

DOI No: <http://dx.doi.org/10.14225/Joh1584>

Geliş Tarihi: 05.02.2019

Kabul Tarihi: 30.06.2019

**AKILLI TELEFON KULLANIMININ YALNIZLIK ÜZERİNE  
ETKİSİ: ERZİNCAN ÜNİVERSİTESİ İKTİSADİ VE İDARİ BİLİMLER  
FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİ ÖRNEĞİ**  
**İbrahim AKKAŞ<sup>1</sup>**

**Özet**

Küreselleşme süreciyle birlikte hız kazanan iletişim ağındaki gelişmeler en çok gençleri etkisi altına almaktadır. Günümüzde gençler en çok akıllı telefon kullanan kitleyi temsil etmektedir. Akıllı cep telefonların yaygın ve aşırı kullanımı bağımlılığa dönüşebilmektedir. İnternet ortamı ve buna bağlı olarak gelişen sosyal medya uygulamaları( facebook, whatsapp, instagram, youtube, bloglar, twitter vb.) gençlerin akıllı telefonlarda uzun süreli zaman harcamalarına sebep olmaktadır. Bu durum bazen yalnızlığa, bazen sosyalleşme sorunlarına, bazen rol ve sorumlulukları yerine getirememe gibi birçok soruna neden olmaktadır.

Bu sorunlara dikkat çekebilmek ve akıllı telefon kullanımının olumsuz etkilerine farkındalık yaratmak araştırmanın amacını oluşturmaktadır. Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencilerine yönelik olarak 229 adet anket uygulanmış olup elde edilen veriler SPSS 18.0 aracılığıyla analiz edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** *Akıllı Telefon, Yalnızlık, Sosyal Medya.*

---

<sup>1</sup> Dr.Öğr. Üyesi, İbrahim AKKAŞ, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İ.İ.B.F Sosyal Hizmet Bölümü (e-posta: [ibrahimakkas191@gmail.com](mailto:ibrahimakkas191@gmail.com)) ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2468-6225>

**The Effect Of Smart Telephone Use On Only: Erzincan University  
Faculty Of Economics And Administrative Sciences**

**Abstract**

The developments in the communication network, which gained momentum along with the globalization process, have the most influence on young people. Today, most of the young people represent the audience using smartphones. The widespread and excessive use of smart phones can turn into addiction. The Internet environment and the emerging social media applications (facebook, whatsapp, instagram, youtube, blogs, twitter, etc.) cause young people to spend a long time on smartphones. This situation causes many problems such as loneliness, sometimes socialization problems, sometimes failure to fulfill roles and responsibilities.

The aim of the research is to draw attention to these problems and to raise awareness of the negative effects of smartphone use. 230 questionnaires were applied to the students of Erzincan University Faculty of Economics and Administrative Sciences and the data were analyzed by SPSS 18.0.

**Keywords:** *Smartphone, Loneliness, Social Media.*

**Giriş**

Telefonla internetin buluşması akıllı telefon kavramının ortaya çıkmasına neden olmuştur. Akıllı telefonlar ve sosyal medya uygulamaları gençlerin en çok tercih ettiği alandır. İnsanlar artık her türlü iletişimi telefonlarıyla gerçekleştirmektedirler. Aynı yerde oturan ama birbirleriyle hiç konuşmadan dakikalarca cep telefonlarıyla oynayan gençleri ya da aynı ev içerisinde olup da birbiriyle saatlerce hiç konuşmayan ama cep telefonlarında sürekli olarak zaman geçiren aile üyelerini görmekteyiz. Sürekli olarak akıllı telefonlarını kontrol eden, yatarken

ve uyandıığımızda baş ucumuzda duran, bir bireye iyi geceler ya da günaydın diyeceğimiz yerde ilk aradığımız araç haline gelen bu araç maalesef bireyleri kendisine bağlamaktadır. Evde, işte, arabada, okulda, tuvalette, hatta banyoda, havuzda ve denizde ama hayatımızın her anında bizimle olacak kadar yakın bir araç haline gelmiştir.

Teknoloji insan hayatını kolaylaştırırken bir taraftan da yalnızlaştırmaktadır. Günümüzde özellikle gençlerin boş zamanlarını değerlendirdiği bir araç haline gelen tablet ve akıllı cep telefonları, bireyleri yalnızlığa sürüklemektedir.

### **1. İnternet ve Bilgisayar Bağımlılığı**

Bilgi ve iletişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler insanların yaşamını derinden etkilemiş ve değiştirmiştir. Bunun en önemli nedeni bilgisayar ve internet teknolojilerindeki gelişmelerdir. Bu durumdan en çok etkilenen gençler olsa da her yaş gurubundan insan bu gelişmeleri yakından takip etmektedir. Bilgisayar teknolojilerindeki gelişmelerin, tablet ve cep telefonlarına aktarılması bu araçların daha fazla kişiye ulaşmasına neden olmuştur.

Son yıllarda cep telefonu kullanımı dünya genelinde artarak iletişimde hayati bir rol oynamıştır. Bu durum 1980'li yılların başında ve 2000'li yıllarda dünyaya gelen Y kuşağı üyelerini etkisi altına almaktadır. 1980'li yıllarda insanların evlerinde elektronik cihazlar yoktu. Fakat bugün Amerikalı yetişkinlerin yüzde 90'ından fazlasında akıllı cep telefonları var (Jonnes, 2014: 78).

