= .78, AGFI=.73, RMR = .055 ve RMSEA= .10 olarak hesaplanmıştır.

3. Bulgular

3.1. Nomofobi ve Yalnızlık Arasındaki İlişki

Katılımcıların nomofobi ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan korelasyon analizi sonuçları ise Tablo 2.'de görülmektedir.

Tablo 2. Nomofobi ve yalnızlık düzeylerine ilişkin korelasyon analizi sonuçları

Boyutlar	Yalnızlık
Bilgiye Erişememe	,078
Rahatlıktan Feragat Etme	,019
İletişim Kuramama	-,041
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	,029
Nomofobi (Toplam)	,016

* p<.05

Tablo 2. incelendiğinde nomofobi ve yalnızlık düzeyleri arasında ($r= ,016$; $p>.05$) ve yalnızlık ile nomofobinin alt boyutları olan Bilgiye Erişememe ($r= ,078$; $p>.05$), Rahatlıktan Feragat ($r= ,019$; $p>.05$), İletişim Kuramama ($r=-,041$; $p>.05$) ve Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme ($r= ,029$; $p>.05$) arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir.

3.2. Cinsiyete göre nomofobi ve yalnızlık düzeyine ilişkin bulgular

Katılımcıların nomofobi ve yalnızlık düzeylerinin cinsiyete ilişkin farklılığın incelenmesi amacıyla bağımsız örneklem için t testi yapılmıştır. Cinsiyet faktörüne ilişkin yapılan t testi analizi sonuçları ise Tablo 3.'te görülmektedir.

Tablo 3. Cinsiyete göre nomofobi ve yalnızlık düzeylerine ilişkin t testi sonuçları

	Cinsiyet	n	\bar{x}	S	t	p
Nomofobi	Kadın	315	77,95	25,385	2,512*	,012
	Erkek	228	72,57	23,443		
Yalnızlık	Kadın	315	42,34	9,197	-1,496	,135
	Erkek	228	43,54	9,315		

*p<.05

Tablo 3. incelendiğinde öğrencilerin cinsiyetleri ve yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir [t (541) =-1.49, p>.05]. Bununla birlikte öğrencilerin nomofobi düzeyleri ve cinsiyetleri arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür [t (541) =2.512, p<.05]. Bu bulgulara göre kadın katılımcıların nomofobi düzeyleri erkek katılımcılardan daha yüksektir.

3.3. Sınıf düzeyine göre nomofobi ve yalnızlık düzeyine ilişkin bulgular

Katılımcıların nomofobi ve yalnızlık düzeylerinin sınıf düzeyine ilişkin farklılığın incelenmesi amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Sınıf düzeyi faktörüne ilişkin yapılan analiz sonuçları ise Tablo 4.' te görülmektedir.

Tablo 4. Nomofobi ve yalnızlık düzeyinin sınıf düzeyi değişkenine ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları

	Sınıf Düzeyi	n	\bar{x}	S	sd	F	p	Fark	
Nomofobi	1. Sınıf	109	75,10	23,22	Gruplar Arası	3	3,132*	,025	3. Sınıf ve 4. Sınıf
	2. Sınıf	126	78,61	25,59					
	3. Sınıf	111	79,54	25,66					
	4. Sınıf	197	71,83	23,97	Grup İçi	539			
	Toplam	543	75,69	24,70		542			
Yalnızlık	1. Sınıf	109	43,58	9,19	Gruplar Arası	3	3,116*	,026	2. Sınıf ve 4. Sınıf
	2. Sınıf	126	44,00	9,16					
	3. Sınıf	111	43,77	10,45					
	4. Sınıf	197	41,26	8,45	Grup İçi	539			
	Toplam	543	42,84	9,25		542			

