

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE MOBİL CİHAZ BAĞIMLILIĞININ  
ARAŞTIRILMASI**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Nevin YILDIRIM**

**Danışman**

**Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ERGÜN**

**İNTERNET VE BİLİŞİM TEKNOLOJİLERİ YÖNETİMİ**

**ANABİLİM DALI**

**Haziran 2018**

**AFYON KOCATEPE ÜNİVERSİTESİ**  
**FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE MOBİL CİHAZ BAĞIMLILIĞININ**  
**ARAŞTIRILMASI**

**Nevin YILDIRIM**

**Danışman**  
**Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ERGÜN**

**İNTERNET VE BİLİŞİM TEKNOLOJİLERİ YÖNETİMİ**  
**ANABİLİM DALI**

**Haziran 2018**

## TEZ ONAY SAYFASI

Nevin YILDIRIM tarafından hazırlanan “Lise Öğrencilerinde Mobil Cihaz Bağımlılığının Araştırılması” adlı tez çalışması lisansüstü eğitim ve öğretim yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca 19/06/2018 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından **oy birliği** ile Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü İnternet ve Bilişim Teknolojileri Yönetimi Anabilim Dalı’nda **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

**Danışman** : Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul Ergün

**İmza**

**Başkan** : Dr. Öğr. Üyesi Hakan GÜLVEREN  
Uşak Üniversitesi Eğitim Fakültesi

*Hakan Gülveren*

**Üye** : Dr. Öğr. Üyesi Levent ÇELİK  
Afyon Kocatepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi

*Levent Çelik*

**Üye** : Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ERGÜN  
Afyon Kocatepe Üniversitesi UEMYO

*Ertuğrul Ergün*

Afyon Kocatepe Üniversitesi  
Fen Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu’nun  
...../...../..... tarih ve  
..... sayılı kararıyla onaylanmıştır.

.....  
Prof. Dr. İbrahim EROL  
Enstitü Müdürü

**BİLİMSEL ETİK BİLDİRİM SAYFASI**  
**Afyon Kocatepe Üniversitesi**

**Fen Bilimleri Enstitüsü, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım  
bu tez çalışmada;**

- Tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
- Atıfta bulunduğum eserlerin tümünü kaynak olarak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
- Ve bu tezin herhangi bir bölümünü bu üniversite veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı

**beyan ederim.**

**15/05/2018**

  
**İmza**  
**Nevin YILDIRIM**

**ÖZET**  
Yüksek Lisans Tezi

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE MOBİL CİHAZ BAĞIMLILIĞININ ARAŞTIRILMASI

Nevin YILDIRIM

Afyon Kocatepe Üniversitesi

Fen Bilimleri Enstitüsü

İnternet ve Bilişim Teknolojileri Yönetimi Anabilim Dalı

**Danışman:** Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ERGÜN

Toplumun her kesiminde teknolojinin ilerlemesi ile hayatımızın odak noktası haline gelen mobil cihazlar gençliğin ruhsal sağlığını hedef alarak mobil bağımlılık seviyesine taşımıştır. Modern çağın en büyük sorunu haline gelen mobil cihaz bağımlılığının oluşturduğu tehdit endişe verici boyutlara ulaşmıştır. Bu çalışmada yeni neslin bilinçli ya da farkında olmadan sosyal yaşantılarını ve günlük faaliyetlerini mobil cihazları yüzünden ihmal etmeleri ve bunun sebep olduğu akademik ve sosyal yaşantılarındaki etkisini araştırmak için Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencilerinin mobil telefonu kullanım alışkanlıklarını ve mobil cihaz bağımlılık düzeylerini belirlemek ve bu bağımlılıklara sebep olan etmenleri incelemek amaçlanmıştır.

Bu araştırmada, Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde 9, 10, 11 ve 12. sınıflarda okuyan 240 öğrencinin mobil cihaz bağımlılık düzeyleri, öğrencilere “Problemlili Telefon Kullanım Ölçeği” anketi uygulanıp ardından “Mobil Cihaz Bağımlılık Semineri” verilerek etkileri nicel yöntemlerle incelenmiştir.

Öğrencilere mobil cihaz kullanım alışkanlıklarının araştırılması ile ilgili ön test uygulanarak veri toplanmıştır. Sonrasında deney grubu olarak seçilen 10 ve 11.sınıf öğrencilerine “Mobil Cihaz Bağımlılık” semineri verilmiştir. Seminerde öğrencilere mobil kullanım alışkanlıklarını gözden geçirebilmeleri için mobil cihazlar ile gün içerisinde geçirdikleri süreleri fark etmeleri, mobil cihazları en çok hangi amaçla kullandıkları, bağımlı kategorisinde olanların bu durumdan nasıl kurtulabilecekleri konusunda bilgilendirme yapılarak kendilerini sorgulama fırsatı verilmiştir. İki hafta

sonra tüm öğrencilerin mobil cihaz bağımlılık düzeyleri tekrar ölçülmüştür.

Elde edilen veriler neticesinde Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencilerinde mobil cihaz bağımlılık düzeyinin yüksek olduğu söylenebilir. Bununla birlikte verilen eğitim sayesinde öğrencilerin bilinçli telefon ve internet kullanımı konusunda kendilerini değerlendirdikleri görülmüştür. Akıllı telefon kullanımı ve başarılarına etkisi konusunda sık sık seminerler düzenlenerek aileler ve öğrenciler bilgilendirilmeli. Rehberlik derslerine mobil cihaz bağımlılığı, internet bağımlılığı ve bunların fizyolojik ve psikolojik zararlarını öğrencilerin dikkatlerini çekecek şekilde işlenmesi farkındalık yaratabilir. Okulların öğrencilerin derste dikkatlerinin dağılmaması için geliştirilen kilitli telefon dolabı uygulaması yaygınlaştırılmalıdır.

**2018, x+61 sayfa**

**Anahtar Kelimeler:** Akıllı telefon bağımlılığı, Nomofobi, Mobil cihaz bağımlılık.

**ABSTRACT**  
M.Sc. Thesis

RESEARCH OF MOBILE DEVICE ADDICTION IN HIGH SCHOOL STUDENTS

Nevin YILDIRIM

Afyon Kocatepe University

Graduate School of Natural and Applied Sciences

Department of Internet and Information Technologies Management

**Supervisor:** Asst.Prof. Ertuğrul ERGÜN

Mobile devices that have become the focal point of our lives with the advancement of technology in every part of the society have moved to the mobile dependency level by targeting the youthful spiritual health. The threat posed by mobile device dependency, which has become the biggest problem of the modern era, has reached alarming dimensions. In this study, it is aimed to determine the mobile phone usage habits and mobile device dependency levels of Vocational and Technical Anatolian High School students to investigate the social and social activities of the new generation consciously or unwittingly neglecting their social experiences and their daily activities due to mobile devices, The aim of this study was to investigate

Data were collected by pre-testing the students about the habits of mobile device usage. "Mobile Device Addiction" seminar was given to 10th and 11th grade students who were selected as experimental group afterwards. In the seminar, the students were given the opportunity to inquire about their mobile usage habits by informing the mobile devices about the time they spent during the day, how they used the mobile devices most for what purpose, and how the dependent categories could get rid of them.

In this study, mobile device dependency levels of 240 students studying at 9th, 10th, 11th and 12th grade in Vocational and Technical Anatolian High School were applied to the questionnaire "Problematic Phone Usage Questionnaire" and then "Mobile Device

Addiction Seminar" was given and the effects were examined quantitatively. Two weeks later, all students' mobile device dependency levels were measured again.

As a result of the obtained data, it can be said that mobile device dependency level is high in Vocational and Technical Anatolian High School students. With this training, it has been seen that students have been questioning themselves about the use of conscious telephone and internet. Families and students should be informed about frequent seminars on smartphone use and its impact on success. The awareness of mobile device dependency, internet addiction and their physiological and psychological harm to the guidance courses can be raised to the attention of the students. Locked telephone locker application, which is developed for schools not to distract students from their interests, should be widespread.

**2018, x+61 pages**

**Keywords:** Mobile phone, Nomophobia, Mobile device addiction



## TEŞEKKÜR

Bu araştırmanın konusu, deneysel alışmaların ynlendirilmesi, sonuların değerlendirilmesi ve yazımı aşamasında yapmış olduğu büyük katkılarından dolayı tez danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul ERGÜN, araştırma ve yazım süresince yardımlarını esirgemeyen her konuda öneri ve eleştirileriyle yardımlarını gördüğüm okul müdürüm mer TUNCER, Damla Yücel AKDENİZ ve Yusuf Erhan AKDENİZ'e teşekkür ederim.

Bu araştırma boyunca maddi ve manevi desteklerinden dolayı canım eşime teşekkür ediyorum.

Nevin YILDIRIM  
AFYONKARAHİSAR, 2018

## İÇİNDEKİLER DİZİNİ

	Sayfa
ÖZET .....	i
ABSTRACT .....	iii
TEŞEKKÜR .....	v
İÇİNDEKİLER DİZİNİ.....	vi
ÇİZELGELER DİZİNİ.....	viii
1. GİRİŞ.....	1
1.2 Problem Cümlesi.....	3
1.3 Alt Problemler.....	3
1.4 Araştırmanın Amacı .....	4
1.5 Araştırmanın Önemi.....	4
1.6 Sınırlılıklar .....	5
1.7 Sayıtlar .....	5
2. LİTERATÜR BİLGİLERİ .....	6
2.1 Akıllı telefonlar .....	6
2.1.1 Dünyada Akıllı telefonlar .....	7
2.1.2 Türkiye’de Akıllı telefonlar .....	8
2.2 Bağımlılık.....	9
2.2.1. Telefon bağımlılığı .....	10
2.2.2 İnternet bağımlılığı .....	12
2.3 İlgili Araştırmalar.....	14
2.3.1 Yurt İçindeki İlgili Araştırmalar .....	15
2.3.2 Yurt Dışındaki İlgili Araştırmalar.....	17
3. MATERYAL ve METOT .....	19
3.1. Çalışma Evreni .....	19
3.2 Çalışma Grubu.....	20
3.2.1 Veri Toplama Aracı .....	20
3.2.2 Verilerin Analizi .....	21
3.2.3 Uygulama.....	21
3.2.4 Verilerin Çözümü ve Yorumlanması.....	21
4. BULGULAR .....	23
4.1 Demografik Veriler .....	23
4.2 Mobil Bağımlılık Verileri.....	26

4.3 Normallik Testi .....	37
4.4 Verilen Eğitimin Değerlendirilmesi .....	40
5. SONUÇ ve ÖNERİLER .....	45
6. KAYNAKLAR.....	49
ÖZGEÇMİŞ.....	53

## ÇİZELGELER DİZİNİ

### Sayfa

Çizelge 3.1 Cinsiyet, Sınıf, Bölüm ve Yaş Verilerinin Dağılımları .....	19
Çizelge 3.1 (Devam) Cinsiyet, Sınıf, Bölüm ve Yaş Verilerinin Dağılımları .....	20
Çizelge 4.1 Evde internet bağlantı durumu .....	23
Çizelge 4.2 Aylık kullanılan telefon ya da kontör tutarları .....	23
Çizelge 4.3 İletişim amaçlı telefon kullanım durumu .....	24
Çizelge 4.4 Sosyal medya amaçlı telefon kullanım durumu .....	24
Çizelge 4.5 Oyun amaçlı telefon kullanım durumu .....	24
Çizelge 4.6 Video izleme amaçlı telefon kullanım durumu .....	24
Çizelge 4.7 Cep telefonu değiştirme sıklığı .....	25
Çizelge 4.8 Üye olunan sosyal ağ durumları .....	25
Çizelge 4.9 Cep telefonu ile gereğinden fazla zaman harcama durumu .....	27
Çizelge 4.10 Kendini daha iyi hissetmek için cep telefonu kullanma durumu, .....	27
Çizelge 4.11 Başka işle uğraşırken telefonla ilgilenme durumu .....	28
Çizelge 4.12 Cep telefonunda harcadığı zamanı gizleme durumu .....	28
Çizelge 4.13 Cep telefonu kullanımından dolayı uyku kaçma durumu. ....	28
Çizelge 4.14 Ödemeye gücünden fazla fatura gelme durumu.....	29
Çizelge 4.15 Telefonun kapsama alanı dışındayken konuşma eksikliği çekme durumu	29
Çizelge 4.16 Telefonla ve başka bir işle meşgulken işe dikkatini verememe durumu ..	30
Çizelge 4.17 Son 12 ayda cep telefonu kullanımında artış durumu .....	30
Çizelge 4.18 Cep telefonunu yalnız hissedildiğinde diğer insanlarla konuşmak için kullanma durumu .....	31
Çizelge 4.19 Cep telefonunu daha az zaman kullanmayı denemede başarısız olma durumu .....	31
Çizelge 4.20 Telefonunu kapatmakta zorlanma durumu.....	31
Çizelge 4.21 Mesajların kontrol edilmediğinde ya da telefona bakılmadığında endişelenme durumu .....	32
Çizelge 4.22 Cep telefonu ile ilgili rüya görme durumu .....	32
Çizelge 4.23 Arkadaşların ve ailenin cep telefonu kullanımından dolayı şikâyet etme durumu .....	33
Çizelge 4.24 Cep telefonu olmasaydı arkadaşların bağlantıya geçmekte zorlanma durumu .....	33
Çizelge 4.25 Cep telefonuna harcanan zamandan dolayı işlerde verimin düşme durumu .....	33

<b>Çizelge 4.26</b> Cep telefonu kullanımından kaynaklanan ağrı ve acı durumu.....	34
<b>Çizelge 4.27</b> Cep telefonuyla düşünülenden daha uzun zaman meşgul olma durumu ..	34
<b>Çizelge 4.28</b> Acil işleri yapmak yerine cep telefonu kullanmayı tercih etme durumu ..	35
<b>Çizelge 4.29</b> Cep telefonu ile meşgul olduğundan randevulara geç kalma durumu .....	35
<b>Çizelge 4.30</b> Cep telefonunu sessize almak zorunda olduğunda huzursuz olma ve sürekli telefonu kontrol etme durumu.....	35
<b>Çizelge 4.31</b> Cep telefonunda fazla zaman harcadığına dair ikaz edilme durumu .....	36
<b>Çizelge 4.32</b> Cep telefonunun kapalı olması nedeniyle zor durumda kalma durumu....	36
<b>Çizelge 4.33</b> Arkadaşlarım cep telefonumu kapatmamdan hoşlanmazlar. ....	37
<b>Çizelge 4.34</b> Cep telefonu olmadığında kendini kaybolmuş gibi hissetme durumu .....	37
<b>Çizelge 4.35</b> Normallik Testi .....	38
<b>Çizelge 4.35 (Devam)</b> Normallik Testi.....	39
<b>Çizelge 4.36</b> Eğitim sonrası değişiklik durumu .....	40
<b>Çizelge 4.37</b> Aylık telefon faturanız ya da kontör tutarınız .....	41
<b>Çizelge 4.38</b> Cep telefonuma gereğinden fazla zaman harcıyorum .....	41
<b>Çizelge 4.39</b> Cep telefonumu üzgün olduğumda kendimi daha iyi hissetmek için kullanırım.....	41
<b>Çizelge 4.40</b> İşlerimi yapmam gerekirken kendimi cep telefonumla meşgul olurken bulurum ve bu davranışım sorunlara neden olur. ....	42
<b>Çizelge 4.41</b> Cep telefonuma ne kadar zaman harcadığımı diğer insanlardan saklamaya çalışırım. ....	42
<b>Çizelge 4.42</b> Cep telefonuma daha az zaman harcamayı denedim ama başaramadım. .	43
<b>Çizelge 4.43</b> Telefonumu kapatmakta zorlanıyorum. ....	43
<b>Çizelge 4.44</b> Bir süre mesajlarımı kontrol etmediğimde yada telefona bakmadığımda endişelenirim.....	43
<b>Çizelge 4.45</b> Cep telefonumla meşgul olduğum için randevulara sık sık geç kalırım. ..	44
<b>Çizelge 4.46</b> Cep telefonuma çok zaman harcadığım söylenir. ....	44

## 1. GİRİŞ

Teknolojinin gelişmesinden, mobil cihazlarda payını almıştır. Telefonların kullanıldığı eski dönemlerde, sadece görüşmelerin yapıldığı bir cihaz söz konusuydu. Şimdi ise fotoğraf çekebilen, görüşme yapılan, hatta görüntülü görüşmenin mümkün olduğu, video oynatma ve çekme işlemini yapan çok fazla özelliğe sahip mobil telefonlar kullanılmaktadır.