İnternetin yaygınlaşması ve kullanım alanının artması günlük yaşamda yeni davranış kalıpları, yeni söylemler ve yeni grupların ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır. Sanal ortamda bir araya gelen gruplar yeni toplumsallıklar olarak da ifade edilmektedir. Yeni toplumsallıklar, coğrafi sınırları aşan, ortak bir dili

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

kullanan elektronik ortamda kurulan tekno ilişkiler bütünüdür. Elektronik ortamdaki bu etkileşim sosyal bir anlam taşır. İnternet yoluyla insanlar kendi seçtikleri insanlarla ve gruplarla sosyalleşme imkânı bulurlar (Kır, 2008: 78).

İnternetin günlük hayatın her alanında kullanılması, her yaşta kesime hitap etmesi, kullanım alanlarının yaygınlaşması, tablet ve cep telefonlarına eklenmesi kullanım alanını genişletmiştir. İnternet, kullanıcılar tarafından amacı doğrultusunda kullanıldığında (bilgi ve haberleşme amaçlı kullanım, problemlere çözüm arama gibi ) bireyler için faydalı olmaktadır. Fakat internetin amaç dışı ve aşırı kullanımı bireyleri olumsuz etkilemektedir. İnternetin sunduğu imkânları;” amacı dışında aşırı kullanma” internet bağımlılığı olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram ilk kez Goldberg tarafından ortaya atılmıştır. Goldberg, “İnternet Bağımlılığı Bozukluğu” diye bir kavram geliştirmiştir. Goldberg, madde bağımlılığı için geçerli olan DSM-IV kriterlerini internete uyarlamıştır (Çakır vd., 2013:5).

İnternet ve Bilgisayar Bağımlılığı bilgisayarla ve sunduğu görüntülerle yoğun bir şekilde meşgul olma durumudur (Tarhan, Nurmedov, 2011: 66).

İnternetin bazı özellikleri bağımlılığı teşvik eder durumdadır (Tarhan, Nurmedov, 2011: 74):

- Günün 24 saati haftanın 7 günü kullanıma hazırdır. İnternete erişim imkânının cep telefonlarıyla da mümkün olması zaman ve mekân sorunun ortadan kaldırmıştır.
- Bundan dolayı kişinin evde, işyerinde, otobüs ve metroda kısacası her neredeyse kullanıma elverişlidir.
- Maliyetinin düşük olması cazip internet paket ve kampanyalar,
- İçeriğinin zengin olması,

- Sürükleyici olması ve bireylere özgür bir ortam sağlaması bağımlılığı teşvik eden faktörlerdir.

Bağımlılıkla ilgili araştırmalara baktığımızda genellikle uyuşturucu ve alkol bağımlılığı üzerinde durulmaktadır. Patolojik kumar oynama, video oyun oynama bağımlılığı ile internetle birlikte ortaya çıkan bağımlılıklar yeni araştırılmaktadır (Young, 402: 2004).

Teknoloji geliştikçe bilgisayar ve internet kullanımı giderek yaygınlaşmakta insanlar oyun, sosyal medya, youtube gibi alanlarda kendilerini ifade etme yoluna gitmektedirler. 1990'larda bağımlılık denilince esrar, eroin, kokain gibi maddeler gelmekteydi. 2000'li yıllardan sonra teknolojinin gelişmesiyle birlikte ortaya çıkan yeni bağımlılık türleri bulunmaktadır (Hazar, 2018:3).

## **2. Akıllı Cep Telefonu**

Cep telefonları ve internet sayesinde bireyler “sanal dünya”yı daha fazla yaşamaya başlamıştır. Sanal dünya, bireylere daha özgür bir alan sunmuş ve bireylerin istediği kimliğe bürünebilmesine imkân tanımıştır. Kimliğin yaratılması ya da inşası modernlikle ilişkilidir (Tatar,2018: 151). Modernlik bu süreçte ortaya koyduğu araçlarla, teknolojiyle kimliğin inşa edilmesine imkân sağlamıştır.

Modernleşme sürecinde kimlikler, “üretim bandından geçerek bir ürüne dönüşmektedir. İnşa edilen kimlikler toplumsallaşma süreciyle olurken, üretilen kimlikler pazarlama ile sunulmaktadır. Birey pazarlanan kimlikler arasından en yaldızlı olanı seçerken özgür olduğunu düşünmektedir. Seçme özgürlüğünün marka ile sınırlı olduğunu fark edememektedir”(Tatar, 2018: 138). Marka kimlik ifadesinin yegâne yolu olarak ortaya çıkınca belirleyici olan kimlik değil tüketim nesnelere olmaktadır. Böylece nesne, özne konumuna gelebilirken, bir özne olarak birey markalar karşısında nesneleşebilmektedir. Nesneleşme arttıkça birey

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

bağımlı hale gelmektedir. Tüketim bireyleri adeta uyuşturmakta ve bireyler tüketimden yüksek derecede zevk almaktadır. Zevk alma beraberinde bağımlılık sorununu getirmektedir (Tatar, 2018: 139).

“İlk cep telefonları sadece konuşma ve mesajlaşmaya olanak tanırken 2000’li yıllarda ortaya çıkan akıllı telefonlar küreselleşmenin etki alanını daha da genişleterek sınırları ortadan kaldırmayı başarmıştır. 2007 yılı akıllı telefon tarihinde milat olarak nitelendirilen bir yenilik ile tanışmıştır. Apple, Steve Jobs öncülüğünde tarihinde ilk iPhone modelini piyasaya sürmüştür. Apple’ın iOS işletim sistemi ile piyasaya sunulan iPhone, cep telefonu olmasının dışında, hem geniş hem de dokunmatik ekranlı iPod’u ve interneti bir araya getirmiştir. Tam anlamı ile ilk dokunmatik ekrana sahip olma özelliğini taşıyan iPhone, kendinden sonra tanıtılan bütün akıllı telefonlar için referans noktası olma niteliğini taşımıştır. Kısa bir zaman sonra, Samsung, Nokia ve LG gibi dünya devlerinden de benzer telefonlar gelmeye başlamıştır “(Yusufoğlu, 2017: 2416).

