



**T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞININ BAĞLANMA BİÇİMLERİ İLE
İLİŞKİSİ: TUNCELİ İLİ ÖRNEĞİ**

MELEK SARIÇİÇEK

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI: DOÇ. DR. CEMAL ONUR NOYAN

İstanbul, Ocak 2018

**T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞININ BAĞLANMA BİÇİMLERİ İLE
İLİŞKİSİ: TUNCELİ İLİ ÖRNEĞİ**

**MELEK SARIÇİÇEK
154102181
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

TEZ DANIŞMANI: DOÇ. DR. CEMAL ONUR NOYAN

İstanbul, Ocak 2018



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 154102181
Öğrenci Adı Soyadı	: Melek SARIÇİÇEK
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Doç. Dr. Cemal Onur NOYAN
Tezin Başlığı	: Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Biçimleri İle İlişkisi: Tunceli İli Örneği

Toplantı Tarihi	: 02.02.2018	Saati	: 09:00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="radio"/> GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir.			
<input checked="" type="radio"/> Yapılan savunma sınavında adayın tez çalışması başarılı bulunarak KABUL edilmesine,			
<input type="radio"/> Yapılan savunma sınavı sonunda tez çalışmasının DÜZELTİLMESİNE , düzeltme için adaya ay EK SÜRE verilmesine (<i>en fazla 3 ay</i>)			
<input type="radio"/> Yapılan savunma sınavının sonunda tezin REDDEDİLMESİNE			
<input checked="" type="radio"/> OY BİRLİĞİ <input type="radio"/> OY ÇOKLUGU			
ile karar verilmiştir.			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="radio"/> Değişmedi.	<input type="radio"/> Değişti.	
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="radio"/> GELMEDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input type="radio"/> OY BİRLİĞİ ile REDDEDİLMİŞTİR.			

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Doç. Dr. Cemal Onur NOYAN	
Üye	Prof. Dr. Aslıhan DÖNMEZ	
Üye	Doç. Dr. Korkut ULUCAN	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Akıllı Telefon Bağımlılığının Bağlanma Biçimleri ile İlişkisi: Tunceli İli Örneği” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

ÖNSÖZ

Bu çalışmada akıllı telefon kullanım şiddeti ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki Tunceli İli örneği incelenmiştir.

Araştırma sürecinde kıymetli bilgi, birikimi ve tecrübeleri ile bana yol gösterici ve destek olan zamanını esirgemeyen değerli tez danışanım Sayın Doç. Dr. Cemal Onur NOYAN'a teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek Lisans eğitimim boyunca yardım, bilgi ve tecrübeleri ile bana destek olan başta Sayın Doç. Dr. Hüseyin ÜNÜBOL olmak üzere tüm hocalarıma sonsuz şükranlarımı sunarım. Ayrıca anket çalışmamda değerli zamanlarını ayırıp araştırmama katkıda bulunan Tunceli halkına çok teşekkür ederim.

Bu günlere gelmemde büyük payı olan hayatımın anlamı sevgili çocuklarıma ve beni hayatın her alanında destekleyen sevgili eşime teşekkürlerimi sunarım. Son olarak bana teknik anlamda desteklerini esirgemeyen sevgili yeğenim Tarık AKYOL'da teşekkür ederim.

Akıllı Telefon Kullanım Sıklığının Bağlanma Biçimleri İle İlişkisi: Tunceli İli Örneği

ÖZET

Günümüzde vazgeçilmez hale gelen akıllı telefon kullanımı, bireylerin hayatını kolaylaştırırken, bununla beraber kullanım miktarının ve kullanım amacının, normalden fazla olması sonucunda bireylerin psikolojilerini ve kişiler arası ilişkilerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu çalışmada, bireyin kendini, kendisinin ve başkasının gözünden değerlendirme faktörleri çerçevesinde oluşturulan dörtlü bağlanma modeli temel alınarak, akıllı telefon kullanım şiddeti ile bu bağlanma stilleri arasındaki ilişki araştırılmıştır.

Katılımcılara üç bölümden oluşan anket uygulanmıştır. Bu anket; kişisel bilgi formu, akıllı telefon bağımlılığı ölçekleri ve ilişki ölçekleri olarak üç bölüme ayrılmıştır.

Akıllı telefon bağımlılığın her yaş grubunda görülmesi dolayısıyla katılımcılara yaş sınırlaması getirilmeden, toplamda 302 katılımcı ile çalışılmıştır. Katılımcılar tesadüfi olarak seçilmiştir.

İlişkinin ortaya çıkarılması adına verilere betimsel istatistikler, güvenilirlik analizi, normal dağılıma uygunluk için Kolmogorov Smirnov testi, t testi, varyans analizi gibi birtakım analizler uygulanmıştır. Belirtilen istatistiksel uygulamalar SPSS 20 paket programı ile gerçekleştirilmiştir.

Yapılan çalışmada akıllı telefon kullanım sıklığı ile kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri arasında istatistiksel yönden, pozitif ve anlamlı bir korelasyon bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Akıllı Telefon, Akıllı Telefon Bağımlılığı, Bağlanma Stilleri

Relationship Between Attachment Styles and Usage Frequency of Smartphone: Examination Of Tunceli

ABSTRACT

The use of smartphones, which are now indispensable, can make the lives of individuals easier, but in addition to the amount of use and the purpose of use, it can negatively affect the psychological and interpersonal relationships of the individuals. In this study, the relationship between the intensity of smartphone usage and these attachment styles was investigated, based on the quadruple attachment model in which the individual was framed by self and other factors.

A questionnaire consisting of three parts was applied to the participants. This survey; personal information form, smartphone dependency scales, and relationship scales.

Since smartphone addiction is seen in all age groups, a total of 302 participants have been working without age limitations. Participants were randomly selected.

Descriptive statistics, reliability analysis, Kolmogorov Smirnov test, t test, variance analysis were applied to the analysis of the relationship. The statistical applications were performed with the SPSS 20 package program.

A statistically significant positive correlation was found between the frequency of smartphone use and the indifferent, fearful and obsessive attachment styles in the study.

Keywords: Smartphone, Smartphone Addiction, Attachment Style

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	i
ÖNSÖZ.....	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
TABLolar.....	viii
GRAFİKLER.....	x
EKLER LİSTESİ.....	xi
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
1.GİRİŞ.....	1
1.1.Çalışmanın Amacı	2
1.2.Çalışmanın Önemi	3
1.3.Çalışmanın Sınırlılıkları	3
İKİNCİ BÖLÜM	4
KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	4
1. Bağımlılık Nedir?	4
2.Akıllı Telefon Bağımlılığı	7
3. Bağlanma Kavramı Nedir?	9
3.1.Bağlanma ve Bağımlılık Kavramları.....	11
4. Gelişim Dönemlerine Göre Bağlanma Biçimleri	12
5.Bağlanma Kavramını Açıklayan Kuramsal Görüşler.....	16
5.1.Bağlanma Kuramı ile İlgili Yapılmış Çalışmalar	19
6.Akıllı Kullanım Şiddeti Sıklığı ile İlgili Yapılmış Çalışmalar:.....	21
İKİNCİ BÖLÜM	26
YÖNTEM	26
1. Araştırmanın Modeli	26
2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem.....	26

3. Veri Toplama Araçları.....	26
3.1. Kişisel bilgi formu.....	27
3.2. Akıllı telefon kullanım sıklığı Ölçeği.....	27
3.3. İlişki Ölçeği (RSQ).....	27
4. Verilerin Toplanması.....	28
5. Verilerin Analizi.....	28
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM.....	29
BULGULAR.....	29
1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Sosyodemografik Özellikleri.....	29
2. Araştırmaya Katılan Bireylerin Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Puanına Göre Sınıflandırılması ve İncelenmesi.....	30
3. Araştırmaya Katılan Bireylerin İlişki Ölçeğinin Alt Ölçek Puanlarına Göre Sınıflandırılması ve İncelenmesi.....	33
4. Güvenilirlik Analizi.....	37
5. Normallik Testi.....	38
6. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği Puanlarının Cinsiyet ve Medeni Durum Açısından Farklılığının Araştırılması.....	39
5. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçeklerinin Cinsiyet ve Medeni Durum Açısından Farklılığının Araştırılması.....	40
6. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçek Puanlarının Yaş Grupları Açısından Farklılığının Araştırılması.....	41
7. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçeklerinin Yaş ve Eğitim Durumu Açısından Farklılığının Araştırılması.....	43
8. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Puanları ile İlişki Ölçeğinin Alt Ölçek Puanları için Korelasyon Analizi.....	49
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM.....	52
SONUÇ VE TARTIŞMA.....	52
1. SONUÇ.....	52
2. TARTIŞMA.....	58

KAYNAKÇA	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
ÖZGEÇMİŞ	72
EKLER	73

TABLULAR

Tablo 1. Yıllara Göre Sabit Ve Cep Telefonu Abone Sayısı (TUİK 2015)	7
Tablo 2. Araştırmaya Katılan Bireylerin Cinsiyete Göre Frekans Ve Dağılım Tablosu.....	29
Tablo 3. Araştırmaya Katılan Bireylerin Yaşa Göre Frekans Ve Dağılım Tablosu.....	29
Tablo 4. Araştırmaya Katılan Bireylerin Medeni Durumuna Göre Frekans Ve Dağılım Tablosu	29
Tablo 5. Araştırmaya Katılan Bireylerin Eğitim Durumuna Göre Frekans ve Dağılım Tablosu	30
Tablo 6. Katılan Bireylerin Yaş ve Cinsiyet Karşılaştırmaları.....	30
Tablo 7. Araştırmaya katılan bireylerin akıllı telefon kullanım sıklığı ölçek puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması	31
Tablo 8. Araştırmaya Katılan Bireylerin Akıllı telefon kullanım sıklığı Ölçek Puanlarının Yaşa Göre Karşılaştırılması.....	32
Tablo 9. İlişki Ölçeğinin Bağlanma Stillerine Göre Dağılımı.....	34
Tablo 10. Katılımcıların Cinsiyetine Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması	34
Tablo 11. Katılımcıların Medeni Durumuna Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması	34
Tablo 12. Katılımcıların Yaş Grubuna Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması.....	35
Tablo 13. Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması..	36
Tablo 14. Katılımcıların Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Durumuna Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması.....	37
Tablo 15. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeğine İlişkin Normallik Testi Sonucu	38
Tablo 16. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeğinin Cinsiyet ve Medeni Durum Açısından Farklılığının Araştırılmasına İlişkin t Testi Sonucu	39
Tablo 17. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçeklerinin Cinsiyet Açısından Farklılığının Araştırılmasına İlişkin t Testi Sonucu.....	40
Tablo 18. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçeklerinin Medeni Durum Açısından Farklılığının Araştırılmasına İlişkin T Testi.....	40
Tablo 19. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği için Yaş Grupları Arasında Homojenliğine İlişkin Levene Testi	41

Tablo 20. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Varyans Analizi Sonucu.....	42
Tablo 21. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Gabriel Testi Sonucu	42
Tablo 22. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçekleri İçin Yaş Grupları Arasında Homojenliğin Test Edilmesi	43
Tablo 23. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçekleri ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Varyans Analizi Sonucu	44
Tablo 24. Korkulu bağlanma Ölçeği ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Games-Howell Testi Sonucu	45
Tablo 25. Kayıtsız bağlanma Ölçeği ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Gabriel Testi Sonucu.....	46
Tablo 26. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçekleri ve Eğitim Durumu Arasında Homojenliğe ilişkin Levene testi.....	46
Tablo 27. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçekleri ile Eğitim Durumu Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Varyans Analizi Sonucu	47
Tablo 28. Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeği İle Eğitim Durumları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Gabriel Testi Sonucu.....	48
Tablo 29. Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeği İle Eğitim Durumları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Gabriel Testi Sonucu.....	49
Tablo 30. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Puanları İle İlişki Ölçeğinin Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri	50

GRAFİKLER

Grafik 1. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Puanlarının Sınıflandırmaya Göre Dağılımı.....	31
Grafik 2. Araştırmaya Katılan Bireylerin Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçek Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması	32
Grafik 3. Araştırmaya Katılan Bireylerin Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçek Puanlarının Eğitim Duruma Göre Karşılaştırılması.....	33

EKLER LİSTESİ

EK-1 Kişisel Bilgi Formu

EK-2 Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği

EK-3 İlişki Ölçeği

BİRİNCİ BÖLÜM

1.GİRİŞ

Günümüzde teknolojiadaki gelişmeler sayesinde her yaş grubundan insanın istediği bilgiye hızlıca ulaşması çok daha kolaylaşmıştır. Son zamanlarda insanlar arasında teknolojinin en yaygın kullanım araçlarından birisi olan telefonların önemli bir yere sahip olduğu bilinmektedir. Akıllı telefonlar da teknolojiadaki son gelişmelerden birisi olarak çok yaygın bir tüketici kitlesine sahiptir. Başta gençler olmak üzere her yaştan insanın, buldukları ortamlarda ellerinden telefonlarını düşürmedikleri ve neredeyse gerçek hayattan bağlarını kopararak ellerinin altındaki sanal dünya yoluyla kendilerini ifade ettikleri de dikkat çekmektedir. Her ne kadar akıllı telefonların kullanım amacı bilgiye daha hızlı ulaşmak ve bilginin zaman harcamadan paylaşımına zemin hazırlamak olsa da bu amaçlar dışında da çok yaygın kullanıldığı bilinen bir gerçektir. Örneğin, gençler özellikle eğlenmek, rahatlamak veya sosyal etkileşim, stresten, içinde bulunulan ortamdan uzaklaşma veya gerçek hayattan kaçmak gibi sebeplerle akıllı telefonları ve bu vasıtayla internet kullanımını tercih etmektedirler. Geliştirici olmayan ve amacı dışında gereğinden fazla kullanıldığında zararları olabilecek bu amaçlar zamanla problemli kullanıma dönüşebileceği için ne kadar işleri kolaylaştırıcı özelliği olsa da hayatımızın tamamını ele geçiren bir hale gelmemesi için özellikle çaba sarf etmek gerekebilmektedir. Çünkü kişilerde iletişimde problemler ve patolojik belirtiler meydana gelme riski her zaman mümkündür. Rekabet ve çok hızlı yenilenme her gün yeni bir özelliklerle karşımıza çıktığından, teknolojiyi yakından takip etme isteği ya da alışkanlığı nedeniyle hem kişide telefona olan bağımlılık devamlı hale gelmekte hem de toplumda hızla tüketen ve bu olguyu sıradanlaştıran nesiller oluşmaktadır. Bu durumun yaş grubu olarak çok aşağılara çekilmesi ise gelinen noktadaki ciddiyetin boyutuna dikkat çekmektedir (Kalba, 2008).

Dünya genelinde yapılan araştırmalara göre, akıllı telefon piyasası 2014 yılının ikinci çeyreğinde 2013 yılına göre %27,2 oranında büyümüş cihaz satış oranlarında da %4 lük bir artış tespit edilmiştir (IDC, 2014). Tüm dünyada akıllı telefon sayısının 2015 yılı sonunda 2 milyara ulaşacağı düşünülmektedir (Rusthon, 2008). Dünyadaki bu gelişmeye paralel olarak Türkiye’de de akıllı telefon kullanımını artmaktadır. Tüketiciler akıllı telefon satın alırken fonksiyonlarına, görünümüne, markasına ve bütçelerine göre tercih yapmaktadır. Akıllı telefonların fiyatı basit cep telefonlarına göre oldukça da

yüksektir. Buna rağmen bu ürünlerin alımı devam etmekte ve artmaktadır. Çünkü tüketiciler için bu sektör alım için her türlü kolaylığı sağlayarak onların teknolojinin bir bakıma bağımlı köleleri olmasını sağlamıştır (Yang, 2010). İnsanların hayatının şekillenmesinde daha fazla etkiye sahip olmaya başlayan bu araçlar taşınabilir bilgisayar olarak da yorumlanmaktadır. Her geçen gün yeni özellikler eklenerek piyasaya çıkarılan akıllı telefonlar sayesinde tüketiciler etkilenmekte, yeni bir akıllı telefon alma isteği duymaktadır. Akıllı telefonların işlevselliği bozacak kadar sürekli ve yineleyen kullanımlarının olması nedeniyle ilerleyen zamanda kişilerde davranış bozukluğu ve bağımlılık olarak belirtilen durumlar ortaya çıkabilmektedir. Alışkanlık boyutuna gelen bu davranışları bağımlılık davranışı olarak değerlendirirken dikkatli olmak gerekir. (Kimiloğlu, 2010). Her türlü bağımlılıkta olduğu gibi belirli bir davranışla fazla uğraşmak, gerçek yaşamdan kopmak ve bu olaydan zevk almaya başlamak, bu davranıştan kendini uzak tutamamak; engellemeye çalışınca da oluşan gerginlik, huzursuzluk gibi yoksunluk belirtileri işlevselliğin bozulmasına neden olmaktadır. Bu nedenle akıllı telefonların kullanım yaygınlığı ve kullanıcılar üzerindeki etkilerini incelemek ise son zamanlarda en çok üzerinde durulan konulardan birisi olmuştur.

1.1.Çalışmanın Amacı

Bu çalışma günümüzde yaygın olarak kullanılan ve çok geniş bir yaş grubu tarafından tercih edilen akıllı cep telefonlarının kişiler üzerinde meydana getirdiği bağımlılık durumunun yine bu kişilerde bağlanma biçimlerini nasıl etkilediğini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Buna bağlı olarak aşağıda bulunan sorular araştırma soruları olarak belirlenmiştir:

1. Araştırmaya katılan bireylerin akıllı telefon kullanım sıklıkları hangi düzeydedir?
2. Araştırmaya katılan bireylerin bağlanma stilleri hangileridir? Katılımcılar arasında en fazla hangi bağlanma stiline rastlanmıştır?
3. Katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu gibi özelliklerinin, akıllı telefon kullanım sıklıkları ile ilişkisi var mıdır?
4. Katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu gibi özelliklerinin, bağlanma stilleri ile ilişkisi var mıdır?

5. Katılımcıların akıllı telefon kullanım sıklıkları ile bağlanma stilleri arasında bir ilişki var mıdır?

1.2.Çalışmanın Önemi

Bu araştırma ile günümüzde aşırı derecede artmış, yayılmış olan ve engellenemeyen akıllı telefon kullanımının kişiler üzerinde bir bağımlılık yaratarak daha sonrasında ciddi olumsuz sonuçlara sebebiyet verebileceği, bu durumu kişinin sosyal bir varlık olma algısını tehdit edecek boyutlara gelerek gerçek yaşamdaki insanlar arası ilişkilerini etkileyebileceği belirtilmek istenmiştir. Bu akıllı telefon kullanım sıklığının kişilerde bağlanma biçimleri ile ilişkisinin de değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu çalışma sayesinde kişilere bu alanda ne gibi yardımlar yapılabileceği, iş çok daha kötü boyutlara gelmeden ne gibi önlemler alınabileceği belirlenip bu konuda adımlar atılabileceği düşünülmektedir.

1.3.Çalışmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmadaki sınırlar Tunceli ili sınırları içerisinde akıllı telefona sahip 302 kişiden oluşmaktadır. Bu nedenle bu il ile ve anket yapılan kişi sayısı ile sınırlıdır.

Bu araştırma Kişisel Bilgi Formu ve Akıllı Telefon Kullanımının Bağlanma Biçimleri İle İlişkisi Formu'nun, bu formların etkinliklerinin belirlenmesi amaçlı olarak Kolmogorov-Smirnov testi, Cronbach's Güvenilirlik Analizi, Bağımsız Örneklem t Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), Post Host Analizleri ve Korelasyon Analizi ile sınırlıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

1. Bağımlılık Nedir?

Bağımlılık kavramı denilince akla gelen, dışarıdan bedene alınan yabancı bir maddenin alımına ve alma isteğine kişinin kendi iradesi ile engel olamaması durumudur. Türk Dil Kurumu (2011)' na göre "Bağlı olma durumu; başka bir şeyin istemine, gücüne veya yardımına bağlı olan" anlamında tanımlamaktadır. Diğer tanımlara bakacak olursak, bağımlılık "bir maddenin organik bir hastalığın belirtilerini ortadan kaldırma amacını gütmeyen, tekrarlanan dozlarla ve artan miktarlarda alınması sonucu ortaya çıkan önüne geçilmez bir arzu ve istektir, kesilmesi halinde bir takım ruhsal ve bedensel rahatsızlıklar ortaya çıkar" olarak tanımlamaktadır (Ziyalar, 1999). Bağlanma kavramı ise bağımlılık ile karıştırılmaması gereken ve ondan aslında çok zıt bir kutupta olan bir kavramdır. Bağlanma bebeklikten itibaren bebeğin kendi öz ihtiyaçlarını karşılayan kişiye karşı duyduğu ve onu hayatın orta yerine koymasını gerektiren bir tür durumdur. İlerleyen yaşlarda da bu kişiler değişebileceği gibi bağlanılan kişi aslında bağlı olana zarar değil tam tersi eksik olunan ve tamamlandığında daha da bir kişiliğin gerçekleşmesi anlamına da gelebilecek bir duygu durumu ortaya çıkarmada etkili bir faktör olacaktır. Bağımlılık ise insan beynini ve bedenini etkileyen alkol, uyuşturucu gibi bağımlılık etkileri bulunan kavramları kastetmektedir. Ancak uzun zaman periyotlarında alkol ve uyuşturucu kullanımı bağımlılığın tek çeşidi değildir. İnsanlar sadece maddelere karşı değil davranışsal kalıplara karşı da bağımlılık geliştirebilir (APA, 1994). DSM 5'te (APA, 2013) halen madde ile ilgili olmayan bozukluk kategorisi altında sadece "kumar bozukluğu" bulunsa da ilerde internet, akıllı telefon, sosyal medya bağımlılığı gibi ayrı bir tanı kategorisi oluşturulabileceği öngörülmektedir.

Davranışsal bağımlılıklar içerisinde akıllı telefon kullanım sıklığı ile internet bağımlılığı yakından ilişkilidir. İnternet bağımlılığı dijital bağımlılıktır. Sosyal medyayı kullanma, oyun oynama gibi problematik durumlara yol açabilir. Aynı şekilde stres, yalnızlık ya da dışlanmışlık gibi bazı durumlar akıllı telefon kullanım sıklığında rol oynayabilir. İnternet ve akıllı telefon kullanım sıklığı alkol ya da uyuşturucu gibi diğer bağımlılıklardan farklıdır (APA, 1994). Bu durumu açıklamada kullanabileceğimiz bir yaklaşım davranışçı öğrenme kuramıdır. Davranışçı yaklaşım açısından

değerlendirildiğinde; kişi bir davranışı meydana getirdikten sonra bu davranış ardından doyum ve hoş giden bir durum elde ediyorsa (olumlu pekiştireç) ya da bir davranış gerginlik ve sıkıntı gibi olumsuz bir davranıştan kurtulmaya (olumsuz pekiştirme)bu olumsuz davranışı ortadan kaldırmaya yarıyorsa, işte o noktada bu yapılan davranış artmakta ve kişi daha sonra haz almak ya da olumsuzluktan kurtulmak için sürekli olarak o davranışı yapmaya devam etmektedir (Cüceloğlu, 2000). Akıllı telefon kullanım sıklığı bu açıdan bakıldığında, akıllı telefon kullanımı hem kullanan bireylere kullanım sonucunda büyük bir haz vermekte, hem de onları günlük hayat içerisinde yaşadıkları üzerlerinde çok ağır şekilde iz bırakan baskılardan kurtulmak adına son derece büyük bir kurtarıcı olmaktadır. Böyle bir pekiştirme durumunun akıllı telefon kullanım sıklığına neden olduğu düşünülmektedir. Akıllı telefon kullanım sıklığı açıklamada kullanılabilir başka bir yaklaşım da Jacobs' un bağımlılık genel teorisidir. Jacobs' a göre düşük ya da yüksek uyarımlar, düşük öz saygı ve olumsuz erken çocukluk yaşantıları negatif duygulara neden olmakta ve bireyin homeostatik dengesini bozmaktadır. Bu nedenle, kişiler bu negatif duygulardan kaçmak ve homeostatik dengeyi sağlamak için bağımlılık yaratan davranışlara yönelmektedirler. Yoğun olarak mobil telefon kullanan kişilerin düşük öz saygı düzeyine sahip oldukları ve bu kişilerin öz saygılarını arttırabilmek için mobil telefonunu sıklıkla kullandıkları görülmüştür (Phillips vd., 2011).