İnsanların haberleşme isteği haberleşme teknolojilerinin hızla gelişmesine neden olup, mobil cihazların, 1990'larda hayatımıza girmesini sağlamıştır. Mobil cihazların dünya piyasasında yer almasından itibaren kısa sürede 3 milyardan fazla abonesiyle en hızlı gelişen sektörlerin başında gelmiştir (Kalba 2008).

Bilgisayar ve iletişim teknolojilerinde yaşanan hızlı gelişmeler özellikle internetin katalizör etkisi ile insanların çalışma sahaları, iletişim kurma biçimleri ve her türlü yaşam standartları sürekli değişim halindedir (Canbek ve Sağıroğlu 2007).

Mobil telefonların dünyada önlenemez yükselişi araştırmacıların ilgisini çekmiş ve bu konuda bir çok çalışma yapılmıştır. Park ve Chen (2007) yaptıkları araştırmada doktor ve hemşirelerin akıllı telefon kullanım durumlarını ve bu durumları olumlu etkileyen faktörleri incelemiştir. Bu araştırmanın bulgularına göre, kişilerin akıllı telefon kullanım becerilerine yönelik tutumları, akıllı telefon kullanım niyetini pozitif olarak etkilemektedir.

Bodker vd. (2009) Yaptığı araştırmada bireylerin kendilerine ve dışı dönük bakış açıları ile akıllı telefon kullanım alışkanlıkları arasındaki ilişkileri incelemiş olup, akıllı telefon ve diğer kablosuz mobil aygıtların tasarımı için önerilerde bulunmuştur.

Bao vd. (2011) Araştırmasında şirket çalışanlarının mobil telefon kullanım alışkanlıkları ve bilgisayar kullanım alışkanlıkları karşılaştırıldığında; akıllı telefon kullanılarak yapılan işlemlerde okuma hızı artarken veri giriş kısmının yavaş olduğu sonucuna varmıştır.

Lane ve Manner (2011) ise kişinin karakteristik yapısı ve akıllı telefon kullanım durumunu incelemeye yönelik araştırmasında, sosyal ve girişken akıllı telefona sahip olmaya ve kullanmaya daha yatkın oldukları sonucuna varmıştır.

Günümüz şartlarının teknolojinin gidişatına göre değiştiği bir gerçektir. Bundan 10 yıl öncesine baktığımızda bilgiyi biriktirmek (arşivleme) çok önemliyken özellikle müzik dosyalarını arşivlemek çok yaygındı şimdi ise daha fazla bilgi ve her yerden o bilgilere ulaşabilmek ön planda. Günlük hayatta dışarı çıkacağımız zaman birçoğumuz mobil cihazlarımızdan hava durumuna, yol durumuna bakmakta (büyük kentlerde yaşayanlar özellikle trafik durumuna ve alternatif güzergâhlar) hatta gideceğimiz mekân hakkında bilgi edinebileceğimiz çeşitli uygulamalara göz atmaktayız.

Mobil telefon kullanımı bilgiye ulaşmak, eğlenmek, alışveriş yapmak, acil durumlarda güven duygusunu sağlamak, özgür hissetmek gibi pek çok olumlu etkisi bulunurken aşırı kullanımı baş, boyun ve omuz ağrılarına, kaygıya, uykusuzluğa ve yalnızlığa, hareketsiz yaşama, kötü akademik performansa, kazalara ve hatta bağımlılığa neden olabilmektedir (Bilgiç vd. 2017).

Toplu taşıma araçlarında kitap gazete dergi okuyan, sohbet eden kişiler mobil cihazları ile uğraşanlara kıyasla daha az bir kesimi oluşturuyor. Mobil cihaz kullanım sürelerinde büyük payı sosyal medya uygulamaları ve oyunlar (online-offline) alıyor. Son dönemlerde mobil teknoloji aynı zamanda giyilebilir teknoloji olarak da kendisini göstermeye başladı. Mobil cihazların en başında yer alan akıllı telefonlar yaşamımıza getirdiği kolaylıklarla hayatımızın odak noktası haline gelirken, akıllı telefon yoksunluğu (nomofobi) kavramı da yavaş yavaş yerini almıştır.

Akıllı telefonu uyurken bile yanından ayırmayan öğrencilerin ders dinleme ve sınavlara çalışma sürelerini akıllı telefon yüzünden planlayamamaları mobil cihaz korkusu yaşamalarına sebep olmuştur (Lee vd. 2014).

Yapılan araştırma, öğrencilerin mobil cihaz kullanım amaçları ve yöntemlerini belirlemenin yanı sıra akademik başarıları ve sosyal ilişkilerine etkisi bağlamında ayrıca

önem taşımaktadır. Çalışmanın; akademik alanda bu konudaki çalışmalara ve öğrencilere sosyal ve akademik yaşamlarında katkı getireceği ümit edilmektedir.

## 1.2 Problem Cümlesi

Bu çalışmanın ana problemini, “Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencileri mobil cihaz bağımlılığı konusundaki alışkanlıklarının farkında mı ve bu alışkanlıklar bağımlılık düzeyinde mi?” cümlesi temsil etmektedir.

## 1.3 Alt Problemler

Ana problem cümlesi çerçevesinde bu çalışmanın alt problemleri şunlardır:

1. Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları ne düzeydedir?
  - a) Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları okudukları sınıf faktörüne göre değişmekte midir?
  - b) Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları yaş faktörüne göre değişmekte midir?
  - c) Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları yaş faktörüne göre değişmekte midir?
  - d) Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları cinsiyet faktörüne göre değişmekte midir?
2. Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları aylık telefon fatura/kontör tutarı faktörüne göre değişmekte midir?
3. Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları mobil cihaz kullanım nedenleri faktörüne göre değişmekte midir?
4. Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları mobil cihaz değiştirme sıklığı faktörüne göre değişmekte midir?
5. Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları üye oldukları sosyal ağlar faktörüne göre değişmekte midir?
6. Öğrencilerin mobil cihaz kullanım durumlarına yönelik genel hazır bulunuşlukları



- evde internet bağlantısı olma faktörüne göre değişmekte midir?
7. Öğrencilerin mobil cihaz kullanım süreleri ne düzeydedir?
  8. Öğrencilerin mobil cihaz kullanım nedenleri ve etkileyen faktörler nelerdir?
  9. Öğrencilerin mobil cihazlarından uzakta kaldıklarına yaşadıkları duygu ve davranış değişiklikleri nelerdir?

#### **1.4 Araştırmanın Amacı**

Mobil cihazların teknoloji çağında önemli bir yer alması ile birlikte ergenlerin sosyal ve duygusal gelişimi üzerinde etkisinin de büyük olmasını sağlamıştır. Gençler arasında popüler olan bu teknolojik aletler aynı zamanda gençlerin yaşam tarzlarının değişmesine ve bağımlılık seviyelerine ulaşarak sosyal ilişki kurma türlerinde değişikliğe ve hayatlarını bu teknolojik dünyayla sınırlamalarına sebep olmuştur.

Bu çalışmada Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencilerinin mobil telefonu kullanım alışkanlıklarını ve mobil cihaz bağımlılık düzeylerini belirlemek ve verilen seminerlerin bu bağımlılık düzeyine etkisini belirlemek amaçlanmıştır.

#### **1.5 Araştırmanın Önemi**

Dünyada birçok sektör interneti ve mobil teknolojileri verimliliklerini ve iş üretme güçlerini arttırmak için yoğun bir şekilde kullanmaktadırlar. Her zaman ve her yerde bireyin yanında var olan ve hayatını kolaylaştıran mobil cihaz teknolojisidir (Ağca ve Bağcı 2013).

Mobil cihaz teknolojileri hayatımızı kolaylaştırmanın dışında gereğinden fazla kullanımı kişilerde fiziksel ve psikolojik rahatsızlıkları da beraberinde getirmiştir. Kişilerde yaşanan bu olumsuzluklar okul çağındaki çocuklarda kendisini daha çok bağımlılık şeklinde gösterdiği ve bu bağımlılığın katlanarak artması endişe yaratmıştır. Gençlerde görülen ve hızla artan bu bağımlılık türünün gençlerin akademik ve sosyal yaşantıları bakımından incelenip en aza indirgenmesi faydalı olacaktır.

Bu araştırmadan elde edilen bulgu ve sonuçlar öğrencilerin mobil cihaz kullanım alışkanlıklarının akademik ve sosyal yaşamlarında karşılaştıkları problemlerle etkileşim durumlarını saptayıp, öğrencilerin fiziksel ve psikolojik gelişimleri konusunda eğitimciler ve ailelere fikir sağlayacaktır. Ayrıca “Mobil Cihaz Bağımlılık” seminerleri ile öğrencilere olumlu bakış açıları sağlayacaktır.

## **1.6 Sınırlılıklar**

Bu araştırmanın temel sınırlılıkları aşağıda verilmektedir.

Bu araştırma;

- 2017-2018 eğitim ğretim yılında eğitim görmekte olan Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ğrencileri 9,10,11 ve 12. sınıflarından seçilen 240 ğrenci çalışma grubunu oluşturmuş olup bu öğrencilerden toplanan veriler ile sınırlıdır.
- Çalışma grubunda bulunan öğrencilerin ankete ve görüşmeye verdikleri cevaplarla sınırlıdır.
- Araştırma grubunu ise mobil cihaz bağımlılığı anketi verilerine göre ölçekte yüksek puan alan yaklaşık 120 kişilik 10 ve 11.sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Gruplarda bulunan öğrencilerin ankete ve görüşmeye verdikleri cevaplarla sınırlıdır.

## **1.7 Sayılılar**

Bu araştırmada;

- Öğrencilerin uygulanan ankete ve yapılan görüşmelere samimi yanıtlar verdiği,
- Öğrencilerin görüşlerinin alınmasının mobil cihaz bağımlılık düzeyleri belirlenmesi ve verilen seminerin etkilerinin değerlendirilmesi konusunda yardımcı olacağı varsayılmıştır.

## 2. LİTERATÜR BİLGİLERİ

Bu bölümde öncelikle araştırma amacı kapsamında üzerinde durulan akıllı telefon ve bağımlılık kavramları üzerinde durulmuştur. Sonraki aşamada, bu araştırmada incelenen konu kapsamında var olan ilgili araştırmalar sunulmuştur.

### 2.1 Akıllı telefonlar

Teknolojinin gelişmesi ile birlikte birçok teknolojik hayatımızın vazgeçilmezi olmuştur. Bu teknolojik aletlerin başında gelen akıllı telefonlar hem haberleşmeyi kolaylaştırmakta hem de iletişim kaynağı olarak yaşamımızda yer almaktadır.

Akıllı telefonlar iletişim dışında internet, fotoğraf makinesi, video-ses kayıt cihazı, navigasyon, müzik çalar gibi birçok özelliğin bir arada toplandığı günümüzün vazgeçilmez teknolojik cihazlarıdır (Demirci vd. 2014).

Telefonun icadı ile birlikte insanlar haberleşme açısından çok önemli bir cihaza kavuşmuşlardır. Telefonun olmadığı dönemlerde insanoğlu haberleşmek için farklı ve ilkel yöntemler kullanırken telefonun icadı ile birlikte iletişim kolaylaşmış ve insanlar istedikleri anda istedikleri kişi ile iletişime geçebilmişlerdir.

Günümüz dünyasının vazgeçilmezleri arasında yer alan mobil cihazlar konuşma ve mesajlaşmanın dışında birçok teknolojik alet ile yapılabilecek bütün işlemleri tek elde toplama imkânı vermiştir. Bu durum maliyeti ne olursa olsun akıllı telefonlar herkesin ulaşabildiği teknoloji haline gelmiştir (Talan vd. 2016)

Martin Cooper tarafından kablosuz telefonun 1973 yılında geliştirilmesi ile birlikte iletişimde kablonun sınırlamalarından kurtulma düşüncesi dünyada ilgi odağı hâline gelmiştir (İnt. Kyn. 2). 1983 yılında ilk görüşmenin yapılmasından sonra kullanımları hızla artan mobil telefonlarda ikinci dönem, akıllı telefonların 1994 yılında IBM firması tarafından üretilmesi ile başlamıştır (Miller 2012).

Akıllı telefon teknolojisini bir devrim olarak niteleyen Netscape'in kurucusu Marc Andreessen'e göre gezegenin başlangıcından bu yana insanlık böyle bir gelişmeyle hiç karşılaşmamıştır (İnt. Kyn. 3).

Akıllı telefon endüstrisindeki hızlı gelişim mobil cihaz pazarının büyümesi ve yeni iş alanlarının ortaya çıkmasına sebep oldu (Lane ve Manner 2011). Telefon ve iletişim teknolojisi durdurulamaz gelişmeler göstererek mobilite kavramı ile yeni nesil kablosuz iletişim araçları gelişmeye başlamış ve kullanıcı sayısının her geçen gün arttığı mobil telefonlar dünyada en hızlı gelişen sektörlerden biri olmuştur (Minaz ve Bozkurt 2017).

Wikipedia'daki akıllı telefon tanımında: Sıradan (temel telefon yetenekleri ile kısıtlı) telefon (feature phone)'lara kıyasla daha ileri seviyede işlem yapma kapasitesi bulunan, gelişmiş bağlantı seçenekleri sunan ve üzerinde mobil uygulamaları çalıştırabildiğiniz gelişmiş mobil iletişim cihazları olarak belirtiliyor (İnt. Kyn. 10).

Akıllı telefon özelliklerini sıralayacak olursak;

- Akıllı telefonlar PDA teknolojisi eklenmesi ile yüksek kalitede oyun ve grafik animasyon olanakları sağlar.
- Akıllı telefonlar Android, Ios, Symbian, Windows gibi mobil işletim sistemleri ile çalışır. Böylece telefonlar çok yönlü fonksiyonlara sahiptir.
- Söz konusu telefonların sahip olduğu işlemciler ve bataryalar sayesinde karmaşık işlemleri minimum güç tüketimi ile kolayca çözüp yüksek performans elde edebilirler.
- Akıllı telefonlarda yer alan pusula özelliği sayesinde navigasyon özelliği ile hayat kolaylaştırmıştır.

### **2.1.1 Dünyada Akıllı telefonlar**

Bir bilgisayar ile yapılabilecek işlemlerin mobil telefonlar ile gerçekleştirilebilmesi amacıyla tasarlanan akıllı telefonlar, dünyada geniş kitleler tarafından kullanım imkânı bulmuştur. 2014 yılı itibariyle dünyada yaklaşık 4 milyar kişi mobil telefon kullanmaktadır. Bu rakamın 2016 yılında 4,6 milyar, 2019 yılında 5 milyar olacağı

tahmin edilmektedir (İnt. Kyn. 4). Mobil telefon kullanan kişi sayısı dünya nüfusunun %30'unu oluşturmakta ve bu oranın 2019 yılında ise %60 olması beklenmektedir (İnt. Kyn. 5).

Son yıllarda gelişmekte olan ülkelerde akıllı telefona sahip olma oranında büyük artışlar yaşanmıştır. Bu artışlara rağmen zengin ülkelerdeki akıllı telefona sahip olma oranı yoksul ülkelerle kıyaslandığında daha yüksektir. Akıllı telefona sahip olmanın yüksek olduğu ülkeler arasında %88 ile Güney Kore, %77 ile Avustralya, %74 ile İsrail, %72 ile Amerika ve %71 ile İspanya gelmektedir. Türkiye %59 ile dünyada akıllı telefona sahip olma durumunda 12. sırada yer almaktadır. Akıllı telefona sahip olmada Afrika ve Güney Asya ülkeleri son sıralarda yer almaktadır. Pakistan %11, Uganda ve Etiyopya %4'lük orana dâhildir. Yani internet kullanımıyla birlikte, ülkenin zenginliği ile akıllı telefona sahip olanların oranının yüksek olması arasında güçlü ilişkiler bulunmaktadır (İnt. Kyn. 12).

Dijital pazarlama ajansı We Are Social, Hootsuite işbirliği ile hazırladığı “Digital in 2017 Global Overview” adıyla 238 ülkeden toplanan verilerle hazırlanan 106 sayfalık raporda;

- Dünyanın yarısından fazlası artık en az 1 adet akıllı telefon kullanıyor.
- Dünya nüfusunun neredeyse üçte ikisi en az bir cep telefonu sahibi.
- Dünya genelinde web trafiğinin yarısından fazlası artık cep telefonundan geliyor.
- Dünyanın dört bir yanındaki mobil bağlantıların yarısından çoğu artık “geniş bant” teknolojisine sahip (İnt. Kyn. 6).