“Akıllı telefonların eski tip telefonlardan farkı, bireyin diğer bireylerle daha güçlü bir iletişim olanağı sunmasıdır. Özellikle Facebook, Twitter, Instagram gibi sosyal medya platformları bireylerin daha geniş kitlelere ulaşmasını sağlamıştır. Daha önce tek taraflı sunum özelliğine sahip olan televizyon, radyo gibi kitle iletişim araçlarının yerini çift taraflı sunum sağlayan akıllı telefonlar ve tabletler almıştır. Bu araçlar sosyal medya kavramının ortaya çıkmasına yol açmıştır” (Yusufoğlu, 2017: 2417).

Akıllı cep telefonları, bireyler için vazgeçilmez hale geliyor. Çok çeşitli kullanım alanına sahip olan bu araçlar bireylere bilgi, iletişim, eğitim uygulamaları ve eğlence imkânı sunmaktadır. Bunun yanı sıra akıllı telefonlar dokunmatik

ekranlara sahiptir. Wi-Fi aracılığıyla mobil internet erişiminin yanı sıra navigasyon, dijital kamera ve medya oynatıcı gibi özelliklere de sahiptir.

Akıllı cep telefonlarının birçok olumsuz etkileri bulunmaktadır. Bariz olarak fiziksel ve zihinsel sağlık sorunlarına yol açmaktadır. Boyun ve sırt ağrılarının yanı sıra akıllıtelefon kullanırken trafik kazaları da yaşanmaktadır (Severin-Castro, 2015: 298-299).

Telefonun geleneksel özelliklerine ek olarak bir akıllı telefonda bilgisayarda bulunan birçok işlev bulunmaktadır. E-posta ve kısa mesaj gönderme, video izleme, müzik dinleme, oyunoyunama haber ve hava durumu, çevrim içi alışveriş yapma, sesli veya görüntülü arama, çeşitli sosyal medya uygulamaları bulunmaktadır. Birçok uygulama ile birlikte taşınabilir olması her yer ve zamanda internetin olması anlamına gelir. Gençler akıllı telefonu sıklıkla kullanmaktadırlar. Bu kullanım, bağımlılığa yol açmaktadır. İnsanlar zamanlarının büyük çoğunluğunu bu cihazda meşgul olarak geçirirler (Dikeç, 2017: 104).

### **3. Yalnızlık**

Yalnızlık kavramı, bireyin içinde bulunduğu çevrede ya da grupta ilişki kuramaması durumunu ifade eder. Bu durum birey için olumsuz ve istenmeyen bir durumdur.

Giddens'a göre (Giddens 2012:642), "internetin toplumsal etkileşime etkileri hakkındaki görüşler iki genel kategoriye ayrılmaktadır. Bir tarafta online dünyanın yüz yüze etkileşimleri artıran ya da destekleyen yeni bir elektronik etkileşim biçimini beslediği fikrinde olan gözlemciler bulunmaktadır. Yurtdışında çalışan, okuyan kimseler, ülkelerindeki arkadaşları ve akrabaları ile internette düzenli iletişim kurabilmektedir. Mesafe ve ayrılık daha katlanılır hale gelmiştir. İnternet yeni ilişki biçimlerini gelişmesini de sağlamaktadır".

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

“Öte yandan bazı sosyologlar internet teknolojisinin yaygınlaşmasının toplumsal soyutlanma ve parçalanmada artışa neden olacağı kaygısını taşımaktadırlar. Evlerde internete erişimin artmasının insanların aileleri ve arkadaşlarıyla daha az "nitelikli zaman" geçirmelerine enden olacağını ileri sürmektedirler. İnternet iş ve ev arasındaki sınırları belirsizleştirdiği için ev içindeki yaşama tecavüz etmekte, çoğu çalışan epostalarını kontrol ederek gün içinde bitiremedikleri işleri tamamlayarak evde de saatlerce çalışmayı sürdürmektedir. İnsanlarla irtibat azaltmakta, kişisel ilişkiler bozulmakta, tiyatro ve kitap gibi geleneksel eğlence biçimleri bir kenara itilmekte ve toplumsal yaşamın dokusu zayıflamaktadır” (Giddens, 2012: 642-643).

Yalnızlık ve akıllı cep telefonu kullanımı arasında anlamlı bir ilişki vardır. Aşırı cep telefonu kullanımı insanları yalnızlaştırmakta ve çevresinden soyutlamaktadır. Ayrıca cep telefonlarında uzun zaman harcayan bireyler sosyal ilişki kurmakta güçlük çekmektedir.

Yalnızlaşma ve bireysel yaşamın sıkıcı ruh hali düne kadar kişiyi arayışa itiyordu. Hayatın anlamını, niçin var edildiğini kendi kültürel kodlarında sorgulama imkânı buluyordu. Bugün ise bambaşka bir yalnızlık söz konusu sosyal ağlarda kaybolan her kültürden insanla içerik paylaşan can sıkıntısını gidermek için sürekli sanal dünyalarında kaybolan bireyler söz konusudur (Ayaz, 2018:23).