*p<.05

Tablo 4. incelendiğinde katılımcıların nomofobi düzeylerinde en yüksek puan ortalamasının 79,54 ile 3. sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunu sırasıyla 78,61 ortalama ile 2. sınıf öğrencileri, 75,10 ortalama ile 1. sınıf öğrencileri, 71,83 ortalama ile 4. sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir. Yalnızlık düzeylerinde ise en yüksek puan ortalamasının 44,00 ile 2. sınıf öğrencilerine ait olduğu, bunu sırasıyla 43,77 ortalama ile 3. sınıf öğrencileri, 43,58 ortalama ile 1. sınıf öğrencileri, 41,26 ortalama ile 4. sınıf öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Nomofobi düzeyi ortalamalarında hesaplanan F değeri [F (3,539) =3,13; p<.05] yalnızlık düzeyi ortalamalarında hesaplanan F değeri [F (3,539) =3,11; p<.05] ve gruplar arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. Grupların puan ortalamaları arasındaki farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan TUKEY testi sonucunda 3.sınıf ve 4.sınıf öğrencilerinin nomofobi düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmektedir. Bu bulguya göre 3.sınıf öğrencilerinin nomofobi düzeyleri 4.sınıf öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksektir. Ayrıca 2.sınıf ve 4.sınıf öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmektedir. Bu bulguya göre 2.sınıf öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri 4.sınıf öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksektir.

3.4. Öğrenim görülen fakülteye göre nomofobi ve yalnızlık düzeyine ilişkin bulgular

Katılımcıların nomofobi ve yalnızlık düzeylerinin öğrenim gördükleri fakülteye ilişkin farklılığın incelenmesi amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Fakülte faktörüne ilişkin yapılan analiz sonuçları ise Tablo 5.'te görülmektedir.

Tablo 5. Nomofobi ve yalnızlık düzeyinin öğrenim görülen fakülte değişkenine göre farklılaşmasına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları

	Fakülte	n	\bar{x}	S	sd	F	p	Fark	
Nomofobi	Eğitim	94	76,70	25,91	Gruplar Arası	5	4,030*	,001	İletişim ve Hukuk İletişim ve Veteriner Sağlık ve Veteriner
	Hukuk	93	72,35	21,44					
	İletişim	85	82,85	26,83					
	Mühendislik	86	73,27	22,43	Grup İçi	537			
	Veteriner	92	69,07	26,08					
	Sağlık	93	80,26	23,07					
	Toplam	543	75,69	24,70					
Yalnızlık	Eğitim	94	42,62	9,76	Gruplar Arası	5	1,249	,285	
	Hukuk	93	41,01	9,24					
	İletişim	85	44,38	10,36					
	Mühendislik	86	43,21	8,41	Grup İçi	537			
	Veteriner	92	43,07	7,95					
	Sağlık	93	42,94	9,54					
	Toplam	543	42,84	9,25					

*p<.05

Tablo 5. incelendiğinde katılımcıların nomofobi düzeylerinde en yüksek puan ortalamasının 82,85 ile İletişim Fakültesi öğrencilerine ait olduğu, bunu sırasıyla 80,26 ortalama ile Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencileri, 76,70 ortalama ile Eğitim Fakültesi öğrencileri, 73,27 ortalama ile Mühendislik Fakültesi öğrencileri, 72,35 ortalama ile Hukuk Fakültesi öğrencileri, 69,07 ortalama ile Veteriner Fakültesi öğrencilerinin izlediği görülmektedir. Yalnızlık düzeylerinde ise en yüksek puan ortalamasının 44,38 ile İletişim Fakültesi öğrencilerine ait olduğu, bunu sırasıyla 43,21 ortalama ile Mühendislik Fakültesi öğrencileri, 43,07 ortalama ile Veteriner Fakültesi öğrencileri, 42,94 ortalama ile Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencileri, 42,62 ortalama ile Eğitim Fakültesi öğrencileri, 41,01 ortalama ile Hukuk Fakültesi öğrencilerinin izlediği görülmektedir.

Nomofobi düzeyi ortalamalarına hesaplanan F değeri [F (5,537) =4,030; p<.05] gruplar arasında anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir. Grupların puan ortalamaları arasındaki farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan TUKEY testi sonucunda İletişim Fakültesi ve Hukuk Fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmektedir. Bu bulguya göre İletişim Fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeyleri Hukuk Fakültesi öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksektir. Ayrıca İletişim Fakültesi ve Veteriner Fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeyleri arasında anlamlı bir fark görülmektedir. Bu bulguya göre İletişim Fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeyleri Veteriner Fakültesi öğrencilerine göre anlamlı derecede yüksektir. Ayrıca Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Veteriner Fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeyleri arasında

anlamli bir fark görülmektedir. Buna istinaden Sağlık Bilimleri Fakültesi ğrencilerinin nomofobi düzeyleri Veteriner Fakültesi ğrencilerine göre anlamli derecede yüksektir. Diğer fakülteler arasındaki ilişki incelendiğinde ise aralarında anlamli bir fark olmadığı görülmektedir.

