

Sanal Dünyanın Kronolojik Bağımlılığı: Sosyotelizm (Phubbing)

Engin Karadağ¹
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

Şule Betül Tosuntaş²
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

Evren Erzen³
Artvin Çoruh Üniversitesi

Pınar Duru⁴
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

Nalan Bostan⁵
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

Berrak Mızrak Şahin⁶
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

İlkay Çulha⁷
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

Burcu Babadağ⁸
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

Öz

Bu çalışmanın amacı sosyotelizm (phubbing) davranışı sergileyen (sosyotelist/phubber) genç yetişkinlerin sosyotelizm bağımlılığının nedenlerini ve yaşamlarındaki etkilerini analiz etmektir. Çalışma nitel araştırma yaklaşımlarından vaka çalışması modeline uygun olarak tasarlandı. Çalışmanın katılımcılarını eğitim fakültesinde öğrenim görmekte olan ve ölçüt örnekleme yöntemi ile seçilen 9 genç yetişkin oluşturdu. Örnekleme dâhil edilme ölçütü olarak *topluluk içerisinde sohbet ortamına katılmayıp akıllı telefonuyla ilgilenme durumu* ve Sosyotelizm Ölçeğinden alınan yüksek puan kabul edildi. Çalışma verileri 18 açık uçlu sorudan oluşan yarı-yapılandırılmış görüşme formu kullanılarak elde edildi. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde betimsel analiz ve içerik analizi kullanıldı. Çalışma bulguları akıllı telefon kullanımının kişilerarası ilişkileri olumsuz etkilediğini, sosyotelistlerin iletişim becerisi açısından yetersizlik yaşadıklarını, akıllı telefonuyla ilgilenirken karşıdaki kişi ile göz teması kurmada zorlandıklarını, anlatılanları eksik anladıklarını, bir kısmının kendisini çevresinde olup bitenlere tamamen kapattığını ortaya koymaktadır. Sosyotelizmin bilgisayara yer alan tüm bağımlılık türlerini akıllı telefonlara taşımaya başladığı, bu duruma ek olarak bilgisayara bağlı bağımlılıklardan farklı olarak masa başına bağımlılığın ortadan kalkmış olması dolayısıyla tüm bu bağımlılıkların yaşamın her anında bireyi sarmalamaya başladığı görülmektedir. Bu bağlamda sosyotelizm kendinden önceki birçok sanal bağımlılık türünden daha sinsi ve tehlikeli sonuçlara gebe görünmekte ve ciddi psikopatolojik ve sosyolojik sorunlara yol açmadan önce daha fazla inceleme yapılmasını gerektirmektedir.

Anahtar Kelimeler

Sosyotelizm • Sosyotelist • Bağımlılık • Akıllı telefon • Sosyal medya • İnternet • Oyun • Uygulama

1 **Yetkilendirilmiş yazar:** Prof. Dr. Engin Karadağ, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Meşelik, 26480 Eskişehir. Eposta: enginkaradag@ogu.edu.tr & engin.karadag@hotmail.com

2 Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Meşelik, 26480 Eskişehir. Eposta: sbtosuntas@hotmail.com

3 Artvin Çoruh Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, 08000 Artvin. Eposta: evrenerzen@artvin.edu.tr

4 Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Meşelik, 26480 Eskişehir. Eposta: pinarduruu@hotmail.com

5 Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Meşelik, 26480 Eskişehir. Eposta: nbostan3@hotmail.com

6 Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Meşelik, 26480 Eskişehir. Eposta: bmizrak5@hotmail.com

7 Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Meşelik, 26480 Eskişehir. Eposta: ilkayc.ilkay@gmail.com

8 Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Meşelik, 26480 Eskişehir. Eposta: burcubabadag1@gmail.com

Bilgisayarların yaşama girişiyle artış gösteren ve çeşitliliği artan sorunlar akıllı telefonlarla yeni bir boyuta taşınmıştır. Her biri bir cep bilgisayarı özelliğinde olan ve internetten, fotoğraf makinesine, yazı yazma ve resim çizme programlarından oyun uygulamalarına kadar birçok özelliği bünyesinde barındıran akıllı telefonlar yaşamda yeni bir soruna da yol açmaktadır: *sosyotelizm* (phubbing).