Bağımlı olan bir kişi, bu davranışının sonucu olarak pek çok olumsuz durumla karşılaşsa da bağımlı olduğu maddeyi almayı biçimde sürdürme davranışından vazgeçememektedir. Bağımlılığı yapılan tanımlara göre bir maddeye olan bağımlılık olarak da sınırlanamamak gerekir. Çünkü bu kelime aslında çok boyutlu bir kavramdır. İlk olarak 1964 yılında Sağlık Örgütü (WHO) bağımlılığı fizyolojik ve psikolojik anlamda ikiye ayırmış, madde bağımlılığı ve alışkanlıkları bağımlılık olarak tanımlamıştır. Bu alanda yapılan araştırmalara dikkat edecek olursak, beyin ve beynin işlevi üzerine yapılan birçok araştırmada davranışın kimyasal olmayan bağımlılığa neden olduğu ve davranışsal bu durumun başka davranışlarda da bağımlılık yaratabileceği ifade edilmiştir (Orford, 1985). Davranışsal bağımlılıkta bir maddeye bağımlı olmaksızın madde arayışı içeren davranışların patolojik kullanım özellikleri göstermesi durumu şeklinde açığa çıkmaktadır. (Sevindik, 2011). Bu nedenle bağımlılık kavramını daha net sınıflandıracak olursak, fiziksel ve psikolojik olarak ikiye ayırmak gerekir. Kafein, sigara, esrar,

uyuşturucu, alkol gibi maddelere olan bağımlılık türü fiziksel bağımlılık içerisinde değerlendirilir. Psikolojik bağımlılık ise kişinin bağımlı olduğu etkinlikten haz alma, günlük yaşamını buna göre düzenlediği için yaşamının olumsuz yönde etkilemesi olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle aslında bizi daha çok ilgilendiren psikolojik bağımlılık durumu olup teknoloji, internet ve akıllı telefon kullanım sıklığı da bu sınıfta değerlendireceğimiz bağımlılık Őekilleridir.

Bunlarla birlikte yeni teknoloji cep telefonları, hızlı internet erişimi ile birlikte sosyal etkileşimin daha da güçlü ve hızlı bir Şekilde yaşanmasının yolunu açmaktadır. Güçlü dijital altyapısı, hızlı internet erişimi, ücretsiz iletişim programları ve sosyal medya açlarına anında bağlanma imkânıyla akıllı telefonlar, kullanıcılarına anlık bilgi aktarım fırsatı da vermektedir. Bu telefonlar ile kaydedilen görüntü ve fotoğrafların “Facebook”, “Twitter”, “Youtube” vb. sosyal medya araçlarıyla geniş kitlelerle paylaşılması cep telefonu kullanıcılarını potansiyel birer gazeteciye dönüştürmektedir. Her geçen saat, hatta Őu an dahi ilerleyen her yeni dakikada dünyanın herhangi bir yerinde yaşanan bir olay veya yeni bir gelişme hızlı internet erişimine sahip olan akıllı telefonlar aracılığıyla anında tüm dünyaya servis edilmektedir. Gelişen ve değişen dünyada teknolojik gelişmelerle birlikte biręok kolaylık sağlayan akıllı telefonlar hayatımızın hemen hemen tamamını ele geğirir olmuştur. Her geçen gün artan sayıda kişi akıllı telefonları yanından ayırmadan hareket edemez hale gelmekte, bu durum yavaş yavaş ve hissettirmeden gizli bir toplumsal bağımlılığın sinyallerini vermektedir. Dünyadaki akıllı telefon kullanıcılarının Őuanda 1,5 milyarın üzerinde olduğu ve 2016 yılında 1 milyardan fazla akıllı telefonun satılacağı tahmin edilmektedir (IDC, 2013). Buna ek olarak 2015 yılında Türkiye nüfusunun %96,8’i cep telefonu veya akıllı telefon kullandığı saptanmıştır (TÜİK, 2015). (Tablo 1)

Yıl	Sabit Telefon Abone sayısı	Cep Telefonu Abone sayısı
1929	15 262	-
1950	58 139	-
1960	180 030	-
1975	680 585	-
1983	1 673 227	-
1993	11 019 710	-
1994	12 305 760	81 276
1995	13 227 704	332 716
1999	18 054 047	7 562 972
2007	18 201 006	61 975 807
2011	15 210 846	67 321 745
2012	13 859 672	67 680 547
2013	13 551 705	69 661 108
2014	12 528 865	71 888 416
2015	11 937 673	72 174 826

Tablo 1. Yıllara Göre Sabit Ve Cep Telefonu Abone Sayısı (TUİK 2015)

2.Akıllı Telefon Bağımlılığı

Bireyler akıllı telefonlar ile yalnızlıklarını gidermekte iken, bu olay sürekli ve kontrol edilemeyen sosyal ağ takibi boyutunda olduğu zaman bağımlılıktan söz edilmektedir. Böylece bireyler cep telefonu ile duygusal bir haz almaktadır (Özaşçılar, 2009). İşte bu hazla birlikte gelen heyecan duygusu bir çeşit bağımlılığa dönüşmekte ve kişi bunu fark edememektedir. Akıllı telefon kullanım sıklığı da kullanılmadığında ya da elinin altında, yakınında olmadığı zaman kişide huzursuzluk uyandıran boyutları olan bir durumdur. Akıllı telefonların sosyal platformlara ve internete sürekli bağlantıda kalabilmeyi sağlaması onu kullanan kişinin ruh hali üzerinde anlaşılması zor ama gerçekten ciddi bir şekilde etki göstermekte bu sayede kişi yalnızlık endişesi duymamaya başlamaktadır. Aslında yalnızlığın giderilmesi telefonun bağımlılık yaratmaya başlamasının ilk adımları gibidir de diyebiliriz. Çünkü kişiler gerçek hayatta gideremedikleri ya da gerçek hayatta eksikliğini duydukları ihtiyaçlarını bu sanal alem ile gidermekte ve kendilerini huzurlu, güvende ve normalmiş gibi hissedebilmektedirler. İşte bu noktada bağımlılıktan söz etmek hiç de yanlış olmayacaktır. Çünkü bir insan için

en normal ve doğal olan bağımlılık bebekken ve pek çok ihtiyacını yapmak için anneye gereksinim duyduğu dönemde yaşadığı anne ile olan bağımlılıktır. İlerleyen yaşlarla bu bağımlılık kendini başka doğal süreçlerin etkisi ile yavaş yavaş ortadan kaldırır. Ancak teknoloji bu normal ve doğal bağımlılık türünden çok farklı dış faktör kaynaklı ve kişiyi ömür boyu ele geçiren bir çeşit bağımlılıktır.

Genelde düşük özsaygıya sahip kişilerde bunu artırabilmek için cep telefonunu sıklıkla kullanmaktadır (Philips vd., 2011). Cep telefonu bağımlılığı daha çok internetin kullanım sıklığı ile ilgili yapılan araştırmalar baz alınarak yapılmıştır. Çünkü ikisinde de ortak olan düşük özgüven durumu ve asosyallik gibi kişilik durumlarıdır. Bağımlılık düzeyi oldukça yüksek olan kişilerde telefon kullanmadıkları zamanlarda sinirli, rahatsız ve endişeli ruh halleri görülebilmektedir. 2004 yılında cep telefonu kullanıcılarının davranışsal eğilimlerini belirlemek amacıyla İngiltere de 'Teleconomy' nin yaptığı bir araştırmada 1400 kişi ile görüşülmüştür. Katılımcıların cep telefonlarının yaşamlarında önemli bir yer tuttuğu ve telefonlarını kendilerinden bir parça olarak nitelendirdikleri çok dikkat çeken ve ciddi bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Aslında bu tür araştırmalar bağımlılık seviyesi hakkında bilgi verdiği gibi kişilerin bu bağımlılıktan haberdar bile olmayıp bu durumu sıradanlaştırdıklarına da işaret etmektedir. İnsanlara büyük kolaylıklar sağlayan akıllı telefonlar bilinçli kullanılmadıklarında, aşırı kullanıldığında ya da kullanımı kontrol edilemez boyuta geldiğinde artık kendine zarar verici bir ortama dönüşmektedir. Gençlerin akıllı telefona olan düşkünlüğü onu toplumdan soyutlanmaya, arkadaş ve aile ilişkilerinin zayıf olmasına, ruh sağlığında bozulmalara kadar birçok boyutta zarar verici duruma getirebilir (Laramie, 2007). Akıllı telefonların çeşitli online aktivitelere sahip olması ve taşınabilirliğin kolay olması sonucunda bilgisayarlarla yer değiştirdiği görülmektedir. Akıllı telefonlar olabilen her yer ve her zamanda insanlarla bağlantı içinde olabilmek, aile bireyleri ve arkadaşlarıyla internet veya arama aracılığıyla görüşebilmek, oyun oynayıp müzik dinlemek gibi özellikleri sağlayabilmektedir (Coogan ve Kangas, 2001).

Hayat içerisinde insanlarla etkileşim ve sosyal bir varlık olarak kendini var edebilmede sorun yaşayan kişiler ve sosyal kaygıdan mustarip kişiler gibi belirli tipteki kişilere, sosyal etkileşim çok çekici gelmektedir. Bu çekiciliğin nedenlerinden birisi de sosyal ağ sitelerindeki etkileşim, bir kişi ile olan etkileşimin yerini aldığı için sosyal kaygı yaşayan kişiler açısından bu durum çok cazip bir etkileşimdir ve hiçbir korkutucu tarafı

bulunmamaktadır. Sosyal açıdan sıkıntısı olan kişilerin zaten akıllı telefon ve teknolojiyi kullanarak kendilerini sanal bir sosyal ortam yaratmalarında da bu gerçeklik yatar. Sosyal kaygı özellikle utangaçlığın söz konusu olabileceği sosyal ortamlarda kendini gergin hissetme, utangaçlıktan olumsuz değerlendirilme korkusuna kadar uzanan bir yelpazede kendisini karakterize etme durumudur. İşte tüm bu durumların ergenler arasında da çok yaygın yaşanması akıllı telefon kullanımının onlar açısından ne kadar cazip olduğunu bize göstermektedir. Bağımlılık derecesine gelen bu olgu artık toplumun genelinde ruh sağlığını tehdit eden bir durum olmaya başlamıştır.

Eğer akıllı telefonlar doğru kullanılmazlarsa, yani bilinçsiz kullanıldıklarında kişiye ciddi zararlar (fiziksel ve psikolojik bazı sağlık sorunları) veren bir araç halini alırlar. Bunlara örnek olarak;

- Sürekli bakılan ekran baş ağrısı ve göz bozukluğu, uyku bozukluğu gibi sağlık sorunlarına sebep olur (Kwon vd., 2013; Soni vd., 2017)
- Yüz yüze iletişim, sosyal medya takibi ve mesajla haberleşme gibi tercihlerden dolayı azalır ve asosyalleşme başlar (Kwon vd., 2013; Choi vd., 2012),
- Sürekli kontrol edilmeye çalışılan cep telefonu konsantrasyon bozukluğuna yol açar (Al-Khlaiwi ve Meo, 2004),
- Herkesle rahat iletişim sayesinde yanlış kişilerle tanışmak insanların sağlıksız ve yasal olmayan ortamlara girmesine yol açar (Dredge vd., 2014),
- Bakma takıntısı (Oulasvirta vd., 2012), takıntılı kullanma ve endişe seviyesinde artma görülür (Matusik ve Mickel, 2011)
- Telefonların dikkat dağıtıcı özelliğinden ötürü evde, işyerinde, trafikte kazalar meydana gelir (Nasar vd., 2008),
- Casus yazılımlar nedeniyle insanların özel hayatına müdahale başlar (Ünal, 2015).

3. Bağlanma Kavramı Nedir?

Bağlanma, yaşamın ilk günlerinde başlayan, bebeklerle bakım verenler arasında kurulan, zamanın büyük bir kısmının o kişi ile birlikte geçirilmek istenmesi, herhangi bir korku yaratan durum veya obje karşısında hemen o kişinin aranması, bağlanmış kişinin varlığının duyumsanmasına eş zamanlı olarak rahatlama duygusunun eşlik etmesi gibi

duygu ve davranış örüntülerinin hepsini kapsayan, duygusal olarak olumlu ve yardım edici ilişkinin varlığını ifade eder (Soysal vd., 2000; Keskin, 2007). İnsanda bağlanma denilen kavramın oluşumu doğduktan sonra annesiyle kurduğu ilişki ile başlar ilerleyen yaşlarda bu bağ başkalarıyla olan ilişkileri de içine alarak değişir ve dönüşür. Ancak kişiliği şekillendiren en önemli evre bebeklik, çocukluk döneminde anne ile kurulan bağda saklıdır diyebiliriz. Kişinin doğduğundan itibaren annesiyle kurduğu bağ önceleri sadece fiziksel ihtiyaçlarını doyurmaya yönelik iken ilerleyen dönemlerde bireyin hayatının tüm yönlerini etkileyen bir etkileşim haline gelir (Hamarta, 2004; Deniz, 2006). İşte bağlanma bağ kelime kökünden türeyen bir kelime olup iki kişi arasında karşılıklı oluşan bir durumdur.

Çocukluk döneminde yaşanan olayların kişilik gelişiminde önemli bir etkisi olduğu bilindiği için, bu dönemi güvensiz bağlanma ile geçiren bireylerde bireylerde ilerleyen dönemlerde psikolojik sağlamlıkta ve kişilikte bozulmalar olabileceği ileri sürülmektedir (Dozier vd.,1999). Eğer kişi bu çocukluk dönemi bağlanmasını sıcak, sevgi dolu ve ulaşılabilir bir ebeveynle gerçekleştirirse güven duygusu artacak ve yetişkinliğe sağlıklı bir geçiş yaşayacaktır (Soysal vd., 1999). Yani kısacası bağlanma kavramı, özellikle çocukluk dönemini anne ile iyi bir şekilde geçiren kişilerden yola çıkarsak, yetişkinlikte yaşanabilecek psikolojik sıkıntıların önüne geçmek adına sağlam temeller üzerine kurulması gereken bir karşılıklı ilişki durumudur. Diğer bir tanımla bağlanma, bireyin ilk bağı gerçekleştirdiği kişiden yola çıkarak diğer kişilerle ilişki örüntüsünü oluşturduğu esasına dayanır (Sabuncuoğlu ve Berken, 2006). Anne ile bebek arasında gerçekleşen güvenli bağ kişinin problem çözebilme becerilerine, başkalarına ve kendine güven duyması, benlik saygısı ve sosyal becerilerine yansımaktadır.

Bağlanılan kimseye karşı yakınlık ve duyarlılık kişinin gelişiminde ve daha sonraki yaşantılarında diğerleriyle kuracağı ilişkilerin şekillenmesinde önemlidir. Doğduğu andan itibaren bebekler kendi kendine hayatta kalamadıkları için, bir başkasının bakımına ihtiyaç duyar haldedirler. Dolayısıyla bebekler yetişkinle yakınlığı kurma ve bunu korumayı sağlayacak yönde davranışlar geliştirme eğilimindedirler. Bu davranışların gelişiminde sosyal çevrenin ve yetişkinin tepkileri bebek üzerinde etkilidir. Davranışsal sistem aynı amaçla ortaya çıkan birtakım davranışlardan oluşur. Bağlanma sistemi, insanı hayatı boyunca hayatta kalmasını sağlaması ve diğerleriyle kurulan ilişkide onlara karşı güven duyabilmeyi öğrenmesi bakımından en önemli davranışsal

sistemlerden biridir. (Dönmez, 2007). Örneğin güvenliğini sağlayan ve kendini “güvenli” hisseden çocuk oyunlara katılmak, akranları ile iletişim kurmak için keşfe çıkmaya hazırdır ve bu durum anne dışındaki kişilerle iletişimi açısından son derece sağlıklı bir durumdur.

3.1.Bağlanma ve Bağımlılık Kavramları

Bağlanma kuramına göre, ihtiyaç anında hazır bulunan, çocuğun ihtiyaçlarına duyarlı, yakınlık arayışına cevap veren önemli diğerleriyle etkileşimler, bağlanma sisteminin optimal işlevselliğini sağlar ve güvenli bağlanma hissi oluşur. Kişide sevildiğine, değer verildiğine (olumlu benlik modeli) ve başkalarının ulaşılabilirliğine ilişkin olumlu beklentiler (olumlu başkaları modeli) gelişmişse temel duygu düzenleme stratejileri etkin olarak gelişir. Tam tersi durumda, yani önemli diğerleri ulaşılabilir değilse ya da ihtiyaçlara cevap vermiyorsa ve yakınlık arayışı stresi yatırtmada etkin değilse, stresle baş etmede yakınlık arayışından ziyade ikincil duygu düzenleme stratejileri kullanılmaya başlanır (Book ve Randal, 2002). Bir bağlanma bozukluğu olarak tanımlanan bağımlılık için sağlıklı bağlanmalar kurabilmede yetersizlik ve işlevsiz duygu ya da öz düzenleme kapasitesi temel bir risk faktör olarak kabul edilmektedir (Flores, 2004). Bu görüşe uygun olarak güvensiz bağlanma ve madde kötüye kullanımı arasında anlamlı düzeyde ilişkiler çok sayıda araştırmada gösterilmiştir (Holden, 2001; Hollander, 1993; Hortaçsu, 1096). Erken dönemde ebeveyn ve çocuk arasında ilişkilerin kalitesine bağlı olarak gelişen güvenli bağlanma hissi, madde bağımlılığı için bir anlamda insülin görevi görmektedir. Güvenli bağlanma ile birlikte gelişen etkin duygu düzenleme becerisi bağımlılığa karşı koruyucu bir etkenken, genel olarak güvensiz bağlanma bağımlılık için temel risk faktörü olarak görülmektedir. Duygu düzenleme bağlamında bağımlılık davranışları kişilerin uyum sağlamak için bağlanma sistemini düzenler hale gelmektedir. Güvensiz bağlanan kişilerin duygu düzenlemede başvurduğu ikincil stratejiler (aşırılaştırma ve savunucu stratejiler) bağımlılık ile daha da kökleşmektedir ve adeta bağımlılık bireylerin bağlanma sistemini düzenlemek adına uyum sağlamak için kullandıkları bir mekanizma haline dönüşmektedir.

Ancak bağımlılığın daha çok hangi güvensiz bağlanma stilli ya da boyutu ile ilişkili olduğu yeterince açıklığa kavuşmamıştır. Örneğin, Yetişkin Bağlanma Görüşmesini kullanan çalışmalarda, ağır uyuşturucu madde kullanımı ve kayıtsız bağlanma arasındaki ilişkiye (Allen vd.,1996), madde kullanım bozukluğu ve saplantılı bağlanma arasındaki ilişkiye (Rosenstein, 1996) madde kötüye kullanımı ve yönelim bozukluğu bağlanma temsillerine (Riggs vd., 2002) işaret eden bulgular vardır. Bağımlılığa ilişkin davranışların duygu düzenlemedeki zorluklardan kaynaklı olabileceği düşünüldüğünde bu davranışların stresle başleme yolu ya da diğer duygu düzenlemesi gereken durumlarda ortaya çıkabileceği düşünülmektedir. Kavramsal olarak her iki temel bağlanma boyutu da farklı nedenlerle bağımlılık yatkınlığı ile ilişkili olabilir. Açmak gerekirse, ikincil bağlanma stratejilerinden olan savunucu stratejiyi kullanan kaçınan bağlananlarda görülen madde kullanımı ve bağımlılık bir anlamda başkalarından kaçma, duyguları bastırma, kendilerini çeldirme, aşırı keşfe yönelme gibi davranışları sembolize eden aracı bir değişken olarak ortaya çıkabilir. Diğer taraftan, aşırılaştırma stratejisini kullanan kaygılı kararsızların da başkalarından onay alma, onları memnun etme, reddedilmeyi önleme veya yakınlığı sağlama aracı olarak bağımlılık davranışlarına yönelebileceği düşünülmektedir (Schindler ve ark. 2009)

4. Gelişim Dönemlerine Göre Bağlanma Biçimleri

Diğer canlılardan farklı olarak insanlarda doğaları gereği, doğumdan hemen sonra başlayan bağlanmada; meme arama, yakalama, anneye yönelme, beslenme saatlerini sezinleme ve hazırlanma şeklinde kendini göstermeye başlar (Soysal vd., 2005). Bebeğin doğar doğmaz sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını karşılaması için başvuracağı kişi annesi olacaktır. Oysaki diğer canlılarda korunma güdüsüyle ve beslenme ihtiyacı ile başlayan bu derece bir bağ yoktur. Bebekler ilk üç özellikle de ilk beş haftadan sonra göz teması kurarak Bowlby'nin "sosyal gülücükler" olarak adlandırdığı gülümsemeleri çevrelerine göstermeye başlarlar. Bu gülümsemeler bağlanmayı bebeğin karşısındaki ile ilk bağ kurma ilişkileri olarak gelişir. Bebek güldüğünde ona bakan annesi bebekle birlikte olmaktan zevk alır, ona gülümser, konuşur ve kucaklar; böylece bebek bakımını sağlayan annesi ile yakınlığını arttırarak aralarındaki bu ilk bağları kuvvetlendirmiş olur. Bowlby 'ye göre ilk 2 ayda kurulan bağ, içgüdüsel olarak meydana gelen tepkilerden oluşur. 6 aydan sonra ise anne ortamdan ayrıldığında, bebek "ayrılık anksiyetesi" denilen bir

davranış sergilemeye başlar ve tekrar kavuşma anında anneye sıkı sıkı sarılma ve kucagında kalmayı isteme gibi sakinleştirici arayışlara girer. Özellikle tutma ve anneyi izleme tepkilerinin bağlanmanın oluşumunda etkili olduğu söylenebilir.

Bağlanmanın işlevleri bebeğin davranışlarında açıkça görülebilir. Bebek özellikle stresli olduğu durumlarda bağlanma figürü ile yakınlık ister. Böyle zamanlarda bağlanma figürü bebeğin yeniden güven ve rahatlık hissetmesi için güvenli sığınak işlevi görür. Bağlanma figürü ayrıca bebeğin keşfetme gibi bağlanma dışı davranışları gösterebilmesi için güvenli bir üs olarak da işlev görür. Çocuğun dil gelişiminin de katkısıyla çocuk ve bakıcı birbirlerinin istekleri hakkında iletişim kurabilir, böylece çocuk, daha uzun süre ve daha az stres yaşayarak ayrılıkla başa çıkabilir. Hareket becerisinin gelişmesi ise çocuğun, güvenli üssünden uzaklaşarak dünyasını keşfetmesi ve yabancılarla dahil olmak üzere daha çok sayıda kişiyle ilişki kurmasını sağlar, bu dönemde çocuğun yaşamında akranlarıyla ilişkisinin önemi artar (Bahadır, 2006).

Bebeklikte erken dönemlerde,bağlanma figürü ile yoğun bir bağ kuran ve kısa bir süreliğine de olsa ondan ayrılma durumu yaşayan bebeklerde bir takım tepkiler görülür. Bu tepkilere göre bebeklerde bağlanma biçimi hakkında da görüşler oluşabilmektedir. Örneğin, İlk olarak protesto aşaması yaşanır. Bebek bu aşamada annenin yokluğuna karşı aşırı bir tepki gösterir, ağlar, onu etrafta arar, sonrasında ise etkin araştırmayı bırakmaktadır. İkinci aşama umutsuzluk aşamasıdır. Bu aşamada bebek her şeye karşı ilgisiz kalmaktadır ve yaşanan acı nedeniyle mutsuzdur. Son olarak kopma, inkâr ya da ayrılma aşamasından söz etmek mümkündür. Kopma, bebeğin bakım vereni aramaktan vazgeçmesi ve artık ona bağlı olmamasıdır. Bu aşamada gösterilen tepkiler, var olan durum karşısında bebeğin başa çıkma davranışı olarak ifade edilmiştir. Bebek anneyi aramaktan vazgeçmektedir (Bretherton, 1992) .