3.5. Katılımcıların yaşamının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre nomofobi ve yalnızlık düzeyine ilişkin bulgular

Katılımcıların nomofobi ve yalnızlık düzeylerinin Yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdikleri yerleşim yerine ilişkin farklılığın incelenmesi amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yerleşim yeri faktörüne ilişkin yapılan analiz sonuçları ise Tablo 6.'da gösterilmiŐtir.

Tablo 6. Nomofobi ve yalnızlık düzeyinin yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine göre farklılaşmasına ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları

	YaŐanılan Yer	n	\bar{x}	S	sd	F	p	Fark
Nomofobi	Köy-Kasaba	52	71,38	23,11	Gruplar Arası	3	1,507	,212
	İlçe	99	72,51	25,07				
	İl	167	77,44	25,81				
	Büyükşehir	225	76,79	23,96	Grup İçi	539		
	Toplam	543	75,69	24,70				
Yalnızlık	Köy-Kasaba	52	44,00	9,68	Gruplar Arası	3	1,139	,333
	İlçe	99	43,65	9,50				
	İl	167	43,10	8,85				
	Büyükşehir	225	42,03	9,32	Grup İçi	539		
	Toplam	543	42,84	9,25				

*p<.05

Tablo 6. incelendiğinde katılımcıların nomofobi düzeylerinde en yüksek puan ortalamasının 77,44 ile ilde yaŐayan öğrencilerine ait olduğu, bunu sırasıyla 76,79 ortalama ile büyükŐehirde yaŐayan öğrenciler, 72,51 ortalama ile ilçede yaŐayan öğrenciler, 71, 38 ortalama ile köy-kasabada yaŐayan öğrencilerin izlediği görülmektedir. Yalnızlık düzeylerinde ise en yüksek puan ortalamasının 44,00 ile köy-kasabada yaŐayan öğrencilere ait olduğu, bunu sırasıyla 43,65 ortalama ile ilçede yaŐayan öğrencilere, 43,10 ortalama ile ilde yaŐayan öğrencilere, 42,03 ortalama ile büyükŐehirde yaŐayan öğrencilerin izlediği görülmektedir.

Nomofobi ve yalnızlık düzeyi puan ortalamalarına göre hesaplanan F değeri [F (3,539) =1.507; p>.05; F (3,539) =1.139; p>.05] gruplar arasında anlamli bir fark olmadığını göstermektedir.

3.6. Katılımcıların genel ağırlıklı not ortalamalarına göre nomofobi ve yalnızlık düzeyine ilişkin bulgular

Katılımcıların nomofobi ve yalnızlık düzeylerinin ağırlıklı not ortalamalarına ilişkin farklılığın incelenmesi amacıyla bağımsız örneklemeler için t testi yapılmıştır. GANO faktörüne ilişkin yapılan t testi analizi sonuçları ise Tablo 7.'de görülmektedir.

Tablo 7. Genel ağırlıklı not ortalamalarına göre nomofobi ve yalnızlık düzeylerine ilişkin t testi sonuçları

	GANO	n	\bar{x}	S	t	p
Nomofobi	0-2,99	296	73,46	24,61	-2,834*	,005
	3,00-4,00	139	80,71	25,38		

Yalnızlık	0-2,99	296	42,95	9,43	,848	,397
	3,00-4,00	139	42,14	8,90		

*p<.05

Tablo 7. incelendiğinde öğrencilerin ağırlıklı not ortalamaları (GANO) ile nomofobi düzeyleri arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir [t (433) =-2,834; p<.05]. Bu bulgulara göre ağırlıklı not ortalamaları 0-2,99 olan katılımcıların nomofobi düzeyleri ortalamaları 3,00-4,00 olan katılımcılardan anlamlı derecede düşüktür. Bununla birlikte öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ve ağırlıklı not ortalamaları (GANO) arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir [t (433) = .848; p>.05].

4. Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmayla nomofobi ile yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkiye ve bu değişkenlerin cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim görülen fakülte, yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri ve akademik başarı düzeyi değişkenlerine göre ne düzeyde fark gösterdiği incelenmiştir. Araştırmada nomofobi ile yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkinin anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu alanyazındaki bazı araştırmalarla tutarlı değildir (Özdemir, Çakır ve Hussain, 2018). Lise öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada da yalnızlığın nomofobi düzeyini yordadığı bildirilmektedir (Gezgin, Hamutoğlu, Sezen-Gültekin ve Ayas, 2018). Nomofobi ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki, yaygın olarak çalışılmış bir konu olmamasından dolayı bu çalışmanın yapılması uygun görülmüştür. Bu bağlamda nomofobi ve yalnızlık arasındaki ilişki hakkında yorum yapılabilmesi için daha çok araştırmaya ihtiyaç vardır.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, kadın katılımcıların nomofobi düzeylerinin erkek katılımcılara kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek olduğudur. Alan yazın incelendiğinde, cinsiyetin nomofobi düzeyi üzerindeki etkisine ilişkin bulgular tutarlı değildir. Örneğin kadın katılımcıların nomofobi düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğuna ilişkin sonuçlar olmasının yanı sıra (Arpaci vd., 2017; Büyükçolpan, 2019; Güllüce, Kaygın ve Börekçi, 2019; Erdem, Türen ve Kalkın, 2017; Gezgin, Şumuer, Arslan ve Yıldırım, 2017, Yasan-Ak ve Yıldırım, 2018; Yıldırım vd., 2016); anlamlı bir fark olmadığına ilişkin araştırma bulguları da vardır (Adnan ve Gezgin, 2016; Apak ve Yaman, 2019; Dixit vd., 2010; Öz ve Tortop, 2018; Yaman ve Kavuncu, 2019). Alanyazındaki araştırma bulgularının farklılık göstermesinin çeşitli sebepleri olabilir. Örneğin, araştırmanın örnekleme sonuçları etkileyebilmektedir. Tesadüfi olmayan bir örneklem yönteminin kullanımı özel bir grubun sonuçlarını temsil ederken; tesadüfi bir örneklem yönteminin kullanımı ise evrene genellenebilir özellik taşır (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012). Dolayısıyla örneklem seçimlerindeki farklılık cinsiyet değişkeninin nomofobi üzerindeki etkisine neden olabilir. Kadın katılımcıların erkeklere kıyasla nomofobi düzeylerinin yüksek olması, kadınların daha endişeli olmasından kaynaklanıyor olabilir (Robichaud, Dugas ve Conway, 2003; Stavosky ve Borkovec, 1987). Neticede nomofobinin temelinde kaygı, korku, endişe gibi duyguların olması endişe düzeyleri yüksek olan kişilerin nomofobik olmasına aracılık edebilir veya yordayabilir (Büyükçolpan, 2019). Bu tür duyguların güvensiz bağlanma stilleriyle (Bowlby, 2012) de olan ilişkisi göz önünde bulundurulduğunda

nomofobi düzeyi yüksek bireyleri açıklayabilir. Ancak bu yorumun araştırmalarla desteklenmesi gerekmektedir. Son olarak, nomofobi üzerinde cinsiyet faktörünün rolünün daha iyi anlaşılabilmesi için meta-analiz çalışmalarına ihtiyaç vardır.

Cinsiyete göre yalnızlık puan ortalaması araştırıldığında ise önceki araştırmalarla tutarlı olarak (Buluş, 1997; Çeçen, 2008; Eskin, 2001; Oruç, 2013; Wittenberg ve Reis, 1986) istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Başka ifadeyle bireyin yalnız hissetmesi cinsiyetine bağlı bir durum olmayabilir. Ancak alan yazında cinsiyete göre yalnızlık puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı fark oluşturduğuna dair araştırmalar da bulunmaktadır (Atli, Keldal ve Sonar, 2015; Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz, 2009). Yalnızlığın algılarla ilişkili (Burger, 2006) olduğu göz önünde bulundurulduğunda, kadın ya da erkek fark etmeksizin birey kendisini yalnız olarak algıladığı için bu his ortaya çıkmaktadır. Ayrıca araştırmaya katılanların o anki psikolojik durumları da ölçme araçlarına verilen tepkiyi etkileyebileceğinden, bu durum cinsiyetin rolünü sınırlandırabilir.