Sosyotelizm, bireyin başka birey(ler)le iletişim hâlindeyken dikkatini akıllı telefona vermesi, akıllı telefonla ilgilenmesi ve algısını kişilerarası iletişimden kaçırmasıdır. Sosyotelizm sözcüğünün İngilizce karşılığı olan Phubbing sözcüğü ünlü *MacGuarie Sözlük*'ün güncellenesi sırasında ortaya çıkmıştır. Güncelleme ekibi çağın hastalığı denilebilecek bu akıllı telefon bağımlılığı için telefon (phone) ve yok saymak (snubbing) sözcüklerini birleştirerek *phubbing* sözcüğünü üretmiştir. Sosyotelizm akıllı telefonların yapısından dolayı birçok bağımlılığın kesiştiği bir rahatsızlıktır. Akıllı telefonların bilgisayar özelliği gösteriyor olmaları ve internete erişim imkânının varlığı sosyotelizmin çok boyutlu bir yapısının olduğunu düşündürmektedir. Bu boyutlar (i) akıllı telefonu ve (ii) internet bağımlılığının yanı sıra (iii) sosyal medya, (iv) oyun ve (v) uygulama bağımlılıklarıdır. Dikkatli şekilde irdelendiğinde tüm bu bağımlılıkların iç içe geçmiş karmaşık bir yapısı olduğu görülmektedir. Sosyotelizmin düşünüldüğünden daha yaygın olduğuna ve olası etkilerinin düşünülenenden daha yıkıcı olabileceğine dikkat çekilmektedir. Örneğin; bu rahatsızlık bir salgın hastalık olsaydı şu anda Çin nüfusunun altı katı kadar insanın büyük kısmını yok etmiş olabileceği, bir lokantada bir öğle yemeği sırasında ortalama 36 sosyotelizm vakası gözleendiği, bunun başkalarıyla bir aradayken 570 günün yalnız geçirilmesi anlamına geldiği, sosyotelizm sırasında bireylerin %97'sinin yemeklerin lezzetini daha kötü algıladığı ve ayrıca ergenlerin %87'sinin yüz yüze iletişim yerine mesajla iletişimi tercih ettiği ileri sürülmektedir (<http://stopphubbing.com>).

Telefon Bağımlılığı

İnsan yaşamını kolaylaştıran teknoloji aynı ölçüde insan yaşamında çeşitli sorunlara da neden olmaktadır. Sanayileşen dünyada insan yaşamı giderek çeşitli türde verilere daha hızlı erişimi, etkileşimi ve iletişimi gerektirdikçe süre, ihtiyaç algısı ve eğlence anlayışı gibi pek çok kavram değişime uğramaktadır. Daha fazla teknolojiye duyulan bu açlık insanoğlunda çağımıza has aşırı teknoloji kullanımı (Davis, 2001), teknolojiye yüksek düzeyde katılım (Charlton & Danforth, 2007) gibi sonuçlar doğurmuş ve nihayetinde teknoloji bağımlılığı (Turel, Serenko & Giles, 2011) gibi bir sorunu tetiklemiştir. Teknoloji bağımlılığının tanımında DSM 4'te (1995) yer alan bağımlılık ölçütlerinden yararlanılmış davranış bağımlılığı tanısı çerçevesinde uyumsuz teknoloji kullanımına bağlı bir psikolojik sorun olarak tanımlanmıştır. İfade edilen bu bağımlılık büyük ölçüde bilgisayarla birlikte insan yaşamına giren faktörlere dayalıdır. Bilgisayar özellikleriyle donanmış olan akıllı telefonlar da bir bağımlılık nesnesi olarak bu faktörler arasında önemli bir etkiye sahiptir.

Sosyotelizm kişinin iletişim içerisinde bulunan kişi veya kişilere karşı gösterilen saygısız tutum, onları umursamama, sanal ortamı gerçek yaşama tercih etme gibi birçok olası dinamiğe sahip bir kavramdır. Ancak köklerinde bilgisayardan akıllı telefona aktarılan internet, oyun gibi uygulamalar olabileceği gibi akıllı telefonun kendisine has özelliklerini de barındırmaktadır. Problemlerli telefon kullanımı, trafik gibi yasaklanan ortamlarda bile akıllı telefon kullanmakla özdeş bir davranış bağımlılığı olarak görülmektedir (Bianchi & Phillips, 2005). Telefon bağımlılığı kapsamında yürütülen araştırmalar telefonun yalnızlığı ve kişisel modu yönetme ihtiyacını doyurma aracı olarak kullanıldığını; telefonlarından ayrı kalan bağımlı bireylerde kaygı, endişe ve yoksunluktan rahatsız olma davranışlarının gözlemlendiğini (Park, 2005); dürtüsellik (Billieux, Van der Linden & Rochat, 2008) ve uyarılma ihtiyacının (Leung, 2008) telefon bağımlılığına etki ettiğini göstermektedir. Dolayısıyla bu durum sosyotelizm kavramının telefon bağımlılığıyla da ilişkili bir kolunun bulunduğunu göstermektedir.