Bir yaşından sonra bebek annenin ulaşılabilirliği ve ihtiyaçlarına cevap verebilirliğine dair genel bir fikir oluşturmaya başlar. Üç yaşından itibaren ise bebek bakım veren kişinin ortamı terk etme durumu ile ilgili artık kendi kendine yordama yapabilir ve bağlanma ilişkisinin boyutu da değişim göstermeye başlamış olur (Yılmaz, 2003).

İlk yıllarda anne ile kurulan ilişki daha sonraki yıllarda diğerleriyle de kurulan ilişkinin niteliğini belirlemede etkilidir ve bu yüzden çok önemlidir. Anne, bebeği ile kurduğu bağ aracılığı ile onun dış dünyayı inceleyebileceği ve gerektiğinde, kendini tehlikede hissettiğinde geri dönüşler yapabileceği güvenli bir sığınak oluşturmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006). Anne bebekle olan ilişkisinde ya tutarlı bir şekilde olumlu tepkiler verir, ya tutarlı olarak tepkisizdir ya da tutarsızdır. Bu üç tür tepki temel olarak anne -bebek bağlanma örüntüsünü şekillendirir ve bağlanma biçimlerini belirler. Buna göre bebek güvenli (secure), kaygılı / kararsız (anxious / ambivalent) ve kaçınan (avoidant) olmak üzere üç tip bağlanma biçimi geliştirir (Yılmaz, 2007).

Güvenli Bağlanma: Güvenli bir şekilde anne ile bağlanma gösteren bebeklerde, bebeğin annesiyle yakınlığının korunduğu ve bebeğin kendini güvende hissettiği bir durum söz konusudur. Buna göre, ayrılık sonrası huzursuz olan bebek kısa bir stres yaşasa da annenin odada olmadığı zamanlarda çevre ile ilgilenmeye ve oyuncaklarla oynamaya devam edecektir. Ancak anne geldiğinde ise rahatlayarak daha etkin bir şekilde çevresini keşfetme davranışları gösterebilecektir. Bu bebekler anneyi güvenli üs olarak kullanabilmiştir. Bu bağlanma sayesinde bebeğin gelecekteki kişiliği olumlu bir şekilde etkilenecektir (Bozkurt, 2006).

Kaygılı-Kararsız Bağlanma: Bu tür bağlanma biçiminde, çocuk anne uzakta iken aşırı yoğun bir kaygı yaşamaktadır. Ayrıca anne kendisinden uzakta olduğu için ona karşı öfke duyarlar. Öyle ki odadaki yabancı ile iletişim kurmadıkları gibi çevreyi de keşfedemez, en yakın bağ kurdukları kişinin varlığını hissedememek durumu onların onun dışındakilerle iletişimini de doğrudan etkileyen bir faktör olmuştur. Anne odaya geldiğinde bu tür bağlanma biçimine sahip bebeklerin kolay kolay sakinleşmediği ve tepkilerinin belirgin olmadığı gözlenmiştir. Annenin, çocuğun ihtiyaçlarına karşı olan tutumunun oldukça tutarsız olduğu ve buna bağlı olarak bebeklerin de tutarsız tepkiler geliştirdikleri söylenebilir. Çocukların yaklaşık %10- 15'i bu kategoride yer alırlar. Bu tür bağlanma biçimi olan çocukların ebeveynleri ise, tutarsız davranış gösterme eğilimi gösterirler (Bozkurt, 2006).

Kaçınan Bağlanma: Bu tip bağlanma biçimine sahip çocuklar, anneleri etrafta ve ulaşabilecekleri yakınlıkta iken çevreyi rahatlıkla keşfedebilmekte, oyuncaklarıyla oynamakta, ancak annenin odada olmadığı durumlara da tepki vermeyerek herhangi bir huzursuzluk duymamaktadırlar. Oda bulunan bir yabancı ile iletişime geçmeyerek oyuncakları ile oynamaya devam edeceklerdir. Anne tekrar geldiğinde de anneye temas kurmaktan kaçınıp ve oyuncaklarıyla oynamaya devam ederler (Sümer ve Güngör, 1999).

Bu bağlanma biçimlerine ek olarak, Main ve Solomon 1990 yılında yaptıkları çalışma ile Ainsworth ve arkadaşları tarafından yapılan bu üçlü sınıflandırmaya daha sonra düzenlenmemiş / örgütlenmemiş (disorganized) bağlanma diye ifade ettikleri dördüncü bir grubu eklemiştir. Bu gruptakiler, Yabancı Durum Testi'nde belirlenen üç gruptan herhangi birine girmeyen bebeklerdir ((Bozkurt, 2006; Erdoğan, 2010). Bu bağlanma örüntüsünde, bakım ilişkisinde aksamalar ve fiziksel istismarın olduğu savunulmaktadır. Organize olmamış bağlanma biçiminde yer alan çocukların oranının, düşük olduğu belirtilmektedir. Bu tür bağlanma biçimi gösteren çocuklar, olumsuz, korkunç durumlarla karşılaştıklarında, bakım verenler uygun çözüm yolları sunmamış ve kaygılarını yatıştırmamışlardır. Bu çocuklar etkileşim ve özenden uzak, adeta donmuş bir bağlanma biçimi gösterirler. Tekrarlayan davranışları amaçtan uzaktır, dünya ve olaylarla ilgili karışıklık yaşarlar. Yaşamlarının ilerleyen yıllarında bu çocuklar disosyasyona yatkın (vulnerable) olurlar ve temasta ciddi sorunlar, kayıplar yaşarlar (Bozkurt, 2006).

Bağlanma biçimleri ne olursa olsun çocuklar olumsuz duygularla baş etmek zorundadırlar. Aileler, sıklıkla güvensiz çocukların duygularını yok saymış ya da aşırı tepki göstermişlerdir. Çocuklar da olumsuz duygularının üstesinden gelmek için ya duygularına duvar çekerler ya da olumsuz duyguları daha da artar. Güvenli çocukların kendine güvenleri, sosyal becerileri, kendilik kontrolleri, empati ve olumlu duygu özellikleri güvensiz bağlananlara oranla daha yüksektir. Bütün bu sonuçlara bakıldığında hangi tür bağlanma biçiminin yaşandığı çocuğun yetişkinlikte kişiliğinin belirlenmesinde ve hayatının şekillenmesinde çok belirleyici faktörler olacaktır denilebilir.

5. Bağlanma Kavramını Açıklayan Kuramsal Görüşler

Bağlanma kuramı denilince akla gelecek en önemli isim, John Bowlby denilen psikiyatrist ve psikanalisttir olmuştur. John Bowlby Dünya Sağlık Örgütü'nün isteği üzerine 1950 yılında evsiz çocukların ruh sağlığı üzerine çalışmaya başlamıştır. Bowlby'nin bağlanma kuramına göre yeni doğan bebekler, yalnızca onlara bakmaya ve onları korumaya istekli bir yetişkinin varlığında yaşamlarını sürdürebilmektedirler (Bowlby, 2012.) Bebeklik dönemi fiziksel, zihinsel ve duygusal yönden gelişimin en hızlı olduğu dönemdir. Henüz yeterli derecede becerileri gelişmemiş olan bebeğin bakım verenle kurduğu birebir ilişki, onun zihinsel ve duygusal gelişimi için büyük önem taşımaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2008). Bu kuramda anahtar kavram davranışsal sistemdir. Bir çocuğun ya da yetişkinin bağlanma figürüyle belli mesafe veya erişilebilirlik sınırları içinde ilişkisini sürdürmesi esasına dayanır. Bowlby, çocuğun annesine yakın bir bağ geliştirmesi konusunda döneminin kabul gören temel teorisinin “annenin bebeği beslemesi” olduğunu belirtmektedir (Bowlby, 2012). Tehlike içerikli uyaranlar karşısında, insanlar ve diğer üst düzey canlılarda güvenli bir sığınak olarak algılanan kişiye fiziksel yakınlaşmayı sağlamak yönünde gelişen içgüdüsel bir eğilim olur ve buna bağlanma denilmektedir. Doğduğu zaman bebekler kendi başlarına ihtiyaçlarını karşılayamayacak durumda oldukları için tek başlarına hayatta kalmaları mümkün değildir. Bu nedenle bebekler bir başkasının bakımına ve tehlikelere karşı onun korumasına ihtiyaç duyar. Dolayısıyla bebekler yetişkinle yakınlığı kurma ve bunu korumayı sağlayacak yönde davranışlar oluşturmak ve geliştirmek yönünde eğilime sahiptirler. Bebekler aslında tüm bunları sağlayabilecek davranış repertuarına sahip bir şekilde dünyaya gelirler. Bu davranışların gelişiminde sosyal çevrenin ve yetişkinin tepkileri etkilidir. Davranışsal sistem aynı amaçla ortaya çıkan birtakım davranışlardan oluşur. Bağlanma sistemi, insanı hayatı boyunca hayatta kalmasını sağlaması ve diğerleriyle kurulan ilişkide onlara karşı güven duyabilmeyi öğrenmesi bakımından en önemli davranışsal sistemlerden biridir. Bağlanma; keşfi, toplumsallığı, bakımı ve cinsel birleşmeyi de içeren belirgin fakat iç içe geçmiş bir davranış sistemidir (Dönmez, 2007)

Freud ve o dönemdeki bazı bilim adamlarının kabul ettiği görüşe göre, bebekler ebeveynleri onlara besin sağladıklarından yani çok önemli temel bir ihtiyaç olan beslenme ihtiyaçlarını karşıladıkları için onlara bağlanmaktadırlar (Gerrig ve Zimbardo, 2012). Çocuk gelişimi, Freud'un klasik psikanalitik kuramı ile başlayan süreçte, tüm

psikanalitik kuramcılar tarafından önemle üzerinde durulan bir konu olmuştur. Freud, yetişkinin kişiliğinin nasıl olacağı ve temellerinin çocukluk yıllarında atıldığı ve psikocinsel gelişim dönemlerinin her birinin yetişkin kişiliği üzerinde etkili belirterek cinsel işlevin gelişimini açıklamıştır (Freud, 2000).

Diğer bir kuram ise Erikson'un psikososyal gelişim kuramı olup bu kuram yaşamın tüm dönemlerini kapsadığı için insan gelişimi üzerine en kapsamlı açıklamalara sahip kuram olarak kabul görmektedir (Atak, 2011). Erikson, ego işlevlerinin önemini vurgulayarak Freud'un oluşturduğu beş gelişim dönemini geliştirmiş ve sekiz dönem içinde tanımlamıştır. Erikson ego'yu; "istekler" ve "olması gerekenler" şeklinde iki ana başlık ile tanımlar ve kişinin bir yandan aşırı ve yıkıcı isteklerle, diğer yandan anne-baba ve toplumun baskıları arasında sıkıştığına değinir. Erikson'un gelişim kuramını Freud'unkinden ayıran en önemli özellik ise Erikson'un çevresine güvenemeyen bir bebeğe eğer bir sonraki gelişim döneminde ilgi ve bakım sağlanırsa insanlara güven geliştirebileceğini öne sürmesidir (Geçtan, 2010)

Mahler denilen kuramcı ise çocuk gelişimi ve anne-baba ilişkisi üzerinde yaptığı çalışmalarla katkıda bulunmuştur. Mahler, Sigmund Freud'un klasik psikanalitik kuramından ayrılmadan çocuğun yaşamının başlangıcındaki ilk 36 ayı belli bir sistemle ele almıştır (Mahler vd.,2003). Mahler ve ekibinin çocukları anneleriyle birlikte gerçek yaşam olayları içinde gözleme çalışmaları bu açıdan önemli yere sahiptir. Bu çalışmalar sonucunda oluşturulan gelişim evreleri, çocuğun hayat boyu benimsediği başa çıkma örüntülerinin hemen hemen hepsini oluşturmaktadır (Masterson, 2012). Winnicott, yaşamın başlangıcında zamanda ve mekânda dağınık, bütünleşmemiş deneyimlerin "kendilik çekirdekleri"ni oluşturduğunu savunmaktadır. Çocuğun annesi ile kurduğu ilişki ve çevrenin önemini anne tarafından sunulan "kucaklayıcı çevre" kavramıyla vurgulamaktadır. Annenin çocuğuyla ilgili tasarımlarının ve çocuğun ihtiyaçlarına ilişkin eş duyumunun, çocuğun iç dünyasının oluşmasındaki etkisini vurgulamaktadır (Winnicott ,1998).

Başka bir kuramcı olan Anna Freud; psikanalizin dört ekolünden birisi olan "ben psikolojisi"nin kurucularındandır. Anna Freud, Sigmund Freud'un kızı olup çocuk analizinin de kurucusu olan kişidir (Freud, 2011). Anna Freud'a göre bir çocuğun gündelik davranışları ve semptomatolojisi anne-babasının bakım vermesine ya da ihmal etmesine, sevgi dolu ya da sevgisiz yaklaşımına, çocuğa değer vermesine ya da çocuğu

aşırı eleştirerek küçümsemesine bağlı olmaktadır. Ayrıca çocuk üzerinde annenin mizaç değişikliklerinin de büyük oranda etkili olduğunu ve çocuğun gelişiminde önemli bir yere sahip olduğunu vurgulamaktadır (Freud, 2003).

Melanie Klein ise çocuk psikanalizin bir diğer öncü isimlerinden birisidir. Anna Freud ile Melanie Klein arasında bu kuram bazında ciddi tartışmalar yaşandığı bilinmektedir. M. Klein “nesne ilişkileri” ekolünün kurucusu sayılmakla birlikte günümüzün önde gelen psikanaliz kuramcısı Kernberg’e kadar pek çok psikanalistin etkilenmesinde payı olan bir kişi olmuştur (Klein, 1999). Klein’e göre insan yaşamında ilk yılı ruhsal gelişimin en belirleyici dönemini meydana getirmektedir. Klein’in görüşleri gerçek anne- bebek ilişkilerinden çok, bebeğin düşlemsel dünyasında olup bitenlere dayanmaktadır (Gökay, 2006). Nesne ilişkileri kuramına göre dürtüler bir ilişki içinde belirlenir ve ikisi birbirinden soyutlanamaz (Geçtan, 2010). Masterson ve gerçek kendilik üzerine çalışmaları gelişim, kendilik ve kişilik bozuklukları alanında büyük önem taşımaktadır. Uzun yıllar boyunca ilk üç aylık süreçte bebek, ebeveynlerine göre davranan “boş bir sayfa” olarak düşünülmüştür. Son yıllarda bebek gözlem araştırmacıları yeni araştırma teknikleri ile bu üç ay üzerine odaklanmakta ve bulguları “boş sayfa” teorisini şiddetli biçimde değiştirmektedir. Bebeğin algısal kapasitelerinin çok erken ortaya çıktığı tespit edilmiştir (Masterson, 2012).

Mary Ainsworth, bağlanma kuramının zaman içerisinde berraklaşarak güçlenmesinde katkısı en dikkate değer iki insandan biridir. Ainsworth’ün çalışmaları ve onun öğrencilerinin ve de ondan etkilenen diğerlerinin çalışmaları sayesinde bağlanma kuramı, mevcut kuramlar içinde muhtemelen en iyi desteklenen sosyo-duygusal gelişim kuramı olarak algılanmaktadır. Ainsworth’un Uganda çalışmalarının verileri, anne-bebek etkileşiminin kalitesindeki bireysel farklılıkları üzerine zengin bir kaynak olmuştur (Bowlby 2012).

Allan N. Shore, “*Bowlby’nin geleceği gördüğünü*” ifade eden diğer bir önemli bilim insanıdır. Bowlby’nin içsel bağlanmayla ilgili sahip olduğu kapsamlı bakış açısı, geçen zamanla birlikte kurama yakından bakılması gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır. Sadece bağlanma süreçlerine aracı olan beyin yapılarının değil, bu yapıların gelişmekte olan beynin içinde nasıl düzenlendiklerine de bakılması önemle vurgulanmaktadır (Schore, 2012).

Bağlanmanın aynı zamanda bir duygu düzenleme teorisi olduğuna ve “bağlanmanın zihinsel modellerinin, stresli durumlara yönelik bireylerin vermiş oldukları farklı duygusal tepkileri yönlendiren kurallar bütünü olarak anlaşılabilirliği” ifadesine vurgu yapılmaktadır. (Hamarta vd., 2009). Annenin yüzü tetikleyici işlev görerek bebeğin büyümekte olan beyinde yüksek seviyelerde endojen opiyatların salgılanmasına neden olmaktadır. Bu endorfinler bebeğin beyininin sub-kortikal ödüllendirme merkezlerini doğrudan etkileyerek biyokimyasal olarak bebeğin sosyal etkileşim, sosyal duygulanım ve bağlanma olaylarından zevk almasını sağlamaktadır (Schore, 2013). Bağlanma ve nörobiyoloji çerçevesinde ilgili araştırmaların incelendiği bir çalışmada (Özbaran ve Bildik, 2006) bağlanma ve bağlanma bozukluklarının çocuk, ergen ve erişkinlerde koruyucu ruh sağlığı açısından önemli olduğu belirtilmektedir.

5.1.Bağlanma Kuramı ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Bağlanma kuramı ile ilgili yapılmış olan çalışmalar, anne ve çocuk arasındaki karşılıklı etkileşimin dikkate alınarak yapıldığı incelemelere de dayanarak, ebeveynlerin verdikleri yanıt örüntüsü ile onların çocuklarının yabancı ortamlarda gösterdikleri davranışların birbirleriyle oldukça ilişkili olduğunu göstermektedir. Özerk- güvenli ebeveynler, güvenli çocuk; saplantılı yetişkinler, tutarsız çocuklar; kaçınan yetişkinler, kaçınan çocuklar yetiştirme eğilimi gösterme konusunda etkili faktörlerdir diyebiliriz. Bu tür haritaları kullanmak, nesiller boyunca çeşitli yollardan devam eden çocuk- ebeveyn ilişkisinin önemini ortaya koyar (Bozkurt ,2006).

Şimdiye kadar dünya genelinde farklı ülkelerde yetişkinlerin bağlanma biçimlerinin incelendiği araştırmalara bakıldığında zaman bağlanma kategorilerinde benzer dağılımın olduğu belirlenmiştir. Yetişkinlerin %55’inin güvenli, %25’inin kaçınmacı ve %20’sinin kaygılı / kararsız bağlanma biçimi sergiledikleri saptanmıştır. Bu araştırmalarda cinsiyetin önemli bir rol oynamadığı görülmekte ve elde edilen veriler yabancı ortamlarda bebek araştırmalarında belirlenen bulgularla benzerlik göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1994). Yetişkinlerin bağlanma biçimlerinin değerlendirildiği çalışmalarda ise, ebeveynler ile çocukların bağlanma biçimlerinin %85 oranında benzerlik gösterdiği açık bir şekilde rapor edilmektedir. Bu bulgu, bağlanma biçiminin kuşaklara aktarıldığı ve ebeveynlerin, yetiştirdikleri çocuğun bir parçası haline geldiğini

göstermektedir. Bu durum, yetişkinin diğerleri ile kurduğu ilişkilere annesini, babasını nasıl götürdüğünü açıklar niteliktedir (Bozkurt, 2006).

Ülkemizde de bu konu ile ilgili çeşitli çalışmalar mevcuttur. Örneğin; Bekiroğlu (1996), yaptığı çalışmada, bağlanma tarzları ile aile ortamı, kaygı ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu amaçla 81 üniversite öğrencisine; Yetişkin Bağlanma Ölçeği, Aile Otamı Envanteri, Durumluluk / Sürekli Kaygı Ölçeği ve Beck Depresyon Envanteri uygulamıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre; güvenli ve güvensiz bağlanan grupta kaygı ve depresyon puanları bağlamında anlamlı farklılıklar olduğu dikkat çekmiştir. Güvensiz bağlanan grubun kaygı ve depresyon puanları daha yüksek çıkmıştır. Aile içinde algılanan paylaşım açısından güvenli olarak bağlanan grubun, diğer gruba göre daha yüksek ortalamaya sahip olsalar da; aile içinde algılanan kontrol açısından değerlendirildiğinde bu grubun daha düşük puana sahip olduğu gözden kaçmamaktadır (Akkapulu, 2005). Başka bir çalışmada da öğrencilerin anne ve babalarından öğrendiği ve gördüğü çocuk yetiştirme biçimleri ile bağlanma biçimleri, bunlarla birlikte benlik boyutları, ilişkilerdeki davranış örüntüleri, memnuniyet düzeyleri arasındaki ilişkileri araştırılmak istenmiştir. Sonuçlar incelendiğinde, en yaygın olarak algılanan çocuk yetiştirme biçimlerinin (otoriter, açıklayıcı / otoriter, izin verici / şımartan, ve izin verici / ihmalkar) çalışmada yer alan psikolojik sonuç değişkenleri ile tutarlı olarak ilişkili olduğunu saptanmıştır (Sümer ve Güngör, 1999). İlginin yüksek olduğu ailelerden gelen gençlerin, bunun düşük olduğu ya da denetimin yüksek olduğu ailelerden gelen gençlere göre daha yüksek düzeylerde güvenli bağlanma, özsaygı ve benlik belirginliği ve daha düşük düzeyde sürekli kaygı ve onaylanmama kaygısına sahip oldukları saptanmıştır.

Löker tarafından yapılmış bir çalışmada, ergenlerde anne- baba bağlılığının sosyal ve duygusal yalnızlık üzerindeki etkileri incelenmiş ve yaşları 12 ile 28 arasında değişen 383 kişilik katılımcı grubuna Yalnızlık Ölçeği, Anne - Baba ve Arkadaş Bağlılık Ölçeği, Algılanan Benlik ve Algılanan Fiziksel Çekicilik Ölçeklerini uygulamıştır (Löker, 1999). Sonuçlar incelendiğinde arkadaşlara ve anne- babaya bağlılık düzeyleri; algılanan benlik, algılanan fiziksel çekicilik düzeyleri ile pozitif yönde yüksek ilişkili olduğu görülmüştür. Bunla birlikte; fiziksel semptomlar, sosyal yalnızlık ve duygusal yalnızlık düzeyleri değişkenleri ile bireylerin anne- babalarına ve arkadaşlarına bağlılık düzeyleri arasında negatif yönde ilişki olduğunu göstermiştir (Akkapulu, 2005). Hortaçsu

ve Oral (1991)'ın Türkiye'de ergenlik dönemindeki gençler ve aileleri üzerinde yaptıkları çalışmada; ergenlerin yakın çevresini oluşturan ebeveynlerine ve arkadaşlarına karşı nasıl bir bağlılık düzeyine sahip oldukları incelenmiştir. Bu amaçla; üniversite öğrencilerinden 70 erkek ve 60 kadın öğrenci olmak üzere toplam 130 kişilik Bağlılık Ölçeği ile birlikte aile geçmişleriyle ve arkadaşlarından beklentilerle ilgili bir anket uygulanmıştır. Sonuçlar değerlendirildiğinde, öğrencilerin ergenlik döneminde arkadaşlarına ailelerine oranla çok daha bağlı oldukları görülmüştür. Bununla birlikte, anne- babayla olan duygusal bağ ve yakınlığın, bu dönemde önemli olduğu belirtilmiştir. Ayrıca araştırmanın bulguları, ergenlerin aileleri ve kendi yaşlılarıyla kurdukları yakın ilişkilerin birbirleriyle pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir (Akkapulu, 2005). Ergenler arasında görülen romantik bağlamındaki ilişkilerin çatışma çözme stratejileri ve bağlanma biçimlerinin değerlendirilmek istendiği bir çalışmada güvenli bağlanma biçimine sahip bireylerin zorlama ve kaçınma stratejilerini en az kullanan grup olduğu, saplantılı bağlanma biçimine sahip olanların uzlaşma stratejilerini kayıtsız bağlanma grubundan daha fazla kullandığı ortaya çıkmıştır (Bahadır, 2006).

6.Akıllı Kullanım Şiddeti Sıklığı ile İlgili Yapılmış Çalışmalar:

Green ve Singleton (2009)'un Pakistan asıllı İngiliz gençlerin arkadaşlık ilişkilerinde cep telefonunun rolünü keşfetme üzerine yapmış olduğu araştırmaya göre, genç erkek ve kızların sosyalleşme, arkadaşlık ilişkilerini devam ettirme, duygusal ilişkiler içerisine girme gibi motivasyonlarla cep telefonu kullandıkları ortaya konmuştur. Arkadaşlık ilişkileri kapsamında gençler benzer motivasyonlara sahiplerken; bireysel ilişkilerde bu motivasyonlar kültür ve yaş gibi değişkenlerden etkilenmektedir. Araştırma bulgularının satır aralarına göz atıldığında kızların cep telefonuna yöneliminde dedikodu olgusu ön plana çıkarken, erkeklerde ise daha çok iş hayatında işlevsel kullanım ve değişen sosyal koşullara uyum adına cep telefonu kullanıldığı gözlenmiştir.