Gerçek hayatta tatmin edilemeyen duygular, hayaller ve istekler sanal dünyada tatmin edilmektedir. Bu durum sanal dünyanın gerçek dünyanın alternatifi olarak algılanmasına neden olmaktadır. Böyle bir durumda birey gerçek hayattan koparak daha da yalnızlaşarak sanal dünyada kendini yeniden inşa etmektedir.



#### 4. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

**Araştırmanın Amacı:** Küreselleşme süreciyle birlikte iletişim ve ulaşım alanında yaşanan gelişmeler maalesef bireyler arasındaki iletişimin de değişmesine neden olmuştur. Geleneksel anlamda aynı zaman ve mekânda bulunmakla yüz yüze gerçekleşen iletişim artık yerini sanal iletişime bırakmıştır. Akıllı telefonlar bireyleri içinde buldukları ortam ve çevreden soyutlamakta, asosyal bireyler yaratmaktadır. Kullanım alanı her geçen gün artan her yaş ve cinsiyetten bireylere ulaşan akıllı telefonlar bireylerin adeta fizyolojik bir ihtiyacı haline dönüşmüş durumdadır. Bu problemler noktasında farkındalık yaratmak, akıllı cep telefonu kullanımının bireyler üzerindeki olumsuz etkilerine dikkat çekebilmek araştırmamızın amacıdır.

**Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları:** Akıllı telefon en çok gençler tarafından kullanılmaktadır. Bu nedenle Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencilerine yönelik olarak 229 öğrenciye anket uygulanmıştır.

**Araştırmanın Hipotezleri ve Alt Hipotezleri:** Akıllı telefon kullanımı ile yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>1</sub>: Akıllı telefon bağımlılığı boyutları ile yalnızlık boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H<sub>2</sub>: Akıllı telefon bağımlılık düzeyi katılımcıların cinsiyetine göre farklılık göstermektedir.

H<sub>3</sub>: Akıllı telefon bağımlılık düzeyi katılımcıların yaşına göre farklılık göstermektedir.

H<sub>4</sub>: Akıllı telefon bağımlılık düzeyi katılımcıların öğrenim gördükleri bölüme göre farklılık göstermektedir.

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

H<sub>5</sub>: Akıllı telefon bağımlılık düzeyi katılımcıların akıllı telefon kontrol sıklığına göre farklılık göstermektedir.

H<sub>6</sub>: Akıllı telefon bağımlılık düzeyi katılımcıların uyurken telefonu yanında bulundurma durumuna göre farklılık göstermektedir.

H<sub>7</sub>: Akıllı telefon bağımlılık düzeyi katılımcıların akıllı telefonu şarj etme sıklığına göre farklılık göstermektedir.

H<sub>8</sub>: Akıllı telefon bağımlılık düzeyi katılımcıların akıllı telefonla internette geçirdiği zamana göre farklılık göstermektedir.

H<sub>9</sub>: Akıllı telefon bağımlılık düzeyi katılımcıların internete erişimlerinin kısıtlanma durumuna göre farklılık göstermektedir.

H<sub>10</sub>: Akıllı telefon bağımlılık düzeyi katılımcıların akıllı telefon kullanırken kendilerini diğer insanlardan yalıtılmış/uzaklaşmış hissetme durumuna göre farklılık göstermektedir.

**Araştırmanın Yöntemi:** Akıllı telefon ve yalnızlık kavramları, bu kavramlar arasındaki ilişkiler teorik olarak açıklanmıştır. Teorik çerçeveyi desteklemek amacıyla anket yöntemi ile veri toplanmasına yönelik saha çalışması yapılmıştır. Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği ve UCLA Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS Windows 18.0’da analiz edilmiştir.

**Araştırmanın Geçerlilik ve Güvenilirliği:**

Araştırmanın geçerlilik ve güvenilirliği Cronbach Alpha yöntemiyle açıklanmıştır. Bu yöntem, ölçekte yer alan k sorunun homojen bir yapı gösteren bir bütünü ifade edip etmediğini araştırır. Ağırlıklı standart değişim ortalamasıdır ve bir ölçekteki k sorunun varyansları toplamının genel varyansa oranlanması ile

elde edilir. 0 ile 1 arasında değer alan bu katsayı Cronbach Alfa katsayısı olarak adlandırılır. Cronbach Alfa katsayısı negatif ise güvenilirlik modeli bozulur.

Alfa katsayısına bağlı olarak ölçeğin güvenilirliği aşağıdaki gibi yorumlanır:

- $0.00 \leq \alpha < 0.40$  ise ölçek güvenilir değildir,
- $0.40 \leq \alpha < 0.60$  ise ölçeğin güvenilirliği düşük,
- $0.60 \leq \alpha < 0.80$  ise ölçeğin oldukça güvenilir,
- $0.80 \leq \alpha < 1.00$  ise ölçek yüksek derecede güvenilirdir (Kayış, 2010: 405).

Bu yöntemde sayı 1'e yaklaştıkça anketin güvenilirliği artmaktadır. Anket formunun güvenilirliği 0,84 çıktığından uygulanan anketin sonuçları oldukça güvenilirdir.

Bartlett testi, korelasyon matrisinde değişkenlerin en azından bir kısmı arasında yüksek oranlı korelasyonlar olduğu olasılığını test eder. Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem yeterlilik testi ise, gözlenen korelasyon katsayılarının büyüklüğünü karşılaştıran indekstir. KMO oranının (0,5) in üzerinde olması gerekir (Kalaycı, 2010: 322). Buradan hareketle örneklem sayısının yeterlilik sayısını belirten KMO değeri 0,906'dır. Bu değer verilerin faktör analizi için yeterliliğini ortaya koymaktadır (KMO=0.906). Bartlett testinde bulunan sig. Değerinin (000) olarak çıkması ölçeğin faktör analizine uygunluğunu göstermektedir.