İnternet Bağımlılığı

Bilgisayar gündelik yaşama sunmuş olduğu pek çok kolaylığın yanı sıra internette gezinme ve oyun oynamaya getirmiş olduğu çeşitlilik ve kolaylıklarla insan üzerinde olumsuz etkilere neden olmaktadır. Bireylerin bilgisayar kullanımına yönelik olarak geliştirmiş oldukları aşırıya kaçan davranışlar, araştırmacıları bilgisayar bağımlılığı (Griffiths, 2000; Shaffer, 2002; Shotton, 1991) kavramını da araştırmaya itmiştir. Bu çalışmalar ise bilgisayarın tek başına sorun olmaktan çok içerisindeki uygulamalardan ötürü soruna yol açtığını ileri sürmektedir. Oyun oynamak (Charlton & Danforth, 2007; Weinstein, 2010; Wood, 2008), uzun süre internete bağlı kalmak (Chou & Hsiao, 2000; Yang & Tung, 2007), bu durumlara örnek olarak gösterilebilir. Geçtiğimiz on yıl içerisinde internetin kullanım süresi ve sayısı artmış (Dong, Lu, Zhou & Zhao, 2011) ve kullanım süresi artan bilgisayarların insanları esir alıp almadıkları sorusu önem kazanmaya başlamıştır. Dr. Ivan Goldberg (1996) arkadaş grubuna gönderdiği bir e-postada DSM-4'te (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1995) bulunan patolojik kumar oynama rahatsızlığının maddeleri üzerinde oynama yaparak aşırı internet kullanıyor olmalarını şaka konusu yapmasıyla başlayan internet bağımlılığı araştırmaları, internet başında kalma sürelerinin patolojik şekilde internet kullanımını tetiklemesi (Nalwa & Anand, 2003) dolayısıyla internete karşı duyulan bağımlılığı yeni ve etkileyici bir araştırma konusu hâline getirmiştir (Ghamari, Mohammadbeigi, Mohammadsalehi & Hashiani 2011).

Yapılan çalışmalar iki farklı görüş etrafında toplanmaktadır. İlk görüş internet bağımlılığını yeni bir bozukluk türü olarak görmekte, ikincisi ise erişilen içeriğin (porno, oyun, e-posta gibi) problemlerli internet kullanımıyla ilişkili olduğunu savunmaktadır (Yellowlees & Marks, 2007). Çeşitli araştırmalar sonucunda bireylerin

internette uzun süre vakit geçirmelerinin nedeni olarak cinsel içerik (Griffiths, 2012), oyun ve eğlence (Gilbert, Murphy & McNally, 2011), iletişim ve sosyalleşme (Balci ve Gülnar, 2009) gibi olgulara karşı duyulan istek göze çarpmaktadır. Literatürde internetin sebep olduğu sorunlara ilişkin çok çeşitli tanımlamalar bulunmaktadır. Bunlardan birisi olan aşırı internet kullanımı terimi sorun veya sıkıntının eşlik ettiği bilgisayar ve internet erişimiyle ilgili aşırı veya zayıf kontrol edilebilen meşguliyet, dürtü veya davranış olarak tanımlansa da (Weinstein & Lejoyeux, 2010) bazı çalışmalarda internet bağımlılığıyla eş anlamlı olarak kullanılmakta olduğu da görülmektedir (Hansen, 2002; Hardie & Tee, 2007). Bazı araştırmacılar aşırı internet kullanıcılarını bağımlı olarak görmenin yanlış olduğunu, onların aşırı internet kullanımlarının nedeninin seks ve iletişim gibi başka bağımlılıklarını tatmin etmek olduğunu ileri sürmektedir (Griffiths, 1999). Özetle ifade edilecek olursa farklı yaklaşımlar olsa da internetin bağımlılık yaratıcı bir kavram olduğu konusunda literatürde bir fikir birliği olduğu söylenebilir. Tüm medya araçlarına erişime imkân veren internet, başlı başına bir bağımlılık nesnesi olmasına karşın güçlü ve yeni bir bağımlılık türünün gelişmesine de neden olmuştur: *sosyal medya*.