### **2.1.2 Türkiye’de Akıllı telefonlar**

Gümrük ve Ticaret Bakanlığı akıllı telefon, otomobil kullanımı ve ekmek israfına ilişkin “Tüketici İsrafın Boyutlarının İncelenmesi” adıyla, 7 bölgeden 26 kent merkezinde, 18-69 yaşa arası bin 650 kişi ile yüz yüze görüşülerek yaptığı araştırmada: Türkiye’de akıllı telefon kullanımı yüzde 84’e ulaşmış durumdadır. Yüzde 14,7’lik standart cep telefonu sahibi, telefonu olmayan kesim ise yüzde 1.5’te kalmaktadır. Akıllı telefon sahiplerinin

yüzde 7'si yılda bir, yüzde 17'si iki yılda bir akıllı telefonunu değiştirmekte, ortalama akıllı telefon değişim süresi ise 3,2 olarak hesaplanmıştır (İnt. Kyn. 11).

Rakamlar dünyada mobil telefon kullanımının oldukça yüksek seviyelerde olduğunu gösterirken, Türkiye'de de durumun benzer olduğu belirtilmiştir. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Ulaştırma Denizcilik ve Haberleşme Bakanlığı ile Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu'nun ayrı ayrı açıkladığı veriler, Türkiye'de iletişim alanında en çok aboneliğin cep telefonu olduğunu ortaya koymuştur. TÜİK, 2017 Mart ayı sonu itibarıyla sabit telefon, cep telefonu ve internet abone sayısını açıklamasında, 75 milyon 724 bin 413 abone sayısı ile cep telefonu birinci sırada, 64 milyon 335 bin 111 abone sayısı ile internet ikinci sırada yer alırken, 11 milyon 009 bin 614 abone sayısı ile sabit telefon üçüncü sırada yer almıştır (İnt. Kyn. 1).

*We are social ve Hootsuit* tarafından her yıl hazırlanan "Digital in 2018 in Western Asia" sosyal medya istatistikleri ismiyle yayınlanan çalışmada 81 milyon nüfusa sahip ülkemizde, Nüfusun %67'sini oluşturan 54.3 milyon internet kullanıcısı, nüfusun %51'ini oluşturan 51 milyon aktif sosyal medya kullanıcısı, nüfusun %54'ünü oluşturan 44 milyon aktif mobil sosyal medya kullanıcısı olmakla birlikte Türkiye'deki yıllık dijital değişim istatistiklerinde, İnternet kullanım istatistiklerinde, internet kullanıcılarının %13, yani 6 milyon kişi arttığını görüyoruz. (54.3 milyon internet kullanıcısı) Aktif sosyal medya kullanıcı sayısının da 3 milyonluk bir artış gerçekleşmiştir (51 milyon aktif sosyal medya kullanıcısı). Aktif mobil sosyal medya kullanıcı sayısı ise %5'lik, yani 2 milyonluk bir artışla 44 milyona ulaştığı görülmektedir (İnt. Kyn. 6).

## **2.2 Bağımlılık**

Bağımlılık, kişilerin ruhsal ve bedensel sağlıklarının yanı sıra sosyal yaşamlarına zarar vermesine karşın, takıntılı oldukları durumu yinelemeye yönelik engellenemeyen bir istek duymaları ve bunu sürdürmeleri halidir (Uğurlu ve Şengül 2012).

Kişinin psikolojik ve fizyolojik açıdan alışılmış olduğu herhangi bir ilaç veya maddeye

karşı engellenemeyecek şekilde ihtiyaç duyması, alınan miktarın ve alınma sıklığının giderek artması, alınmadığı zaman yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması ve bu yoksunluğun günlük hayatın kalitesini düşürmesidir (İnt. Kyn. 13).

Bağımlılık ne zaman sona ereceği bilinmeyen ve kendini sürekli yenileyen hastalıktır. Bu nedenle uzun süreli tedavi ve gözlem gereklidir (Dennis ve Scott 2005).

Bağımlılık belirli bir maddeye karşı biyolojik olarak bağlanmanın sinir sistemini yönlendirmesi olarak ortaya çıkmaktadır. Bununla beraber, bazı araştırmacılar bağımlılıkların biyolojik olabileceği gibi davranışsal da olabileceğini ileri sürmektedirler (Comings 1995, Stein 1994).

Özellikle hızla gelişen teknoloji beraberinde teknolojik aletlerin de gelişme sebebi olup toplumda birtakım değişimlere yol açmış ve bu değişimler davranış bağımlılıklarına yol açmıştır.

### **2.2.1 Telefon bağımlılığı**

Bir kimseye veya nesneye düşkün olma durumu olarak tanımlanan bağımlılık kavramı, Türk Dil Kurumu tarafından sigara, alkol, uyuşturucu gibi kötü alışkanlıklara aşırı düşkünlük şeklinde ifade edilmektedir. Birçok kişi tarafından uyuşturucu madde ve alkol kullanımları ile özdeşleştirilen kavram, uyuşturucu maddelerin yanı sıra bağımlılık potansiyeline sahip farklı davranışlarla da ilişkilendirilmektedir (Griffiths 1995).

Davranışsal bağımlılığın bir türü olarak kabul edilen akıllı telefon bağımlılığı; internet, sosyal medya, bilgisayar oyunu gibi bağımlılıklarla ilişkili olduğu göz önünde bulundurularak teknolojik bağımlılık çerçevesinde araştırmalarda yerini almıştır (Fidan 2016).

Bağımlılık, insanda heyecan oluşturulan her şeydir. Akıllı telefonlar da bireylerde heyecan uyandırdığı ölçüde bağımlılığa neden olmaktadır. Davranışçı yaklaşıma göre bir davranış sonucunda doyuma ulaşıyorsa ya da olumsuz bir durumdan bir davranış yolu ile çıkılabiliyorsa, ileride de bireyler bu davranışı yaparak doyuma ulaşma ya da

olumsuzluktan kurtulmayı seçebilmektedir. Yani akıllı telefonlar da bu özelliği ile bağımlılık yapıcı bir unsur olmaktadır (Ünal 2015).

Son zamanlarda ulusal ve uluslararası basında mobil telefon kullanımıyla ilgili haberlere çok sık karşılaşıyoruz. Haberlerde; Ergenlerde artan mobil telefon bağımlılığı psikolojiye yeni bir fobi terimi kazandırmıştır. Mobil (cep) telefonda mahrum kalma korkusu olan nomofobi 100 ergenden 76'sında görülmektedir (Şar ve Işıklar 2012)

No mobile Phobia'dan türetilen nomofobi; cep telefonu ile sağlanan iletişimden mahrum kalmak ve bunun yarattığı korku anlamına geliyor. Yani cep telefonundan bir şekilde mahrum kalma kokusudur. Modern çağın yeni hastalıklarından biri olarak tanımlayabileceğimiz bu durum, özellikle akıllı telefonların kullanımının giderek yaygınlaşması ile başladı. Ulaşma ve ulaşılabilir olma isteği akıllı telefonları vazgeçilmez kılıyor. Bu yüzden de telefonsuz kalmaktan, telefonla iletişim kuramamaktan dolayı kişiler psikolojik gerginlik yaşayabiliyor (İnt. Kyn. 7).

Mobil cihaz bağımlılığı olan kişilerde davranış bozuklukları, duygu kontrol bozuklukları gibi belirtiler görülmüştür (Şar ve Işıklar 2012). Ulaşamama korkusunu, iletişim kopukluğu ve internete girememe korkusu yaşayan kişileri tanımlayan Nomofobi, yapılan araştırmalarda kadınlara oranla erkekleri daha çok etkilediği tespit edilmiş olup şarjı biten, kontörü biten, telefonunu kaybeden ya da uzak kalan kişilerin yaşadıkları bu fobi, kişinin aynı zamanda yaşam kalitesini olumsuz etkiliyor. Akıllı telefonların hayatımıza girmesi ile daha çok artış gösteren bu fobi, panik atak, depresyon, çarpıntı gibi olumsuz durumları da beraberinde getirmektedir. Nomofobi sorunu yaşayan kişiler, baş dönmesi, ani duygu değişimi, bulantı, kusma, titreme, göğüs ağrısı, nefes darlığı, heyecanlanma, kalp atışında hızlanma gibi şikâyetlerde bulunmaktadır. Yine bu tür kişiler asla telefonlarını kapatamazlar, yanlarından uyurken bile ayıramazlar, yola çıktıklarında ilk bakacakları telefonlarının var olup olmadığıdır. İstatistiklere göre cep telefonu kullanan kişilerin %53 nomofobi mağdurdur. Bu oranın en yüksek yüzdesi erkeklerden oluşmaktadır (İnt. Kyn. 8).

Fransa'da yapılan araştırmada da Fransızların yüzde 22'si cep telefonları olmaksızın bir



gün bile geçirmelerinin "olanaksız" olduğunu açıklarken, bu durumun 15-19 yaşlarında ise yüzde 34 oranına sahip olduğu tespit edildi. Mingle şirketi tarafından 1500 cep telefonu kullanıcısının katılımıyla yapılan farklı bir araştırmada, ankete katılan kişilerin yüzde 29'u telefonlarında 24 saatten fazla vazgeçebileceklerini, "ama bunun çok zor" olacağını söylerken, yüzde 49'u bunun bir sorun yaratmayacağını ifade ettiği tespit edilmiştir (İnt. Kyn. 9).

### **2.2.2 İnternet bağımlılığı**

Gelişen teknolojiler bilgisayar ve internet kullanımını yaşamımızda vazgeçilmez hale getirmiştir. İhtiyaç duyulduğunda bilgiye anında ulaşabilme, bilgi paylaşımını sağlayabilme kolaylıklar yanında çok sık kullanımından kaynaklanan birçok problemi de beraberinde getirmektedir. İnternet günümüzde bilgi ve iletişim kaynağı olmaktan öte, bazı kişiler için "bağımlılığa" dönüşmüş ve ortaya çağımızın hastalığı, İnternet ve bilgisayar bağımlılığı ortaya çıkmıştır. Birçok kişi, gerçek dünyada karşılığını bulamadığı tutkuları ve tutsaklığı sanal dünyada yaşamaktadır (İnt. Kyn. 14).

İnternet bağımlılığı literatürde farklı şekillerde ele alınmıştır. İnternet bağımlılığı bir teknoloji bağımlılığı olarak ele alınmaktadır. Teknolojik bağımlılıklar işlevsel olarak insan ve cihaz etkileşimini içeren, kimyasal olmayan, davranışsal bağımlılık olarak tanımlanmıştır (Taş vd. 2014).

İnternet bağımlılığı genel olarak internetin olağandan fazla kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın kişi için önemsiz olması, yoksun kalındığında aşırı sinirlilik hali ve saldırganlık olması ve kişinin iş, sosyal ve ailevi hayatının giderek bozulması olarak tanımlanabilir (Young 2004).

Young aşırı internet kullanımı ve bunun yol açtığı davranış kontrol bozukluklarını incelemiş ve aşağıdaki tanı ölçütlerini oluşturmuştur (Greenfield 1999).

- İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği düşünme, vb).

- İstenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı duyma
- İnterneti kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması
- İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük ya da kızgınlık hissedilmesi
- Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma
- Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşama, eğitim veya kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme
- Başkalarına (aile, arkadaşlar, terapist, vb) internette kalma süresi ile ilgili yalan
- İnterneti problemlerden kaçmak veya olumsuz duygulardan (örn: çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı) uzaklaşmak için kullanma

İnternet bağımlılığının belirtileri kişiler üzerinde incelemeler yapılarak, ortak uzman görüşü ile belirlenmiş ve kabul edilmiştir (Griffiths 1991, 1999 ve McIlwraith 1991). Bunlar;

- Her gün İnternet'e bağlanmak, bağlı iken zamanın farkında olmamak, sorulduğunda ise inkâr etmek,
- Herkese mail adresi, ICQ numarası, sohbet odası adları vs. vermek veya dağıtmaya çalışmak,
- İnternet dışı uğraşlara ilginin kaybolması,
- Sosyal faaliyetlerde azalma, dostları tarafından anlaşılama duygusu,
- Spor faaliyetlerinden uzaklaşma ve kondisyon kaybı,
- İş verimliliğinin düşmesi,
- Sürekli uykusuz kalma ve yorgunluk,
- Alışverişlerin İnternet üzerinden yapılması,
- Aile fertlerine yeterli zamanı ayıramama nedeni ile aile bağlarının zayıflaması,
- Günlük yaşamdaki diğer iş ve kişilerin, online yaşama engel olduğu düşüncesi,
- Bilgisayar kullanımı nedeniyle eşler arasında anlaşmazlık ve sorun çıkması olarak vurgulanmıştır.

Yine yapılan benzer araştırmalarda internet bağımlılık konusunda "en önemli on uyarı

sinyali" Dr. Mark Griffith's yaptığı bir araştırmada yer veriyor. Bunlara değinecek olursak: (Ekinci 2002).

Bunlar;

- Yalnızca birkaç dakika harcamaya niyetli olduğunuz halde, bilgi aramak için saatler harcadığınızı fark ediyorsanız,

- Çalışma arkadaşlarınıza, özel hayatınızdaki arkadaşlarınıza ya da eşinize bilgisayar başında geçirdiğiniz zaman hakkında yalan söylüyorsunuz,

- Monitörün başında her oturuşta saatlerce kaldığınız için fiziksel sorunlardan mustaripseniz,

- Sürekli olarak bir sonraki İnternet oturumunu iple çekiyorsanız,

- Aradığınız bilgiyi bulmaya hep "bir adımcık" kaldığını düşünüyorsunuz,

- Anonim bir kişiliğe bürünmek size heyecan veriyor, insanlarla İnternet üzerinden konuşmayı yüz yüze konuşmaktan daha kolay buluyorsanız,

- E-postanızda bir şey var mı diye bakmak için zorlayıcı bir istek duyuyorsanız,

- İnternete girmek için yemek öğünlerinize, derslerinize ya da randevularınıza boş veriyorsanız,

- Bilgisayarınızın başında bu kadar fazla zaman geçirdiğiniz için suçluluk duyma ve büyük bir zevk alma arasında gidip geliyorsunuz,

- Bilgisayarınızdan uzak kaldığınız zaman canınız bilgisayar çekiyor ve yoksunluk semptomları gösteriyorsanız İnternet bağımlılığı noktasında sorunlar var demektir. Yukarıdaki belirtileri gösteren kişilerin dikkatli olmaları gerektiğini belirten uzmanlar, bu sorunların kişinin yapmakta olduğu iş, çalışma ortamı, yaşı, öğrenim düzeyi, kullanım gerekleri ve düzeyi göz önüne alınarak değerlendirilmesi gerekmektedir (Ekinci 2002).

### **2.3 İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde araştırma konusu ile ilgili benzer çalışmalar detaylı bir şekilde incelenmiştir. Bu bölüm yurt içindeki ve yurt dışındaki araştırmalar olmak üzere iki alt bölümden oluşmuştur.

### 2.3.1 Yurt İçindeki İlgili Araştırmalar

(Taş vd. 2014) tarafından yapılmış olan çalışmada, orta ğretim ğrencilerinin internet ve oyun bağımlılık düzeylerinin sınıf, okul türü ve cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla anket çalışması yapılmıştır. Araştırmanın alışma grubunu, Ordu ili Fatsa ilçesinde 2013-2014 eğitim ğretim yılının ilk döneminde ortaöğretime devam eden 119’u kız 149’u erkek olmak üzere toplam 268 kişi oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda hem internet bağımlılığı düzeyi hem de oyun bağımlılığı düzeyi açısından cinsiyete yönelik anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. İnternet bağımlılık düzeyinin okul türü anlamlı farklılık bulunmuştur. Oyun bağımlılık düzeyiyle sınıflar arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

(Minaz vd. 2017) tarafından yapılmış olan çalışmada, üniversite ğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ve kullanım amaçlarını farklı değişkenler açısından incelemektir. Çalışma Burdur’un Bucak ilçesinde bulunan bir yüksekokul ile iki meslek yüksekokulunda yürütölmüştür. Araştırmada kullanılan birincil verilere, anket tekniği ile ulaşmıştır. Akıllı telefon bağımlılığının belirlenmesi için Demirci ve arkadaşları (2014) tarafından geliştirilen geçerlilik ve güvenilirlik analizi yapılmış ölçek kullanılmıştır Araştırma sonucunda cinsiyet, eğitim ve yaş ile öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Ayrıca, üniversite ğrencilerinin akıllı telefonu en çok sosyal iletişim ağlarına erişim için kullandığı, günlük ortalama kullanım süresinin 4 saat ve üzeri olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ağca ve Bağcı (2013) tarafından yapılmış olan çalışmada, eğitim ve ğretim süreçlerinin daha etkin ve verimli hale getirilebilmesi için mobil teknoloji kullanılması hakkında ğrenci görüş ve önerilerini almak amaçlanmış olup araştırma sonunda öğrencilerle değerlendirme anketi uygulanmıştır. Cevaplar mobil cihaz kullanımının öğrenmede olumlu etkileri olduğunu göstermiştir. Aynı zamanda mobil cihazların kullanımında yaşanabilecek sıkıntı ve sınırlılıklar ortaya çıkarılmıştır. Bütün katılımcılar öğretimde kullanılabilcek mobil uygulamaların öğretime olumlu katkıda bulunacağını sonucuna ulaşılmıştır.