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

**Tablo 1: Akıllı Cep Telefonu Kullanımı Bağımlılık Ölçeği**

<b>Bağımlılık Faktör Analizi</b>						
	<b>Faktörler</b>					
	MUTLU- LUK	YOK- SUN- LUK	KONT- ROL GÜÇ- LÜĞÜ	STRES- TEN UZAK- LAŞMA	İŞLEV- SEL- LİKTE BOZUL- MA	
Akıllı telefondaki arkadaşlarım, gerçek arkadaşlarıma göre beni daha iyi anlar	,876					
Akıllı telefondaki arkadaşlarım gerçek yaşamdaki arkadaşlarımdan daha samimidir	,871					
Gerçek yaşamdaki arkadaşlarımdan ziyade akıllı telefondaki arkadaşlarımla zaman geçiririm	,728					
Sürekli akıllı telefonumu düşünürüm	,460					0,847
Akıllı telefon kullanım sürem çok fazla kısıtlamalıyım		,779				
Akıllı telefon kullanımını planlayamıyorum, çok fazla kullanıyorum		,690				
Akıllı telefon kullanım süremi kısıtlamayı denedim ama başaramadım		,664				
Sosyal medyayı uyanır uyanmaz kontrol ederim		,614				
Ailem ve arkadaşlarım akıllı telefonu çok fazla kullandığımı söyler		,581				

İbrahim AKKAŞ

Akıllı telefon kullanmak benim için ihtiyaçtır.		,521			0,886
Akıllı telefon kullanırken kendimi mutlu hissediyorum.			-,831		
Akıllı telefon kullanmak beni rahatlatıyor.			-,705		
Akıllı telefon kullanmaktan yorgun düşünüyorum ve uykusuz kalıyorum			-,559		
Akıllı telefon kullanarak stresten uzaklaşılabilir			-,531		
Akıllı telefon kullanmak bana güven veriyor			-,499		0,770
Akıllı telefonum yokken kendimi gergin ve sınırlı hissedirim.				,797	
Akıllı telefon kullanırken bileklerimde boynumda ve parmaklarımda ağrı hissediyorum				,786	
Aşırı akıllı telefon kullanımı sebebiyle bazı rahatsızlık ve hastalıklar yaşıyorum					
Akıllı telefon kullanımı sebebiyle planladığım işlerimi yetiştiremiyorum.				,581	0,786
Hayatımdaki en eğlenceli şey akıllı telefon kullanmaktır.				-,626	
Akıllı telefon kullanmaktan daha eğlenceli bir şey yoktur.				-,621	
Kendimi en çok akıllı telefon kullanırken özgür hissediyorum				-,606	0,691

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

Açıklanan Varyans	35,776	9,414	6,368	5,560	4,168	Toplam
						Varyans
						61,287

Tablo 1’de görüldüğü gibi bağımlılık faktör analizi sonucunda beş ( 5) faktör ortaya çıkmıştır. Toplam varyans 61,287’dir. KMO değerinin 0,50’nin üzerinde (0,878) olması dolayısıyla her bir sorun faktör analizine uygundur.

**Tablo 2: Yalnızlık Faktör Analizi/Cronbach’s Alpha**

**Pattern Matrix<sup>a</sup>**

	Component			Cronbach’s Alpha
	Yalnızlık	Dışlanmışlık	Sosyallik	
Gerçek hayatta konuşabileceğim insanlar var	-,807			
İstediğim zaman arkadaş bulabilirim	-,781			
Dertleşebileceğim insanlar var	-,775			
Beni anlayabilecek insanlar var	-,721			
Düşüncelerim çevrem tarafından önemseniyor ve paylaşıyor	-,683			
Bana yakın olan insanlar var	-,602			
Sosyal ilişkilerim yüzeyseldir		,846		
Hiç kimse beni yeterince tanımıyor		,737		
Çevremde insanlar var ama benimle ilgilenmiyor		,694		

**Tablo 3:Değişkenler Arası İlişki (Korelasyon Analizi) Tablosu**

Beni gerçekten anlayan insanlar var		,581		
Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum		,528		
Kendimi içinde bulunduğum grubun dışına itilmiş hissediyorum		,509		
Başvurabileceğim kimse yok			,857	
Arkadaşım yok			,807	
Artık hiç kimseyle samimi değilim			,698	
<b>Açıklanan Varyans</b>	<b>37,135</b>	<b>13,758</b>	<b>8,625</b>	<b>Toplam Varyans 59,518</b>

***Değişkenler Arası İlişki (Korelasyon Analizi)***

Sosyal bilimlerde, korelasyon kat sayısı yorumu aşağıdaki gibidir: 0,00-0,25 çok zayıf

0,26-0,49 zayıf

0.50-0,69 orta

0,70-0,89 yüksek

0,90-1,00 çok yüksek (Sungur,2010: 116).