Sosyal Medya Bağımlılığı

Âdeta bir bağımlılık hâlini alan sosyal medya (Turel & Serenko, 2012) son derece kompleks etkileşimlerin iç içe geçtiği, insanlar üzerinde önemli etkiler yaratabilen bir iletişim kanalıdır. Oyun, haberleşme, bilgi alışverişi, multimedya paylaşımı gibi birçok öğeyi barındıran ve insanları kendisine bağlı kalmaya teşvik eden sosyal medya bilgisayarlardaki takipçi kitlesini akıllı telefonlara da taşımaktadır. Bilgisayarlarda sürekli masa başında olmayı gerektiren sosyal medya, bireyin her an yanında taşıyabildiği akıllı telefonlarla birlikte bireyin sürekli ayrılmaz bir parçası hâline gelmektedir. Kullanım oranı diğer telefonlara göre artış gösteren akıllı telefonlarda (Smith, 2012) uygulama kullanımı önemli bir telefon kullanım nesnesidir. Bu uygulamalardan ise en yoğun kullanılanları oyun uygulamalarıyla birlikte sosyal medya sitelerine ait uygulamalardır. Bir başka ifadeyle sosyal medya akıllı telefonlardaki bağımlılık nesneleri arasında önemli bir yer tutmaktadır (Kwon ve ark., 2013).

Sosyal paylaşım siteleri arasında kullanım alışkanlıkları bağımlılığa dönüşenlerin başında Facebook (Andreassen, Torsheim, Brunborg & Pallesen, 2012) ve Twitter (Malita, 2011) gelmektedir. Eğlence ve sosyal etkileşimin motive ettiği Facebook (Dhaha, 2013) birçok multimedya aracının karmaşık bir harmanıdır. Resim, müzik, video, bilgi aktarımı, eğlence, oyun, sosyal gruplara dâhil olma, görüşlerini aktarma veya bir başkasının görüşüne katılma, tanıdık veya tanımadık kişilerle iletişime geçme, görüntülü görüşme ve oyun gibi birçok seçeneğe tek kanaldan erişime imkân veren Facebook bireylerin gerçek yaşamlarının yanında gelişen paralel bir

yaşam şekli oluşturmaya başlamıştır. Her ne kadar ortaya çıkış amacı uzun süredir görüşülemeyen arkadaşlarla iletişime geçme olsa da araştırmalar Facebook'ta en sık görülen kullanım amacının %69,57 ile başkalarının profillerine bakmak, %58,70 ile fotoğraflara bakmak olduğunu göstermektedir (Pempek, Yermolayeva & Calvert, 2009). Birçok kişiyle aynı anda iletişime geçilmesi, tweetlerin belirsiz ve kısa sürelerde gelmesi ve anlık olarak cevap yazılması Twitter'ı birilerini takip eden veya birilerince takip edilen, bir başka ifadeyle birçok şeye cevap vermek ya da birçok konuda fikir üretmek zorunda olan insanların bağımlılık nesnesi hâline getirmektedir (Malita, 2011). Özetle bilgisayarlarda önemli bir bağımlılık nesnesi olan Facebook ve Twitter gibi sosyal ağlar, akıllı telefonlarla birlikte bilgisayara erişme zorunluluğu olmaksızın her an yanımızda olabilmektedir. Böylece bireyler sosyal medyayı yaşamlarının gerçek zamanlı birer parçası hâline getirebilmektedirler. Bir başka ifadeyle bireyler gerçek yaşamın içerisinde varlıklarını sürdürdükleri anda sosyal paylaşım sitelerindeki varlıklarını sürdürme çabasına girmekte, ancak bu sırada gerçek yaşamdaki etkinliklerinin niteliğini bozmaktadırlar. Bu durum sosyotelizmin işleyişini açıkça gözler önüne sermektedir. Sosyotelizmin bireylerin sosyal medya aracılığıyla varlıklarını gerçek dünyaya duyurma çabaları, çeşitli multimedya paylaşımlarının yanı sıra kendisine bağlı bazı uygulamalarla da iç içe geçmiş durumdadır. Bunların en yaygın olanları oyun uygulamalarıdır. Ancak oyunlar sosyal medya içinde olduğu kadar sosyal medya dışında da bağımlılık yaratabilen önemli bir faktördür.