Aksaray Üniversitesi'nde öğrenim gören 332 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırmaya göre, öğrencilerin yaklaşık yüzde 44'ünün cep telefonu kullanım bağımlılığının yüksek bir düzeyde belirlenmiştir. Özellikle bağımlılığı yüksek olanların cep telefonunu bir imaj, toplumsal kabul görmede bir araç, sosyal yaşamda güven unsuru olarak değerlendirmesine karşın, bağımlılığı düşük olanların cep telefonu kullanımın

genel manada lüks ve toplumsallaşmaya etkisi az olan sadece işlevsel bir araç olarak değerlendirdikleri saptanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, bağımlılığı yüksek olanların genel olarak ön ödemeli hat kullanan, sık oyun oynayan, 20-22 yaş grubunda yer alan gençlerden oluştuğu belirlenmiştir (Akın ve Divanoğlu ,2009).

Avustralya’da 15-24 yaş arası 946 genç üzerinde yapılan bir araştırmada, cep telefonu kullanım sıklığı ve araca yönelik adaptasyon süreçlerinin genç bireylerin cep telefonuna entegrasyonunu bilişsel ve davranışsal yönde olumlu etkilediği ortaya çıkmıştır. Cep telefonu kullanımının bireysel kimliğin oluşumunda pozitif yönlü bir katkısı olduğunun belirtildiği bu araştırmada, gençlerin cep telefonu kullanımındaki farklılıklar ise psikolojik nedenlere dayandırılmaktadır (Walsh vd., 2010).

Barkhuus ve Polichar (2010), akıllı cep telefonların gündelik yaşamda kullanıcılara göre nasıl bir değişiklik gösterdiğine yönelik yaptıkları araştırmalarında, yetişkin bireylerin akıllı telefonları daha çok iş yaşamına katkı motivasyonu ile kullandıklarını keşfetmişlerdir. Sormaca yöntemiyle oluşturulan bu çalışmada, akıllı telefonların kişinin özgün durumlarıyla bağlantılı olarak kullanıldığı ortaya çıkmıştır.

Eskişehir’de 2140 lise öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, gençlerin cep telefonu kullanım alışkanlıkları tespit edilmiştir. Buna göre araştırmaya katılan üniversite gençlerinin cep telefonu kullanımında “trend” birinci faktör, “yoğun kullanım” ikinci faktör, “ekonomiklik” ise üçüncü faktör olarak saptanmıştır. Cep telefonunu “trend” motivasyonu ile kullanan gençler için akran gruplarına kabul edilme, “cool” olma ve sosyal statüye sahip olma anlamına da gelmektedir. Sözü edilen bu faktörler, Batı ülkelerindeki gençlerle Türk gençleri arasında bir benzerlik ortaya koymaktadır. Ayrıca Türk gençlerinin cep telefonu kullanımında en önemli unsurlardan bir tanesi de fiyatı dikkate alan yaklaşımın benimsenmesidir (Torlak vd., 2011).

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi’nde öğrenim gören öğrencilerden tesadüfi örneklem yoluyla seçilen 322 öğrenci üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmaya göre, kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında, cep telefonunun küçük, ucuz ve hafif olma, fotoğraf çekme özelliğine sahip olma, internete bağlanma ve oyun oynama imkânı sağlama özellikleri bakımından farklılık olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada bir başka

dikkat çeken sonuç ise, cep telefonu markasında en çok tercih edilen markanın yüzde 55,9 ile Nokia olduğu, ikinci olarak yüzde 16,1 ile Siemens olduğudur. Ankete katılan öğrencilerin yüzde 84'ü cep telefonlarını kullanımı kolay olduğu için tercih ettiklerini belirtmişlerdir (Çemrek ve Filiz, 2011).

Türkay (2011)'in cep telefonu satın alımında marka bağımlılığı konulu yüksek lisans tezinin bulguları, araştırmaya katılan 460 üniversite öğrencisinin genel olarak cep telefonu markalarına güvensizlik ve tatminsizlik duygusu yaşadığını göstermektedir. Ayrıca ankete katılan öğrencilerin neredeyse tamamı, cep telefonunu satın alma kararında ürün kalitesinin ve garanti süresinin çok önemli bir etkisinin olduğunu belirtmişlerdir. Mutlu Çocuklar Derneği, 2011 yılında Ankara'da 13 ve Bursa'da 6 okulda öğrenim gören 2611 öğrenci üzerinde "Çocuklarda İletişim Bağımlılığı" isimli bir araştırma gerçekleştirmiştir. Buna göre cep telefonu sahiplik oranı ilköğretim ikinci kademe öğrencileri arasında yüzde 70, lise öğrencileri arasında ise yüzde 97 düzeyindedir. Bunun yanında, her üç lise öğrencisinin ikisinin cep telefonu akıllı telefondur. Öğrencilerin bilgisayar/internet, cep telefonu ve televizyonla geçirdikleri günlük ortalama süre yaklaşık 5-6 saatken, ders dışı kitap, dergi ve diğer yayınları okuyarak geçirilen günlük ortalama süre ise bir saat civarındadır. Kız çocukları bilgisayarda, internette ve televizyon karşısında erkek çocuklarına göre daha az zaman geçirirken; cep telefonu ve ders dışı kitap ve yayın okumaya ayırdıkları zaman erkek çocuklardan daha yüksektir. Araştırma sonuçları göstermektedir ki; çocukların yükselen yaş ile birlikte iletişim araçlarına bağımlılığı da artmakta ve bu araçların olumsuz etkilerinden daha fazla etkilenmektedir (Akyürek,2011). Süleyman Demirel Üniversitesi öğrencilerinin cep telefonu satın alırken marka tercihiinde etkili olan özellikleri analitik hiyerarşi prosesi ile belirlemeye yönelik bir araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, öğrencilerin cep telefonu marka tercihiinde etkili olan unsurların başında mobil aygıtların 3G, arttırılabilir hafıza, bekleme süresi, pil türü, sesli-video kayıt, telefon hafızası, telefon rehberi hafızası, video kayıt, video oynatma ve konuşma süresi gibi kullanım özelliklerinin yer aldığı saptanmıştır (Ömürbek ve Şimşek, 2012). Karaaslan ve Budak (2012)'in Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi'nde okuyan öğrencilerin cep telefonu kullanımları ve mobil araçların iletişim süreçlerine etkilerini araştırdıkları çalışmalarında, örneklem dâhilindeki 234 gencin tamamının cep telefonu kullandığı tespit edilmiştir. Buna göre, cep telefonunu büyük ölçüde vazgeçilmez bir teknoloji olarak gören üniversite öğrencileri, cep telefonlarını değiştirmek için

eskimesini beklemediklerini ifade etmişlerdir. Yine öğrencilerin üçte birinin 2 yıl dolmadan cep telefonunu değiştirmeleri de dikkati çeken bir başka sonuçtur. Gençler arasında dosya paylaşımı gibi konular giderek artmakta, cep telefonunun bluetooth özelliği de bu yönüyle sıklıkla kullanılan bir başka özellik olmaktadır. Öğrencilerin büyük bir bölümü kısa mesaj (SMS) yolu ile iletişim kurarken, SMS yoluyla kurulan iletişimleri de çok tatmin edici bulmamaktadırlar. Ayrıca kız öğrencilerin iletişim kurma açısından erkek öğrencilere göre cep telefonuna yönelimleri daha fazla olmakta ve bu yönüyle cep telefonunu vazgeçilmez bir teknoloji olarak değerlendirmeleri de daha fazla ön plana çıkmaktadır. İlk talep ve yenileme talebi bağlamında Dumlupınar Üniversitesi'ndeki öğrencilerin cep telefonu tercihlerini etkileyen faktörlerin araştırıldığı bir çalışmanın sonuçlarına göre, örnekleme dâhil edilen 389 öğrencinin yüzde 75'lik bir kısmının cep telefonu ile ilk kez 13-16 yaş aralığında tanıştıkları ve en fazla Avea ve Turkcell ön ödemeli GSM operatörlerini tercih ettikleri görülmüştür. Gençler arasında faturalı operatör tercihi düşük seviyelerdeyken, öğrencilerin sadece yüzde 10'a yakın bir kısmının daha öncesinde cep telefonlarını hiç değiştirmedikleri gözlenmiştir. Ayrıca öğrenciler için ilk cep telefonu talebinde garanti koşulları ve dayanıklılığın kesinlikle önemli olan faktörler olduğu görülürken, ünlülerin cep telefonu kullanıyor olması ve çift sim özelliği ise hiç önemli olmayan faktörler olarak tespit edilmiştir (Uzgören vd., 2012). Özaşçılar (2012) tarafından İstanbul'da yaşayan 18-25 yaş arası 24 üniversite öğrencisine fokus grup yöntemiyle gerçekleştirilen bir araştırmanın sonuçlarına göz atıldığında; katılımcıların çoğunluğunun cep telefonu kullanmaya "herkes" in cep telefonu kullanması nedeniyle başladıklarını bildirmişlerdir. Gençlerin büyük çoğunluğu, cep telefonlarının 24 saat açık olduğunu ve cep telefonu kullanımını sadece iletişim aracı olarak değil, aynı zamanda mp3 çalar, sabahları alarm olarak da kullandıklarını ifade etmişlerdir. Cep telefonunu geceleri yanlarında ulaşabilecekleri yerlerde bulundurma nedenleri olarak ise; herhangi bir acil durumda aramak, alarmın sesini duyabilmek ve gece biri aradığında konuşabilmek şeklinde belirtmişlerdir. Genç bireyler cep telefonu kullanımının günlük hayatlarına etkisi ile ilgili değerlendirmelerde; özellikle arkadaşlarıyla yaptıkları organizasyonlara olan etkisini vurgulamışlardır. Ayrıca katılımcılar, özellikle aileleri ile devamlı iletişim halinde olma ve buldukları yerleri bildirme durumundan duydukları rahatsızlığı da belirtmişlerdir. Bununla birlikte kadın katılımcılar, cep telefonlarını yanlarında bulduklarında ailelerinin ya da

yakınlarının onlar için daha az endişe ettiğini bildirmişlerdir. Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi'ndeki 400 öğrenci üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin cep telefonlarını ağırlıklı olarak internet, konuşma, müzik-radyo dinleme, fotoğraf çekme ve cihazlar arasında kablosuz iletişim (bluetooth) amacıyla kullandıkları tespit edilmiştir. . Ayrıca üniversite öğrencilerinin mobil telefon tercihlerini internet bağlantısı, bilgi/görüntü transferi, kamera, GPS/GPRS gibi teknik özelliklerin; pil ömrü, renkli ekran, ekran çözünürlüğü, estetik, görünüm ve ekran büyüklüğü gibi fiziksel özelliklerin ve ürün kalitesi, marka, fiyat, garanti ve model gibi fiziksel olmayan özelliklerin etkilediği saptanmıştır (Polat ve Maksudunov, 2012).

Dumlupınar Üniversitesi'nde 389 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırma, öğrencilerin cep telefonu kullanımını "israf" boyutunda ölçmeye çalışmıştır. Buna göre, öğrencilerin kesinlikle israf olarak nitelendirdikleri davranışların başında, zorunlu ihtiyaçlarını karşılayamayan kimselerin pahalı cep telefonlarını talep etmesi gelmiştir. Buna karşılık ön ödemeli hat kullanılması öğrenciler için hiçbir şekilde israf içermeyen davranıştır. Ayrıca elde edilen verilere göre öğrencilerin cep telefonlarındaki mevcut fonksiyonlardan en çok SMS ve MP3 özelliklerini kullandıkları; WAP, GPRS, MMS ve GPS özelliklerini ise neredeyse hiç kullanmadıkları belirlenmiştir (Uzgören vd., 2013). Son olarak, ABD'de 2252 kişi üzerine Pew Research Center tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, ABD'de yetişkinlerin yüzde 91'inin cep telefonuna sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Yaş, cinsiyet, eğitim ve gelir düzeyi gibi demografik değişkenlerin cep telefonu sahipliğini etkilediğinin ortaya çıktığı çalışmada, 12-17 yaş arasındaki gençlerin de yüzde 78 oranında cep telefonlarına adaptasyon sağladığı gözlemlenmiştir. Akıllı telefonların yüzde 56'lık bir tercihle günden güne yaygınlaştığı bulgusunun da aktarıldığı çalışmada, artık klasik telefonların çok fazla rağbet görmediği de ifade edilmektedir. Ayrıca bu çalışmada, cep telefonunun dünya tarihinde tüketiciler tarafından en hızlı adaptasyonun sağlandığı bir teknoloji olduğuna işaret edilmektedir (Rainie, 2000).

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada survey (tarama) yöntemi uygulanmıştır. Bu model, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Genel tarama modelinde, çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak için evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örneklem üzerinde tarama yapılmaktadır (Karasar, 2002).

Araştırmada akıllı telefon kullanan bireylerde bağlanma stilleri incelenmiştir. Araştırmada Literatür taramasıyla birlikte uygulanan anketler ile katılımcıların akıllı telefon kullanım sıklıkları ölçülmüş ve bağlanma stilleri belirlenmiştir. Akıllı telefon kullanım sıklığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki istatistiksel testlerle ölçülmüştür.

2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem

Araştırmanın örneklemi Tunceli ilinde yaşayan ve akıllı telefon kullanan 304 kişi oluşturmaktadır. Örneklem seçilirken katılımcıların akıllı telefon kullanıyor olmalarına dikkat edilmiştir. Akıllı telefon bağımlılığının her yaş grubunda görülebildiği dolayısıyla yaş sınırlaması getirilmemiş ve her yaş aralığından katılımcı ile çalışılmıştır. Araştırmanın yaş aralıkları 20'den az, 21-25 yaş arası, 26-30 yaş arası 31-35 yaş arası ve 36 yaşından fazla olarak belirlenmiştir.

3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, Kişisel Bilgi Formu, Akıllı telefon kullanım sıklığı Ölçeği ve Alt Ölçeklerden Oluşan İlişki Ölçeği kullanılmıştır.

3.1. Kişisel bilgi formu

Katılımcılara yönelik kişisel bilgilerin edinilmesi amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanarak katılımcılara uygulanmıştır (Ek-1). Ankette katılımcılara yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu, medeni durumu sorulmuştur.

3.2. Akıllı telefon kullanım sıklığı Ölçeği

Akıllı telefonların yaygınlaşması, çok yeni bir durum olması dolayısıyla Türkiye’de bu konunun araştırılması adına bir ölçek oluşturulmamıştır. Akıllı telefon bağımlılığı’ nın araştırılması adına oluşturulan ilk ölçek Kwon, Kim, Cho ve Yang (2013) tarafından geliştirilmiştir. Kullanılan ölçeğin Türkçe’ye uyarlaması ise Noyan, Enez Darçın, Nurmedov, Yılmaz ve Dilbaz (2015) tarafından hazırlanmıştır (Ek-2).

Akıllı telefon kullanım sıklığı anketi 10 ifadeden oluşmaktadır ve ifadeler altılı Likert ile puanlandırılmıştır. Ölçek maddeleri 1’den 6’ya doğru puanlandırılmıştır. Ölçek puanları verilen tüm ifadelere cevap verildiğinde en az 10 puan ve en fazla 60 puandır. Katılımcıların puanı arttıkça akıllı telefon bağımlılığı için riskin arttığı değerlendirilmektedir. Ölçek, tek faktörlüdür ve alt ölçekleri bulunmaz.

3.3. İlişki Ölçeği (RSQ)

Katılımcıların bağlanma stillerini belirlemek amacıyla kullanılan İlişki Ölçekleri Anketi (RSQ), Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilmiştir. Anketin Türkçe uyarlaması Sümer ve Güngör (1999) tarafından hazırlanmıştır (Ek-3).

İlişki Ölçeği Anketi 30 ifadeden oluşmakta ve ifadeler yedili Likert ile puanlandırılmıştır. Ölçek maddeleri 1’den 7’ye doğru puanlandırılmıştır. Ölçeğin dört tane alt ölçeği vardır. Bunlar korkulu bağlanma, güvenli bağlanma, saplantılı bağlanma ve kayıtsız bağlanmadır. Sümer ve Güngör’ün çalışmasında güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri beşer ifade ile ölçülürken, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri dörder ifade ile ölçülmektedir.

Ölçekteki 5 numaralı ifade düz ve ters olarak kullanılmaktadır. Ters ifadeler negatif olarak değerlendirilir ve puana eksi olarak yansıtılır. Ölçekteki diğer ters ifadeler

7. ve 17. ifadelerdir. Güvenli bağlanma puanı için 3., 8., 10. İfadeler toplanmış, 7. Ve 17. İfadeler çıkartılmıştır. Korkulu bağlanma puanı için 1., 4., 9. Ve 14. İfadeler toplanmıştır. Saplantılı bağlanma puanı için 6., 11., 15. İfadeler toplanmış, 5. İfade çıkartılmıştır. Kayıtsız bağlanma puanı için 2., 5., 12., 13., ve 16. İfadeler toplanmıştır. Bu toplamalar, ifade sayısına bölünerek alt ölçek puanları oluşturulmuştur. Alt ölçek puanları karşılaştırılmış ve en fazla puan aldığı alt ölçek kişinin bağlanma stilini ortaya koymuştur.

4. Verilerin Toplanması

Veriler Tunceli ili sınırları içerisinde anket yoluyla toplanmıştır. Katılımcıların akıllı telefona sahip olması öncelikle sorulmuştur. Toplamda akıllı telefona sahip 302 katılımcı ile çalışılmıştır. Akıllı telefon bağımlılığına her yaş grubunda rastlanılabildiği için katılımcılar seçilirken yaş aralığına bakılmaksızın tesadüfi olarak seçilmiştir. Uygulama yaklaşık 10-15 dakika sürmüştür. Ankette birden fazla seçenek işaretlenmiş ise ifade, puanlamaya dahil edilmemiştir.

5. Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 20 programı ile yapılmıştır. Araştırmaya katılanların demografik bilgilerine ilişkin bulgular elde edilirken betimsel istatistiklerden yararlanılmıştır. Ankette bulunan ölçeklere ilişkin güvenirlik analizi yapılırken Cronbach's Alpha katsayısından yararlanılmıştır. Ölçek puanlarının normal dağılıma uygunluğuna bakmak için Kolmogorov Smirnov Testi sonuçlarına bakılmış. Ancak bu testlerin sonuçları sosyal bilimler alanında çoğunlukla normal dağılıma uygunluk göstermemektedir. Bu yüzden verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerine de bakılmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerleriyle verilerin normal dağılıma uygun olduğuna karar verilmiş ve bu aşamadan sonra verilere parametrik testler uygulanmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyetleri ve medeni durumları bakımından ölçek puanları arasında farklılık olup olmadığına bakmak için Bağımsız 2 Grup T-Testi kullanılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin yaşları ve eğitim durumları bakımından ölçek puanları arasında farklılık olup olmadığına bakmak için ise Varyans Analizi kullanılmıştır. Akıllı telefon kullanım şiddeti ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin ortaya çıkarılması için korelasyon analizi kullanılmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

1. Araştırmaya Katılan Bireylerin Sosyodemografik Özellikleri

Araştırmaya katılan bireylerin sosyodemografik özellikleri aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

Tablo 2. Araştırmaya Katılan Bireylerin Cinsiyete Göre Frekans Ve Dağılım Tablosu

		N	%
Cinsiyet	Kadın	104	34,4
	Erkek	198	65,6
Toplam		302	100,0

Tablo 2’de araştırmaya katılan 302 kişiden 104 tanesi kadın (%34,4), 198 tanesi ise erkektir (%65,6). Buna göre erkeklerin büyük çoğunlukta olduğu söylenebilir.

Tablo 3. Araştırmaya Katılan Bireylerin Yaşa Göre Frekans Ve Dağılım Tablosu

		N	%
Yaş	20 ve daha az	27	8,9
	21-25	78	25,8
	26-30	43	14,2
	31-35	31	10,3
	36 ve daha fazla	123	40,7
Toplam		302	100,0

Tablo 3’te görüldüğü üzere %8,9’u 20 yaşından küçük bireyler, %25,8’i 21-25 yaş aralığındaki bireyler, %14,2’yi 26-30 yaş aralığındaki bireyler, %10,3’ü 31-35 yaş aralığındaki bireyler ve %40,7’yi ise 36 yaşından büyük bireyler oluşturmaktadır.

Tablo 4. Araştırmaya Katılan Bireylerin Medeni Durumuna Göre Frekans Ve Dağılım Tablosu

		N	%
Medeni Durum	Evli	136	45,0
	Bekar	166	55,0
Toplam		302	100,0

Tablo 4’te araştırmaya katılan bireylerin %45’inin evli, %55’inin ise bekar olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 5. Araştırmaya Katılan Bireylerin Eğitim Durumuna Göre Frekans ve Dağılım Tablosu

		N	%
Eğitim Durumu	İlkokul	38	12,6
	Lise	126	41,7
	Ön Lisans	36	11,9
	Lisans	89	29,5
	Lisansüstü	13	4,3
Toplam		302	100,0

Tablo 5’te araştırmaya katılan bireylerin %12,6’sı ilkokul, %41,7’si lise, %11,9’u ön lisans, %29,5’i lisans ve %4,3’ü lisans üstü mezunudur.

Araştırmaya katılan bireylerin yaş gruplarına göre kadın ve erkek olarak dağılımları Tablo 6’da görülmektedir.

Tablo 6. Katılan Bireylerin Yaş ve Cinsiyet Karşılaştırmaları

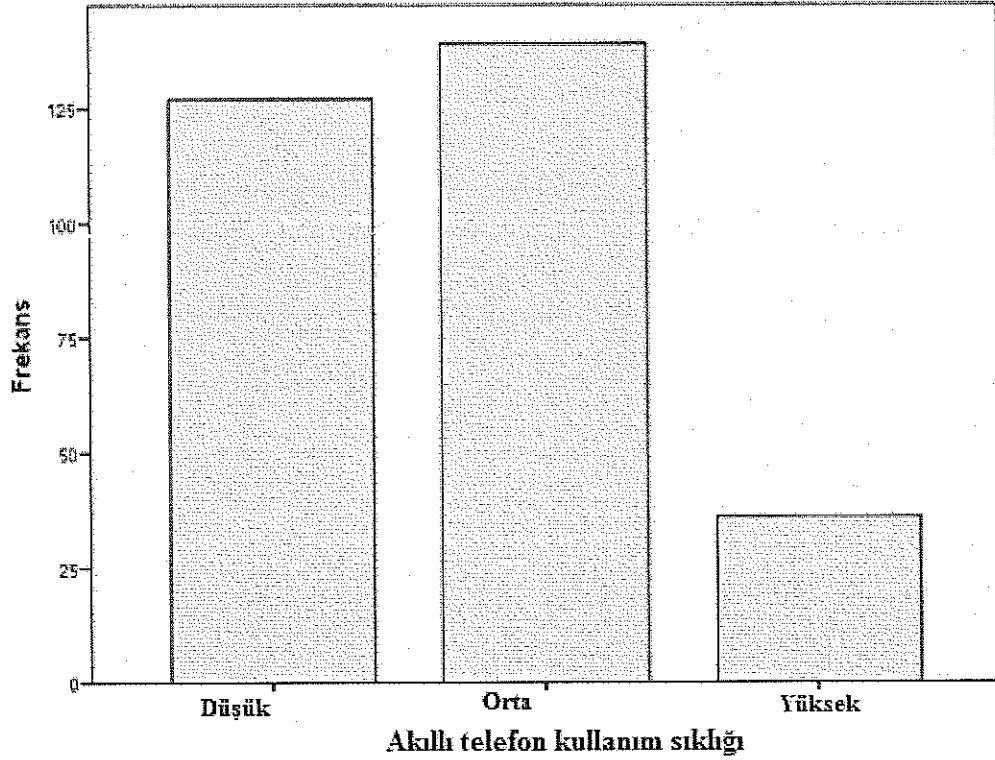
		Cinsiyet		Toplam
		Kadın	Erkek	
Yaş	20 ve daha az	11	16	27
	21-25	37	41	78
	26-30	16	27	43
	31-35	10	21	31
	36 ve daha fazla	30	93	123
Toplam		104	198	302

2. Araştırmaya Katılan Bireylerin Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Puanına Göre Sınıflandırılması ve İncelenmesi

Akıllı telefon ölçeğine verilen puanlar 0 ile 60 puan aralığında değişmektedir. Buna göre araştırmaya katılan bireylerin akıllı telefon kullanım sıklığı ölçeğine ait puanlar;

- 0’dan 20’ye kadar “Akıllı telefon kullanım sıklığı düşük seviyede olan grup”
- 21’den 40’a kadar “Akıllı telefon kullanım sıklığı orta seviyede olan grup”
- 41’den 60’a kadar “Akıllı telefon kullanım sıklığı yüksek seviyede olan grup” olarak sınıflandırılmıştır.