Fidan (2016) araştırmasında, mobil bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve geliştirilen ölçek, mobil internet eğilimi ile mobil bağımlılık arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlamıştır. Bu çalışmada, davranışsal bağımlılık çerçevesinde oluşturulan ve bazı teknolojik bağımlılıkların araştırılmasında yararlanılan bileşenler modeli temel alınarak, mobil bağımlılık ölçeği geliştirilmiştir. Söz konusu modelin yapısal analizi gerçekleştirilerek mobil bağımlılık ölçeği olarak kullanılabilmesi kanıtlanmıştır. Araştırma kapsamında uygulanan anket ile 284 katılımcıdan elde edilen veriler analiz edilmiş, mobil bağımlılığın uzaklaşım, tekrarlama, tolerans ve belirginlik ile ilgili olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, regresyon analizi sonucuna göre mobil internet eğiliminin, mobil bağımlılığı etkileyen başlıca faktörler arasında yer aldığı tespit edilmiştir.

Talan, Korkmaz ve Gezer (2016) araştırmasında 2015-2016 eğitim-öğretim yılı güz dönemi Kilis 7 Aralık Üniversitesi Eğitim Fakültesi ile Mühendislik ve Mimarlık Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin mobil telefon kullanım profillerini ve mobil telefon bağımlılık düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemektedir. Betimsel bir çalışma olan bu çalışmada veriler, Bianchi ve Phillips (2005) tarafından geliştirilen "Problemlili Mobil Telefon Kullanım Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır. Bu araştırma için Cronbach-alpha güvenilirlik katsayısı 0.88 olarak bulunmuştur. Araştırmanın örneklemini kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen toplam 299 birinci sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. Öğrencilerin mobil telefon bağımlılık durumlarının cinsiyet, öğrenim görülen fakülte, sosyo-ekonomik durum ve mobil telefon sahip olma yılına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Günlük mobil telefon kullanım süresi ve başat mobil telefon kullanım amacına göre ise mobil telefon bağımlılık durumlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Yılmaz,Şar ve Civan (2015) çalışmalarında, mobil telefon bağımlılığının ergenlerin sosyal kaygı düzeyleri üzerindeki işleyişlerini incelemeyi amaçlamışlardır. 14-18 yaş grubu ergenlerde algılanan mobil telefon bağımlılık düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var olduğunu araştırmak üzere "ilişkisel tarama modeli" kullanılmıştır. Araştırmanın özellikle mobil telefonların kullanım sebeplerinin

anlaşılması olumsuzlukların önlenmesi açısından katkı sağlayacağı sonucuna varılmıştır.

Bilgiç, Özcanan ve Altay (2017) çalışmalarını Y kuşağı hemşirelik öğrencilerinin yaşantılarında mobil telefonlara yükledikleri anlamı belirlemek amacı ile yapmıştır. 2016-2017 eğitim-öğretim yılı güz döneminde öğrenim gören ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan 20 öğrenci ile yürütülmüş olup araştırmanın sonucunda, Y kuşağı hemşirelik öğrencileri için mobil telefonun anlamını ifade eden bağımlılık, bütünleşme, bilgilenme, sosyalleşme/eglence ve özgürlük başlığı altında olumlu ve olumsuz beş ayrı ortak tema ortaya çıkarılmıştır. Y kuşağı hemşirelik öğrencilerinin mobil telefonları eğitim ve araştırmalarında sıkça kullanmalarının yanı sıra bağımlılık boyutunda kullanımlarının olduğunu da göstermiştir. Teknoloji kullanımı konusunda öğrencilerin bilinçlendirilmesi gerektiği düşünülmektedir.

### **2.3.2 Yurt Dışındaki İlgili Araştırmalar**

(Subramani vd. 2017) çalışmalarında Malezya halkının bir örneklemini arasında cep telefonu bağımlılığı davranışını ve elektromanyetik radyasyon (EMR) konusundaki farkındalığı incelemeyi amaçlamıştır. Çalışma sonucunda cep telefonu bağımlılığı davranışında, ev ve pansiyonda konaklayanlar arasında anlamlı bir değişiklik bulunmamıştır. Çalışma popülasyonunun dörtte biri, daha fazla fizyolojik ve fizyolojik komplikasyona yol açabilen akıllı telefon kullanımı nedeniyle el bileği ve el ağırlarına sahip bulunmuştur.

(Martinotti vd. 2011) Çalışmasında, İtalyan ergenlerin bir popülasyonunda sorunlu cep telefonu kullanımının yaygınlığı ve diğer davranışsal bağımlılıklar ile ilişkisinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Ayrıca yapılan testler sonucunda Ergenlikte sorunlu cep telefonu kullanımı bir halk sağlığı sorunu haline gelmeli ve sağlık sorunları ve sosyal maliyetlerin bir nedeni olabilir sonucuna varmıştır.

Chóliz (2010) çalışmasında ergenler arasında en çok kullanılan teknolojik araç olan mobil cihazlar psikolojik ve fizyolojik etkileri yanı sıra gençler arasında hayranlık

uyandırıp bağımlı olmaya teşvik etme durumunu incelemiştir. Çalışmasında anket formları kullanarak konuyu değerlendirmiştir. Yapılan araştırma sonucunda ergenler arasında hızla yükselişte olan bağımlılığı ve bu bağımlılığı besleyen koşullar incelenerek gerekli tedavi programları geliştirilmesi etkin müdahaleyi mümkün kılmaktadır sonucuna varmıştır.

Jun (2016) çalışmasında cep telefonu bağımlılığı ve depresif belirtilerdeki değişimin oranını araştırmak ve Koreli ergenler arasında cep telefonu bağımlılığı ve depresif belirtiler arasındaki karşılıklı uzun süreli ilişkilerin yönünü açıklığa kavuşturmayı amaçlamıştır. Araştırma sonucunda cep telefonu bağımlılığının son yıllarda daha çok arttığını cep telefonu bağımlılığı ile depresif belirtiler arasındaki ilişkilerin iki yönlü olduğunu saptamıştır.

### 3. MATERYAL ve METOT

Bu bölümde araştırmada kullanılan materyal ve metod hakkında bilgi verilmiştir. Araştırmada, deneysel araştırma modellerinden birisi olan ön test-son test kontrol gruplu model kullanılmıştır.

#### 3.1. Çalışma Evreni

Araştırmanın evrenini, öğrencilerin mobil cihaz kullanım alışkanlıklarını belirlemek amacıyla 2017–2018 eğitim- öğretim yılında Kayseri Kocasinan Mustafa kemal Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi 9, 10, 11 ve 12. sınıflarında öğrenim görmekte olan yaklaşık 240 öğrenci oluşturmaktadır.

**Çizelge 3.1** Cinsiyet, Sınıf, Bölüm ve Yaş Verilerinin Dağılımları.

<b>Cinsiyet</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Erkek	138	57,3
Kadın	103	42,7
Toplam	241	100,0
<b>Sınıf</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
9.sınıf	68	28,2
10.sınıf	54	22,4
11.sınıf	80	33,2
12.sınıf	39	16,2
Toplam	241	100,0
<b>Bölüm</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Muhasebe	60	24,9
Bilişim	43	17,8
Büro yönetimi	70	29,0
Bölümü Henüz Belli Olmayanlar	68	28,3
Toplam	241	100,0
<b>Yaş</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
15 yaş	51	21,2
16 yaş	62	25,7
17 yaş	66	27,4



**Çizelge 3.1 (Devam)** Cinsiyet, Sınıf, Bölüm ve Yaş Verilerinin Dağılımları.

Yaş	N	%
18 yaş	62	25,7
Toplam	241	100,0

Ankete katılan öğrenciler incelendiğinde meslek lisesi olması dolayısıyla erkek öğrencilerin oranının biraz daha yüksek olduğu görülmektedir. Yaşlara göre dağılım oranının yaklaşık olarak eşit dağılmakla birlikte 12.sınıf öğrencilerinin oranının biraz düşük olduğu görülmektedir.

### **3.2 Çalışma Grubu**

Araştırmanın çalışma grubunu, 2017-2018 öğretim yılı Kayseri Kocasinan Mustafa Kemal Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi 9, 10, 11 ve 12. Sınıflarında öğrenim görmekte olan 240 öğrenci oluşturmaktadır.

“Mobil cihaz bağımlılığı seviyesi” ortalamaları 9. ve 12. sınıftaki öğrencilerden istatistiksel olarak farklı olmadığı belirlenen, 10 ve 11.sınıf öğrencilerinden 120 kişilik grup ile araştırma grubu oluşturulmuştur. Öğrenciler gönüllü olarak çalışmaya katılmış olup, velilerden izin belgesi alınmıştır.

#### **3.2.1 Veri Toplama Aracı**

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak “Mobil Cihaz Bağımlılığı Anket Formu” kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan Bianchi ve Phillips (2005) tarafından geliştirilen ölçek (“Problemlili Mobil Telefon Kullanım Ölçeği”), Şar ve Işıklar (2012) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçeğin Türkçe formu için Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.94, güvenirlik katsayısı ise 0.88 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin doldurulma süresi yaklaşık 25 dakika sürmektedir. Ölçeği dolduracak olan kişiler ölçekte yer alan her bir ifadeye ilişkin katılma düzeylerini; Beni hiç tanımlamıyor (1) ile beni çok iyi tanımlıyor (5) arasından işaretlemektedirler. İşaretlemede ölçekten en düşük 1, en yüksek 135 puan alınabilmektedir. Puanların yüksek oluşu problemlili mobil telefon kullanımının da yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Anket formunda ayrıca öğrencinin yaş, sınıf, okuduğu bölüm cinsiyet, aylık telefon ya

da kontör tutarı, telefon kullanma nedenleri, cep telefonu değiştirme sıklığı, üye olduğu sosyal ağlar ve evde internet kullanım durumu soruları sorulmuştur. Mobil cihaz kullanımının incelenmesini sağlayan 27 soru bulunmaktadır. Anket formu toplamda 36 sorudan oluşmaktadır. Öğrencilerden soruları içtenlikle cevaplaması istenmiştir. “Mobil Cihaz Bağımlılığı Anket Formu’nun uygulanabilmesi için Kayseri İl Milli Eğitim Müdürlüğü ve Kocasinan İlçe Milli Eğitim Müdürlüğünden gerekli izin alınmıştır. (Bkz. Ek-1), (Bkz. Ek-2), Ayrıca öğrenci velilerinden imzalı izin belgesi alınmıştır (Bkz. Ek-3).

### **3.2.2 Verilerin Analizi**

Ankette elde edilen veriler bilgisayar ortamında Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde yüzde, ortalama, standart sapma kullanılmıştır. Katılımcıların yaş, cinsiyet, bölüm ve sınıf değişkenlerine göre mobil cihaz kullanma alışkanlıklarının incelenmesi amaçlanmıştır. Veri kümesine genel bir bakış sağlamak için tanımlayıcı istatistikler çıkarılmıştır.

### **3.2.3 Uygulama**

Öğrencilere mobil cihaz kullanım alışkanlıklarının araştırılması ile ilgili ön test uygulanarak veri toplanmıştır. Sonrasında deney grubu olarak seçilen 10 ve 11.sınıf öğrencilerine “Mobil Cihaz Bağımlılık” semineri verilmiştir. (Bkz. Ek-5, Ek-6) Bu süre içerisinde kontrol grubu ile herhangi bir çalışma yapılmamıştır. Eğitimde öğrencilere mobil kullanım alışkanlıklarını gözden geçirebilmeleri için mobil cihaz kullanımı için gün içerisinde geçirdikleri süreleri fark etmeleri, mobil cihazları en çok hangi amaçla kullandıkları, bağımlı kategorisinde olanların bu durumdan nasıl kurtulabilecekleri konusunda bilgilendirme yapılarak kendilerini sorgulama fırsatı verilmiştir. Verilen eğitimden 2 hafta sonra tüm öğrencilere son test uygulanmıştır. Verilen eğitimin başarısı nicel yöntemlerle incelenmiştir.

### **3.2.4 Verilerin Çözümü ve Yorumlanması**

Öğrencilerden elde edilen anket verilerinin değerlendirilmesinde yüzde, ortalama,

standart sapma kullanılmıştır. Öğrencilerin yaş, cinsiyet, bölüm ve sınıf değişkenlerine göre incelemeler yapılmıştır. Öğrencilerin verdiği cevaplar üzerinde istatistiksel testler uygulamak için önce normallik testi uygulanmış, verilerin normal dağılıma sahip olmadığı görölmüştür. Bu yüzden verilen eğitimin gruplar üzerindeki etkisini incelemek için, istatistiksel testlerden non-parametrik bir test olan Tek Yönlü Wilcoxon T-Test uygulanmıştır.

## 4. BULGULAR

### 4.1 Demografik Veriler

Anket uygulaması sırasında öğrencilerle ilgili demografik bilgilerin elde edilebilmesi amacıyla bazı sorular sorularak genel katılımcı durumu özellikleri belirlenmeye çalışılmıştır.

**Çizelge 4.1** Evde internet bağlantı durumu.

<b>İnternet bağlantısı</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Var	155	64,3
Yok	86	35,7
Toplam	241	100,0

Bu araştırmada, öğrencilerin 155'inin evinde internet bağlantısı varken 86 öğrencinin evinde internet bağlantısı bulunmamaktadır. Evde İnternet bağlantısının bulunması oranının yüzdelik dağılımı incelendiğinde; öğrencilerin %64,3'ünün evinde internet bağlantısı varken kalan %35,7'lik kısmının ise evinde internet bağlantısı kullanmadığı görülmektedir.

**Çizelge 4.2** Aylık kullanılan telefon ya da kontör tutarları.

<b>Telefon Fatura Tutarı</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
20 TL altı	68	28,2
20-30 TL	111	46,1
31-40 TL	33	13,7
41-50 TL	10	4,1
50 TL ve üstü	19	7,9
Toplam	241	100,0

Ankete katılan öğrencilere ait veriler incelendiğinde, öğrencilerin aylık telefon fatura ya da kontör tutarının %46,1'inin 20-30 TL aralığında olduğu, %13,7' sinin 31-40 TL aralığında olduğu, %4,1'inin 40-50 TL aralığında ve öğrencilerin %7,9'unun 50 TL ve üstü harcadığı gözlemlenmektedir. Öğrencilerin %74,3'ünün aylık fatura ya da kontör tutarının 30 TL altında olduğu dikkat çekmektedir.

**Çizelge 4.3** İletişim amaçlı telefon kullanım durumu.

<b>İletişim</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Var	202	83,8
Yok	39	16,2
Toplam	241	100,0

Ankete katılan 241 öğrenciden 202'si telefonu iletişim kurmak için kullanmakta iken 39 kişi başka nedenlerden dolayı telefonu tercih etmektedir. Öğrencilerin büyük çoğunluğu olan %83,8'inin iletişim amaçlı telefon kullandığı görülmektedir.

**Çizelge 4.4** Sosyal medya amaçlı telefon kullanım durumu.

<b>Sosyal medya</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Var	193	80,1
Yok	48	19,9
Toplam	241	100,0

Ankete katılan 241 öğrenciden 193'ü telefonu sosyal medyaya girmek için kullanmaktadır. Telefonu sosyal medyaya ulaşım amaçlı kullanım oranı %80,1 çıkmış olup bu oranın iletişim amaçlı telefon kullanım oranına yakın olduğu görülmektedir.