Oyun Bağımlılığı

Sosyotelizme etki eden faktörler göz önüne alındığında telefon bağımlılığı kadar önemli bir diğer bağımlılık kaynağının da oyun bağımlılığı olduğu görülmektedir. Zaman yönetimi becerisi olmayan bireyler oyunları sorunlardan kaçış ve ruhsal olarak rahatlatma aracı olarak kullanmaktadırlar (Wood, 2008). Günlük yaşamı etkileyecek düzeyde bilgisayar oyunu oynamak anlamına gelen oyun bağımlılığı (Weinstein, 2010), çevrimiçi oyunlar (Charlton & Danfoth, 2007; Kim, Namkoong, Ku & Kim, 2008; Young, 2009), video oyunu (Chiu, Lee & Huang, 2004; Kim ve ark., 2008), bilgisayar oyunu (Grüsser, Thalemann & Griffiths, 2006) gibi farklı türler olarak isimlendirilseler de büyük ölçüde aynı kökene sahip ve bir davranış bağımlılığı olarak görülmektedir. Uzun süreler oyunla meşgul olma, oyunun küçük ilerlemelerde anında kişiyi ödüllendirmesi, seviyenin kişinin performansına göre değişmesi gibi faktörler oyuna yönelik bağımlılığı artıran faktörlerdir. Chou ve Ting (2003) bireyin akış duygusunu yaşamasının bağımlılık üzerinde önemli etkiye sahip olduğunu belirtmiştir. Telefon, internet ve bilgisayar etkileşiminin sosyotelizm rahatsızlığındaki yansımaları içerisinde oyun önemli bir yer tutmaktadır. Günümüzde Facebook ortamında en yaygın oynanan oyunlardan olan Candy Crush (Walsh, White & Young, 2008) ve Angry Birds (Böhmer, Hecht, Schöning, Krüger & Bauer, 2011)

gibi oyunlar milyonlarca insana ulaşmakta ve adeta bağımlılık hâlini almaktadır. Bu ve benzeri oyunların birçoğunun yayılma ortamı sosyal medya, özellikle de Facebook gibi görünmektedir. Bu durum sosyotelizmi oluşturan bağımlılık nesnelere bir diğerinin daha iç içe geçmiş olduğunu göstermektedir. Ancak sosyotelizmde iç içe geçmiş olan faktörler yalnızca sosyal medya, oyun ve internet değildir. Her geçen gün yenisi üretilen ve işlevleri neredeyse sınırsız hâle gelen uygulamalar yeni bir inceleme alanı olarak görünmektedir.

Uygulama Bağımlılığı

Sosyotelizmi oluşturan alt bileşenlere bakıldığında genel olarak her biri bağımsız birer bağımlılık nesnesi olan sorunlar görülmektedir. Oyun, internet, sosyal medya ve telefon birbirlerinden bağımsız olarak da bireylerin günlük yaşamlarında varlıklarını sürdürebilirler. Ancak tüm bu nesnelere kapsamlarının dışında kalan bir faktör daha bulunmaktadır: uygulamalar. Uygulamalar telefonda oyun, internet ve sosyal medya ile ilişkilendirilebilen etkinlik ağının dışında kalan fonksiyonları da telefona taşımaktadır. Örneğin uygulama sağlayıcılar çevrimiçi borsa, anlık habere erişim, anlık iletişim gibi birçok imkânı kullanıcılara sunmakta ve bu durum yeni bir bağımlılık alanının doğuşuna neden olmaktadır. Örneğin, akıllı telefonların içerisinde mesaj gönderme özelliği bulunmasına karşın internetin bağlı olduğu bir durumda ücretsiz ve sınırsız mesaj gönderme imkânı sunan Whatsapp uygulaması telefonun kendi mesaj özelliğinin etkinliğini sarmaya başlamıştır (Church & Oliviera, 2013). Bu durum telefonda yeni bir işlev yerine getirebilecek bir uygulamanın büyük fark yaratabileceğini göstermektedir. Blackberry Messenger ve Whatsapp gibi mesajlaşma uygulamalarının bağımlılık düzeyine ulaşması (Sultan, 2014) bunun bir göstergesi sayılabilir.