Grafik 1. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Puanlarının Sınıflandırmaya Göre Dağılımı



Grafik 1’de araştırmaya katılan bireylerin daha orta seviye ve düşük seviye grubunda olduğu görülmektedir. Kullanım sıklığı yüksek bireyler ise çok daha azdır. Bu sınıflandırma ile bireylerin yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim durumu gibi özelliklerine göre puanlar karşılaştırılacaktır.

Tablo 7. Araştırmaya katılan bireylerin akıllı telefon kullanım sıklığı ölçek puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

		Cinsiyet		Toplam	
		Kadın	Erkek		
Kullanım Sıklığı	Düşük	N	41	86	127
		Cinsiyet %	39,4%	43,4%	42,1%
	Orta	N	53	86	139
		Cinsiyet %	51,0%	43,4%	46,0%
	Yüksek	N	10	26	36
		Cinsiyet %	9,6%	13,1%	11,9%
Toplam		N	104	198	302
		Cinsiyet %	100,0%	100,0%	100,0%

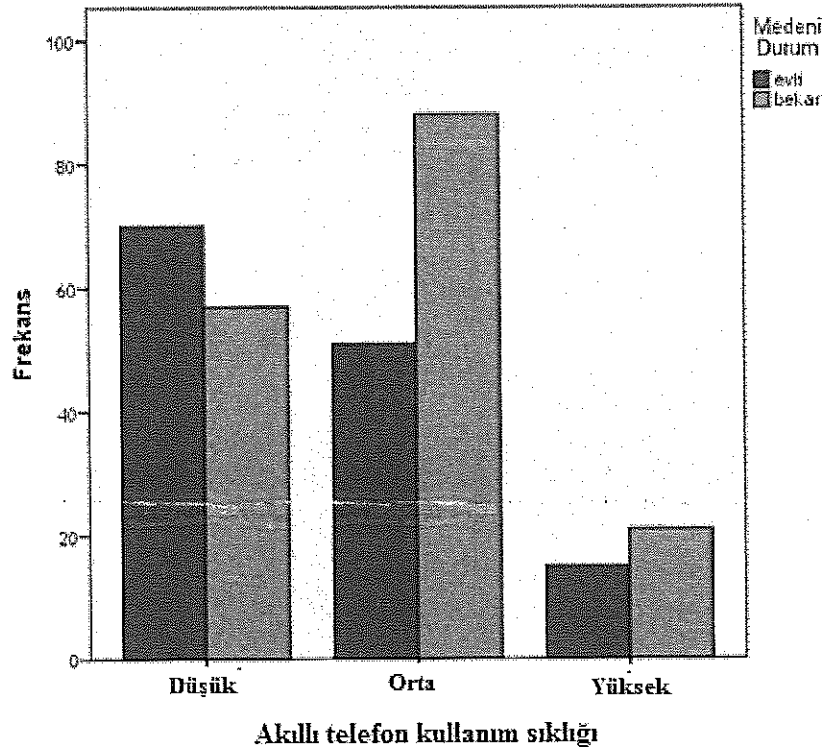
Tablo 7’de gruplar arasında kadın ve erkek katılımcıların yüzdeleri bakımından çok fark olmadığı görülmektedir. Erkek katılımcıların daha fazla olması bu durumu etkilemektedir.

Tablo 8. Araştırmaya Katılan Bireylerin Akıllı telefon kullanım sıklığı Ölçek Puanlarının Yaşa Göre Karşılaştırılması

			Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı			Toplam	
			Düşük	Orta	Yüksek		
Yaş	20 ve daha az	N	9	16	2	27	
		Yaş %	33,3%	59,3%	7,4%	100,0%	
	21-25	N	19	43	16	78	
		Yaş %	24,4%	55,1%	20,5%	100,0%	
	26-30	N	18	21	4	43	
		Yaş %	41,9%	48,8%	9,3%	100,0%	
	31-35	N	13	16	2	31	
		Yaş %	41,9%	51,6%	6,5%	100,0%	
	36 ve daha fazla	N	68	43	12	123	
		Yaş %	55,3%	35,0%	9,8%	100,0%	
	Toplam		N	127	139	36	302
			Yaş %	42,1%	46,0%	11,9%	100,0%

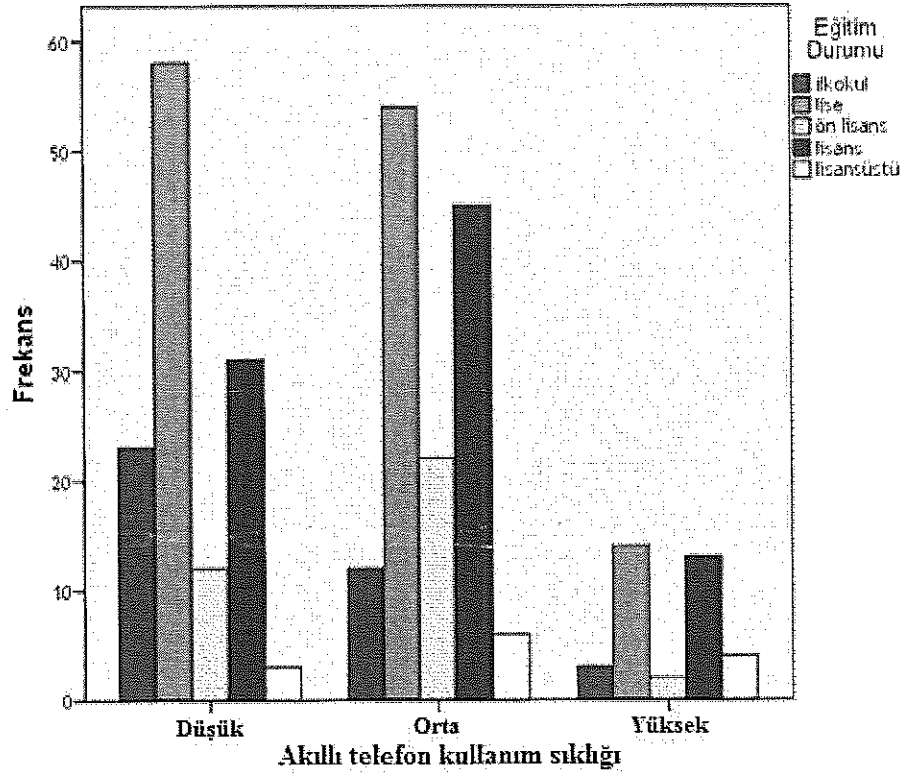
Tablo 8’de 20 ve daha az yaş grubunda 9 kişi (%33,3) düşük, 16 kişi (%59,3) orta, 2 kişi (%7,4) yüksek gruptadır. 21-25 yaş grubunda 19 kişi (%24,4) düşük, 43 kişi (%55,1) orta, 16 kişi (%20,5) yüksek gruptadır. 26-30 yaş grubunda 18 kişi (%41,9) düşük, 21 kişi (%48,8) orta, 4 kişi (%9,3) yüksek gruptadır. 31-35 yaş grubunda 13 kişi (%41,9) düşük, 16 kişi (%51,6) orta, 2 kişi (%6,5) yüksek gruptadır. 36 ve daha fazla grubunda 68 kişi (%55,3) düşük, 43 kişi (%35) orta, 12 kişi (%9,8) yüksek gruptadır.

Grafik 2. Araştırmaya Katılan Bireylerin Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçek Puanlarının Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması



Grafik 2’de evli bireylerin kullanım sıklığı düşük olan grupta yoğunlaştığı görülmektedir. Kullanım sıklığı orta olan grupta ise bekar bireylerin, kullanım sıklığı yüksek olan bireylerde ise yine bekar bireylerin fazla olduğu Grafik 2’den çıkartılabilir. Bekar ve evli birey sayılarının neredeyse eşit olması görüldüğü gibi daha sağlıklı sonuçlar vermektedir.

Grafik 3. Araştırmaya Katılan Bireylerin Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçek Puanlarının Eğitim Duruma Göre Karşılaştırılması



Grafik 3’te kullanım sıklığı düşük olan grupta lise mezunlarının ve lisans mezunlarının çoğunlukta olduğu görülmekte ve diğer gruplarda da bu durum grafiğe yansımıştır. Lise ve lisans mezunlarının çoğunlukta olması yine toplam çoğunluğu oluşturmalarından kaynaklanmaktadır.

3. Araştırmaya Katılan Bireylerin İlişki Ölçeğinin Alt Ölçek Puanlarına Göre Sınıflandırılması ve İncelenmesi

Katılımcıların, her bir alt ölçek için ifadelerine verdiği puanlar hesaplanmış ve bu puanlar ifade sayısına bölünmüştür. Elde edilen son puanlardan en büyük olanı belirlenmiş ve her birey için en yüksek puan aldığı bağlanma stili atanmıştır. Buna göre oluşturulan grupların frekans ve yüzdeleri Tablo 9’daki gibidir.

Tablo 9. İlişki Ölçeğinin Bağlanma Stillerine Göre Dağılımı

		N	%
Bağlanma Stili	Güvenli	8	2,6
	Kayıtsız	198	65,6
	Korkulu	91	30,1
	Saplantılı	5	1,7
Toplam		302	100,0

Tablo 9’da kayıtsız bağlanma %65 daha yaygındır. Diğer bağlanma stilleri %30,1 korkulu, %2,6 güvenli ve %1,7 saplantılı bağlanmadır.

Tablo 10. Katılımcıların Cinsiyetine Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması

			Bağlanma Stili				Toplam
			Güvenli	Kayıtsız	Korkulu	Saplantılı	
Cinsiyet	Kadın	N	2	71	29	2	104
		Cinsiyet %	1,9%	68,3%	27,9%	1,9%	100,0%
	Erkek	N	6	127	62	3	198
		Cinsiyet %	3,0%	64,1%	31,3%	1,5%	100,0%
Toplam		N	8	198	91	5	302
		Cinsiyet %	2,6%	65,6%	30,1%	1,7%	100,0%

Tablo 10’da kadınlarda güvenli bağlanma %1,9, kayıtsız bağlanma %68,3, korkulu bağlanma %27,9 ve saplantılı bağlanma ise %1,9’dur. Erkeklerde ise güvenli bağlanma %3, kayıtsız bağlanma %64,1, korkulu bağlanma %31,3 ve saplantılı bağlanma ise %1,5’tir.

Tablo 11. Katılımcıların Medeni Durumuna Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması

			Bağlanma Stili				Toplam
			Güvenli	Kayıtsız	Korkulu	Saplantılı	
Medeni Durum	Evli	N	6	86	42	2	136
		Medeni durum %	4,4%	63,2%	30,9%	1,5%	100,0%
	Bekar	N	2	112	49	3	166
		Medeni durum %	1,2%	67,5%	29,5%	1,8%	100,0%
Toplam		N	8	198	91	5	302
		Medeni durum %	2,6%	65,6%	30,1%	1,7%	100,0%

Tablo 11’de evli katılımcılarda güvenli bağlanma %4,4, kayıtsız bağlanma %63,2, korkulu bağlanma %30,9 ve saplantılı bağlanma ise %1,5’tir. Bekar katılımcılarda ise

güvenli bağlanma %1,2, kayıtsız bağlanma %67,5, korkulu bağlanma %29,5 ve saplantılı bağlanma ise %1,8'dir.

Tablo 12. Katılımcıların Yaş Grubuna Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması

			Bağlanma Stili				Toplam
			Güvenli	Kayıtsız	Korkulu	Saplantılı	
Yaş	20 ve daha az	N	0	18	7	2	27
		Yaş %	0,0%	66,7%	25,9%	7,4%	100,0%
	21-25	N	1	50	26	1	78
		Yaş %	1,3%	64,1%	33,3%	1,3%	100,0%
	26-30	N	1	27	14	1	43
		Yaş %	2,3%	62,8%	32,6%	2,3%	100,0%
	31-35	N	1	21	9	0	31
		Yaş %	3,2%	67,7%	29,0%	0,0%	100,0%
	36 ve daha fazla	N	5	82	35	1	123
		Yaş %	4,1%	66,7%	28,5%	0,8%	100,0%
	Toplam	N	8	198	91	5	302
		Yaş %	2,6%	65,6%	30,1%	1,7%	100,0%

Tablo 12'de 20 yaşından küçüklerde güvenli bağlanma %0, kayıtsız bağlanma %66,7, korkulu bağlanma %25,9 ve saplantılı bağlanma ise %7,4'tir. 21-25 yaş grubunda güvenli bağlanma %1,3, kayıtsız bağlanma %64,1, korkulu bağlanma %3,3 ve saplantılı bağlanma ise %1,3'tür. 26-30 yaş grubunda güvenli bağlanma %2,3, kayıtsız bağlanma %62,8, korkulu bağlanma %32,6 ve saplantılı bağlanma ise %2,3'tür. 31-35 yaş grubunda güvenli bağlanma %3,2, kayıtsız bağlanma %67,7, korkulu bağlanma %29 ve saplantılı bağlanma ise %0'dır. 36 yaşından büyüklerde ise güvenli bağlanma %4,1, kayıtsız bağlanma %66,7, korkulu bağlanma %28,5 ve saplantılı bağlanma ise %0,8'dir.

Tablo 13. Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması

			Bağlanma Stili				Toplam	
			Güvenli	Kayıtsız	Korkulu	Saplantılı		
Eğitim durumu	İlkokul	N	0	22	15	1	38	
		Eğitim durumu %	0,0%	57,9%	39,5%	2,6%	100,0%	
	Lise	N	5	78	41	2	126	
		Eğitim durumu %	4,0%	61,9%	32,5%	1,6%	100,0%	
	Ön Lisans	N	0	28	8	0	36	
		Eğitim durumu %	0,0%	77,8%	22,2%	0,0%	100,0%	
	Lisans	N	3	58	26	2	89	
		Eğitim durumu %	3,4%	65,2%	29,2%	2,2%	100,0%	
	Lisansüstü	N	0	12	1	0	13	
		Eğitim durumu %	0,0%	92,3%	7,7%	0,0%	100,0%	
	Toplam		N	8	198	91	5	302
			Eğitim durumu %	2,6%	65,6%	30,1%	1,7%	100,0%

Tablo 13'te ilkokul mezunlarında güvenli bağlanma %0, kayıtsız bağlanma %57,9, korkulu bağlanma %39,5 ve saplantılı bağlanma ise %2,6'dır. Lise mezunlarında güvenli bağlanma %4, kayıtsız bağlanma %61,9, korkulu bağlanma %32,5 ve saplantılı bağlanma ise %1,6'dır. Önlisans mezunlarında güvenli bağlanma %0, kayıtsız bağlanma %77,8, korkulu bağlanma %22,2 ve saplantılı bağlanma ise %0'dır. Lisans mezunlarında güvenli bağlanma %3,4, kayıtsız bağlanma %65,2, korkulu bağlanma %29,2 ve saplantılı bağlanma ise %2,2'dir. Lisans üstü mezunlarında ise güvenli bağlanma %0, kayıtsız bağlanma %92,3, korkulu bağlanma %7,7 ve saplantılı bağlanma ise %0'dır.

Tablo 14. Katılımcıların Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Durumuna Göre Bağlanma Stillerinin Karşılaştırılması

		Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı			Toplam	
		Düşük	Orta	Yüksek		
Bağlanma Stili	Güvenli	N	3	5	0	8
		Bağlanma S. %	37,5%	62,5%	0,0%	100,0%
	Kayıtsız	N	85	91	22	198
		Bağlanma S. %	42,9%	46,0%	11,1%	100,0%
	Korkulu	N	37	43	11	91
		Bağlanma S. %	40,7%	47,3%	12,1%	100,0%
	Saplantılı	N	2	0	3	5
		Bağlanma S. %	40,0%	0,0%	60,0%	100,0%
	Toplam	N	127	139	36	302
		Bağlanma S. %	42,1%	46,0%	11,9%	100,0%

Tablo 14'te güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin %37,5'i kullanım sıklığı düşük olan grupta, %62,5'i kullanım sıklığı orta olan gruptadır. Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylerin %42,9'u kullanım sıklığı düşük olan grupta, %46'sı kullanım sıklığı orta olan grupta, %11,1'i ise kullanım sıklığı yüksek olan gruptadır. Korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin %40,7'si kullanım sıklığı düşük olan grupta, %47,3'ü kullanım sıklığı orta olan grupta, %12,1'i ise kullanım sıklığı yüksek olan gruptadır. Saplantılı bağlanma stiline sahip bireylerin ise %40'ı kullanım sıklığı düşük olan grupta, %60'ı ise kullanım sıklığı yüksek olan gruptadır.

4. Güvenilirlik Analizi

Genel güvenilirlik ve alt boyutların güvenilirliği için Cronbach's Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Güvenilirliğin incelenmesinde en yaygın kullanılan yöntem Cronbach's Alpha katsayısıdır. Cronbach's Alpha Katsayısının değerlendirilmesinde kullanılan değerlendirme ölçütü;

$0,00 \leq \alpha \leq 0,40$ ise ölçek güvenilir değildir.

$0,40 \leq \alpha \leq 0,60$ ise ölçek düşük güvenilirliktedir.

$0,60 \leq \alpha \leq 0,80$ ise ölçek oldukça güvenilirdir.

$0,80 \leq \alpha \leq 1,00$ ise ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçektir.

Akıllı telefon kullanım sıklığı ölçeğine güvenilirlik analizi uygulandığında Cronbach's Alpha değeri 0,899 olarak görülmektedir. Yani 0,80'nin üzerinde bir değerdir. Dolayısıyla akıllı telefon kullanım sıklığı ölçeği için yüksek derecede güvenilir olduğu söylenebilir.

İlişki ölçeğine güvenilirlik analizi uygulandığında Cronbach's Alpha değeri 0,819 olarak görülmektedir. Dolayısıyla ilişki ölçeğinin de yüksek derecede güvenilir olduğu söylenebilir.

5. Normallik Testi

Verilere t testi ve ANOVA gibi parametrik testlerin uygulanabilmesi için öncelikle normal dağılıma uyup uymadığının incelenmesi gerekmektedir. Normallik testini verilere uygulamadan önce, ölçeklerdeki ifadelerle verilen değerlerin toplamı alınarak bir puan oluşturulmuştur.

Tablo 15. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeğine İlişkin Normallik Testi Sonucu

	İstatistik	P
Kolmogorov-Smirnov	,114	,000
Shapiro-Wilk	,935	,000

Tablo 15'te Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testlerinin sonuçlarının her ikisinde de kullanım sıklığı ölçeği puanının p değerlerinin 0,05'ten küçük olması dolayısıyla akıllı telefon kullanım sıklığı puanlarının normal dağılıma uyduğu söylenemez. Ancak sosyal bilimlerde verilerin normal dağılım göstermemesi sık karşılaşılan bir sorundur. Bu yüzden bu verilerin çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin de incelenmesi gerekir.

Yapılan analizler sonucunda, akıllı telefon kullanım sıklığı için çarpıklık (Skewness) değerinin 0,775 basıklık (Kurtosis) değerinin ise 0,021 olduğu görülmektedir. Bu değerlerin +1,5 – 1,5 aralığında olması verilerin normal dağılıma uyduğunu kabul etmek için yeterlidir (Tabachnick ve Fidell, 2013).

İlişki ölçeğinin alt ölçeklerine normallik testi uygulandığında Kolmogorov-Smirnova istatistiği, her bir alt ölçek için anlamlılık değerleri yani p değerleri 0,05'ten

küçüktür. Buna göre ilişki ölçekleri puanlarının normal dağılmadığı sonucuna varılır, ancak çarpıklık ve basıklık değerlerinin incelenmesi gerekmektedir.

İlişki ölçeğinin alt ölçeklerine ilişkin çarpıklık ve basıklık değerleri sırasıyla; güvenli bağlanma için 0,274 ve -0,144, korkulu bağlanma için 0,188 ve -0,609, saplantılı bağlanma için 0,294 ve -0,234, kayıtsız bağlanma için -,095 ve -0,399'dur. Buna göre, ilişki ölçeklerinin alt ölçeklerine ilişkin çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1,5 – 1,5 aralığında olması, verilerin normal dağılıma uyduğunu göstermektedir (Tabachnick and Fidell, 2013).

6. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği Puanlarının Cinsiyet ve Medeni Durum Açısından Farklılığının Araştırılması

Ölçek puan ortalamaları ile cinsiyet ve medeni durum gibi iki kategorili değişkenler arasındaki farklılığın incelenmesi için t testi kullanılmıştır.

Tablo 16. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeğinin Cinsiyet ve Medeni Durum Açısından Farklılığının Araştırılmasına İlişkin t Testi Sonucu

Değişken		N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Cinsiyet	Kadın	104	2,5808	1,21224	,252	,801
	Erkek	198	2,5439	1,20302		
Medeni durum	Evli	136	2,3449	1,19968	-2,797	,005
	Bekar	166	2,7301	1,18365		

Tablo 16'da p değerinin cinsiyet değişkeni için, 0,05'ten büyük olması akıllı telefon kullanım sıklığı puanlarının, kadın ve erkekler arasında anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını göstermektedir. P değerinin medeni durum değişkeni için 0,05'ten küçük olması akıllı telefon kullanım sıklığı puanlarının, katılımcıların medeni durumları açısından bakıldığında anlamlı bir şekilde farklılaşma olduğu söylenebilir.

5. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçeklerinin Cinsiyet ve Medeni Durum Açısından Farklılığının Araştırılması

Ölçek puan ortalamaları ile cinsiyet ve medeni durum gibi iki kategorili değişkenler arasındaki farklılığın incelenmesi için t testi kullanılmıştır.

Tablo 17. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçeklerinin Cinsiyet Açısından Farklılığının Araştırılmasına İlişkin t Testi Sonucu

	Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	T	P
Korkulu	Kadın	104	3,8077	1,29891	1,854	,065
	Erkek	198	3,5265	1,22717		
Güvenli	Kadın	104	1,9885	1,08219	-,064	,949
	Erkek	198	1,9970	1,09349		
Saplantılı	Kadın	104	1,5817	1,01173	1,202	,230
	Erkek	198	1,4255	1,10453		
Kayıtsız	Kadın	104	4,5423	1,35207	2,776	,006
	Erkek	198	4,0859	1,36054		

Tablo 17’de Korkulu bağlanma stili için p değerinin (0,065) 0,05’ten büyük olması korkulu bağlanma puanları ile katılımcıların cinsiyeti arasında anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir. Aynı şekilde güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin de p değerleri (0,949 ve 0,230) 0,05’ten büyüktür. Buna göre güvenli ve saplantılı bağlanma puanları ile katılımcıların cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı söylenebilir. Kayıtsız bağlanma stili için ise p değeri (0,006) 0,05’ten küçüktür. Buna göre kayıtsız bağlanma puanı ile katılımcıların cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir.