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İk-

**Tablo 3: Değişkenler Arası Korelasyon Analizi Tablosu**

		MutlulukOrt	YoksunlukOrt	KontGüçlüOrt	StresUzakOrt	IslevBozulOrt	YalnızlıkOrt	DışlanmışlıkOrt	SosyalilikOrt
MutlulukOrt	Pearson Correlation	1	,712**	,385**	,545**	,369**	,270**	,162	-,070
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000	,000	,014	,290
	N	229	229	229	229	229	229	229	229
YoksunlukOrt	Pearson Correlation	,712**	1	,454**	,522**	,465**	,268**	,155	-,102
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,000	,019	,123
	N	229	229	229	229	229	229	229	229
KontGüçlüOrt	Pearson Correlation	,385**	,454**	1	,502**	,400**	,104	,160	,008
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,000	,117	,015	,905
	N	229	229	229	229	229	229	229	229
StresUzakOrt	Pearson Correlation	,545**	,522**	,502**	1	,436**	,132	,059	-,025
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000	,045	,373	,711
	N	229	229	229	229	229	229	229	229
IslevBozulOrt	Pearson Correlation	,369**	,465**	,400**	,436**	1	,188**	,090	,030
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000		,004	,173	,648
	N	229	229	229	229	229	229	229	229
YalnızlıkOrt	Pearson Correlation	,270**	,268**	,104	,132	,188**	1	,519*	-,444**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,117	,045	,004		,000	,000
	N	229	229	229	229	229	229	229	229



İbrahim AKKAŞ

Dışlanmış- lıkOrt	Pearson Cor- relation	,162 <sup>*</sup>	,155 <sup>*</sup>	,160 <sup>*</sup>	,059	,090	,519 <sup>**</sup>	1	-,382 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	,014	,019	,015	,373	,173	,000		,000
	N	229	229	229	229	229	229	229	229
Sosyalli- kOrt	Pearson Cor- relation	-,070	-,102	,008	-,025	,030	-,444 <sup>**</sup>	-,382 <sup>**</sup>	1
	Sig. (2-tailed)	,290	,123	,905	,711	,648	,000	,000	
	N	229	229	229	229	229	229	229	229

Yukarıdaki Pearson korelasyon tablosunda arasında anlamlı ilişki bulunan değişkenler verilmiştir. Tablodan hareketle, aralarında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunan değişkenler;yoksunluk ve mutluluktur.Aralarında orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunan değişkenler;

Stresten uzaklaşma ve mutluluk,stresten uzaklaşma ve yoksunluk, stres-ten uzaklaşma ve kontrol güçlüğüdür.

Aralarında zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki bulunan değişkenler; işlevsel-likte bozulma ve mutluluk, yoksunluk ve kontrol güçlüğü.yalnızlık ile mutluluk, yoksunluk ve kontrol güçlüğü arasında ilişki vardır.

**Tablo 4: Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri**

Cinsiyet	Frekans	Yüzde
Erkek	64	27,9
Kadın	165	72,1
<b>Toplam</b>	229	100
Yaş	Frekans	Yüzde
20'den küçük	55	24,0

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

21-25	171	74,7
25 üzeri	3	1,3
<b>Toplam</b>	229	100
<b>Eğitim Dur.(Sınıf)</b>	<b>Frekans</b>	<b>Yüzde</b>
1.sınıf	42	18,3
2.sınıf	78	34,1
3.sınıf	33	14,4
4.sınıf	76	33,2
<b>Toplam</b>	229	100.0

Tablodan hareketle ankete katılanların demografik özelliklerine baktığımızda; katılımcıların %72,1'lik oranla 165'i kadın, %27,9'luk oranla 64'ü erkektir. Yaş değişkeni ise %24,0 oranla 55 kişi 20 yaşından küçük, %74,7 oranla 171 kişi 21-25 yaş aralığında, % 1,3 lük oranla 3 kişi 25 yaş üzerindedir. Eğitim durumu açısından baktığımızda örneklem üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Sadece sınıf açısından farklılıklar vardır. % 18,3 oranla 42 kişi 1.sınıf, %34,1 oranla 78 kişi 2.sınıf, %14,4 lük oranla 33 kişi 3.sınıf, %33,2'lik oranla 76 kişi 4.sınıfta bulunmaktadır.

**Tablo 5: Akıllı Cep Telefon Kullanım Özelliklerine Göre Frekanslar**

Akıllı Telefon Kontrol Sıklığı	Frekans	Yüzde
<10	14	6,1
10-20	60	26,2
21-30	51	22,3
31-40	34	14,8
>40	70	30,6
<b>Toplam</b>	229	100
Cep Telefonunu Uyurken Yanına Alma	Frekans	Yüzde
Evet	197	86,0
Hayır	32	14,0
<b>Toplam</b>	229	100
Gün İçinde Cep Telefonu Şarj Etme	Frekans	Yüzde
1 kere	126	55,0
1 den fazla	103	45,0
<b>Toplam</b>	229	100,0
Gün İçinde İnternete Ayrılan Zaman	Frekans	Yüzde
<1saat	17	7,4
2-3 saat	110	48,0
4-5 saat	70	30,6
>=6 saat	32	14,0
<b>Toplam</b>	229	100,0
İnternete Erişim Olmadığında Gergin Olma Durumu	Frekans	Yüzde
Evet	126	55,0
Hayır	103	45,0
<b>Toplam</b>	229	100,0
Diğer İnsanlardan Soyutlanmış ya da Uzak Hissetme Durumu	Frekans	Yüzde
Evet	174	76,0
Hayır	55	24,0

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

Toplam	229	100,0
--------	-----	-------

***Farklılık Analizleri***

Veriler normal dağıldığı için T testi ve Anova testi (F) ile analiz yapılmıştır.