Katılımcıların sınıf düzeyine göre nomofobi ve yalnızlık düzeyleri incelendiğinde, istatistiksel açıdan anlamlı farklar görülmektedir. Sınıf düzeyine göre nomofobi puan ortalamaları incelendiğinde, birinci sınıftan üçüncü sınıfa doğru ortalama puanlar yükselmekte ve dördüncü sınıfta ortalama puanlar en düşük seviyeye gerilemektedir. Bu çerçevede de üçüncü sınıf düzeyindeki katılımcılar ile dördüncü sınıf düzeyindeki katılımcılar arasında istatistiksel açıdan anlamlı farkın olduğu bulgular arasındadır. Alan yazın incelendiğinde, bu bulguya benzerlik gösteren araştırmaların (Apak ve Yaman, 2019; Özdemir, Çakır ve Hussain, 2018) yanı sıra anlamlı fark görülmeyen araştırmalar da yer almaktadır (Adnan ve Gezgin, 2016). Birinci sınıftan üçüncü sınıfa doğru nomofobi puan ortalamalarının yükselmesi ve dördüncü sınıfta bu ortalamaların düşmesi ise dördüncü sınıfların işsizlik kaygılarından kaynaklanıyor olabilir. Yapılan bir araştırmada üniversite son sınıf öğrencilerinin işsizlik kaygısı yaşadığı ileri sürülmektedir (Tekin-Tayfun ve Korkmaz, 2016). Dolayısıyla dördüncü sınıf öğrencilerin nomofobi puan ortalamasının en düşük seviyede olmasının sebeplerinden birisi olabilir. Ancak bu yorumun yapılabilmesi için yeni araştırmalara ihtiyaç vardır.

Katılımcıların yalnızlık puan ortalamaları incelendiğinde ise, ilk üç sınıf düzeyinde ortalamalar birbirine yakın olmasına rağmen dördüncü sınıfta yalnızlık puan ortalamasında düşüş görülmektedir. Bu çerçevede ikinci sınıf düzeyindeki öğrencilerin yalnızlık puan ortalamaları dördüncü sınıf düzeyindekilere kıyasla daha yüksektir. Alan yazın incelendiğinde, sınıf düzeyi arttıkça yalnızlık puan ortalamasının da düşme eğilimi gösterdiğine ilişkin bulgular yer almaktadır (Buluş, 1997). Öte yandan sınıf düzeyine göre yalnızlık puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı fark saptanmayan araştırma bulguları da yer almaktadır (Atli, Keldal ve Sonar, 2015). Sınıf düzeyi arttıkça yalnızlık düzeyinin azalması beklenen bir sonuçtur. Birinci sınıf öğrencilerinin kendilerini yalnız hissetmesi (Özkan ve Yılmaz, 2010) yeni bir ortamda bulunmalarından kaynaklanıyorken; dördüncü sınıf öğrencilerin ise yalnızlık puan ortalamalarının en düşük düzeyde olması buldukları çevreye alışmalarından kaynaklanıyor olabilir.

Katılımcıların öğrenim gördükleri fakültelerine göre nomofobi puan ortalamalarında istatistiksel açıdan anlamlı farklar görülmektedir. Bu çerçevede iletişim fakültesinde öğrenim gören katılımcıların diğer fakültelerde (hukuk ve