**Çizelge 4.5** Oyun amaçlı telefon kullanım durumu.

<b>Oyun</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Var	112	46,5
Yok	129	53,5
Toplam	241	100,0

Ankete katılan 241 öğrenciden 112'si telefonu oyun oynamak için kullanmaktadır. Telefonu oyun oynama amaçlı kullanım oranı %46,5 olarak belirlenmiş olup bu oran telefon kullanımında oyunun çok etkili olmadığını göstermektedir.

**Çizelge 4.6** Video izleme amaçlı telefon kullanım durumu.

<b>Video</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Var	97	40,2
Yok	144	59,8
Toplam	241	100,0

Ankete katılan 241 öğrenciden 97'si telefonunu video izlemek için kullanmaktadır. Telefonu video izleme amaçlı kullanım oranı %40,2 olarak belirlenmiş olup bu oran telefon kullanımında video izlemenin çok etkili olmadığını göstermektedir.

**Çizelge 4.7** Cep telefonu değiştirme sıklığı.

Cep telefonu değiştirme sıklığı	N	%
1 yıldan kısa	34	14,1
1-2 yıl	57	23,7
2-3 yıl	61	25,3
3-4 yıl	29	12,0
4 yıldan fazla	60	24,9
Toplam	241	100,0

Ankete katılan öğrencilerin %37,8'i telefonunu 2 yıl ve daha kısa sürede değiştirdiği görülmektedir. Bu oran Türkiye ortalaması olan %39'un çok az altında olup genel ortalamayla benzer bir durumu ortaya çıkarmıştır. Söz konusu oranlar ülkemizdeki telefon değiştirme sıklığının ne denli fazla olduğunu göstermektedir.

**Çizelge 4.8** Üye olunan sosyal ağ durumları.

Sosyal ağ		N	%
Facebook	üye	145	60,2
	üye değil	96	39,8
	Toplam	241	100,0
Instagram	üye	203	84,2
	üye değil	38	15,8
	Toplam	241	100,0
Whatsapp	üye	218	90,5
	üye değil	23	9,5
	Toplam	241	100,0
VK	üye	41	17,0
	üye değil	200	83,0
	Toplam	241	100,0
SnapChat	üye	112	46,5
	üye değil	129	53,5
	Toplam	241	100,0

Ankete katılan öğrencilerin %60.2 sinin Facebook üyesi, %90.5 inin whatsapp üyesi, 84.2 sinin Instagram üyesi ve %46.5 inin SnapChat üyesi mevcuttur.

Bu durum öğrenciler arasında Facebook, Instagram, whatsapp ve SnapChat kullanımının yaygın olduğunu göstermiştir. Ayrıca ankete katılan öğrencilerin %17 sinin VK üyeliği mevcuttur. Bu durum öğrenciler arasında VK kullanımının çok yaygın olmadığını göstermiştir.

		Cinsiyet							
		Erkek Yaş				Kadın Yaş			
		15 yaş	16 yaş	17 yaş	18 yaş	15 yaş	16 yaş	17 yaş	18 yaş
Facebook	Üye	23	24	23	25	12	15	13	10
	üye değil	6	12	11	14	10	11	19	13
Instagram	Üye	26	31	33	38	20	21	17	17
	üye değil	3	5	1	1	2	5	15	6
Whatsapp	Üye	24	35	32	38	19	20	30	20
	üye değil	5	1	2	1	3	6	2	3
VK	Üye	2	9	8	9	3	4	4	2
	üye değil	27	27	26	30	19	22	28	21
Snapchat	Üye	12	15	17	13	13	11	15	16
	üye değil	17	21	17	26	9	15	17	7

Ankete katılan öğrencilerin %60,2'sinin Facebook'u, %84,2'sinin Instagram'ı, %90,5'inin Whatsapp'ı, %17'sinin VK'yı ve %46,5'inin Snapchat'i kullandığı görülmektedir. Sosyal medya programlarında VK'nin popüler olmadığı görülmektedir. Sosyal medya programlarının kullanımı yaşlara göre normal dağılım göstermektedir.

#### 4.2 Mobil Bağımlılık Verileri

“Problemlili Mobil Telefon Kullanım Ölçeği” sonuçları analiz edildiğinde ölçekten elde edilen ortalama puanın 57,77, standart sapmasının 19,7 olduğu belirlenmiştir. Ölçek analizinde görülen en küçük puan 35, en yüksek puan 127'dir. Bu sonuç öğrencilerin problemlili mobil telefon kullanımlarının orta seviyenin altında olduğu şeklinde yorumlanabilir. Elde edilen puan sınıfa, cinsiyete, bölüme ve yaşa göre incelenmiş ve ortalamalar arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Ölçek verileri madde madde incelenmiştir.

Öğrencilere 27 adet soru sorulmuş olup öğrencilerden “Beni hiç tanımlamıyor”, “Biraz tanımlıyor”, “Oldukça iyi tanımlıyor”, “İyi tanımlıyor” ve “Çok iyi tanımlıyor” seçeneklerinden birini işaretlemesi istenmiştir.

**Çizelge 4.9** Cep telefonu ile gereğinden fazla zaman harcama durumu.

<b>Cep telefonu ile geçirilen zaman</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	37	15,4
Biraz tanımlıyor	92	38,2
Oldukça iyi tanımlıyor	33	13,7
İyi tanımlıyor	38	15,8
Çok iyi tanımlıyor	41	17,0
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Ankete katılan öğrencilere öz eleştiride bulunarak cep telefonuna harcadıkları zamanı değerlendirmeleri istenmiştir. 241 öğrenciden sadece 37’si telefona zaman harcamadığını iddia etmiştir. Öğrencilerin %84,6’sı cep telefonu ile fazla zaman harcadığını düşünüyor. Bu oran öğrencilerin cep telefonu için fazla zaman harcadıklarının farkında olduğunu göstermektedir.

**Çizelge 4.10** Kendini daha iyi hissetmek için cep telefonu kullanma durumu.

<b>Cep telefonumu üzgün olduğumda kendimi daha iyi hissetmek için kullanırım.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	85	35,3
Biraz tanımlıyor	60	24,9
Oldukça iyi tanımlıyor	20	8,3
İyi tanımlıyor	31	12,9
Çok iyi tanımlıyor	45	18,7
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Ankete katılan öğrencilerden sadece 85’inin ruhsal durumu ile cep telefonu kullanması arasında ilişki olmadığı gözlemlenmekte iken 156 kişinin kısmen ya da daha fazla etkilendiği görülmektedir. Öğrencilerin %64,7’si kendini daha iyi hissetmek için cep telefonuna yöneldiğini belirtmektedir.



**Çizelge 4.11** Başka işle uğraşırken telefonla ilgilenme durumu.

<b>İşlerimi yaparken kendimi telefon ile uğraşırken buluyorum.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	80	33,2
Biraz tanımlıyor	76	31,5
Oldukça iyi tanımlıyor	31	12,9
İyi tanımlıyor	14	5,8
Çok iyi tanımlıyor	40	16,6
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Ankete katılan 241 öğrenciden 161'inin (%66,2) işlerini yaptıkları esnada kendilerini telefon ile uğraşırken buldukları gözlemlenmiştir. Bu oran öğrencilerin başka bir işle uğraşırken bile telefon kullanımını düşündüğünü göstermektedir.

**Çizelge 4.12** Cep telefonunda harcadığı zamanı gizleme durumu.

<b>Cep telefonuma ne kadar zaman harcadığımı diğer insanlardan saklamaya çalışırım.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	163	67,6
Biraz tanımlıyor	50	20,7
Oldukça iyi tanımlıyor	6	2,5
İyi tanımlıyor	9	3,7
Çok iyi tanımlıyor	13	5,4
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Ankete katılan öğrencilerden %67,6'sının cep telefonu kullanımı için harcadıkları zamanı diğer insanlardan saklamaya gerek görmediği gözlemlenmiştir.

**Çizelge 4.13** Cep telefonu kullanımından dolayı uyku kaçma durumu.

<b>Cep telefonuma harcadığım zamandan dolayı uykularım kaçır.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	101	41,9
Biraz tanımlıyor	65	27,0
Oldukça iyi tanımlıyor	20	8,3
İyi tanımlıyor	13	5,4
Çok iyi tanımlıyor	42	17,4
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Ankete katılan öğrencilerin %58,1'inin cep telefonuna harcadıkları zamandan dolayı uykularının kaçtığını iddia etmişlerdir. Fazla cep telefonu kullanımının uyku problemlerine sebep olabileceği görülmektedir.

**Çizelge 4.14** Ödemeye gücünden fazla fatura gelme durumu.

<b>Ödemeye gücümün yetmediği telefon faturaları aldım.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	216	89,6
Biraz tanımlıyor	9	3,7
Oldukça iyi tanımlıyor	3	1,2
İyi tanımlıyor	4	1,7
Çok iyi tanımlıyor	9	3,7
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Öğrencilerin %89,6'sı ödemeye güçlerinin yeteceği telefon faturaları aldıklarını belirtmişlerdir. Bu oran öğrencilerin maddi durumlarına göre kullanımlarını sınırlandırdıklarını göstermektedir.

**Çizelge 4.15** Telefonun kapsama alanı dışındayken konuşma eksikliği çekme durumu.

<b>Bazen kapsama alanı dışındayken, zihnim bir telefon konuşmasının eksikliği düşüncesiyle meşgul olur.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	147	61,0
Biraz tanımlıyor	46	19,1
Oldukça iyi tanımlıyor	20	8,3
İyi tanımlıyor	5	2,1
Çok iyi tanımlıyor	23	9,5
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Öğrencilerin %39'u cep telefonları kapsama alanı dışındayken zihinlerinin telefon konuşmasının eksikliği düşüncesi ile meşgul olduğunu söylemişlerdir.

**Çizelge 4.16** Telefonla ve başka bir işle meşgulken işe dikkatini verememe durumu.

<b>Bazen hem telefonla meşgul hem de diğer şeyleri aynı anda yaptığımda, yaptığım işe dikkatimi veremiyorum.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	75	31,1
Biraz tanımlıyor	85	35,3
Oldukça iyi tanımlıyor	27	11,2
İyi tanımlıyor	20	8,3
Çok iyi tanımlıyor	34	14,1
Toplam	241	100,0

Ankete katılan öğrencilerin %31,1 telefonla meşgul iken diğer şeyleri aynı anda yaparken diğer işlerine dikkatlerini verebildiklerini geriye kalan %68,9'u telefon ile meşgul iken aynı anda başka şeyler yapmakta dikkat problemi yaşadıklarını söylemişlerdir.

**Çizelge 4.17** Son 12 ayda cep telefonu kullanımında artış durumu.

<b>Cep telefonuma harcadığım süre, son 12 aydır oldukça arttı.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	100	41,5
Biraz tanımlıyor	51	21,2
Oldukça iyi tanımlıyor	24	10,0
İyi tanımlıyor	28	11,6
Çok iyi tanımlıyor	38	15,8
Toplam	241	100,0

Öğrencilerin sadece %41'i son 12 ayda cep telefonuna harcadığı sürenin artmadığını söylemişlerdir. 141 öğrencinin son 12 aydır cep telefonuna harcadığı sürenin arttığı tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.18** Cep telefonunu yalnız hissedildiğinde diğer insanlarla konuşmak için kullanma durumu.

<b>Cep telefonumu kendimi yalnız hissettiğimde diğer insanlarla konuşmak için kullanırım.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	55	22,8
Biraz tanımlıyor	78	32,4
Oldukça iyi tanımlıyor	33	13,7
İyi tanımlıyor	18	7,5
Çok iyi tanımlıyor	57	23,7
Toplam	241	100,0

Ankete katılan 241 öğrenciden 186'sı cep telefonunu kendilerini yalnız hissettiklerinde diğer insanlarla konuşmak için kullandıklarını belirtmişlerdir. Yalnızlıktan kurtulma ve sosyalleşme aracı olarak telefon kullanımının yüksek olduğu tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.19** Cep telefonunu daha az zaman kullanmayı denemede başarısız olma durumu.

<b>Cep telefonuma daha az zaman harcamayı denedim ama başaramadım.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	124	51,5
Biraz tanımlıyor	56	23,2
Oldukça iyi tanımlıyor	25	10,4
İyi tanımlıyor	7	2,9
Çok iyi tanımlıyor	29	12,0
Toplam	241	100,0

Ankete katılan 241 öğrenciden 117'si cep telefonuna harcadığı zamandan rahatsızlık duyup daha az zaman harcamayı denemiş fakat başarılı olamamıştır. %48,5'lik bu oran öğrencilerin cep telefonu için harcadıkları zamandan rahatsız olduğunu ve azaltmaya çalıştığını ancak başaramadığını göstermektedir.

**Çizelge 4.20** Telefonunu kapatmakta zorlanma durumu.

<b>Telefonumu kapatmakta zorlanıyorum.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	146	60,6
Biraz tanımlıyor	40	16,6
Oldukça iyi tanımlıyor	20	8,3
İyi tanımlıyor	5	2,1
Çok iyi tanımlıyor	30	12,4
Toplam	241	100,0

Öğrencilerin %39,4'ünün cep telefonu kapatmakta zorlandıkları görülmüştür. İstekleri doğrultusunda cep telefonunu kapatabilen ve bunda zorluk yaşamayan sayısı 146'dır.

**Çizelge 4.21** Mesajların kontrol edilmediğinde ya da telefona bakılmadığında endişelenme durumu.

<b>Bir süre mesajlarımı kontrol etmediğimde ya da telefona bakmadığımda endişelenirim.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	107	44,4
Biraz tanımlıyor	53	22,0
Oldukça iyi tanımlıyor	31	12,9
İyi tanımlıyor	18	7,5
Çok iyi tanımlıyor	32	13,3
Toplam	241	100,0

Öğrencilerin %55,6'sı cep telefonundan mesajları kontrol etmediğinde ya da telefona bakmadığında endişe duyduklarını iddia etmişlerdir.

**Çizelge 4.22** Cep telefonu ile ilgili rüya görme durumu.

<b>Cep telefonu ile ilgili sık sık rüyalar görüyorum.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	216	89,6
Biraz tanımlıyor	10	4,1
Oldukça iyi tanımlıyor	2	,8
İyi tanımlıyor	1	,4
Çok iyi tanımlıyor	12	5,0
Toplam	241	100,0

Öğrencilerin sadece %10,4'ü cep telefonu ile ilgili sık sık rüyalar gördüklerini söylemişlerdir. %89,6 öğrencinin rüyasında cep telefonu ile ilgili rüya görmediği tespit edilmiştir.

**Çizelge 4.23** Arkadaşların ve ailenin cep telefonu kullanımdan dolayı şikâyet etme durumu.

<b>Arkadaşlarım ve ailem cep telefonu kullanımım hakkında şikâyet ederler.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	106	44,0
Biraz tanımlıyor	57	23,7
Oldukça iyi tanımlıyor	28	11,6
İyi tanımlıyor	19	7,9
Çok iyi tanımlıyor	31	12,9
Toplam	241	100,0

Öğrencilerin %56'sının arkadaşları ve aileleri cep telefonu kullanımlarından şikâyetçilerdir. Uzun süreli cep telefonu kullanımı öğrencilerin arkadaşları ve aileleri tarafından şikâyet edilmektedir.

**Çizelge 4.24** Cep telefonu olmasaydı arkadaşların bağlantıya geçmekte zorlanma durumu.

<b>Cep telefonum olmasaydı, arkadaşlarım benimle bağlantıya geçmekte zorlanırlardı.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	64	26,6
Biraz tanımlıyor	57	23,7
Oldukça iyi tanımlıyor	26	10,8
İyi tanımlıyor	29	12,0
Çok iyi tanımlıyor	65	27,0
Toplam	241	100,0

Ankete katılan öğrencilerden %73,3'ü eğer cep telefonları olmasaydı arkadaşlarının kendileri ile bağlantıya geçmekte zorlanacaklarını düşünmektedirler. 177 öğrenci cep telefonu olmadan arkadaşları ile irtibata geçemeyeceğini düşünmektedir.

**Çizelge 4.25** Cep telefonuna harcanan zamandan dolayı işlerde verimin düşme durumu.

<b>Cep telefonuma harcadığım zamandan dolayı işlerimde verimim düştü.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	104	43,2
Biraz tanımlıyor	67	27,8
Oldukça iyi tanımlıyor	32	13,3
İyi tanımlıyor	12	5,0
Çok iyi tanımlıyor	26	10,8
Toplam	241	100,0

Ankete katılan öğrencilerin %56,8'i cep telefonuna harcadıkları zamandan dolayı işlerinde verimlerinin düştüğünü söylemişlerdir. 137 öğrencinin cep telefonunun iş verimini düşürdüğünü düşündüğü görülmektedir.