İbrahim AKKAŞ

DEĞİŞKEN		N	Ortalama	t	p
Cinsiyet	Erkek	64	2,4475	1,467	0,144
	Kadın	165	2,2925		
Sınıf		N	Ortalama	F	p
	1.Sınıf	42	2,4286	0,739	0,530
	2.Sınıf	78	2,4559		
	3.Sınıf	33	2,2376		
	4.Sınıf	76	2,4100		
Yaş		N	Ortalama	F	p
	20'den küçük	55	2,3799	0,453	0,636
	21-25	171	2,4676		
	25 üzeri	3	2,6267		
Akıllı Telefon Kontrol Sıklığı				F	p-
	<10	14	2,2971	6,138	0,000
	10-20	60	2,1447		
	21-30	51	2,3106		
	31-40	34	2,3953		
	>40	70	2,7206		
Cep Telefonunu Uyurken Yanına Alma		N	Ortalama	F	p
	Evet	197	2,4400	1,879	0,062
	Hayır	32	2,1838		
Gün İçinde Cep Telefonu Şarj Etme		N	Ortalama	F	p
	1 kere	126	2,2771	-3,007	0,003
	1 den fazla	103	2,5596		
Gün İçinde İnternete Ayırılan Zaman				F	p-
	<1saat	17	1,8235	11,329	0,000
	2-3 saat	110	2,2575		
	4-5 saat	70	2,6011		
	>=6 saat	32	2,7863		
İnternete Erişim Olmadığında Gergin Olma Durumu				t	p-
	Evet	126	2,6483	6,114	0,000
	Hayır	103	2,1056		
Diğer İnsanlardan Soyutlanmış ya da Uzak Hissetme Durumu				t	p-
	Evet	174	2,5593	1,844	0,067

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

	Hayır	54	2,3552		
--	-------	----	--------	--	--

**Tablo 6: Farklılık Analiz Tablosu**

Cep telefonu kontrolü ile akıllı telefon bağımlılığı arasında anlamlı bir fark vardır. Akıllı telefon ve internet kullanımı ile ilgili sorular tabloda yer almaktadır. A1 kodlu soru “akıllı telefon kontrol sıklığı sorusudur”. 14 kişi 10’dan az (%6,1), 60 kişi 10-20 arasında (%26,2) , 51 kişi 21-30 arasında (%22,3), 34 kişi 31-40 arasında (%14,8),70 kişi ise 40’dan fazla (%30,6) kontrol etmektedir. Anlamlılık ilişkisi Anova testinde verilmiştir.

Anlamlı bir fark olduğu için Post Hoc Test sonuçları önem taşımaktadır. Tukey/LSD testleri sonuçlarına göre; gün içerisinde akıllı telefonunu 10-20 ile 21-30 arasında kontrol edenlerle 40’dan fazla kontrol edenler arasında anlamlı fark vardır. Bunun tersi yönünde 40’dan fazla kontrol edenlerle akıllı ttefeonunu 10-20 ile 21-30 arasında kontrol edenler arasında anlamlı fark vardır.

A2 sorusu “cep telefonunu uyurken yanına alma durumu”na yönelik sorudur. 197 kişi (%86,0) evet cevabını verirken 32 kişi (%14,0) hayır cevabını vermiştir. Significint değerine baktığımızda anlamlı bir farklılık yoktur.

A3 kodlu soru “telefon şarjı”yla ilgili sorudur. 126 kişi (%55,0) günde 1 kere şarj ederken, 103 kişi (%14,0) birden fazla şarj etmektedir. Aslında rakamlar birbirine yakındır. Telefonunu birden fazla şarj edenler daha bağımlıdır.

A4 kodlu soru internete ayrılan zamanla ilgili sorudur. 17 kişi (%7,4) 1 saatten az, 110 kişi (%48,0) 2-3 saat, 70 kişi (%30,6) 4-5 saat, 32 kişi (14,0) 6 saat ve üzerinde internete zaman ayırmaktadır.

Sig. Değerine baktığımızda akıllı cep telefonu bağımlılığı ile internette geçen süre arasında anlamlı bir fark vardır. Tukey ve LCD sonuçlarına baktığı-

mızda; internet kullanım süresi arttıkça akıllı cep telefonu bağımlılığı artmaktadır. 4-5 saat ve 6 saat üzerinde zaman geçen bireylerin akıllı cep telefonu kullanımını arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır.

A5 kodlu soru internet erişiminin bireylerde yarattığı sorunlara yöneliktir. 126 kişi (%55,0) evet 103 kişi (%45,0) hayır cevabını vermiştir. 126 kişi İnternete erişemediğinde gerginlik ve huzursuzluk yaşamaktadır.

A6 kodlu soru internet ve akıllı telefon kullanımıyla sosyalleşme düzeyini ölçmeye yöneliktir. 174 kişi (%76,0) internet ve akıllı telefonun bireyleri yalnızlaştırdığını ifade ederken, bu görüşe 55 kişi (%24,0) katılmamaktadır.

## SONUÇ

Küreselleşme süreci insan hayatında köklü değişimlere yol açmıştır. Özellikle kitle iletişim araçlarında yaşanan gelişmelerle birlikte internet teknolojilerindeki hızlı yükseliş insanı adeta kuşatmıştır. Önce bilgisayarla başlayan daha sonra cep telefonlarıyla devam eden bu kuşatma insanlarda yeni sosyal alanlar yaratılmasına, yeni ilişki biçimlerinin ortaya çıkmasına neden olurken diğer taraftan da insanı yalnızlığa sürüklemiştir.

Cep telefonlarının taşınabilir olması, interneti içermesi, sosyal medya uygulamaları gibi bir çok özellik insanın adeta yeni arkadaşı ya da çevresi haline gelmiştir. Cep telefonlarında uzun süre zaman geçiren insanlar çevresinde, ailesi ya da arkadaş grubunda iletişim ve uyum problemleri yaşamaktadır. Gerçek hayatın alternatifi olarak görülen sanal ortamlar bu özellikleriyle bireyleri çevresinden soyutlamaktadır.