veterinerlik) öğrenim gören katılımcılara kıyasla nomofobi puan ortalamalarının istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Alan yazın incelendiğinde, bu değişkene ilişkin araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir (örn., Öz ve Tortop, 2018). İletişim fakültesinde öğrenim gören katılımcıların nomofobi puan ortalamalarının daha yüksek olmasının bir sebebi, gündelik gelişmeleri takip etme çabalarından kaynaklanıyor olabilir. Clayton, Leshner ve Almond (2015) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin gelişmeleri kaçırmayla ilgili kaygı ve korkularının sorunlu telefon kullanımı ile ilişkili olabileceğini bildirmektedirler. Yine benzer bir başka araştırmada herhangi bir şeyi kaçırma korkusu (problemlerli telefon kullanımı) ile nomofobi arasında pozitif bir ilişki rapor edilmiştir (Gezgin, Hamutoğlu, Sezen-Gültekin ve Gemikonaklı, 2018). İletişim fakültesi öğrencileri üzerinde yapılan araştırmada katılımcıların büyük çoğunluğu (%98.5) her gün internete girdikleri ve yine büyük çoğunluğu (%90) siyasi gelişmeleri her gün takip ettiği bildirilmektedir (Seçim, 2016). Bu araştırma sonuçları iletişim fakültesinde öğrenim gören katılımcıların nomofobi düzeylerinin diğer fakültelere kıyasla neden daha yüksek olduğunu açıklayabilir. Ancak bu araştırma sonucunun araştırmalarla desteklenmesi gerekmektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, katılımcıların nomofobi ve yalnızlık düzeylerinin yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri açısından anlamlı bir fark olmadığıdır. Alan yazındaki diğer araştırmalarla (Buluş, 1997; Karaoğlu, Avşaroğlu ve Deniz, 2009; Oruç, 2013) tutarlı olan bu bulgu, uzun süre kalınan yerleşim yerinin (yaşamlarının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yeri) yalnızlık düzeyine etkisi bulunmadığına yönelik çıkarım yapılabilir. Öte yandan bu değişkenin nomofobi düzeyine göre de fark göstermediği bulgular arasındadır. Günümüz dünyasında akıllı telefonların yaygınlaştığı ve insanların köy-kasaba, ilçe, il, büyük şehir fark etmeksizin birçok yerleşim yerinde kullandığı göz önünde bulundurulduğunda anlamlı bir fark çıkmamasının sebebi olabilir.

Son olarak, katılımcıların akademik başarı ortalaması ile nomofobi puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olduğu görülürken; akademik başarı ortalaması ile yalnızlık puan ortalamaları arasında anlamlı bir farkın olmadığı saptanmıştır. Alan yazın incelendiğinde, problemlerli akıllı telefon ve internet kullanımının akademik başarıya negatif etkisinin olduğu görülmektedir (Dixit vd., 2010; Hawi, Samaha ve Griffiths, 2018; Samaha ve Hawi, 2016). Bir başka araştırmada akademik başarı ile nomofobi arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur (Erdem, Kalkın, Türen ve Deniz, 2016). Bir başka deyişle akademik başarı yükseldikçe nomofobi puan ortalaması azalmaktadır. Ancak araştırma bulgumuza göre akademik başarı ortalamaları yüksek olan katılımcıların nomofobi puan ortalamaları daha yüksektir. Bu bulgu alan yazındaki bulgularla çelişmektedir. Bunun sebeplerinden birisi artık öğrencilerin daha kestirme yollarla bilgiye internet aracılığıyla ulaşabiliyor olması cep telefonu kullanımını daha da önemli hale getirmiştir. Günümüzde başarılı öğrencilerin de aynı yolları izlemesi olasıdır. Bu yüzden nomofobi puan ortalaması ile akademik başarı ortalaması arasında pozitif bir ilişki mümkün olabilir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak bu araştırma sonuçları katılımcıların ölçme araçlarına verdiği yanıtlarla sınırlıdır. Katılımcıların nomofobi

ve yalnızlık puanları ölçme araçlarının (Nomofobi Ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği-III) ölçtüğü kadarıyla sınırlıdır. Ayrıca kullanılan örneklem yöntemi açısından da sınırlılık vardır. Bu araştırmanın evreni Erciyes Üniversitesi olduğundan, sonuçlar sadece Erciyes Üniversitesi lisans öğrencilerine genellenebilir.