Tablo 18. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçeklerinin Medeni Durum Açısından Farklılığının Araştırılmasına İlişkin T Testi

	Medeni Durum	N	Ortalama	Std. Sapma	T	P
Korkulu	Evli	136	3,3272	1,17162	-3,786	,000
	Bekar	166	3,8660	1,27643		
Güvenli	Evli	136	1,7794	1,06062	-3,149	,002
	Bekar	166	2,1699	1,08133		
Saplantılı	Evli	136	1,4779	,98764	-,020	,984
	Bekar	166	1,4804	1,14349		
Kayıtsız	Evli	136	3,8618	1,39406	-4,507	,000
	Bekar	166	4,5554	1,27643		

Tablo 18’de Korkulu bağlanma, güvenli bağlanma ve kayıtsız bağlanma stilleri için p değerlerinin (0,00, 0,002 ve 0,00) 0,05’ten küçük olması bu bağlanma puanları ile katılımcıların medeni durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir. Saplantılı bağlanma stili için ise p değeri (0,984) 0,05’ten büyüktür. Buna göre saplantılı bağlanma puanı ile katılımcıların medeni durumları arasında anlamlı bir farklılık yoktur.

6. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçek Puanlarının Yaş Grupları Açısından Farklılığının Araştırılması

Cinsiyet ve medeni durum kategorik değişkenlerinde erkek-kadın ve evli-bekar olarak iki grup olmasından dolayı t testi uygulanmıştır. Ölçekte bulunan yaş grubu kategorik değişkeni ise ikiden fazla gruba ayrıldığı için bu değişkenler ile karşılaştırma yapılırken Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılacaktır. Tek Yönlü Varyans Analizi uygulamasından önce gruplar arası homojenliğin sağlanıp sağlanmadığı Levene testi ile incelenmelidir.

Tablo 19. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği için Yaş Grupları Arasında Homojenliğine İlişkin Levene Testi

Levene İstatistiği	P
,659	,621

Tablo 19’da p değerinin 0,621 olduğu görülmektedir. Bu değer 0,05’ten büyük olması gruplar arası homojenliğin sağlandığını göstermektedir.

Tablo 20. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Varyans Analizi Sonucu

	N	Ortalama	Std. Sapma		Kareler Toplamı	Kareler Ortalaması	F	P
20 ve daha az	27	26,4444	10,44522	Gruplar Arası	3513,918	878,479	6,500	,000
21-25	78	31,0897	11,60182					
26-30	43	24,2093	11,58726					
31-35	31	23,6129	11,13157	Grup İçi	40142,258	135,159		
36 ve daha fazla	123	22,8374	12,00572					
Toplam	302	25,5662	12,04314					

Tablo 20’de anlamlılık derecesinin yani p değeri 0,00’dır yani 0,05’ten küçüktür. Dolayısıyla, akıllı telefon kullanım sıklığı ölçeği puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği söylenebilir. Bu farklılığın yaş gruplarından hangileri arasında olduğunun incelenmesi için Post Hoc analizi yapılması gerekmektedir. Homojenliği sağlamasına rağmen yaş gruplarının örneklem sayıları yakın fakat eşit olmadığı için Post Hoc analizlerinden Gabriel testi uygulanmıştır (Field, 2013).

Tablo 21. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Gabriel Testi Sonucu

Yaş grubu	Yaş grubu	Ortalama Farkı	P
20 ve daha az	21-25	-4,64530	,489
	26-30	2,23514	,996
	31-35	2,83154	,987
	36 ve daha fazla	3,60705	,723
21-25	20 ve daha az	4,64530	,489
	26-30	6,88044*	,018
	31-35	7,47684*	,021
	36 ve daha fazla	8,25235*	,000
26-30	20 ve daha az	-2,23514	,996
	21-25	-6,88044*	,018
	31-35	,59640	1,000
	36 ve daha fazla	1,37190	,999
31-35	20 ve daha az	-2,83154	,987
	21-25	-7,47684*	,021
	26-30	-,59640	1,000
	36 ve daha fazla	,77550	1,000
36 ve daha fazla	20 ve daha az	-3,60705	,723
	21-25	-8,25235*	,000
	26-30	-1,37190	,999
	31-35	-,77550	1,000

Tablo 21’de 20 yaşından küçükler grubunun diğer gruplarla arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir. 21 ila 25 yaş grubunda ise 26 ila 30 yaş, 31 ila 35 yaş ve 36 yaşından büyükler arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir.

Katılımcıların eğitim durumu ile akıllı telefon kullanım sıklıkları arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

7. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçeklerinin Yaş ve Eğitim Durumu Açısından Farklılığının Araştırılması

Altıncı başlıkta belirtildiği gibi yaş ve eğitim durumu gibi ikiden fazla gruba ayrılan kategorik değişkenler için karşılaştırma yapılırken Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılacaktır Öncelikle ilişki ölçeğinin alt ölçeklerine, yaş değişkenine göre homojen dağılıp dağılmadığının test edilmesi gerekmektedir.

Tablo 22. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçekleri İçin Yaş Grupları Arasında Homojenliğin Test Edilmesi

	Levene İstatistiği	P
Korkulu	2,531	,041
Güvenli	1,222	,301
Kayıtsız	1,669	,157
Saplantılı	2,437	,047

Tablo 22’de Korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma alt ölçeklerinde p değerlerinin 0,05’ten küçük olması bu ölçekler için homojenliğin sağlanmadığını göstermektedir. Dolayısıyla bu ölçeklere göre gruplar arası varyansın homojen dağılmadığından Post hoc analizleri yapılması gerekirse, bu duruma göre bir test uygulanacaktır. Güvenli bağlanma ve kayıtsız bağlanma ölçeklerinin p değerleri ise 0,05’ten büyüktür yani bu gruplar için homojenliğin sağlandığı söylenebilir.

Tablo 23. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçekleri ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Varyans Analizi Sonucu

		N	Ort.	Std. Sapma		Kareler Top.	Kareler Ort.	F	P
Korkulu	20 Ve Daha Az	27	3,8981	1,30873	Gruplar Arası	24,238	6,059	3,985	,004
	21-25	78	4,0449	1,26050					
	26-30	43	3,4593	,95576					
	31-35	31	3,4194	1,12618	Grup İçi	451,605	1,521		
	36 Ve Daha Fazla	123	3,4045	1,30671					
	Toplam	302	3,6233	1,25733					
Güvenli	20 Ve Daha Az	27	1,9407	1,07104	Gruplar Arası	5,918	1,480	1,255	,288
	21-25	78	2,1000	1,05474					
	26-30	43	2,2419	,87783					
	31-35	31	1,9742	1,13107	Grup İçi	350,271	1,179		
	36 Ve Daha Fazla	123	1,8569	1,15957					
	Toplam	302	1,9940	1,08782					
Saplantılı	20 Ve Daha Az	27	1,1944	1,47631	Gruplar Arası	4,848	1,212	1,051	,381
	21-25	78	1,5994	,98391					
	26-30	43	1,4302	,87513					
	31-35	31	1,2903	,96414	Grup İçi	342,585	1,153		
	36 Ve Daha Fazla	123	1,5305	1,11371					
	Toplam	302	1,4793	1,07437					
Kayıtsız	20 Ve Daha Az	27	4,6815	1,24685	Gruplar Arası	20,439	5,110	2,776	,027
	21-25	78	4,5641	1,28518					
	26-30	43	4,0000	1,22824					
	31-35	31	4,0129	1,19882	Grup İçi	546,722	1,841		
	36 Ve Daha Fazla	123	4,0862	1,49493					
	Toplam	302	4,2430	1,37268					

Tek yönlü varyans analizi sonuçları Tablo 23'te görüldüğü gibidir. Tablo 23'te okunan p değeri, Korkulu bağlanma ve Kayıtsız bağlanma için için 0,05'ten küçük, Güvenli bağlanma ve Saplantılı bağlanma için ise 0,05'ten büyüktür. Buna göre korkulu bağlanma ve kayıtsız bağlanma puanlarının yaş grupları ile arasında anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir. Ancak güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma puanlarının yaş grupları ile arasında anlamlı bir farklılık olduğu söylenemez.

Korkulu bağlanmada hangi yaş grupları arasında farklılığın olduğunu incelemek için Post Hoc analizlerinden Games-Howell testi uygulanmalıdır çünkü korkulu bağlanmada homojenlik sağlanamadığı görülmüştür.

Tablo 24. Korkulu bağlanma Ölçeği ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Games-Howell Testi Sonucu

Yaş grubu	Yaş grubu	Ortalama Farkı	P
20 ve daha az	21-25	,04558	1,000
	26-30	2,44272	,208
	31-35	2,00836	,463
	36 ve daha fazla	2,29449	,207
21-25	20 ve daha az	-,04558	1,000
	26-30	2,39714*	,041
	31-35	1,96278	,241
	36 ve daha fazla	2,24891*	,022
26-30	20 ve daha az	-2,44272	,208
	21-25	-2,39714*	,041
	31-35	-,43436	,992
	36 ve daha fazla	-,14823	1,000
31-35	20 ve daha az	-2,00836	,463
	21-25	-1,96278	,241
	26-30	,43436	,992
	36 ve daha fazla	,28613	,998
36 ve daha fazla	20 ve daha az	-2,29449	,207
	21-25	-2,24891*	,022
	26-30	,14823	1,000
	31-35	-,28613	,998

Tablo 24'te 21 ila 25 yaş grubu ile 26 ila 30 yaş ve 36 yaşından büyükler arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir.

Kayıtsız bağlanmada hangi yaş grupları arasında farklılığın olduğunu incelemek için Post Hoc analizlerinden Gabriel testi uygulanmalıdır çünkü kayıtsız bağlanmada homojenlik sağlandığı görülmüştür.

Tablo 25. Kayıtsız bağlanma Ölçeği ile Yaş Grupları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Gabriel Testi Sonucu

Yaş grubu	Yaş grubu	Ortalama Farkı	P
20 ve daha az	21-25	-,32194	1,000
	26-30	2,40913	,639
	31-35	1,87575	,926
	36 ve daha fazla	1,88257	,699
21-25	20 ve daha az	,32194	1,000
	26-30	2,73107	,140
	31-35	2,19768	,539
	36 ve daha fazla	2,20450	,099
26-30	20 ve daha az	-2,40913	,639
	21-25	-2,73107	,140
	31-35	-,53338	1,000
	36 ve daha fazla	-,52656	1,000
31-35	20 ve daha az	-1,87575	,926
	21-25	-2,19768	,539
	26-30	,53338	1,000
	36 ve daha fazla	,00682	1,000
36 ve daha fazla	20 ve daha az	-1,88257	,699
	21-25	-2,20450	,099
	26-30	,52656	1,000
	31-35	-,00682	1,000

Tablo 25'te anlamlılık değerlerinin 0,05'in altında kaldığı görülmektedir. Buna göre yaş grupları arasında kayıtsız bağlanma ölçeği için bir farklılık olmadığı görülmektedir.

İlişki ölçeğinin alt ölçeklerine, eğitim durumu değişkenine göre homojen dağılıp dağılmadığının test edildiğinde aşağıda bulunan Tablo 26'daki sonuçlar elde edilmektedir.

Tablo 26. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçekleri ve Eğitim Durumu Arasında Homojenliğe ilişkin Levene testi

	Levene İstatistiği	P
Korkulu	,185	,946
Güvenli	,809	,520
Kayıtsız	1,315	,264
Saplantılı	,259	,904

Tablo 26'da p değerlerinin bütün alt ölçekler için anlamlı olduğu görülmektedir. Yani bütün ölçekler için homojenliğin sağlandığı söylenebilir.

Tablo 27. İlişki Ölçeğinin Alt Ölçekleri ile Eğitim Durumu Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Varyans Analizi Sonucu

		N	Ort.	Std. Sapma		Kareler Top.	Kareler Ort.	F	P
Korkulu	İlkokul	38	3,4145	1,34601	Gruplar Arası	7,593	1,898	1,204	,309
	Lise	126	3,6131	1,25643					
	Ön Lisans	36	3,9931	1,23706					
	Lisans	89	3,6180	1,25911	Grup İçi	468,250	1,577		
	Lisansüstü	13	3,3462	,94944					
	Toplam	302	3,6233	1,25733					
Güvenli	İlkokul	38	1,8895	1,13585	Gruplar Arası	4,802	1,201	1,015	,400
	Lise	126	1,9111	1,04017					
	Ön Lisans	36	2,2722	1,20395					
	Lisans	89	2,0652	1,09867	Grup İçi	351,387	1,183		
	Lisansüstü	13	1,8462	,97691					
	Toplam	302	1,9940	1,08782					
Saplantılı	İlkokul	38	1,7171	1,27498	Gruplar Arası	11,538	2,885	2,551	,039
	Lise	126	1,2520	1,12805					
	Ön Lisans	36	1,5833	,91613					
	Lisans	89	1,6404	,93386	Grup İçi	335,895	1,131		
	Lisansüstü	13	1,5962	,93841					
	Toplam	302	1,4793	1,07437					
Kayıtsız	İlkokul	38	3,7579	1,38029	Gruplar Arası	27,587	6,897	3,796	,005
	Lise	126	4,1587	1,39927					
	Ön Lisans	36	4,9222	1,30780					
	Lisans	89	4,2517	1,29633	Grup İçi	539,573	1,817		
	Lisansüstü	13	4,5385	1,17582					
	Toplam	302	4,2430	1,37268					

Tablo 27’de p değerlerinin kayıtsız bağlanma ve saplantılı bağlanma ölçeklerinde 0,05’ten küçük olduğu görülmektedir. Bu ölçekler için anlamlı bir farklılığın olduğu sonucu çıkartılabilir. Ancak korkulu ve güvenli bağlanma ölçekleri için aynı sonuç çıkartılamaz.

Kayıtsız bağlanma ölçeği için homojenliğin sağlandığından dolayı Post Hoc analizlerinden Gabriel testi uygulanmıştır.

Tablo 28. Kayıtsız Bağlanma Alt Ölçeği İle Eğitim Durumları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Gabriel Testi Sonucu

Eğitim Durumu	Eğitim Durumu	Ortalama Farkı	P
İlkokul	Lise	-2,02047	,429
	Ön Lisans	-4,68713*	,007
	Lisans	-2,89001	,098
	Lisansüstü	-4,55466	,127
Lise	İlkokul	2,02047	,429
	Ön Lisans	-2,66667	,122
	Lisans	-,86954	,965
	Lisansüstü	-2,53419	,642
Ön Lisans	İlkokul	4,68713*	,007
	Lise	2,66667	,122
	Lisans	1,79713	,703
	Lisansüstü	,13248	1,000
Lisans	İlkokul	2,89001	,098
	Lise	,86954	,965
	Ön Lisans	-1,79713	,703
	Lisansüstü	-1,66465	,970
Lisansüstü	İlkokul	4,55466	,127
	Lise	2,53419	,642
	Ön Lisans	-,13248	1,000
	Lisans	1,66465	,970

Tablo 28'de kayıtsız bağlanma ölçeği için ilkokul ve önlisans eğitim seviyeleri arasındaki farklılığın anlamlı olduğu görülmektedir.

Tablo 29. Saplantılı Bağlanma Alt Ölçeği İle Eğitim Durumları Arasında Farklılığın İncelenmesi İçin Uygulanan Gabriel Testi Sonucu

Eğitim Durumu	Eğitim Durumu	Ortalama Farkı	P
İlkokul	Lise	-,43066	,999
	Ön Lisans	-3,04971*	,006
	Lisans	-,18391	1,000
	Lisansüstü	-1,64372	,827
Lise	İlkokul	,43066	,999
	Ön Lisans	-2,61905*	,002
	Lisans	,24675	1,000
	Lisansüstü	-1,21306	,910
Ön Lisans	İlkokul	3,04971*	,006
	Lise	2,61905*	,002
	Lisans	2,86579*	,001
	Lisansüstü	1,40598	,931
Lisans	İlkokul	,18391	1,000
	Lise	-,24675	1,000
	Ön Lisans	-2,86579*	,001
	Lisansüstü	-1,45981	,811
Lisansüstü	İlkokul	1,64372	,827
	Lise	1,21306	,910
	Ön Lisans	-1,40598	,931
	Lisans	1,45981	,811

Tablo 29’da saplantılı bağlanma ölçeği için önlisans eğitim seviyesinin ilkokul, lise ve lisans eğitim seviyeleri ile arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir.

8. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Puanları ile İlişki Ölçeğinin Alt Ölçek Puanları için Korelasyon Analizi

Korelasyon iki değişken arasında ki ilişkinin yönünü, şiddetini ve anlamlılığını ortaya çıkaran bir yöntemdir. Bu yöntem verilerin normal dağılım gösterip göstermemesine göre değişiklik göstermektedir. Eğer veriler normal dağılım gösteriyorsa bu durumda Pearson korelasyon katsayısı kullanılır. Normal dağılım göstermiyor ise Spearman korelasyon katsayısı kullanılır. Elimizdeki verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığı Normallik Testleri başlığı altında incelenmiş olup verilerin normal dağılıma uygun olduğu sonucuna varılmıştır. Dolayısıyla akıllı telefon kullanım sıklığı puanları ile ilişki ölçeğinin alt ölçek puanları arasındaki ilişki incelenirken Pearson korelasyon katsayısından yararlanılacaktır. Pearson korelasyon katsayısı r ile ifade edilir ve +1 ile -1 değerleri arasında bulunur. Pozitif katsayılar, pozitif yönlü ilişkiyi, negatif

katsayılar ise negatif yönlü ilişkiyi göstermektedir. İncelenen değişkenler arasında bir ilişki bulunmadığında ise Pearson katsayısı 0 değerine yakın değerler alır.

R değeri;

0'a eşit ise ilişki bulunmaz,

0,01 ila 0,29 arasında ise düşük seviyede bir ilişki var,

0,30 ila 0,70 arasında ise orta seviyede bir ilişki var,

0,71 ila 0,99 arasında ise yüksek seviyede bir ilişki var,

1'e eşit ise tam ilişki var (Köklü ve diğ., 2006)

Tablo 30. Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Puanları İle İlişki Ölçeğinin Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Değerleri

		Akıllı Telefon K. S. Puanı	Korkulu	Güvenli	Saplantılı	Kayıtsız
Akıllı Telefon K. S. Puanı	Pearson Korelasyon Katsayısı (R)	1	,254	,078	,203	,117
	P		,000	,178	,000	,042
	N	302	302	302	302	302
Korkulu	Pearson Korelasyon Katsayısı (R)	,254	1	,065	,161	,478
	P	,000		,263	,005	,000
	N	302	302	302	302	302
Güvenli	Pearson Korelasyon Katsayısı (R)	,078	,065	1	,299	,200
	P	,178	,263		,000	,000
	N	302	302	302	302	302
Saplantılı	Pearson Korelasyon Katsayısı (R)	,203	,161	,299	1	,035
	P	,000	,005	,000		,550
	N	302	302	302	302	302
Kayıtsız	Pearson Korelasyon Katsayısı (R)	,117	,478	,200	,035	1
	P	,042	,000	,000	,550	
	N	302	302	302	302	302

Tablo 30'da akıllı telefon kullanım sıklığı ölçeği puanları ile korkulu bağlanma ölçeği puanları arasındaki ilişki anlamlı çıkmıştır. R değerleri 0,254'tür. Buna göre aralarındaki ilişki çok zayıftır ancak pozitif yönde bir ilişkileri vardır. Akıllı telefon

kullanım sıklığı ölçeği puanları ile Güvenli bağlanma ölçeği puanları p değerı anlamlı değildir. Akıllı telefon kullanım sıklığı ölçeği puanları ile Saplantılı bağlanma ölçeği puanları p değerı anlamlıdır. R değerı 0,203'tür. Buna göre aralarındaki ilişki çok zayıf ve pozitif yönlüdür. Akıllı telefon kullanım sıklığı ölçeği puanları ile kayıtsız bağlanma ölçeği puanları p değerı anlamlıdır. R değerı 0,117'dir. Buna göre aralarındaki ilişki çok zayıf ve pozitif yönlüdür.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

SONUÇ VE TARTIŞMA

1. SONUÇ

Akıllı telefonların yaygınlaşmasından sonra günlük hayatta vazgeçilmez hale gelmiştir. Günümüzde akıllı telefonlar teknolojinin en yaygın kullanılan ürünüdür. Erkek-kadın, genç-yaşlı ayrımı olmaksızın herkes akıllı telefon sahibi olamaya başlamıştır. Bunun nedenlerinden en önemlisi akıllı telefonların insanlara sunduğu kolaylıklardır. Akıllı telefonların hayatı kolaylaştırmasının yanı sıra bazı olumsuz yanları da bulunmaktadır. Sosyal, fiziksel ve psikolojik olarak olumsuz etkileri bulunan akıllı telefonların kullanımı ile ilgili bireylerin bilinçlendirilmemesi, toplum açısından çeşitli olumsuzluklar doğurabilir.

Bu çalışmada akıllı telefon kullanan bireylerin akıllı telefon kullanım sıklığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki saptanmak istenmiştir. Ayrıca akıllı telefon kullanım sıklığı ve bağlanma stilleri ile katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitim durumu gibi değişkenlerin aralarındaki farklılıklar incelenmiştir.

Katılımcıların %42,1'inde akıllı telefon kullanım sıklığı düşük seviyede, %46'sı akıllı telefon kullanım sıklığı orta seviyede ve %11,9'unda akıllı telefon kullanım sıklığı yüksek seviyede olduğu sonucuna varılmıştır. Buna göre katılımcıların büyük çoğunluğunun akıllı telefon kullanımının düşük seviyede veya orta seviyede olduğu söylenebilir. Akıllı telefon kullanım sıklığı yüksek seviyede olan katılımcıların oranı ise diğer gruplara göre daha düşüktür. Yaş grubu bakımından incelendiğinde katılımcıların %8,9'u 20 yaşından küçük bireyler, %25,8'i 21-25 yaş aralığındaki bireyler, %14,2'yi 26-30 yaş aralığındaki bireyler, %10,3'ü 31-35 yaş aralığındaki bireyler ve %40,7'yi ise 36 yaşından büyük bireyler oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan bireylerin büyük çoğunluğunu 36 yaşından büyük bireyler oluşturmaktadır. Buna göre katılımcıların büyük çoğunluğu 36 yaşından büyük erkekler olduğu söylenebilir.

Akıllı telefon kullanım sıklığı yüksek olan katılımcıların oranının diğer gruplara göre daha düşük olmasının sebebi katılımcıların büyük çoğunluğunun 36 yaşından büyük olması olarak görülebilir. Genç bireylerde akıllı telefon kullanım sıklığı daha yüksek

oranlardadır. Özellikle 20 yaşından küçük ve 21-25 yaş arası bireylerde kullanım sıklığı orta olan grubun oranı diğerlerine oranla daha yüksektir. Bu bireylerin ileride akıllı telefon bağımlısı olma ihtimali vardır. Ayrıca 21-25 yaş grubu kullanım sıklığı yüksek olan grupta oranı en yüksek gruptur. Bu sonuçlar Barthholomew ve Horowitz'e 'in kendilik ve öteki modeli ile de desteklenmektedir. Çünkü çalışmamızın sonuçlarına baktığımızda daha genç yaş gruplarında görülen istatistiki anlamlı değerler olması bu kişilerin kendi kavramını benimseyememiş olduklarına ve öteki kavramına daha fazla değer verdiklerine işaret etmektedir. Çünkü, olumlu bir kendilik modeline sahip kişilerde dışarıdan gelecek onaya ihtiyaç duymaksızın sahip olunan özsaygı ve sevilebilirlik durumunu ifade etmektedir. Olumsuz kendilik modeli ise olumlu bir benlik algısına sahip olmanın tek şartının başkalarının onayı olmasına bağlı olduğuna dayandırılmaktadır. Bu nedenle bu sonuçlara baktığımızda bizim çalışmamızda görülen akıllı telefona aşırı derecede bağlı kişilerin düşük yaş gruplarındaki gençler olması daha bu gençlerin kendi öz saygılarına erişemediklerini ve dışarıdaki insanların düşünce ve eylemlerine daha fazla önem verdiklerini göstermektedir.