Araştırmaya katılanların demografik özelliklerine baktığımızda, katılımcıların %72,1'lik oranla 165'i kadın, %27,9'luk oranla 64'ü erkektir. Yaş değişkeni ise %24,0 oranla 55 kişi 20 yaşından küçük, %74,7 oranla 171 kişi 21-25

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

yaş aralığında, % 1,3 lük oranla 3 kişi 25 yaş üzerindedir. Eğitim durumu açısından baktığımızda örneklem üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Sadece sınıf açısından farklılıklar vardır. % 18,3 oranla 42 kişi 1.sınıf, %34,1 oranla 78 kişi 2.sınıf, %14,4 lük oranla 33 kişi 3.sınıf, %33,2 'lik oranla 76 kişi 4.sınıfta bulunmaktadır.

Verilerin geçerliliğini tespit etmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett's testi değerlerine bakılmıştır. Analiz sonuçlarına baktığımızda (KMO=0.906), Bartlett testinde bulunan sig. Değerinin (000) olarak çıkması ölçeğin faktör analizine uygunluğunu göstermektedir. Mutluluk, yoksunluk, kontrol güçlüğü, stresten uzaklaşma ve İşlevsellikte bozulma olmak üzere 5 faktör ortaya çıkmıştır ve açıklanan toplam varyans 61,287'dir. 5 faktörün KMO değerinin 0,50'nin üzerinde (0,878) olması dolayısıyla her bir sorun faktör analizine uygundur.

Ölçeklerin güvenilirliği Cronbach Alpha yöntemiyle açıklanmıştır. Güvenilirlik değeri 0,84 çıktığından uygulanan anketin sonuçları oldukça güvenilirdir.

Akıllı cep telefonu kullanımı ile yalnızlık arasındaki değişkenler arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Pearson korelasyon tablosunda arasında anlamlı ilişki bulunan değişkenler verilmiştir. Tablodan hareketle, aralarında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunan değişkenler; yoksunluk ve mutluluktur. Aralarında orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunan değişkenler; stresten uzaklaşma ve mutluluk, stresten uzaklaşma ve yoksunluk, stresten uzaklaşma ve kontrol güçlüğüdür.



Aralarında zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki bulunan değişkenler; işlevsellikte bozulma ve mutluluk, yoksunluk ve kontrol güçlüğü. Yalnızlık ile mutluluk, yoksunluk ve kontrol güçlüğü arasında ilişki vardır. Akıllı telefon bağımlılığı boyutları ile yalnızlık boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır. Akıllı telefon bağımlılık düzeyi bireylerin yaşına, cinsiyetine göre değişmektedir.

Çalışmada ortaya konulan hipotezler kabul edilmiştir.

### **Kaynakça**

- Ayaz, M.B. (2018). Sanal Bağımlılık, İdeal Akademi Yayınları, İstanbul.
- Çakır, Ö. Ve diğ. (2013).” İnternet Bağımlılığının Tanımı ve Tarihçesi”, İnternet Bağımlılığı Sorunlar ve Çözümler, (Ed.Melek Kalkan-Canani Kaygusuz), Anı Yayıncılık, Ankara.
- Dikeç, G. (2017). Ergenlerde Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Yalnızlık Arasındaki İlişki, *Journal of Dependence* , 2017; 18(4):103-111
- Giddens, A. (2012). Sosyoloji, (Çev. Şebnem Pala Güzel), Kırmızı Yayınları, İstanbul.
- Hazar, Z. (2018). Çağın Vebası Dijital Oyun Bağımlılığı ve Başa Çıkma Yöntemleri, Gazi Kitabevi, Ankara.
- Kayış, A. (2010). SPSS Uygulamalı Çoklu Değişkenli İstatistik Teknikleri, “Güvenilirlik Analizi”, (Ed. Şeref Kalaycı), Asil Yayınları, Ankara.
- Kır, G. (2008). İnternet ve Gençlik, Şenocak Yayınları, İzmir.
- Mert, A.-Özdemir, G. (2018). Yalnızlık Duygusunun Akıllı Telefon Bağımlılığına Etkisi, *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, Cilt 8, s:88-107.
- Tarhan, N.-Nurmedov, S. (2011). Bağımlılık Sanal veya Gerçek, Timaş Yayınları, İstanbul.

Akıllı Telefon Kullanımının Yalnızlık Üzerine Etkisi: Erzincan Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Öğrencileri Örneği

Jonnes, T. (2014). Students' Cell Phone Addiction and Their Opinions, The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications, Vol. 5, No. 1, pp:74-80.

Severin, H.-Castro, R.P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland, Journal of Behavioral Addictions 4(4), pp. 299–307.

Tatar, H.C. (2018). Postnişin Mücadelesi Değişen Dünyada Din, Phonix Yayınları, Ankara.

Tatar, T. (2018). Matem Sömürgeciliğin Sosyolojisi, Phonix Yayınları, Ankara.

Young, Kimberly S. (2004). Internet Addiction A New Clinical Phenomenon and Its Consequences, AMERICAN BEHAVIORAL SCIENTIST, Vol. 48 No. 4, December 2004 402-415.

Yusufoğlu, Ö.Ş. (2017). Boş Zaman Faaliyeti Olarak Akıllı Telefonlar ve Sosyal Yaşam Üzerine Etkileri: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma, İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, Cilt:6,sayı:5,s:2414-2434.