4. Kaynakça

- Adnan, M., & Gezin, D. (2016). Modern çağın yeni fobisi: üniversite öğrencileri arasında nomofobi prevalansı. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 49(1), 141-158.
- Apak, E., & Yaman, Ö. M. (2019), Üniversite öğrencilerinde nomofobi yaygınlığı ve nomofobi ile sosyal fobi arasındaki ilişki: Bingöl Üniversitesi örnekleme. *The Turkish Journal On Addictions*, 6(3), 609-627
- Arpaci, I., Baloğlu, M., Özteke Kozan, H. İ., & Kesici, Ş. (2017). Individual differences in the relationship between attachment and nomophobia among 75 college students: the mediating role of mindfulness. *Journal of Medical Internet Research*, 19(12), e404. <https://doi.org/10.2196/jmir.8847>
- Atli, A., Keldal, G., & Sonar, O. (2015). Üniversite öğrencilerinin yabancılaşma ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(29), 149-160.
- Bıyık, N. (2004). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık duygularının kişisel ve sosyal özellikleri, öfke eğilimleri açısından incelenmesi*. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma* (Çev. Tuğrul Veli Soylu). İstanbul: Pinhan Yayıncılık (Eserin orijinali 1969 yılında yayımlandı).
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. A. (2014). Proposal for Including Nomophobia in the New DSM-V. *Psychology research and behavior management*, 7, 155-160
- Buluş, M. (1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 82-90.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (Çev., İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu). Kaknüs Yayınları.
- Büyükçolpan, H. (2019). *Üniversite öğrencilerinde nomofobi, bağlanma biçimleri, depresyon ve algılanan sosyal destek*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Clayton, R. B., Leshner, G., & Almond, A. (2015). The extended iSelf: The impact of iPhone separation on cognition, emotion, and physiology. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 20(2), 119-135.
- Çeçen, A. R. (2008). Öğrencilerinin cinsiyetlerine ve anababa tutum algılarına göre yalnızlık ve sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 415-431.
- Çelik, A., Golcheshmeh, S., Enser, İ., & Koçak Y. (2017) Öğrencilerin yalnızlığında akıllı telefon kullanımının ve serbest zaman faaliyetlerinin rolü. *4. Disiplinlerarası Turizm Araştırmaları Kongresi 9 - 12 Kasım 2017*, Kuşadası, Aydın.

- Daily Mail (2008). Nomophobia is the fear of being out of mobile phone contact- and it's the plague of our 24/7 age. 12.12.2019 tarihinde <https://www.dailymail.co.uk/news/article-550610/Nomophobia-fear-mobile-phone-contact--plague-24-7-age.html> adresinden erişildi.
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A., & 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*, 35(2), 339.
- Durak, M., & Senol-Durak, E. (2010). Psychometric qualities of the UCLA Loneliness Scale-Version 3 as applied in a Turkish culture. *Educational Gerontology*, 36(10-11), 988-1007. DOI: 10.1080/03601271003756628
- e-psikiyatri.com (2012). Gençlerde Nomofobi Artıyor. 12.12.2019 tarihinde <http://www.e-psikiyatri.com/genclerde-nomofobi-artiyor> adresinden erişildi.
- 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).
- Erdem, H., Türen, U., & Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) yayılımı: Türkiye'den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örnekleme. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 10(1), 1-12.
- Erözkan, A. (2009). The Predictors of Loneliness in Adolescent. *Ilkogretim Online*, 8(3), 808-809
- Eskin, M. (2001). Ergenlikte yalnızlık, baş etme yöntemleri ve yalnızlığın intihar davranışı ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(5), 5-11.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education*. New York: McGraw-Hill Companies.
- Gezgin D. M., Hamutoglu, N. B., Sezen-Gultekin, G., & Ayas, T. (2018). The relationship between nomophobia and loneliness among Turkish adolescents. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 4(2), 358-374. doi:10.21890/ijres.409265
- Gezgin, D. M., Hamutoglu, N. B., Sezen-Gultekin, G., & Gemikonakli, O. (2018). Relationship between Nomophobia and Fear of Missing out among Turkish University Students. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 13(4), 549-561.
- Gezgin, D. M., Şumuer, E., Arslan, O., & Yıldırım, S. (2017). Nomophobia prevalence among pre-service teachers: A case of Trakya University. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1).
- Güllüce, A. Ç., Kaygın, E., & Börekçi, N. E. (2019). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyi ile öznel iyi olma durumları arasındaki ilişkinin belirlenmesi: Ardahan örneği. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 37(4), 651-673.