Yapılan analizlerde akıllı telefon kullanım sıklığı ölçek puanı ile yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık 21-25 yaş grubu ile 26-30 yaş, 31-35 yaş ve 36 yaşından büyükler arasındadır. 21-25 yaş grubunda akıllı telefon kullanım sıklığı diğer yaş gruplarına göre çok daha fazladır. Bu sonuç gençlerde akıllı telefon kullanım sıklığının daha yaygın olduğunu desteklemektedir. Akın ve Divanoğlu (2009) nun yaptığı çalışmanın sonuçları değerlendirildiğinde 20-22 yaşlarda görülen telefon bağımlılığının bizim sonuçlarımızla paralel olduğu görülmektedir. Özaşçılar (2012) ın yaptığı çalışma da bizim çalışmamızı desteklemektedir. Bu çalışmaya göre telefon kullanımının diğer insanların kullanıyor olmasından dolayı ve kişinin diğerleri denilen öteki anlamına gelen sosyal çevreyi daha çok önemsiyor olması ve kendi benliğinden daha da ön planda tutmasından dolayı tercih ettiği anlaşılmaktadır. Bu durum da Barthholomew ve Horowitz'e 'in kendilik ve öteki modeli ile de desteklenmektedir.

Katılımcılar cinsiyet yönünden incelendiğinde %34,4'ü kadın, %65,6'sı erkektir. Ankete katılan bireylerin büyük çoğunluğunu erkekler oluşturmaktadır. Yapılan analizlerde akıllı telefon kullanım sıklığı puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılık

göstermediği saptanmıştır. Buna göre kadın veya erkek bireyler arasında akıllı telefon kullanım sıklığına yatkınlık açısından bir farklılık olmadığı söylenebilir.

Katılımcıların medeni durumları açısından incelendiğinde, kullanım sıklığı düşük olan grupta evli bireylerin daha fazla olduğu, kullanım sıklığı orta ve kullanım sıklığı yüksek olan gruplarda ise bekar bireylerin daha fazla olduğu gözlemlenmiştir. Özellikle orta seviye grubundaki bireylerin büyük çoğunluğunu bekar bireyler oluşturmaktadır. Evli bireylerin gün içinde sorumluluklarının daha fazla olması nedeniyle akıllı telefona vakit ayırmalarını etkilediği düşünülebilir. Ayrıca yapılan analizlerde de akıllı telefon kullanım sıklığı puanlarının medeni durum değişkenine göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Buna göre evli bireylerin akıllı telefon kullanım sıklığı fazla ve bekar bireylere göre daha azdır.

Katılımcıların eğitim durumlarına göre akıllı telefon puanları incelendiğinde, bağımlılığı olmayan, kullanım sıklığı orta olan ve kullanım sıklığı yüksek olan gruplarda lise ve lisans mezunlarının çoğunlukta olduğu görülmektedir. Bu durum katılımcıların büyük çoğunluğunun lise veya lisans mezunu olmasından kaynaklanmaktadır. Yüzde oranları olarak ilkökul mezunlarının yarısından fazlasının kullanım sıklığı düşük olan grupta, lise mezunlarının da az bir çoğunluğunun kullanım sıklığı düşük olan grupta, ön lisans mezunlarının yarısından fazlasının kullanım sıklığı orta olan grupta, lisans mezunlarının da yarısının kullanım sıklığı orta olan grupta, ön lisans mezunlarının ise yarısının kullanım sıklığı orta olan grupta olduğu gözlemlenmiştir. Ancak yapılan analizler sonucunda akıllı telefon kullanım sıklığı puanı ile eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Buna göre her eğitim düzeyinden birey akıllı telefon bağımlısı olabilir veya risk altında olabilir.

Bağlanma stilleri, her birey için bebeklik döneminde kurulan ilişkilerden doğar ancak daha sonra yaşamlarının her evresinde ilişki içinde buldukları kişilerle tekrar eder. Bireyin kişiler arası etkileşiminin temelini oluşturmaktadır. Bu çalışmada katılımcıların bağlanma stillerini belirlemek amacıyla ilişki ölçeği anketi uygulanmıştır. Kişilerin bu anketlere verdikleri cevaplara göre bağlanma stilleri belirlenmiştir. Yapılan çalışmada kayıtsız bağlanma stiline dahil bireyler %65, korkulu bağlanma stiline dahil bireyler %30,1, güvenli bağlanma stiline dahil bireyler %2,6 ve saplantılı bağlanma stiline dahil bireyler %1,7'dir. Buna göre, katılımcıların daha çok kayıtsız bağlanma

stiline sahip olduğu görülmüştür. Daha sonra ise korkulu bağlanma stili gelmektedir. Bu sonuçlar değerlendirilecek olursa, kayıtsız bağlanma stiline sahip kişilerde olumlu kendilik modeli ile birlikte olumsuz öteki modeli olduğu bilinmektedir. Bu kişiler sosyal etkileşimde düşmanca tavırlar sergileyen, kendini açmakta zorlanan ve tanımlamaları detaysız olan bireylerdir. Kendine değer verme ve başkalarına karşı olumsuz tutuma sahip olma şeklinde bir yapıya sahiptirler. Kayıtsız bağlanma stiline sahip birey, yakın ilişkilerinden edilgen bir şekilde kaçır, bağımsızlığa aşırı değer verir ve ilişkilerin çok da önemli olmadığına inanmaya başlar.

Kadın katılımcılarda kayıtsız bağlanma stili erkek katılımcılara göre daha yüksek, erkek katılımcılarda ise korkulu bağlanma stili kadın katılımcılara göre daha yüksek oranda olduğu gözlemlenmiştir. Güvenli ve saplantılı bağlanma stilleri pek yaygın olarak görülmesine de, güvenli bağlanma stiline sahip katılımcılarda erkek katılımcıların oranı kadın katılımcılara göre biraz daha yüksek, saplantılı bağlanma stiline sahip katılımcılarda ise kadın katılımcıların oranı erkek katılımcılara göre biraz daha yüksek olarak gözlemlenmiştir. Yapılan analizlerde kayıtsız bağlanma puanının cinsiyet değişkene göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna varılmıştır. Diğer bağlanma stillerinde anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Kayıtsız bağlanma stiline sahip kadın katılımcıların ortalamaları erkek katılımcılara göre daha yüksek çıkmıştır. Buna göre kayıtsız bağlanma stili için kadın ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık olduğu söylenebilir. Bağlanma ile ilgili çalışmalar değerlendirildiğinde (Bowlby, 1988) bebeklikteki güvensiz bağlanmanın bireyin ruhsal gelişimindeki hassas dönemlerde önemli bir aksamaya yol açma durumunun olması ilerleyen yaşlarda kayıtsız bağlanma yaşayan bireylerdeki durumu açıklayıcı niteliktedir. Bu durum bizim çalışmamızı destekler niteliktedir.

Katılımcıların bağlanma stilleri ile medeni durumları karşılaştırıldığında, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin çoğunluğunun evli olduğu; saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma stiline sahip bireylerin ise daha çok bekar olduğu gözlemlenmiştir. Yapılan analizlerde ise güvenli, kayıtsız ve korkulu bağlanma stillerinin medeni duruma göre farklılık gösterdiği saptanmıştır.

Yaş gruplarına bakıldığında güvenli bağlanma stiline sahip katılımcıların çoğunun 31-35 yaş ve 36 yaşından büyük olduğu gözlemlenmiştir. Kayıtsız bağlanma stilinde, yaş

gruplarına göre hemen hemen eşit oranda dağılım gösterdiği gözlemlenmiştir. Korkulu bağlanma stilinde ise 21-25 yaş ve 26-30 yaş gruplarında oranların diğer gruplara göre biraz daha yüksek olduğu görülmüştür. Saplantılı bağlanma stilinde 20 yaşından küçük katılımcıların oranı diğer katılımcılara göre yüksek çıkmıştır. Yapılan analizlerde kişilerin bağlanma stilleri ile yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu farklılık, kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylerde 21-25 yaş grubu ile 26-30 yaş grubu, 31- 35 yaş grubu ve 36 yaşından büyükler arasında, korkulu bağlanma stiline sahip bireylerde ise 21- 25 yaş grubu ile 26- 30 yaş ve 36 yaşından büyükler arasında gözlemlenmiştir.

Eğitim durumuna göre bağlanma stilleri incelendiğinde, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin lise ve lisans mezunları olduğu görülmüştür. İlkokul, önlisans ve lisansüstü mezunlarında güvenli bağlanma stili görülmemiştir. Bunun nedeni katılımcıların büyük çoğunluğunun lise ve lisans mezunu olması olabilir. Lisansüstü mezunlarının büyük bir çoğunluğunun kayıtsız bağlanma stiline sahip olduğu gözlemlenmiştir. Kayıtsız bağlanma stilinde oranlara bakıldığında önlisans mezunlarının oranı yüksektir. Korkulu bağlanma stilinde ise lise ve ilkokul mezunları yüksek oranda görülmektedir. Saplantılı bağlanma stiline sahip çok fazla katılımcı olmamasına karşın bu katılımcıların ilkokul, lise ve lisans mezunları olduğu gözlemlenmiştir. Yapılan analizlerde katılımcıların kayıtsız ve saplantılı bağlanma stilleri ile eğitim durumları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu farklılık kayıtsız bağlanma stiline sahip bireylerde ilkokul mezunları ile önlisans mezunları arasındadır. Saplantılı bağlanma stilinde ise önlisans mezunları ile ilkokul, lise ve lisans mezunları arasındadır.

Akıllı telefon kullanım sıklığı ile bağlanma stilleri karşılaştırıldığında güvenli bağlanma stiline dahil bireylerin hiçbiri kullanım sıklığı yüksek olan gruba dahil değildir. Güvenli bağlanma stilinde bireylerin çoğunluğu risk altındadır. Kayıtsız bağlanma stilinde ise yine kullanım sıklığı düşük olan grup ve kullanım sıklığı orta olanlar grubunda bireylere rastlanmaktadır. Korkulu bağlanma stilinde de kayıtsız bağlanma stiline benzer sonuçlara rastlanmıştır. Saplantılı bağlanma stilinde ise daha çok kullanım sıklığı yüksek olan bireylere rastlanmıştır. Yapılan korelasyon analizinde akıllı telefon kullanım sıklığı puanı ile kayıtsız, saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. Ancak bu ilişkinin şiddeti yüksek değildir.

Araştırma sonuçlarının özetlenmesi gerekirse;

1. Katılımcılar arasında belirlenen değerlere göre akıllı telefon kullanım sıklığı düşük 127 kişi, orta 139 kişi, yüksek ise 36 kişidir.
2. Akıllı telefon kullanım sıklığı ile cinsiyet, eğitim durumu arasında ilişki bulunmamıştır.
3. Akıllı telefon kullanım sıklığı ile katılımcıların medeni durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bekar bireylerde akıllı telefon kullanım sıklığının yüksek ve orta seviyede olanlar, evli bireylere göre daha fazla olduğu saptanmıştır.
4. Akıllı telefon kullanım sıklığı ile yaş grupları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu ilişki 21 ila 25 yaş grubundakiler ile 26 ila 30 yaş, 31 ila 35 yaş ve 36 yaşından büyükler arasındadır.
5. Akıllı telefon kullanım sıklığı yüksek olanlar daha çok 21-25 yaş grubundaki bireylerde görülmüştür. Yine bu yaş grubu orta seviye grubunda da çoğunluktadır. 36 yaşından büyük katılımcıların ise büyük çoğunluğunda akıllı telefon kullanım sıklığı düşüktür fakat bu yaş grubu da orta seviye grubunda çoğunluktadır.
6. Katılımcıların bağlanma stilleri değerlendirildiğinde, güvenli bağlanma 8 kişi, kayıtsız bağlanma 198 kişi, korkulu bağlanma 91 kişi ve saplantılı bağlanma 5 kişide görülmüştür. Kayıtsız bağlanma stili açık ara katılımcılar arasında en fazla görülen bağlanma stilidir.
7. Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireyler için cinsiyet ve bağlanma stili arasında bir ilişki bulunmuştur. Kayıtsız bağlanma stiline sahip kadın katılımcıların ortalamaları erkek katılımcılara göre daha yüksek çıkmıştır.
8. Güvenli, kayıtsız ve korkulu bağlanma stillerinin medeni duruma göre farklılık gösterdiği saptanmıştır. Güvenli bağlanma stiline evli bireylerde daha fazla rastlanmıştır. Kayıtsız ve korkulu bağlanma stillerine ise bekar bireylerde daha fazla rastlanmıştır.
9. Korkulu ve kayıtsız bağlanma stili ile katılımcıların yaşları arasında ilişki bulunmuştur. Bu ilişki korkulu bağlanma stiline 21 ila 25 yaş grubu ile 26 ila 30 yaş ve 36 yaşından büyükler arasında, kayıtsız bağlanma stiline ise 21-25

yaş grubu ile 26-30 yaş grubu, 31- 35 yaş grubu ve 36 yaşından büyükler arasındadır.

10. Kayıtsız bağlanma ve saplantılı bağlanma stili ile katılımcıların eğitim durumu arasında ilişki bulunmuştur. Bu ilişki kayıtsız bağlanma stili için ilkökul ve önlisans eğitim düzeyleri arasında, saplantılı bağlanma stili için önlisans eğitim düzeyi ile ilkökul, lise ve lisans eğitim düzeyleri arasındadır.
11. Akıllı telefon kullanım sıklığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki korelasyon analizi ile test edildiğinde kayıtsız bağlanma, korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stilleri akıllı telefon kullanım sıklığı arasında anlamlı bir ve pozitif bir ilişki bulunmuştur. Ancak bu ilişki çok zayıftır.

Tüm bu bulgular sonucunda yapılan araştırmalardan, güvenli bağlanma biçiminin en önemli etkisi insan ilişkilerinde görülmektedir. Kendine güvenen birey, karşı tarafa da güvenip bağlanabilmektedir. Bu nedenle güvenli bağlanma biçimi görülen bireylerin genelde evli olarak gözlemlenmiştir. Bu kişilerin aynı zamanda sorumlulukları olduğundan boş vakitlerini telefonla harcama gibi düşünceleri ve gereksinimleri bulunmamaktadır. Bebeklikten oluşan bağlanma ilişkisinin; bireylerdeki uzun süreli etkisini bu araştırmaların sonucunda görebilmekteyiz.

Kişinin almış olduğu sorumluluk duygusu ve duygusal ilişkinin desteği bağımlı olmayı azalttığıdır. İnsan ilişkilerinin temeli, sağlamlığı bireyin psikolojik sağlığını da etkisi görülmektedir. Anne ile olan iletişimden başlayan güven duygusunun temeli bağımlı bir birey olmaya kadar gidebilmektedir.

2. TARTIŞMA

Telefon kullanımı modern çağın vazgeçilmez bir parçası olmaktadır. Çağa ayak uydurmak teknolojiye ayak uydurmakla oluşmaktadır. Gün geçtikçe gelişen teknolojinin temel amacı insanlara hizmet etmek, işlem sürecini hızlandırmak gibi örneklerden oluşmaktadır. Teknolojik hizmetlerle yaşam koşulları iyileşirken, bir yandan da dengeler değişmeye başlamıştır. Temelinde insanlığa ve bilime hizmet olan teknolojinin; insanlara faydasından daha çok zararı olduğu hale tartışma konusu olmaktadır.

Teknolojik gelişmelerden insana en çok zarar verdiği düşünüldüğü televizyon, bilgisayar ve cep telefonları olmaktadır. Teknolojiyi kullanımının hızla artmasıyla; internet, televizyon ve telefon bağımlılığı gibi kavramlar ortaya çıkmıştır. İnsanlar teknolojiye bağımlı olmaya başladıkça, makineleşmeye başlamışlardır. Yani insan ve makine yarış halinde olmaya başlamaktadır. İnsanlar, makineleşerek, duygularını ve en önemlisi empatilerini yitirmeye başlamışlardır. Duygularını yitiren bireyler, çocuklarına duygularını yeterince veremeyip, onları ihmal edip, empati kurmayı öğretmedikçe yeni nesillerde makineleşmeye meyilli olarak büyümektedir. Ailelerin cep telefonlarına bağımlı olup, çocuklarına yeteri kadar ilgi göstermemesi, telefon bağımlılığının bağlanma biçimine olan etkisini göstermektedir. Ayrıca, çocukların aileden ilgi isteyip, oyun oynamak istediklerinde, çocuklarını telefonla oynamalarını öğreten ve buna hep izin veren aileler, kendi çocuklarının küçük yaşta bağımlı olmalarına neden olmaktadır.

Yapılan bir araştırma sonucunda, akıllı telefon bağımlılığının demografik ilişkisi incelenmiştir. Lee ve arkadaşlarının (2016) araştırmalarına göre; akıllı telefon kullanımı kadınlarda daha fazla görülmektedir. Kadınların telefon bağımlılığına karşı daha hassas olduğu gözlemlenmektedir. Bir başka tartışma söz konusu; kadınların ergenlik döneminde ki bağımlılık riski erkeklere oranla daha fazla görülmektedir. Çünkü kadınlar kişiler arası ilişkilere ve bu ilişkiyi telefonla kurmaya daha hassastır. Son zamanlarda cep telefonları kişisel iletişim ve hızlı iletişim araçları olarak algılanmaya başlanmaktadır. Bu durum kadınların neden daha fazla akıllı telefon kullanmaya eğilimli olduklarını göstermektedir. Akıllı telefonların hızlı gelişimleri ile birlikte sosyal ağ gibi iletişim yollarıda gelişmektedir. Bu gelişmeler bayanların daha hızlı bağımlı olmasına neden olmaktadır.

Akıllı telefonların bağımlılığı; günlük kullanım süresine ve amacına göre cinsiyet farklılığı göstermektedir. Akıllı telefonların internet kullanımı ile bağımlılığının arttığı gözlemlenmektedir. Telefonla internete dalan bir birey zamanla daha çok dalmaya başlar ve bunun farkında olmadan zamanını geçirip bağımlı olmaya başlamaktadır. Sürekli internet kullanımı ile bağımlılık arasında bir ilişki bulunmaktadır. İnternette zaman geçirme ve farkında olmadan bu zamanın uzaması ile bağımlılık arasındaki ilişki, telefon kullanımı ve bağımlılığına benzerdir. Bayanlar telefonda iletişim kurdukça zaman dilimini daha çok telefon kullanımına ayırmaktadırlar. Bu zaman diliminin farkında

olmadan uzaması bağımlılığa neden olmaktadır. Bununla birlikte, bu görüşe kanıt sağlamak için daha fazla çalışmanın yapılması gerekmektedir.

Akıllı telefonlara bağımlı olan bireylerin kullanım amaçları arasında; internet aramaları, medya tabanlı eğlence katılımları, sosyal ağ hizmetleri fonksiyonları yer almaktadır. Lee ve arkadaşları (2016) bu konudaki görüşe araştırmalarıyla yeni bir bulgu eklemişlerdir. Yapılan araştırmada erkek ve kadınlar sosyal ağ kullanımı konusunda karşılaştırılmış olup, sonucunda sosyal ağ kullanımının kadınlarda %51.7 oranında iken erkeklerde ise %39.2 oranında gözlemlenmiştir. Bu araştırmanın sonucu ile; sosyal ağ hizmetleri kullanımı, kadınlara bağımlılık puanı erkeklerden daha yüksek olabilir yargısına varılmaktadır. Özellikle kadınların kişiler arası ilişkilerin internet kullanımı ile daha çok destekleneceğine inanması, kadınların daha fazla sosyal ağ kullanımlarını tercih etmesiyle uyumlu olmaktadır. Buna ek olarak, kadınlar ilişkilerin gelişmesini medya ile bağlantılı olduğuna inanmaya daha çok meyillidirler, bu nedenle kadınlar daha büyük medya kullanımına yönelmektedirler. Japonya'da yapılan mesajlaşma davranış çalışmasında; kadınlar erkeklere oranla daha hızlı ve daha çok kişiye mesaj attıkları gözlemlenmiştir. Bu çalışmada ki bir başka gözlem ise; kadınlar iletişim kurmak için daha çok telefon kullanımını tercih etmiştir, bu durum bayanların telefon kullanım bağımlılığına daha çok eğilimi olduğunu göstermektedir. Akıllı telefon bağımlılık skorları, günlük ortalama kullanım ve kullanım amacına göre önemli ölçüde farklılık göstermektedir. Bu nedenle, akıllı telefon kullanımının temel amacı ve günlük ortalama kullanım akıllı telefon bağımlılığını bağımsız olarak etkileyebilir.

Akıllı telefon kullanmada; erkekler genellikle dinlenirken telefon kullanmayı tercih ederken, bayanlar seyahat ederken, dinlenirken, uyumadan önce sıklıkla kullanmaktadırlar. Akıllı telefon kullanım durumları incelendiğinde erkekler arasında farklılık çok görülme de, bayanlar arasında işve uyumadan önce olarak farklılıklar göstermektedir.

Sosyal ilişkiler, tüketicinin bir teknolojiyi benimsemiş kararlarına kesinlikle bağlı olmaktadır. Sosyal etkileşimler; komşular, arkadaşlar, akrabalar, aile üyeleri, medya aracılığıyla ünlü kişilerden oluşmaktadır. Birey örnek aldığı veya etkilendiği sosyal çevresinden yeni bir teknolojiyi kullanmak için ilham almaktadır. Genellikle kişiyi etkileyen en çok sosyal etken, aile üyeleri ve arkadaşlar olmaktadır. Birçok araştırmacı,

sosyal etkiyi anahtar bir yapı olarak tanımlamaktadır. Bu, hem kullanım niyetini hem de kullanım davranışını etkilemekte ve dolayısıyla tüketici tarafından yeni teknolojilerin benimsenmesinde önemli rol oynamaktadır. Akıllı telefon kullanıcılarının memnuniyetlerinin artması ve bunu sözel olarak ifade etmesi, başkalarını olumlu olarak etkilemektedir ve bağımlılık oranını da arttırmaktadır. Toplumun olumlu sözel ifadeleri, başkalarının inançlarını etkilemektedir ve bir taklit süreciyle kullanıma teşvik etmektedir. Bu görüş ise sosyal etkinin akıllı telefon kullanımına ve bağımlılığına etkisini vurgulamaktadır. Sosyal etkileşimin yanı sıra; akıllı telefon kullanımının sosyal bir ihtiyaç olması bağımlılığa etki etmektedir. Günümüzde insanlar, arkadaş ortamına uyum sağlamak, haberleşmek, iş programlarını düzenlemek veya bir eğlence düzenlemek için akıllı telefon kullanmaktadırlar. Bu görüşe dayalı olarak sosyal ihtiyaçlarını karşılamak için bireyler akıllı telefon kullanıp zamanla bağımlısı olabilmektedirler. Arif ve Aslam'ın (2014) araştırmasına göre; üniversite öğrencileri sosyal çevrelerinden etkilenip uyum saplama amacı ile akıllı telefon kullanmaktadır.

Bağlanma biçimi ve bağımlılık arasındaki tartışmalardan birisi de annenin çocuğa tutumu ve içinde büyüdüğü sosyal çevrenin etkisi arasında olmaktadır. Çocuğuyla ilgilenmeyen anne ile çocuk arasında güvensiz bir bağlanma biçimi oluşmakta ve bu çocuğun benlik algısını olumsuz etkilemektedir. Kendine güvenmeyen, içine kapanan çocuk aynı zamanda sosyalleşmeye de çekinir ve bu durum çocuğu teknolojiye bağımlı olmaya meyilli hale getirir. Çevresiyle iletişim kurmak istemeyen çocuk, telefonunda kendi hayal dünyasını oluşturur ve aradığı sevgi, ilgi, destek, onaylanma hissini burada yakalar. Sanal bir kişilik yaratmış olur ve burada başka patolojilerde oluşabilmektedir. Ailenin tutumu dışında sosyal çevrede markalaşma ve popüler olma önemli bir yer almaktadır. Özellikle de ergenlik dönemlerinde bu durum daha da önemli bir hal almaktadır. Arkadaşlarından dışlanmaktan korkan çocuk, onaylanma onlarla olan ilişkilerini devam ettirme için son teknolojik telefonları takip edebilmektedir. Bazen de alay edilmesini önlemek için bir neden olabilmektedir çocuklarda. Onaylanma ve sosyalleşme ihtiyacını bu yolla kazanan çocuk veya ergen hayatı boyunca hep başkalarını kaybetmekte, dışlanmaktan, onaylanmamaktan korkarak yaşayacaktır. Öz güveni düşük ve aileler tarafından dışlanan, ilgisiz bırakılan veya istismar edilen çocuklarda daha sık gözlemlenmektedir.