**Çizelge 4.26** Cep telefonu kullanımından kaynaklanan ağrı ve acı durumu.

<b>Cep telefonu kullanımından kaynaklanan ağrılarım ve acılarım var.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	197	81,7
Biraz tanımlıyor	25	10,4
Oldukça iyi tanımlıyor	8	3,3
İyi tanımlıyor	1	,4
Çok iyi tanımlıyor	10	4,1
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Öğrencilerin %18,3'ü cep telefonumu kullanımından kaynaklı ağrı ve acıya maruz kaldıklarını belirtmişlerdir. 197 öğrenci cep telefonu kullanımından dolayı herhangi bir veya acı hissetmediğini belirtmiştir.

**Çizelge 4.27** Cep telefonu ile düşünülenden daha uzun zaman meşgul olma durumu.

<b>Kendimi cep telefonumla düşündüğümden daha uzun zaman meşgul ediyorum.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	115	47,7
Biraz tanımlıyor	68	28,2
Oldukça iyi tanımlıyor	19	7,9
İyi tanımlıyor	13	5,4
Çok iyi tanımlıyor	26	10,8
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Öğrencilerin %52,3'ü kendisini cep telefonu ile düşündüğünden daha uzun zaman meşgul ettiğini ifade etmiştir. 115 öğrenci cep telefonu kullanımında uzun zaman geçirmediğini ifade etmiştir.

**Çizelge 4.28** Acil işleri yapmak yerine cep telefonu kullanmayı tercih etme durumu.

<b>Daha acil işleri yapmak yerine cep telefonu kullanmayı tercih ettiğim zamanlar olur.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	124	51,5
Biraz tanımlıyor	49	20,3
Oldukça iyi tanımlıyor	28	11,6
İyi tanımlıyor	9	3,7
Çok iyi tanımlıyor	31	12,9
Toplam	241	100,0

Öğrencilerin %48,5'i acil işlerini yapmak yerine cep telefonu kullanmayı tercih ettiğini ifade etmiştir. 124 öğrenci acil işlerine öncelik verdiklerini ifade etmiştir.

**Çizelge 4.29** Cep telefonu ile meşgul olduğundan randevulara geç kalma durumu.

<b>Cep telefonumla meşgul olduğum için randevulara sık sık geç kalırım.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	197	81,7
Biraz tanımlıyor	24	10,0
Oldukça iyi tanımlıyor	10	4,1
İyi tanımlıyor	4	1,7
Çok iyi tanımlıyor	6	2,5
Toplam	241	100,0

Öğrencilerin %18,3'ü cep telefonu ile meşgul olduklarından randevulara geç kaldıklarını söylemişlerdir. 197 öğrenci ise cep telefonunun randevularını geç kalmalarına neden olmadığını ifade etmiştir.

**Çizelge 4.30** Cep telefonunu sessize almak zorunda olduğunda huzursuz olma ve sürekli telefonu kontrol etme durumu.

<b>Toplantılarda, yemek randevularında ya da sinemada cep telefonumu sessize almak zorunda olduğumda huzursuz olurum ve sürekli telefonumu kontrol ederim.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	163	67,6
Biraz tanımlıyor	33	13,7
Oldukça iyi tanımlıyor	17	7,1
İyi tanımlıyor	7	2,9
Çok iyi tanımlıyor	21	8,7
Toplam	241	100,0



Öğrencilerin %32,4'ü toplantılarda, yemek randevularında ya da sinema da cep telefonlarını sessize almak zorunda olduklarında huzursuz olduklarını ve sürekli telefonlarını kontrol ettiklerini söylemişlerdir. 163 öğrenci bu durumun kendilerini rahatsız etmediğini ifade etmiştir.

**Çizelge 4.31** Cep telefonunda fazla zaman harcadığına dair ikaz edilme durumu.

<b>Cep telefonuma çok zaman harcadığım söylenir.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	77	32,0
Biraz tanımlıyor	62	25,7
Oldukça iyi tanımlıyor	42	17,4
İyi tanımlıyor	14	5,8
Çok iyi tanımlıyor	46	19,1
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Ankete katılan öğrencilerin %68'i çevrelerince cep telefonuna çok zaman harcadıklarını söylemişlerdir. Sadece 77 öğrenci başkaları tarafından cep telefonu kullanımından dolayı ikaz edilmediğini ifade etmiştir.

**Çizelge 4.32** Cep telefonunun kapalı olması nedeniyle zor durumda kalma durumu.

<b>Bir toplantı, ders ya da tiyatro süresince cep telefonum kapalı olduğu için birçok kez zor durumda kaldım.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	163	67,6
Biraz tanımlıyor	36	14,9
Oldukça iyi tanımlıyor	16	6,6
İyi tanımlıyor	13	5,4
Çok iyi tanımlıyor	13	5,4
<b>Toplam</b>	<b>241</b>	<b>100,0</b>

Ankete katılan öğrencilerin sadece %32,4'ü bir toplantı, ders ya da tiyatro süresince cep telefonu kapalı olduğu için zor durumda kaldığını ifade etmiştir. 163 öğrenci ise bu durumla karşılaşmadığını ifade etmiştir.

**Çizelge 4.33** Arkadaşlarım cep telefonumu kapatmamdan hoşlanmazlar.

<b>Arkadaşlarım cep telefonumu kapatmamdan hoşlanmazlar.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	145	60,2
Biraz tanımlıyor	40	16,6
Oldukça iyi tanımlıyor	20	8,3
İyi tanımlıyor	11	4,6
Çok iyi tanımlıyor	25	10,4
Toplam	241	100,0

Ankete katılan öğrencilerden %39,8'i arkadaşlarının cep telefonları kapalı olmasından hoşlanmadıklarını söylemişlerdir. 145 öğrenci ise böyle bir durumla karşılaşmadığını ifade etmiştir.

**Çizelge 4.34** Cep telefonu olmadığında kendini kaybolmuş gibi hissetme durumu.

<b>Cep telefonum olmazsa kendimi kaybolmuş gibi hissederim.</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Beni hiç tanımlamıyor	109	45,2
Biraz tanımlıyor	54	22,4
Oldukça iyi tanımlıyor	22	9,1
İyi tanımlıyor	9	3,7
Çok iyi tanımlıyor	47	19,5
Toplam	241	100,0

Ankete katılan öğrencilerin %54,8'i cep telefonu olmazsa kendilerini kaybolmuş gibi hissettiklerini söylemişlerdir. 109 öğrenci bu hissi yaşamadıklarını ifade etmiştir.

### **4.3 Normallik Testi**

Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi 9-10-11-12. Sınıf öğrencilerine uygulanan anketlerin analizlerini yapmak için bazı istatistik metotları kullanılmıştır. İlk olarak eldeki veri setine hangi testlerin uygulanması gerektiğini belirlemek amacıyla (parametrik ya da non-parametrik testler) verilerin dağılımları kontrol edilmesi gerekmektedir. Bu nedenle anket sorularının tamamına Kolmogorow- Simirnov normallik testi uygulanmıştır.

**Çizelge 4.35** Normallik Testi.

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Aylık telefon faturanız ya da kontör tutarınız.	,304	241	,000	,803	241	,000
1.Cep telefonuma gereğinden fazla zaman harcıyorum.	,262	241	,000	,867	241	,000
2.Cep telefonumu üzgün olduğumda kendimi daha iyi hissetmek için kullanırım.	,241	241	,000	,818	241	,000
3.İşlerimi yapmam gerekirken kendimi cep telefonumla meşgul olurken bulurum ve bu davranışım sorunlara neden olur.	,261	241	,000	,815	241	,000
4.Bütün arkadaşlarımdan cep telefonu vardır.	,362	241	,000	,710	241	,000
5.Cep telefonuma ne kadar zaman harcadığımı diğer insanlardan saklamaya çalışırım.	,382	241	,000	,589	241	,000
Cep telefonuma harcadığım zamandan dolayı uykularım kaçır.	,267	241	,000	,772	241	,000
Evde internet bağlantınız var mı?	,407	241	,000	,617	241	,000
Ödemeye gücümün yetmediği telefon faturaları aldım.	,513	241	,000	,327	241	,000
Bazen kapsama alanı dışındayken, zihnim bir telefon konuşmasının eksikliği düşüncesiyle meşgul olur.	,347	241	,000	,662	241	,000
Bazen hem telefonla meşgul hem de diğer şeyleri aynı anda yaptığımda, yaptığım işe dikkatimi veremiyorum.	,276	241	,000	,822	241	,000
Cep telefonuma harcadığım süre, son 12 aydır oldukça arttı.	,238	241	,000	,802	241	,000
Cep telefonumu kendimi yalnız hissettiğimde diğer insanlarla konuşmak için kullanırım.	,249	241	,000	,839	241	,000
Cep telefonuma daha az zaman harcamayı denedim ama başaramadım.	,287	241	,000	,729	241	,000
Telefonumu kapatmakta zorlanıyorum.	,348	241	,000	,667	241	,000
Bir süre mesajlarımı kontrol etmediğimde ya da telefona bakmadığımda endişelenirim.	,251	241	,000	,789	241	,000
Cep telefonuyla ilgili sık sık rüyalar görüyorum.	,512	241	,000	,317	241	,000
Arkadaşlarım ve ailem cep telefonu kullanımım hakkında şikayet ederler.	,246	241	,000	,788	241	,000

**Çizelge 4.35 (Devam) Normallik Testi.**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Cep telefonum olmasaydı, arkadaşlarım benimle bağlantıya geçmekte zorlanırlardı.	,216	241	,000	,835	241	,000
Cep telefonuma harcadığım zamandan dolayı işlerimde verimim düştü.	,247	241	,000	,785	241	,000
Cep telefonu kullanımından kaynaklanan ağrılarım ve acılarım var.	,467	241	,000	,436	241	,000
Kendimi cep telefonumla düşündüğümde daha uzun zaman meşgul ediyorum.	,269	241	,000	,746	241	,000
Daha acil işleri yapmak yerine cep telefonu kullanmayı tercih ettiğim zamanlar olur.	,292	241	,000	,739	241	,000
Cep telefonumla meşgul olduğum için randevulara sık sık geç kalırım.	,471	241	,000	,453	241	,000
Toplantılarda, yemek randevularında ya da sinemada cep telefonumu sessize almak zorunda olduğumda huzursuz olurum ve sürekli telefonumu kontrol ederim.	,392	241	,000	,616	241	,000
Cep telefonuma çok zaman harcadığım söylenir.	,221	241	,000	,833	241	,000
Bir toplantı, ders ya da tiyatro süresince cep telefonum kapalı olduğu için birçok kez zor durumda kaldım.	,392	241	,000	,625	241	,000
Arkadaşlarım cep telefonumu kapatmamdan hoşlanmazlar.	,347	241	,000	,682	241	,000
Cep telefonum olmazsa kendimi kaybolmuş gibi hissedirim.	,253	241	,000	,757	241	,000

Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda, yapılan ankette sorulan sorulara öğrencilerin cevaplarının normal dağılmadığı bu nedenle istatistik testlerinden non-parametrik testlerin kullanılması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

#### 4.4 Verilen Eğitimin Değerlendirilmesi

Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi 9-10-11-12. Sınıf öğrencilerine uygulanan ölçek sonrasında 10 ve 11. Sınıf öğrencilerine mobil cihaz alışkanlıklarını yenmeye yönelik seminer verilmiş ve seminerden 2 hafta sonra anket tüm gruba tekrar uygulanmıştır. “Problemlili Mobil Telefon Kullanım Ölçeği” sonuçları analiz edildiğinde ölçekten elde edilen ortalama puanın 54,60, standart sapmasının 20,9 olduğu belirlenmiştir. Ölçek analizinde görülen en küçük puan 27, en yüksek puan 135’dir. Bu sonuç öğrencilerin problemlili mobil telefon kullanımlarının orta seviyenin altında olduğu şeklinde yorumlanabilir. Eğitim öncesi ve sonrası sınıfların elde ettiği puan ortalamaları aşağıdaki tabloda verilmiştir

**Çizelge 4.36** Eğitim sonrası değişiklik durumu.

Sınıf	Uygulama öncesi	Uygulama sonrası
9. sınıf	54,34	52,84
10.sınıf	60,18	51,75
11.sınıf	58,27	56,47
12.sınıf	59,30	58,52

Uygulama öncesi ve sonrası ölçekten elde edilen puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Ama çizelge incelendiğinde özellikle 10.sınıfların ölçekten ettikleri toplam puanda belirgin bir azalma olduğu görülmektedir. Bu sınıftaki öğrencilerde mobil cihaz bağımlılığının azaldığı söylenebilir.

Uygulanan anketleri değerlendirmek amacıyla öncesinde cevap dağılımlarının nasıl olduğunu görmek amacıyla Kolmogrov-Simirnov testi uygulanmış ve cevapların normal dağılmadığı görülmüştür. Bu nedenle verilen eğitimin öğrencilerin davranışlarını görmek için istatistik testlerinden non-parametrik test olan Wilcoxon T testi uygulanmıştır.

**Çizelge 4.37** Aylık telefon faturanız ya da kontör tutarınız.

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>Aylık telefon faturanız yada kontör tutarınız</b>
Z	-1,632971
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,102475

z: -1,63 p>.05

H0: Verileneğitimin öğrencilerin aylık telefon faturası ya da kontör tutarları üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin aylık telefon faturası ya da kontör tutarları üzerinde etkisi olmuştur.

Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den büyük olduğundan H0 hipotezi reddedilememiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin aylık telefon faturası ya da kontör tutarları üzerinde etkisi olmadığı görülmüştür.

**Çizelge 4.38** Cep telefonuma gereğinden fazla zaman harcıyorum.

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>Cep telefonuma gereğinden fazla zaman harcıyorum</b>
Z	-2,334181
Asymp. Sig. (2 tailed)	0,019586

z: -2,33 p<.05

H0: Verilen eğitimin öğrencilerin mobil cihaz kullanım süreleri üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin mobil cihaz kullanım süreleri üzerinde etkisi olmuştur.

Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den küçük olduğu görülmüş ve H0 hipotezi reddedilmiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin mobil cihaz kullanım süreleri üzerinde etkisi olduğu görülmüştür.

**Çizelge 4.39** Cep telefonumu üzgün olduğumda kendimi daha iyi hissetmek için kullanırım.

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>Cep telefonumu üzgün olduğumda kendimi daha iyi hissetmek için kullanırım.</b>
Z	-1,295396
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,195184

z: -1,30 p>.05

H0: Verilen eğitimin öğrencilerin üzgün olduklarında mobil cihaz kullanım tercihleri üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin üzgün olduklarında mobil cihaz kullanım tercihleri üzerinde etkisi olmuştur.

Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den büyük olduğundan H0 hipotezi reddedilememiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin üzgün olduklarında mobil cihaz kullanım tercihleri üzerinde etkisi olmadığı görülmüştür

**Çizelge 4.40** İşlerimi yapmam gerekirken kendimi cep telefonumla meşgul olurken bulurum ve bu davranışım sorunlara neden olur.

---

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>İşlerimi yapmam gerekirken kendimi cep telefonumla meşgul olurken bulurum ve bu davranışım sorunlara neden olur.</b>
Z	-2,085906
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,036987

---

z: -2,09 p<.05

H0: Verilen eğitimin öğrencilerin bir işle uğraşırken mobil cihaz kullanım tercihleri üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin bir işle uğraşırken mobil cihaz kullanım tercihleri üzerinde etkisi olmuştur.

Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den küçük olduğu görülmüş ve H0 hipotezi reddedilmiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin bir işle uğraşırken mobil cihaz kullanım tercihleri üzerinde etkisi olduğu görülmüştür.

**Çizelge 4.41** Cep telefonuma ne kadar zaman harcadığımı diğer insanlardan saklamaya çalışırım.

---

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>Cep telefonuma ne kadar zaman harcadığımı diğer insanlardan saklamaya çalışırım.</b>
Z	-0,983080
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,325568

---

z: -0,98 p>.05

H0: Verilen eğitimin öğrencilerin mobil cihaz kullanırken harcadıkları zamanı başkalarından saklamaları üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin mobil cihaz kullanırken harcadıkları zamanı başkalarından saklamaları üzerinde etkisi olmuştur.

Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den büyük olduğundan H0 hipotezi reddedilememiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin mobil cihaz kullanırken harcadıkları zamanı başkalarından saklamaları üzerinde etkisi olmadığı görülmüştür.