- Hawi, N. S., Samaha, M., & Griffiths, M. D. (2018). Internet gaming disorder in Lebanon: Relationships with age, sleep habits, and academic achievement. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 70-78.
- Heinrich, L. M., & Gullone, E. (2006). The Clinical Significance of Loneliness: A Literature Review. *Clinical Psychology Review*, 26(6), 695-718
- İmamoğlu, S. (2008). *Genç Yetişkinlikte kişilerarası ilişkilerin cinsiyet, cinsiyet rolleri ve yalnızlık algısı açısından incelenmesi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Jenaro, C., Flores, N., Gómez-Vela, M., González-Gil, F., & Caballo, C. (2007). Problematic internet and cell-phone use: Psychological, behavioral, and health correlates. *Addiction Research & Theory*, 15(3), 309-320.
- Karaoğlu, N., Avşaroğlu, S., & Deniz, M. E. (2009). Yalnız mısın? Selçuk Üniversitesi öğrencilerinde yalnızlık düzeyi ile ilgili bir çalışma. *Marmara Medical Journal*, 22(1), 19-26
- Kateb, S. A. (2017). The prevalence and psychological symptoms of nomophobia among university students. *Journal of Research in Curriculum Instruction and Educational Technology*, 3(3), 155-182.
- King, A. L. S., Valença, 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.
- Kişioğlu, A. N., & Yıldırım, S. (2018). Teknolojinin getirdiği yeni hastalıklar: Nomofobi, netlessfobi, forma. *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 473-480.
- Kuyucu, M. (2017). Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: "Akıllı telefon (Kolik)" üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition*, 7(14)
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370.
- Oruç, T., (2013). *Üniversite öğrencilerinde psikososyal değişkenlere göre yalnızlık ile otomatik düşünceler ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir
- Ozdemir, B., Cakir, O., & Hussain, I. (2018). Prevalence of Nomophobia among university students: A comparative study of Pakistani and Turkish undergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14(4), 1519-1532.
- Öz, H., & Tortop, H. (2018). Üniversite okuyan genç yetişkinlerin mobil telefon yoksunluğu korkusu (Nomofobi) ile kişilik tipleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 2(3), 146-159.
- Özkan, S., & Yılmaz, E. (2010). Üniversite öğrencilerinin üniversite yaşamına uyum durumları (Bandırma Örneği). *Firat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 5(13), 153-171.

- Peplau, L.A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. İçinde L. A. Peplau ve D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (s.1-118). New York: Wiley.
- Robichaud, M., Dugas, M. J., & Conway, M. (2003). Gender differences in worry and associated cognitive-behavioral variables. *Journal of Anxiety Disorders*, 17(5), 501-516.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20-40.
- Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325.
- SecurEnvoy (2012). 66% of the population suffer from nomophobia the fear of being without their phone. 12.12.2019 tarihinde <https://www.securenvoy.com/en-gb/blog/66-population-suffer-nomophobia-fear-being-without-their-phone> adresinden erişildi.
- Seçim, M. Ö. (2016). Sosyal medyanın bir siyasal iletişim aracı olarak kullanılması: Adnan Menderes Üniversitesi İletişim Fakültesi öğrencilerine yönelik bir araştırma. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 422-434.
- Stavosky, J. M., & Borkovec, T. D. (1987). The phenomenon of worry: Theory, research, treatment and its implications for women. *Women & Therapy*, 6(3), 77-95.
- Tekin-Tayfun, A. N., & Korkmaz, A. (2016). Üniversite öğrencilerinde işsizlik kaygısı: Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(17), 534-558.
- TUİK (2020). Tük 10.12.2019 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/Start.do> adresinden erişildi.
- Turan, E. Z. & Becit İççitürk, G. (2018). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *OPUS- Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 1931-1950
- Türen, U., Erdem, H., & Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (Nomofobi) yayılımı: Türkiye'den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örnekleme. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 10(1) 1-0
- Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1986). Loneliness, social skills, and social perception. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12(1), 121-130.
- Yakınlar, C. D. (2006). *Askeri lise öğrencilerinin ve yatılı okuyan erkek, sivil lise öğrencilerinin stres yaşantısı ve ergenlik dönemi gelişimsel ödevleri açısından karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kara Harp Okulu Savunma Bilimleri Enstitüsü Güvenlik Bilimleri A.B.D. Ankara

- Yaman, Z., & Kavuncu, B. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun ve Sosyal Ağ Kullanım Amacının Nomofobi Düzeyine Etkisi. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 555-570.
- Yasan-Ak, N., & Yıldırım, S. (2018). Nomophobia among undergraduate students: The case of a Turkish state university. *Online Submission*, 9(4), 11-20.
- Yengin, D. A. (2016). Sosyal Medya ve Akıllı Mobil Teknoloji: Akıllı Sosyal Yaşamlar. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication (TOJDAC)*, 6(2), 105-113.
- 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.
- Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322-1331.

© Copyright of Journal of Current Researches on Social Science is the property of Strategic Research Academy and its content may not be copied or emailed to multiple sites or posted to a listserv without the copyright holder's express written permission. However, users may print, download, or email articles for individual use.