Akıllı telefonların öğrenciler arasındaki bağımlılığında, telefonun geleneksel kullanımından daha çok eğlence için kullanımının tercih edildiği gözlemlenmiştir. Akıllı telefon bağımlılığının eğlence medya kullanımı ile olan ilişkisi bu görüşle desteklenmektedir. Zamanla akıllı telefon kullanımının artışı, insanların zaman geçirmek ve eğlence ihtiyaçlarını karşılama amacıyla orantılı olmuştur. Oyun oynayarak akıllı telefon bağımlılığının artması, kısmen video ve oyun bağımlılığının bir etkisi olarak açıklanmaktadır. Yani insanların video ve oyunlara bağımlı olması onları telefon kullanımına da bağımlı yapmaktadır. Yapılan çalışmalar hemen her ülkede; ergenlik çağındaki çocukların oyunları eğlenceli buldukları ve oyunlara bağımlılık gösterdikleri bulunmuştur. Bağımlılığın bu kısmı kültürel etkenden bağımsız olduğunu göstermektedir. Oyun ve video bağımlılığının ilişkisinin araştırılması gelecek çalışmalar için öngörülmektedir.

Bir başka görüş cep telefonu bağımlılığının yaşla ters orantılı olmasıdır. Akıllı telefon bağımlılığın genç yaştaki bireylerde daha sık gözlemlendiğini ve gelecekte bu oranın daha çok artacağını öngörmektedir (Chen ve diğ., 2015). Gençlerin akıllı telefon kullanımı, başkalarının bakış açlarına veya kararlarına dikkat etmeden kendi fikirlerini tam olarak ifade edebildiği sanal bir elektronik platformdur. Bu çalışmada katılımcıların daha çok 36 yaş üstü olmasından kaynaklı bu veriye ulaşılammıştır. Çalışmada genç grupların çoğunluğunun akıllı telefon kullanması bu görüşü destekleyici niteliktedir.

Kuyucu (2017) yaptığı araştırmada; akıllı telefon kullanma ile akademik başarı arasındaki ilişkiyi açıklamıştır. Akıllı telefon kullanımı ile günümüzde derslerin videolarını ulaşabilecek konumda olsa bile, kötüye kullanımdan kaynaklı akademik başarıyı düşürdüğü görülmektedir. Akademik başarı ile benlik saygısı, özgüven ve aile tutumunun ilişkisi bulunmaktadır. Buradan ailelerin tutumunun çocukların telefon kullanımına ve başarılarına olan ilişkisine değinilmiştir. Elde edilen bir başka görüş ise; demokratik ailelerin çocuklarının akıllı telefon kullanımının az olduğu görülmektedir. En fazla telefon kullanımının olduğu lise öğrencilerin aile yapılarına sırasıyla bakıldığında; aşırı koruyucu aile, ilgisiz aile, otoriter aile yapısı görülmektedir.

Ailelerin tutumu ile bağlanma ilişkisinin teknolojiye olan bağımlılığa olan etkisi genel olarak desteklense de oluşan bu bağımlılığın aşamaları bulunmaktadır. İlk aşama da merak edip, denemek isteğiyle başlamaktadır. İkinci aşamada, daha çok sosyal çevreye

uyum sağlama ve kendini onaylamakla devam etmektedir. Bu kullanımı daha da bağımlı bir hale getirmektedir. Üçüncü aşama ise; bir amaca yönelik kullanmaya başlamakta ve devam etmektedir. Burada birey, problemlerden kaçmak, boş vaktini değerlendirme amaçlarıyla kullanmaya devam etmektedir. Dördüncü aşamada birey artık bağımlı bir kullanıcıdır ve kullanım için hiçbir bahaneye gerek duymamaktadır (Kuyucu, 2017).

Akıllı telefonun toplumsal ruh sorunlar oluşturduğu görüşü Lee ve arkadaşları (2016) tarafından destelenmiştir. Akıllı telefon bağımlılığı ve kaygı bozukluğu arasında ilişki bulunmaktadır. Akıllı telefon bağımlılığında rastlanan en sık akıl hastalığı kaygı bozukluğu; telefon bağımlılığının ötesinde bireylerde ciddi psikolojik patolojiler oluşturmaktadır. Telefon bağımlılığına bağlı oluşan kaygı bozukluğunun risk oranı kadınlarda daha fazla görülmektedir.

Türkiye’de akıllı telefon bağımlılığından kaynaklanan en sık akıl hastalığı ise, kaygı bozukluğunun artışına bağlı olarak görülen uyku bozukluklarıdır (Lee ve diğ., 2016). Bu ilişkiyi kadınlara yönelik yapılan araştırmalarda; kadınlarda daha çok sosyal dışa dönüşüm çabası ile endişe sorunları yaşandığı ilişkisi açıklanmaktadır.

Telefon bağımlılığın en sık gözlemlenen yaş grubu olan çocuk ve ergenlerde, bağımlılık oranı arttıkça patolojilerde artış yetişkinlere oranla fazlalık göstermektedir. Oluşan bu durumun nedenleri arasında, kişilik oluşumunda kimlik arayışı, hormonal gelişimler olabilmektedir. Bağımlılıkta artış görüldükçe çocuklarda sosyal ortama girmekten kaçınma, kaygı ve endişenin artışı görülmektedir. Kendilerini sanal ortamda daha iyi ifade eden genç kesimin, yüz yüze ifade ederken daha çok kaygılandıkları görülmektedir. Bir başka bakış açısı ise; sosyal yaşamda kendilerini ifade etmekte endişe yaşayan ve çekinen bireyler için, telefon kullanımı ideal bir etkileşim aracı olarak görülmesidir. Bununla birlikte; sanal iletişime aşırı bağımlılık kaçınılmaz olarak cep telefonuna aşırı bağımlılığa neden olmaktadır. Gençlerin kişilerarası ilişkileri değerlendirebilmesi ve kişilerarası etkileşim için gerekli becerileri edinmesi önerilmektedir. Yüz yüze iletişim kurabilme becerilerin geliştirilmesi için, gençlerin daha sağlıklı bir şekilde telefon kullanmalarını sağlanmalıdır ve bunun için de çalışmalar yapılmalıdır.

Lapointe ve arkadaşları (2014), telefon bağımlılığın hem fiziksel hem de psikolojik zararlarını tartışmıştır. Yaptıkları araştırmalarda telefon bağımlıların, telefon kullanmadıkları zamanlarda daha çok sinirli, stresli ve suçlu oldukları bilinmektedir. Akıllı telefonların kullanımının fiziksel etkilerle ilişkisi yorgunluk veya uyku eksikliği olarak tanımlanmaktadır.

Bu çalışmanın bazı kısıtlılıkları bulunmaktadır. Çalışmanın tek bir ile bağlı olması, fazla katılımcının olmaması, kadın ve erkek sayısının eşit olmaması, yaş sınırlılıklarının eşit olmaması kısıtlamalar arasındadır. Akıllı telefon kullanımı ve bağımlılığının etkileyebilecek olan ruhsal etkenlerin araştırma metodunda incelenmemiş olması bu çalışmanın sınırlılıklarındandır.

KAYNAKÇA

- Akkapulu, E. 2005, “*Ergenin Sosyal Yetkinlik Beklentisini Yordayan Bazı Değişkenler*”.
Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı,
Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adana.
- Al-Khlaiwi. Thamir - Meo, Sultan. A, 2004, “Association of Mobile Phone Radiation
with Fatigue, Headache, Dizziness, Tension and Sleep Disturbance in Saudi
Population”, *Saudi Medical Journal*, Sayı.25, (732-736).
- Allen. J.P. Hauser, S.T. Borman-Spurell, E. 1996, “Attachment theory as a framework
for understanding sequelae of severe adolescent psychopathology”: An 11-year
follow-up study. *J Consult Clin Psychol* ; 64: 254-263.
- APA,1994,“Mental Bozuklukların Tanımsal ve Sayımsal El Kitabı”, Dördüncü Baskı
(DSM-IV) Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı(Çev. Ed.: E. Köroğlu). Hekimler
Yayın Birliği, Ankara.
- APA,2013, “Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayımsal El Kitabı”, Beşinci Baskı
(DSM-5) Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı, (Çev. Ed.: E. Köroğlu). Hekimler
Yayın Birliği, Ankara.
- Atak, H. 2011, “Kimlik gelişimi ve kimlik biçimlenmesi: Kuramsal bir değerlendirme”.
Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar. 3(1):163-213.
- Bahadır, Ş. 2006, “Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Çatışma Çözme Stratejileri
ve Olumsuz Duygu durumunu Düzenleme Arasındaki İlişki”. Ankara Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Ankara.
- Book, S.W. Randall, C.L. 2002, “Social anxiety disorder and alcoholuse”. *Alcohol Res
Health*, 26.130-135.
- Bowlby, J. 2012, ”The Making and Breaking of Affectional Bonds”. Çeviren: Kamer M.
Sevgi Bağlarının Kurulması ve Bozulması. 1. Basım, Psikoterapi Enstitüsü Eğitim
Yayımları, İstanbul,, 87-103.

- Bozkurt, S. 2006, “*Temas Biçimleriyle Bağlanma Stilleri ve Kişilerarası Şemalar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*”. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
- Bretherton, I. 1992, “The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth”. *Developmental Psychology*, 28(5), 759.
- Choi. Hyun Seok - Lee, Hyun. Kyung- Ha, Jeong. Cheol, 2012, “The Influence of Smartphone Addiction on Mental Health, Campus Life and Personal Relations- Focusing on K University Students”, *Journal of the Korean Data and Information Science Society*, Sayı. 23, (1005-1015).
- Cüceloğlu, D. 2000, “Yeniden İnsan İnsana” İstanbul, Remzi Kitabevi, 27-32.
- Deniz, M.E. 2006, “Ergenlerde Bağlanma Stilleri ile Çocukluk İstismarları ve Suçluluk- Utanç Arasındaki İlişki”. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22, 89 - 99
- Dozier, M. Stovall, K.C. ve Albus, K. E. 1999, “Attachment and Psychopathology” In Adulthood. J. Cassidy ve P. R. Shaver, (Ed.), *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications* (497-519). New York: Guilford Press.
- Dönmez, M.M. 2007, “*Meslek Lisesi Öğrencilerinin Atılganlık Düzeylerine Göre Yaşam Doyumu ve Duyguları İfade Etme Eğilimlerinin Karşılaştırılması.*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dredge, Rebecca - Gleeson, et al. 2014, “Cyberbullying in Social Networking Sites: an Adolescent Victim’s Perspective”, *Computers in Human Behavior*, Sayı.36, (13-20).
- Eridoğan, F.E. 2010, “*Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Biçimleri ve Kişilik Bozuklukları*”. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Psikiyatri Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Aydın.
- Field, A., 2013, “*Discovering Statistics Using SPSS*”, Dördüncü Baskı.

- Flores, P.J. 2004, "Addiction As An Attachment Disorder". New York: Jason Aronson, .
- Freud, A. 2011, " Das Ich und die Abwehrmechanismen". Çeviren: Erim Y. Ben ve Savunma Mekanizmaları. 2. Basım, Metis Yayınları, İstanbul, 8-9.
- Geçtan, E. 2010, " Psikanaliz ve Sonrası". İstanbul, Metis Yayınları, 32-115, 261-265.
- Gerrig, R.J. Zimbardo, P.G.2012, " Psychology and Life". Çeviren: Sart G. Psikoloji ve Yaşam.19. Basım, Nobel Yayınevi, Ankara, 317-323
- Gökay, E. Yüksel ,F.V. Göral, S. 2006, " İnsan ilişkilerinde yansıtımlı özdeşim." Turk Psikiyatri Derg. 17(1):46-54.
- Hamarta, E. Deniz, M.E. 2009, "Durmuşoğlu Saltalı N. Bağlanma stillerinin duygusal zekâyı yordama düzeyi." Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri. 9(1):195-229.
- Hamarta. E, 2004, "*Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenlerin (Benlik Saygısı, Depresyon ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi.*" Yayımlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Hazan, C., Shaver, P.R. 1994, "Bağlanma (Yakın İlişkilerle İlgili Araştırmalar İçin Bir Çerçeve)", Psychological Inquiry, 5(1), 1-2.
- Holden, C. 2001, "Behavioral addictions: Do they exist? Science", 294, 980-982.
- Holden, C. 2001, "Behavioral addictions: Do they exist? Science", 294, 980-982.
- Hollander, E. 1993, "Obsessive-compulsive related disorders". Washington, DC: American Psychiatric Press .
- Hortaçsu, N. 1997, "İnsan ilişkileri." Ankara:İmge Kitabevi
- IDC, 2014, "Smartphone OS Market Share, Q3 2014, <http://www.idc.com/prodserv/smartphone-os-market-share.jsp> (Erişim Tarihi:03.01.2015).
- Kalba, K.2008, "The adoption of mobile phones in emerging markets: Global diffusion and the rural challenge". International journal of Communication, 31.

- Kimiloglu, H. Aslihan Nasir, V. Nasir, S. 2010, "Discovering behavioral segments in the mobile phone market. *Journal of Consumer Marketing*", 27(5):401-13.
- Klein, M. 1999, "Envy and Gratitude". Çeviren: Koçak O, Erten Y. Haset ve Şükran. 3. Basım, İstanbul, Metis Yayınları, 9-13.
- Köklü, N., Büyüköztürk Ş., Bökeoğlu, Ö.Ç., 2006, *Sosyal Bilimler İçin İstatistik*, Pegem-A Yayıncılık, Ankara.
- Kuyucu, M. (2017). Gençlerde Akıllı Telefon Kullanımı Ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Sorunsalı: "Akıllı Telefon (Kolik)" Üniversite Gençliği. *Global Media Journal TR Edition*, 7(14), 328-359.
- Kwon, Min- Joon-Yeop Lee, Wang-Youn Won, et al. 2013, "Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS)", *PloS One* Sayı.8 (2), (56-93).
- Laramie, D.J. 2007, "Emotional and behavioral aspects of mobile phone use", Alliant International University, Los Angeles.
- Masterson, J.F. 2012, "The Search for the Real Self Unmasking the Personality Disorders of Our Age." Çeviren: Çamkerten A. Gerçek Kendiliği Ararken. Çağımızın Kişilik Bozukluklarını Ortaya Çıkarma. 1. Basım, Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, İstanbul, 31-58.
- Matusik. Sharon, F. - Mickel, Amy E. 2011, "Embracing or Embattled by Converged Mobile Devices? Users' Experiences with a Contemporary Connectivity Technology", *Human Relations*, Sayı. 64(8), 1001-1030.
- Nasar, Jack - Hecht, Peter - Wener, Richard (2008), "Mobile Telephones, Distracted Attention, and Pedestrian Safety", *Accident Analysis Prevention*, Sayı.40, (69-75).
- Orford, J. 1985, "Excessive Appetites: A Psychological View of Addiction." *John Wiley and Sons*, 378p. New York

- Oulasvirta. Annti – Tye, Rattenbury- Lingyi, Ma – Eeva. Raita, 2012, “Habits Make Smartphone Use More Pervasive”, *Personal and Ubiquitous Computing*, Sayı.16 (1), (105-114).
- Özaşçılar. Mine, 2009, “Cep Telefonu Kullanımının Sosyolojik Boyutu: Bireysel Güvenlik ve Günlük Hayattaki Yeri”, Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Özbaran, B. Bildik, T. 2016, “Bağlanmanın nörobiyolojisi.” *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*. 13(3):137-142.
- Phillips, J. G. Ogeil, R. P. ve Blaszczynski, A. 2011, “Electronic Interests and Behaviors Associated with Gambling Problems”. *Int J Ment Health Addiction*, 1(2), 33-42.
- Phillips, J. G. Ogeil, R. P. Ve Blaszczynski, A. 2011, “Electronic interests and behaviors associated with gambling problems”. *Int J Ment Health Addiction*, 1(2), 33-42
- Riggs, S.A. Jacobvitz, D. 2002, “Expectant parents’ representations of early attachment relationships: Associations with mental health and family history”. *J Consult Clin Psychol*, 70: 195-204.
- Rosenstein, D.S. Horowitz, H.A.1996, “Adolescent attachment and psychopathology”. *J Consult Clin Psychol*, 64: 244-253.
- Rushton, K. 2012, “Number of smartphones tops one billion”. *The Telegraph*.
- Sabuncuoğlu, O. ve Berkem, M. 2006, “Bağlanma Biçemi ve Doğum Sonrası Depresyon Belirtileri Arasındaki İlişki”: Türkiye’den Bulgular. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17(4): 252-8.
- Saymaz, İ. 2003, “Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

- Schindler, A. Thomasius, R. Petersen, K. Sack, P.M. 2009, "Heroin as an attachment substitute? Differences in attachment representations between opioid, ecstasy and cannabis abusers". *Attachment and Human Development*, 11: 307-330.
- Schore, A.N. 2012, "Affect Regulation and the Origin Of the Self." Çeviren: Batan N. Duygulanımın Düzenlenmesi ve Kendiliğin Kökeni. 1.Basım, Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, İstanbul, 3-35, 423-449.
- Sevindik, T. 2011, "Determining the Attitudes of the Preservice Teachers About Distance Education Applications", *Energy Education Science and Technology Part B-Social and Educational Studies*, 3(4), 527-534.
- Soni, Ruchi - Upadhyay, Ritesh - Jain, Mahendra , 2017, "Prevalence of Smart Phone Addiction, Sleep Quality And Associated Behaviour Problems in Adolescents", *International Journal of Research in Medical Sciences*, Sayı.5, (515-519).
- Soysal, A. Ş. Ergenekon, E. Aksoy, E. 1999, "Yenidoğan Döneminde Hastanede Uzun Süreli Tedavi Görmeyen Bağılanma Örneği Üzerindeki Etkileri: Bir Olgu Sunumu". *Klinik Psikiyatri*. 2:266-270.
- Soysal, Ş. Bodur, Ş. İşeri, E. Şenol, S. 2005, "Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış". *Klinik Psikiyatri*. 8(2):88-99
- Sümer, N. ve Güngör, D. 1999, "Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma". *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (43), 71 - 106.
- Tabachnick, B.G., Fidell, L.S., 2013, "Using Multivariate Statistics", Altıncı Baskı, Pearson, Boston, Usa.
- TÜİK, 2015, "Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması", www.tuik.gov.tr (Erişim Tarihi:18.08.2015).
- Türk Dil Kurumu, 2011, *TDK Güncel Türkçe Sözlük*. <http://tdk.org.tr> adresinden 20.10.2015 tarihinde alınmıştır.

- Ünal. Muhammed Harun, 2015, “Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerinin Belirlenmesi, Uzmanlık Tezi, Sağlık Bakanlığı Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Ankara.
- Walsh, S. P. White K. M. ve Young R.M. 2008, “ Over-connected? A Qualitative Exploration of the Relationship Between Australian Youth and Their Mobile Phones”. Journal of Adolance, 31, 77-92.
- Winnicott, D.W. 1998, “Playing and Reality”. Çeviren: Birkan T. Oyun ve Gerçeklik. 3. Basım, Metis Yayınları, İstanbul, 7-21.
- Yang, K. 2010, “Determinants of US consumer mobile shopping services adoption: implications for designing mobile shopping services” Journal of Consumer Marketing, 27(3):262-70.
- Yılmaz, B. 2007, “Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İletişim Becerileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki”. Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2007, Muğla (Danışman: Doç. Dr. Atılğan Erözkan).
- Ziyalar, A. 1999, “Sosyal Psikiyatri” İlaveli 2. Baskı, İstanbul: Yüce Yayınevi, 105-127.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler:

Melek SARIÇİÇEK

Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı

Klinik Psikoloji Programı

Doğum yeri ve tarihi: Nazımiye 10.02.1961

e.mail: melekoni@hotmail.com

Eğitim Bilgileri:

Lisans (2011-2015): İstanbul Aydın Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji bölümü

Lise (2004-2007): Açıköğretim Lisesi

Lise (1977-1981): Pädagogische Fachschule Bochum Almanya

Yabancı Diller ve Düzeyi:

Almanca: İleri düzey

İş Deneyimi:

2017-2018: Üsküdar Üniversitesi PDB Asistan Psikolog

Şubat 2015-Haziran 2015: Ataköy Anadolu Lisesi Stajyer Rehber Öğretmen

Ocak 2015-Haziran 2015: Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Stajyer Psikolog

Ekim 2014-Ocak 2015: Bakırköy Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Hastanesi Stajyer Psikolog

Şubat 2014-Haziran 2014: İstanbul Bakırköy Adliyesi Stajyer Psikolog

EKLER

EK-1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Cinsiyet: Kadın / Erkek

Yaş:

Medeni durum: Evli / Bekar

Eğitim durumu: İlkokul

Lise

Önlisans

Lisans

Lisansüstü

EK-2

Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı Ölçeği

Yönerge: Aşağıda akıllı telefon kullanımı ile ilgili çeşitli duygu ve düşünceleri içeren anlatımlar verilmiştir. Lütfen her anlatımın size ne kadar uyduğunu değerlendirerek en uygun seçeneği yuvarlak içine alınız.

1-Kesinlikle katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3-Kısmen katılmıyorum, 4-Kısmen katılıyorum, 5-Katılıyorum, 6-Kesinlikle katılıyorum

1 Akıllı telefon kullanmaktan dolayı planladığım işleri aksatırım.	1	2	3	4	5	6
2 Akıllı telefonu kullanmaktan dolayı derslerime odaklanmakta, ödevlerimi yapmakta ve işlerimi tamamlamakta güçlük çekerim.	1	2	3	4	5	6
3 Akıllı telefon kullanmaktan dolayı el bileğimde veya ensemdede ağrı hissederim.	1	2	3	4	5	6
4 Akıllı telefonumun yanımda olmamasına tahammül edemem.	1	2	3	4	5	6
5 Akıllı telefonum yanımda olmadığında sabırsız ve sinirli olurum.	1	2	3	4	5	6
6 Kullanmasam da, akıllı telefonum aklımdadır.	1	2	3	4	5	6
7 Günlük yaşamımı aksatmasına rağmen akıllı telefonumu kullanmaktan vazgeçemem.	1	2	3	4	5	6
8 İnsanların twitter veya facebook üzerindeki konuşmalarını kaçırmamak için sürekli akıllı telefonumu kontrol ederim.	1	2	3	4	5	6
9 Akıllı telefonumu hedeflediğimden daha uzun süre kullanırım.	1	2	3	4	5	6
10 Çevremdeki insanlar akıllı telefonumu çok fazla kullandığımı söylerler.	1	2	3	4	5	6

EK-3

İlişki Ölçekleri Anketi (Relationship Scales Questionnaire; RSQ)

Asağıdaki maddeler romantik ilişkileriniz dahil olmak üzere yakın ilişkilerinizde

(arkadaşlık, dostluk gibi) hissettiğiniz duygulara iliskindir. Sizden, genel olarak, yakın ilişkilerinizde yaşadıklarınızı dikkate alarak asağıdaki ifadeleri değerlendirmeniz istenmektedir. Asağıdaki maddeleri yakın ilişki içinde olduğunuz kişileri düşünerek cevaplandırınız. Her maddenin ilişkinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılardaki 7 aralıklı ölçek üzerinde gösteriniz.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7
Beni hiç Beni kısmen Tamamıyla
tanımlamıyor tanımlıyor beni tanımlıyor

	1	2	3	4	5	6	7
1.Baskalarına kolaylıkla güvenemem.							
2.Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.							
3.Baskalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.							
4.Baskalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.							
5.Baskalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.							
6.Baskalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık istiyorum.							
7.Yalnız kalmaktan korkarım.							
8.Baskalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.							
9.Baskalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.							
10.Baskalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.							
11.Baskalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediginden kaygılanırım.							
12.Kendi kendime yettigimi hissetmem benim için çok önemli.							
13.Baskalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.							
14.Baskalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.							

15. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum							
16. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.							
17. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							
18. Başkalarıyla tam olarak kaynaşıp bütünleşme arzum bazen onları ürkütüp benden uzaklaştırıyor.							
19. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.							
20. Birisi bana çok fazla yakınlaştığında rahatsızlık duyarım.							
21. Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım.							
22. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.							
23. Terk edilmekten korkarım.							
24. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder							
25. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.							
26. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.							
27. İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum.							
28. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							
29. Romantik ilişkide olduğum insanlar, genellikle onlarla, benim kendimi rahat hissettiğimden daha yakın olmamı isterler.							
30. Başkalarıyla yakınlaşmayı nispeten kolay bulurum.							