**Çizelge 4.42** Cep telefonuma daha az zaman harcamayı denedim ama başaramadım.

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>Cep telefonuma daha az zaman harcamayı denedim ama başaramadım.</b>
Z	-3,230309
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,001237

z: -3,23 p<.05

H0: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonu kullanımına daha az zaman harcamayı başarmaları üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonu kullanımına daha az zaman harcamayı başarmaları üzerinde etkisi olmuştur.

Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den küçük olduğu görülmüş ve H0 hipotezi reddedilmiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonu kullanımına daha az zaman harcamayı başarmaları üzerinde etkisi olduğu görülmüştür.

**Çizelge 4.43** Telefonumu kapatmakta zorlanıyorum.

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>Telefonumu kapatmakta zorlanıyorum.</b>
Z	-2,075621
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,034265

z: -2,76 p<.05

H0: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonunu kapatma alışkanlıkları üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonunu kapatma alışkanlıkları üzerinde etkisi olmuştur.

Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den küçük olduğu görülmüş ve H0 hipotezi reddedilmiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonu cep telefonunu kapatma alışkanlıkları üzerinde etkisi olduğu görülmüştür.

**Çizelge 4.44** Bir süre mesajlarımı kontrol etmediğimde yada telefona bakmadığımda endişelenirim.

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>Bir süre mesajlarımı kontrol etmediğimde yada telefona bakmadığımda endişelenirim.</b>
Z	-2,010214
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,039241

z: -2,01 p<.05

H0: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonunu kullanmadıklarında oluşan endişeleri üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonunu kullanmadıklarında oluşan endişeleri üzerinde etkisi olmuştur.



Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den küçük olduğu görülmüş ve H0 hipotezi reddedilmiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonunu kullanmadıklarında oluşan endişeleri üzerinde etkisi olduğu görülmüştür.

**Çizelge 4.45** Cep telefonumla meşgul olduğum için randevulara sık sık geç kalırım.

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>Cep telefonumla meşgul olduğum için randevulara sık sık geç kalırım.</b>
Z	-2,079316
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,037588

z: -2,08 p<.05

H0: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonu alışkanlıkları ile randevuya gelme zamanları arasındaki ilişki üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonu alışkanlıkları ile randevuya gelme zamanları arasındaki ilişki üzerinde etkisi olmuştur.

Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den küçük olduğu görülmüş ve H0 hipotezi reddedilmiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonu alışkanlıkları ile randevuya gelme zamanları arasındaki ilişki üzerinde etkisi olduğu görülmüştür.

**Çizelge 4.46** Cep telefonuma çok zaman harcadığımı söylenir.

<b>Wilcoxon T Test</b>	<b>Cep telefonuma çok zaman harcadığımı söylenir.</b>
Z	-2,473037
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,013397

z: -2,47 p<.05

H0: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonuna harcadıkları zaman üzerinde etkisi olmamıştır.

H1: Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonuna harcadıkları zaman üzerinde etkisi olmuştur.

Yapılan Wilcoxon T Testi sonucunda p değeri 0,5 ‘den küçük olduğu görülmüş ve H0 hipotezi reddedilmiştir. Verilen eğitimin öğrencilerin cep telefonuna harcadıkları zaman üzerinde etkisi olduğu görülmüştür.

## 5. SONUÇ ve ÖNERİLER

Yapılan araştırma sonucu elde edilen veriler neticesinde Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi öğrencilerinde mobil cihaz bağımlılık düzeyinin orta düzeyde olduğu söylenebilir.

Araştırmada öğrencilerin evde internet bağlantı durumları incelendiğinde %64,2 sinin evinde bağlantı olduğu tespit edildiğinden öğrencilerin teknolojiyi takip etme ve sosyal medya alışkanlıklarına okul dışında da devam ettiklerini görüyoruz. Evdeki internet bağlantısı internet kullanımı çocuk ve gençlerin bilgiye ulaşmalarını, araştırma yapmalarını, problem çözme, yaratıcılık, kritik düşünme gibi kişisel gelişimlerini desteklerken; aşırı, kontrolsüz, amacı dışında ve bilinçsiz kullanımı nedeniyle kaygı ve korkulara yol açarak, kişisel becerilerin gelişmesini de negatif etkileyebilmektedir.

Ankete katılan öğrencilere ait veriler incelendiğinde, öğrencilerin aylık telefon fatura ya da kontör tutarının %46,1'inin 20-30 TL aralığında olduğu, %13,7' sinin 31-40 TL aralığında olduğu, %4,1'inin 40-50 TL aralığında ve öğrencilerin %7,9'unun 50 TL ve üstü harcadığı gözlemlenmektedir. Öğrencilerin %74,3'ünün aylık fatura ya da kontör tutarının 30 TL altında olduğu, öğrencilerin harçlıklarından ciddi bütçeler ayırdığı dikkat çekmektedir.

Ankete katılan 241 öğrenciden 202'si telefonu iletişim kurmak için, ankete katılan 241 öğrenciden 193'ü telefonu sosyal medyaya girmek için, ankete katılan 241 öğrenciden 112'si telefonu oyun oynamak için, ankete katılan 241 öğrenciden 97'si telefonunu video izlemek için kullanmaktadır. Rakamların gösterdiği sonuçlar öğrencilerin akıllı telefonlarını iletişim dışında da aktif kullanım sağladıkları, bu aktiflik sebebi ile fatura paketlerini sürekli güncelledikleri gözlemlenmiştir.

Öğrencilerin %37,8'i telefonunu 2 yıl ve daha kısa sürede değiştirdiği görülmektedir. Önceleri telefonu sadece konuşmak kullanırken her geçen gün piyasaya sürülen yeni uygulamalar öğrencilerin dikkatini çekerek yeni telefon almalarına teşvik ediyor. Bu durum öğrencilerin telefonu ihtiyaçtan çok modeli önemsedikleri ve bu alışkanlıklarının da israfı beraberinde getirdiği görülmektedir.

Ankete katılan öğrencilere öz eleştiride bulunarak cep telefonuna harcadıkları zamanı değerlendirmeleri istenmiştir. 241 öğrenciden sadece 37'si telefona zaman harcamadığını iddia etmiştir. Bu durumda öğrencilerin telefonla fazla vakit geçirdiklerinin farkına varsalar bile önlem almak için çaba sarf etmedikleri görülmüştür.

Öğrencilerden 161'inin (%66,2) işlerini yaptıkları esnada kendilerini telefon ile uğraşırken buldukları gözlemlenmiştir. Bu durumda öğrencilerin akıllarında sürekli sosyal medya bildirimleri, mailleri, videolar ve mesajlarda olduğu için asıl işe odaklanamayarak geçirirler. Dolayısı ile bu şekilde de düzgün ve uygun davranış nasıl olmalı bunu unuturlar, gerçek dünya ile irtibatlarını keserler. Bu durum sonrasında kendilerini normalde sokmadıkları riskli durumlara sokabilirler.

Ankete katılan öğrencilerden %67,6'sının cep telefonu kullanımı için harcadıkları zamanı diğer insanlardan saklamaya gerek görmediği gözlemlenmiştir. Bu oran akıllı telefon bağımlılığının gençler arasında git gide normalleşme seviyesi gösterirken, asosyalliği de beraberinde getirmiştir.

Ankete katılan öğrencilerin %58,1'inin cep telefonuna harcadıkları zamandan dolayı uykularının kaçtığını iddia etmişlerdir. Gereğinden fazla kullanılan cep telefonları beyni aşırı derecede uyardığından beyin ve beden bu aktivitelerle o kadar çok konsantre olur ki, çok fazla gergin olmaktan dolayı rahatlayamaz ve uykuya dalamaz. Öğrencilerin uykularını alamadıkları için başarısızlıkları kaçınılmaz sonuçları olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin sadece %9,5'u cep telefonları kapsama alanı dışındayken zihinlerinin telefon konuşmasının eksikliği düşüncesi ile meşgul olduğunu söylemişlerdir. Bu durum da derslerine yeterli özeni gösteremeyip başarısız oldukları gözlemlenmiştir.

Öğrencilerin sadece %41'i son 12 ayda cep telefonuna harcadığı sürenin artmadığını söylemişlerdir. Kalan yaklaşık %60'lık kısım ise her geçen gün yeni uygulama ve yeni aktivitelerle cep telefonu ile daha çok meşgul olduğu gözlenmemiştir.

Ankete katılan 214 öğrenciden 29'u cep telefonuna harcadığı zamandan rahatsızlık

duyup daha az zaman harcamayı denemiş fakat başarılı olamamıştır; yine öğrencilerin %12,4'ü cep telefonu kapatmakta zorlandıkları görülmüştür. Öğrencilerin telefonla zaman geçirmek için kendilerini birçok sorumluluktan mahrum bıraktıkları gözlemlenmiştir.

Öğrencilerin %55,6'sı cep telefonundan mesajları kontrol etmediğinde ya da telefona bakmadığında endişe duyduklarını iddia etmişlerdir bu durumun öğrencileri telefon bağımlılığına ittiği gözlemlenmiştir.

Öğrencilerin sadece %10,4'ü cep telefonu ile ilgili sık sık rüyalar gördüklerini söylemişlerdir. Bu durum zihinlerini meşgul ettiklerini ortaya çıkarmıştır.

Öğrencilerin %56'sının arkadaşları ve aileleri cep telefonu kullanımlarından şikâyetçilerdir. Telefona bağımlı olan öğrencinin sosyallikten uzaklaşıp aile ve arkadaş ilişkilerinde aksamalar olduğu gözlemlenmiştir.

Ankete katılan öğrencilerden %27'si eğer cep telefonları olmasaydı arkadaşlarının kendileri ile bağlantıya geçmekte zorlanacaklarını düşünmektedirler. Hayat ile tek bağlantısının telefon olduğunu düşünen öğrencinin telefon yoksunluğunda iletişim problemleri yaşayabileceği söylenebilir.

Ankete katılan öğrencilerin %56,8'i cep telefonuna harcadıkları zamandan dolayı işlerinde verimlerinin düştüğünü söylemişlerdir. Bu durumun beraberinde başarısızlık ve hayat kalitesinin düşmesine sebebiyet verdiği gözlemlenmiştir.

Öğrencilerin %18,3'ü cep telefonunu kullanımından kaynaklı ağrı ve acıya maruz kaldıklarını belirtmişlerdir. Gereğinden fazla kullanılan telefonun baş ağrısı, mide bulantısı, kulak yanması gibi rahatsızlıklar meydana getireceği söylenebilir.

Ankete katılan öğrencilerin %52,3'ü cep telefonlarıyla düşündüklerinden daha fazla meşgul olduklarını söylemişlerdir. Bu durumu fark eden öğrencinin kendini kontrol etme çabalarında olduğu izlenmiştir.

Öğrencilerin işlerini ertelemek, randevulara geç kalmak gibi aksaklıklar yaşadıkları buna karşılık tedbir aldıklarında telefonlarından uzak kaldıkları için zor durumda kaldıkları, kendilerini kaybolmuş gibi hissettikleri ve huzursuzluk yaşadıkları gözlemlenmiştir.

Yapılan araştırmada genel olarak öğrencilerin mobil cihaz bağımlılık seviyelerinin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte verilen seminer sayesinde öğrencilerin bilinçli telefon ve internet kullanımı konusunda kendilerini sorguya çektikleri görülmüştür. Öğrencilerde bilinçli telefon kullanımı ve gerekli sınırlamalar hususunda olumlu geri dönüşler alındı. Bu nedenle akıllı telefon kullanımı ve başarılarına etkisi konusunda sık sık seminerler düzenlenerek aileler ve öğrenciler bilgilendirilmeli. Rehberlik derslerine mobil cihaz bağımlılığı, internet bağımlılığı ve bunların fizyolojik ve psikolojik zararlarını öğrencilerin dikkatlerini çekecek şekilde işlenmesi farkındalık yaratabilir. Okulların öğrencilerin derste dikkatlerinin dağılmaması için geliştirilen kilitli telefon dolabı uygulaması yaygınlaştırılmalıdır.

Ebeveynler evde öğrencilerin telefon ile geçirdikleri vakitlere sınırlama koyup arkadaş ve aile ile kaliteli vakit geçirmelerini sağlamalıdır. Bu araştırma uygun örnekleme yoluyla seçilmiş bir devlet okulundaki lise öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu araştırmanın başka ve daha geniş bir örneklem ile yapılması literatüre yarar sağlayıcı nitelikte olacaktır.

## 6. KAYNAKLAR

- Ağca R., Bağcı H., (2013), Eğitimde Mobil Araçların Kullanımına İlişkin Öğrenci Görüşleri, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, **4**: 12-15.
- Bao P., Pierce J., Whittaker, S., Zhai, S., (2011). "Smart Phone Use by Non-Mobile Business Users", MobileHCI 2011, Stockholm, Sweden, August 30–September 2,
- Bilgiç Ş., Özcanan A., Altay Z., (2017). Y Kuşağı Hemşirelik Öğrencileri İçin Mobil Telefonun Anlamı: Nitel Bir Araştırma, *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, **3**:17-20.
- Bodker M., Gimpel G., Hedman J., "The User Experience of Smart Phones: a Consumption Values Approach", 8th Global Mobility Roundtable, Cairo, Egypt, (2009).
- Canbek G., Sağıroğlu Ş., (2007). Çocuklar ve Gençlerin Bilgisayar ve İnternet Güvenliği. *Politeknik Dergisi*, **10**: 33-39.
- Chóliz Mariano., (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD). *Prog Health Sci*, **1**: 24-28
- Comings E., (1995). Tourette's syndrome: A behavioral spectrum disorder. In W.J. Weiner & A.E. Lang (eds.), *Behavioral Neurology of Movement Disorders* (pp. 293-303). New York: Raven Press.
- Demirci K., Orhan H., Demirtaş A., Akpınar A., Sert H., (2014). Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği'nin Türkçe Formunun Gençlerde Geçerlilik ve Güvenilirliği, *Klinik Psikiyatri Bülteni*, **24**: 226-228
- Dennis M., Scott C., (2007). Managing addiction as a chronic condition. *Addict SciClin Pract*, **4**: 45–55.
- Ekinci A., (2002). Aziz Antonius'un Baştan Çıkarılması: Bir Kötü Alışkanlık Olarak İnternet, *COGITO Dergisi* KİŞ.
- Fidan H., (2016). Mobil Bağımlılık Ölçeği'nin Geliştirilmesi ve Geçerliliği: Bileşenler Modeli Yaklaşımı, *ADDICTA*, **3**: 433-469
- Greenfield DN., (1999). Psychological characters of compulsive internet use: a preliminary analysis. *Cyberpsychol Behav*, **2**: 403-412.
- Griffiths M., (1999). Internet Addiction: Fact or Fiction? *The Psychologist*, 12(5), 246-250. Çeviren: Psk. Kazım Alat, İnternet Bağımlılığı: Gerçek mi? Kurgu mu?, *Türk Psikoloji Bülteni* ISSN: 1300-740

- Griffiths D., (1995). Technological addictions. *Clinical Psychology Forum*, **76**: 14–19.
- Kalba K., (2008) “The Adoption of Mobile Phones in Emerging Markets: Global Diffusion and The Rural Challenge” *International Journal of Communication*, **2**: 631–661.
- Lane W., Manner C., (2011). “The Impact of Personality Traits on Smartphone Ownership and Use”, *International Journal of Business and Social Science*, **2**: 22-28.
- Lee K., Chang T., Lin Y., & Cheng H., (2014). “The Dark Side of Smartphone Usage: Psychological Traits, Compulsive Behavior and Technostress”, *Computers in Human Behavior*, **31**: 373-383
- Martinotti G., Villella C. and Di Thiene., (2011). *D & J Halk Sağlığı*. **19**: 545.
- Miller G. (2012). The smartphone psychology manifesto. *Perspectives on Psychological Science*, 7(3), 221–237.
- Minaz A., Bozkurt Ö., (2017). Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerinin ve Kullanım Amaçlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Mehmet Akif ERSOY Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, **21**: 268-286.
- Park P., Chen V., (2007). “Acceptance and Adoption of the Innovative Use of Smartphone”, *Industrial Management & Data Systems*. **9**: 1349 – 1365.
- Sangmin Jun The reciprocal longitudinal relationships between mobile phone addiction and depressive symptoms among Korean adolescents. *Computers in Human Behavior*, **58**: 179-186
- Stein J., Hollander E., Simeon D., Cohen L., Islam N. & Aronowitz B. (1994). Neurological soft signs in female trichotillomania patients, obsessive-compulsive disorder patients, and health control subject. *J Neuropsychiatry Clin Neurosci*, **6**: 184-187
- Parasuraman , Aaseer Thamby Sam , 1 Stephanie Wong Kah Yee ,Bobby Lau Chik Chuon ,ve Lee Yu Ren Smartphone usage and increased risk of mobile Subramani phone addiction: A concurrent study, (2017)
- Şar H., Işıklar A., (2012). Problemlı mobil telefon kullanım ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. *International Journal of Human Sciences*, **9**: 264-275.

- Talan T., Korkmaz A., Gezer H., (2016). Üniversite öğrencilerinin mobil telefon bağımlılık düzeylerinin incelenmesi üzerine bir çalışma: Kilis 7 Aralık Üniversitesi örneği Uluslararası Çağdaş Eğitim Araştırmaları Kongresi, ARALIK 2016
- Taş İ., Eker H., Anlı G., (2014). Orta Öğretim Öğrencilerinin İnternet Ve Oyun Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi, *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, 1.
- Uğurlu T., Şengül B., Şengül C., (2012). Bağımlılık psikofarmakolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2012;4(1).
- Ünal T., Arslan A., (2015). Devlet ve vakıf üniversiteleri eğitim fakültesi öğrencilerinin cep telefonu kullanım sıklıklarını ve marka tercihlerinin karşılaştırılması, *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, **12**: 1-2.
- Yılmaz G., Şar A., Civan S., (2015). Investigation of Adolescent Mobile Phone Addiction by Social Anxiety Effect of Some Variable, *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*, **2**: 20-37.
- Young KS., (2004). Internet addiction. *Am Behav Sci*, **48**: 402-441.



## İnternet Kaynakları

- 1) <https://gazeteistanbul.com/turkiyede-cep-telefonu-internet-gercegi/>, 17.05.2018
- 2) <http://edition.cnn.com/2010/TECH/mobile/07/09/cooper.cell.phone.inventor/>, Anjarwalla, T. (2016). Inventor of cell phone, 18.05.2018
- 3) Consumer News & Business Channel. (2011). Marc Andreessen is bullish on the economy. Retrieved from <http://www.cnbc.com/id/47244961/>, 18.05.2018
- 4) Statista. (2016). Mobile phone users worldwide 2013-2019. Retrieved from <https://www.statista.com/statistics/274774/forecast-of-mobile-phone-users-worldwide/>, 17.05.2018
- 5) Fitchard, K. (2013). Ericsson: Global smartphone penetration will reach 60% in 2019. Retrieved from <https://gigaom.com/2013/11/11/ericsson-global-smartphone-penetration-will-reach-60-in-2019/>, 17.05.2018
- 6) <https://dijilopedi.com/2018-turkiye-internet-kullanim-ve-sosyal-medya-istatistikleri/>, 18.05.2018
- 7) <http://www.acibadem.com.tr/Hayat/Bilgi/teknoloji-caginin-hastaligi-nomofobi/>, 18.05.2018
- 8) <http://www.bilgiustam.com/agin-vebasi-nomofobi-nedir/>, 18.05.2018
- 9) <https://www.e-psikiyatri.com/genclerde-nomofobi-artiyor-31316/>, 18.05.2018
- 10) [https://tr.wikipedia.org/wiki/Ak%C4%B1ll%C4%B1\\_telefon/](https://tr.wikipedia.org/wiki/Ak%C4%B1ll%C4%B1_telefon/), 17.05.2018
- 11) <http://www.cumhuriyet.com.tr/haber/ekonomi/816129/>, 18.05.2018
- 12) <https://yenimedya.wordpress.com/2016/03/14/dunyada-akilli-telefona-sahip-olma-ve-internete-erisim-oranlari/>, 18.05.2018
- 13) <http://mood.ist/tibbi-hizmetler/tedavi-programlari/eriskin-psikiyatrisi/bagimlilik/>, 18.05.2018
- 14) <http://www.internetbagimlilik.info.tr/>, 20.05.2018

## ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : Nevin YILDIRIM  
Doğum Yeri ve Tarihi : 1984 Ankara  
Yabancı Dili : İngilizce  
İletişim (Telefon/e-posta) : 05079422870 / yucelnevin@hotmail.com

### Eğitim Durumu (Kurum ve Yıl)

Lise : Ankara, Aliye Yahşi Anadolu Meslek Lisesi, 2002  
Lisans : Gazi Üniversitesi, Teknik Eğitim Fakültesi,  
Bilgisayar Sistemleri Öğretmenliği Bölümü, (2011)  
Yüksek Lisans : Afyon Kocatepe Üniversitesi, Fen Bilimleri  
Enstitüsü, İnternet ve Bilişim Teknolojileri  
Anabilim Dalı, (2016-2018)

## EKLER

### EK 1. Uygulama izin-1



T.C.  
KAYSERİ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 94025929-605.01-E.6253487  
Konu : Araştırma İzni

04.05.2017

KOCASİNAN KAYMAKAMLIĞINA  
(İlçe Millî Eğitim Müdürlüğü)

Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü İnternet ve Bilişim Teknolojileri Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Nevin YILDIRIM'ın, İlçeniz Kocasinan Mustafa Kemal Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde "Lise Öğrencilerinde Mobil Cihaz Bağımlılığının Araştırılması" konulu çalışmayı yapmasında bir sakıncaanın olmadığı, Anket Değerlendirme Komisyonu tarafından tespit edilmiş olup, her sayfası mühürlü çalışma evrakları ve Valilik Makamından alınan 02/05/2017 tarih ve 611966 sayılı Olar ekte gönderilmiştir.

Biğilerinizi ve gereğini rica ederim.

Osman ELMALI  
Vali a.  
İl Millî Eğitim Müdür V.

EK: Valilik Oluru ve Ekleri (8 Sayfa)

Gültepe Mahallesi Tılas İhtivari No:1/B Melikgazi / KAYSERİ  
Elektronik Ağ: <http://kayseri.meb.gov.tr>  
e-posta: [argc33@meb.gov.tr](mailto:argc33@meb.gov.tr)

Ayrıntılı Bilgi için: O. F. BULUT (V.H.K.L.)  
C. NALBANT (Şef)  
Tel: (0 352) 330 11 25 (1240) Faks: (0 352) 520 9503

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksegu.meb.gov.tr> adresinden 0a2b-4654-3b3c-9cfb-b8fa kodu ile teyit edilebilir.

## EK 2. Uygulama İzin-2



T.C.  
KAYSERİ VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 94025929-605.01-E.6119960  
Konu : Araştırma İzni

02/05/2017

### VALİLİK MAKAMINA

İlgi: Bakanlığımız Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 07/03/2012 tarih ve 3616 sayılı (2012/13 Genelge) emirleri.

Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü İnternet ve Bilişim Teknolojileri Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Nevin YILDIRIM'ın, Kocasinan Mustafa Kemal Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde "Lise Öğrencilerinde Mobil Cihaz Bağlılığının Arastırılması" korulu çalışma yapma isteği ile ilgili, Afyon Kocatepe Üniversitesi Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı'nın 18/04/2017 tarih ve 5654 sayılı yazısı ve ekleri ilişikte sunulmuştur.

Afyon Kocatepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü İnternet ve Bilişim Teknolojileri Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Nevin YILDIRIM'ın, Kocasinan Mustafa Kemal Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde "Lise Öğrencilerinde Mobil Cihaz Bağlılığının Arastırılması" konulu çalışmasını yapmasında bir sakıncanın olmadığı Anket Değerlendirme Komisyonu tarafınca tespit edilmiştir. Her sayfası mühürlü çalışma evrakları ilişikte sunulmuş olup, eğitim-öğretimi aksatmadan okul müdürlüğünüz gözetiminde ve sorumluluğunda araştırmanın yapılması uygun görülmektedir.

Makamınızca da uygun görüldüğü takdirde Olularınıza az ederim.

Osman ELMALI  
İl Millî Eğitim Müdür V.

OLUR  
02/05/2017

Zekeriya GÜNEY  
Vali a.  
Vali Yardımcısı

EK: Yazı ve Ekleri (7 Sayfa)

Gültepe Mahallesi Talas Bulvarı No:1/E Melikgazi / KAYSERİ  
Elektronik Ad: <http://kayseri.meb.gov.tr>  
e-posta: [argu38@meb.gov.tr](mailto:argu38@meb.gov.tr)

Ayrıntılı Bilgi İçin: Ö. F. BULUT (V.H.K.I.)  
C. NALBANT (Şef)  
Tel: (0352) 330 1125 (1240) Faks: (0352) 320 9503

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 211a-5492-3309-Rc1c-8c83 koda ile teyit edilebilir.

### EK 3. Okul İzin



T.C.  
KOCASINAN KAYMAKAMLIĞI  
Kocasinan Mustafa Kemal Atatürk Mesleki Ve Teknik  
Anadolu Lisesi

Sayı : 90890916-903.99-E.9040479  
Konu : "Mobil Cihaz Bağımlılığı"  
Semineri Verme Talebiniz.  
[TC Kimlik No : 10300306856]

08.05.2018

**Sayın Nevin YILDIRIM**

İlgi : 02/05/2018 Tarihli dilekçeniz.

İlgi dilekçeniz incelenmiş olup, söz konusu tarihte "Mobil Cihaz Bağımlılığı" konulu seminer vermeniz uygun görülmüştür.

Bilgilerinize rica ederim.

Ömer TUNCER  
Okul Müdürü

Adres : Yenişehir Mah. Süleyman Nazif Cad. No 40. 38080 Kocasinan/ KAYSERİ

Elektronik Ağ: <http://ataturkkimlik.meb.k12.tr>

e-posta : [169859@meb.k12.tr](mailto:169859@meb.k12.tr)

Telefon : (0 352) 339 08 06

Faks : (0 352) 339 08 06

Bu evrak güvenli elektronik ortamda imzalanmıştır. <https://evrakosge.meb.gov.tr> adresinden B11U-306C-2abc-D49a-30a5 kodu ile teyit edilebilir.

## EK 4. Seminer Programı

KOCASINAN MU STAFKA KEMAL ATATÜRK MESEK VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ  
MOBİL CİHAZ BAĞIMLILIĞI SEMİNER PROGRAMI

SIRA NO	TARİH	GÜN	SINIF	SAAT	GÖREVLİ ÖĞRETMENLER	ÇALIŞMA KONUSU
1	09.05.2018	ÇARŞAMBA	11-F 11-G	1.SAAT	Nevin YILDIRIM	Mobil Cihaz Bağımlılığı
2	09.05.2018	ÇARŞAMBA	10-D 10-E 10-F	2.SAAT	Nevin YILDIRIM	Mobil Cihaz Bağımlılığı
3	09.05.2018	ÇARŞAMBA	10-B 10-C	3.SAAT	Nevin YILDIRIM	Mobil Cihaz Bağımlılığı
4	09.05.2018	ÇARŞAMBA	10-G 10-A	4.SAAT	Nevin YILDIRIM	Mobil Cihaz Bağımlılığı
5	09.05.2018	ÇARŞAMBA	11-A 11-B 11-C	5.SAAT	Nevin YILDIRIM	Mobil Cihaz Bağımlılığı
6	09.05.2018	ÇARŞAMBA	11-D 11-E	7.SAAT	Nevin YILDIRIM	Mobil Cihaz Bağımlılığı



Ek 5. Anket-1

**Problemlili Cep Telefonu Kullanımı Ölçeği**

Maddeler	Katılma Düzeyi				
	Beni hiç tanımlamıyor	Biraz tanımlıyor	Oldukça iyi tanımlıyor	İyi tanımlıyor	Çok iyi tanımlıyor
1. Cep telefonuma gereğinden fazla zaman harcıyorum.					
2. Cep telefonumu üzgün olduğumda kendimi daha iyi hissetmek için kullanırım.					
3. İşlerimi yapmayı gerekirken kendimi cep telefonumla meşgul olurken bulurum ve bu davranışımı sorunları neden olur.					
4. Bütün arkadaşlarımlın cep telefonu vardır.					
5. Cep telefonuma nekadarzaman harcacığımı diğer insanlardan saklamaya çalışırım.					
6. Cep telefonuma harcadığım zamandan dolayı uykularım kaçır.					
7. Ödemeye gücümün yetmediği telefon faturaları aldım.					
8. Bazen kapsama alanı dışındayken, zihnim bir telefon konuşmasımlın eksikliği düşüncesiyle meşgul olur.					
9. Bazen hem telefonla meşgul hem de diğer şeyleri aynı anda yaptığımca, yaptığım işe dikkatim veremiyorum.					
10. Cep telefonuma harcadığım süre, son 12 aydır oldukça arttı.					
11. Cep telefonumu kendimi yalnız hissettiğimde diğer insanlarla konuşmak için kullanırım.					
12. Cep telefonuma daha az zaman harcamayı denedim ama başaramadım.					
13. Telefonumu kapatırken zorlanıyorum.					
14. Bir süre mesajlarımlı kontrol etmediğimde yada telefona bakmadığımda endişelenirim.					
15. Cep telefonuy a ilgili sık sık rüyalar görüyorum.					
16. Arkadaşlarımlı ve ailem cep telefonu kullanımımı hakkında şikayet ederler.					
17. Cep telefonu: olmasaydı, arkadaşlarımlı benimle bağlantıya geçmekte zorlanırlardı.					
18. Cep telefonuma harcadığım zamandan dolayı işlerimde verimim düştü.					
19. Cep telefonu kullanımından kaynaklanan ağrılarımlı ve acılarımlı var.					
20. Kendimi cep telefonumla düştüğümde daha uzun zaman meşgul ediyorum.					
21. Daha acil işleri yapmak yerine cep telefonu kullanmayı tercih ettiğim zamanlar olur.					
22. Cep telefonumla meşgul olduğum için randevu ara sık sık geç kalırım.					
23. Toplantılarda, yemek randevularında ya da sinemada cep telefonumu sessize almak zorunda olduğumda huzursuz olurum ve sürekli telefonumu kontrol ederim.					
24. Cep telefonuma çok zaman harcadığım söylenir.					
25. Bir toplantı, ders ya da tiyatro süresince cep telefonum kapalı olduğuy için birçok kez zor durumda kaldım.					
26. Arkadaşlarımlı cep telefonumu kapatmamdan hoşlanmazlar.					
27. Cep telefonum olmazsa kendimi kaybolmuş gibi hissedirim.					

## Ek 6. Anket-2

Sevgili öğrenci: Seni Mustafa Kemal Atatürk Mesleki ve Teknik Anadolu lisesi Bilişim Teknolojisi Öğretmeni NevİN YILDIRI tarafından yürütülen "Lise öğrencilerinde Mobil Cihaz Bağımlılığı" başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmanın amacı öğrencilerin mobil cihaz kullanma alışkanlıklarının belirlenmesidir. Araştırmada sizden tahminen 40 dakika ayırmanız istenmektedir. Araştırmaya sizin dışınızda tahminen 250 kişi katılacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen <b>gönüllülük</b> esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya teklifi altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Vakit ayırdığınız için teşekkür ederim.	Katılma Düzeyi				
	1	2	3	4	5
<b>Sınıf:</b> 9 <input type="checkbox"/> 10 <input type="checkbox"/> 11 <input type="checkbox"/> 12 <input type="checkbox"/> <b>Yaş :</b> 15 <input type="checkbox"/> 16 <input type="checkbox"/> 17 <input type="checkbox"/> 18 <input type="checkbox"/> <b>Bölüm:</b> Muhasebe <input type="checkbox"/> Bilişim <input type="checkbox"/> Büro Yönetimi <input type="checkbox"/> <b>Cinsiyet:</b> Kadın <input type="checkbox"/> Erkek <input type="checkbox"/>					
1. Aylık telefon faturanızıyada kontör tutarınız. 1. 20 TL ve altı. 2. 20-30 TL 3. 31-40 TL 4. 41-50 TL 5. 50 TL ve üstü.					
2. Telefon kullanma neden/nedenleriniz. 1. İletişim 2. Sosyal Medya 3. Oyun 4. Video izleme 5. Diğer					
3. Cep telefonu değiştirme sıklığınız. 1. 1 yıldan kısa. 2. 1-2 yıl. 3. 2-3 yıl. 4. 3-4 yıl. 5. 4 yıldan fazla.					
4. Üye olduğunuz sosyal ağılar. 1. Facebook 2. Instagram 3. Whatsapp 4. VK 5. Snapchat					
5. Evde internet bağlantınız varmı? E <input type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>					



## EK 7. Seminer Programı-1



**EK 8. Seminer Programı-2**