Büyük ölçüde internet ortamına bağlı olan akıllı telefon uygulamalarının tek bağımlılık riski mesaj uygulamalarında değildir. Kısa sürede anlık dönüt veriyor olması dolayısıyla kişiyi kendine bağlayan başka uygulamalar da risk faktörü olarak değerlendirilebilir. Gönül (2002), internetteki bağımlılık nesnelere çevrimiçi seks (pornografi), çevrimiçi oyunlar, çevrimiçi kumar, çevrimiçi borsa ve çevrimiçi alışveriş olmak üzere beş kategoride toplamıştır. Dolayısıyla bu beş kategoriyle ilişkili olarak geliştirilecek her uygulamanın bağımlılık yaratma riski olduğu iddia edilebilir. Anlık dönüt alma beklentisinin bireyi bağımlı olmaya iten tetikleyici faktörlerden birisi olduğu göz önüne alındığında anlık veri değişimlerinin takibi, rakamlardaki değişimin anlık kazanç anlamına gelmesi gibi sebeplerden çevrimiçi borsa uygulamaları bağımlılık yaratma riski taşımaktadır. Ancak yaygın kullanımı olmadığı için borsa uygulamaları kullanan kesim üzerinde henüz bir araştırma yapılmamıştır. Oyun (Van Rooij, Schoenmakersvermullst, Van Den Eijnden & Van De Mheen, 2011), seks (Griffiths, 2001) ve kumar (Burns, Gillett, Rubinstein & Gentry, 1990) bağımlılık literatüründe zaten yer almakta olduğundan bu faktörlerin bağımlılık davranışını telefon uygulamalarına da taşıması büyük bir olasılıktır. Özetle telefon uygulamalarının içsel

motivasyon unsurları ve bireyin haz alma dürtüsünü harekete geçirmesiyle bağımlılık yaratma riskleri yüksektir. Günümüzde mesaj uygulamaları bağımlılığa dönüşmeye başlamış olmasına karşın üzerinde araştırma yapılmayan bazı uygulamalar bağımlılık yaratmış ya da gelecekte yaratma potansiyeline sahip olabilir.

Popüler dergi ve gazetelerde medeniyetin sonu olarak nitelendirilen ve makalelere konu olan dijital çağın kronik bağımlılığı sosyotelizm henüz literatürde araştırma konusu olarak yer almamaktadır. Birçok bağımlılığın kesişimi olarak görülen sosyotelizmin bu bağımlılıklar temel alınarak incelenmesi gerekmektedir. Bu doğrultuda bu çalışmanın amacı sosyotelizm davranışını sergileyen (sosyotelist/phubber) genç yetişkinlerin sosyotelizm davranışları, nedenleri ve yaşamlarındaki etkilerini tanımlamak ve ortaya çıkan bulgular ışığında literatüre katkıda bulunmaktır. Bu amacı gerçekleştirmek için şu sorulara cevap arandı:

Sosyotelistlerin;

- Akıllı telefon kullanma sıklıkları nasıldır?
- Akıllı telefon kullanma amaçları nedir?
- Akıllı telefona ihtiyaç duyma nedenleri nedir?
- Akıllı telefon kullanılmadıklarındaki hisleri nedir?
- Akıllı telefona yükledikleri anlam nedir?
- Akıllı telefonun insan yaşamını değiştiren özelliğine yönelik görüşleri nedir?
- Sosyotelizm davranışıyla karşılaştıklarındaki duygu, düşünce ve davranışları nelerdir?
- Sosyotelizm bağımlılıklarının arkadaşlık ilişkileri etkileri nedir?
- Çevresiyle olan iletişimleri nasıldır?

Yöntem

Araştırma Modeli

Çalışmada nitel araştırma yaklaşımlarından *vaka çalışması* modeli kullanıldı. Vaka çalışması tek bir kişinin, dokümanın, durumun ya da olayın derinlemesine incelenmesi, var olan sorunların sistematik olarak ortaya koyulması ve sorunların çözümüne yönelik önerilerin sunulması amacıyla yapılan çalışmalardır (Yin, 2003). Çalışmada literatürde yeni yer almaya başlayan sosyotelizmin nedenlerini ve etkilerini ortaya çıkarmak amaçlandığından, vaka çalışması modeliyle davranışın ayrıntılı olarak açıklanabileceği düşünüldü.

Katılımcılar

Çalışma eğitim fakültesinde öğrenim görmekte olan 9 öğrenci üzerinde yürütüldü. Katılımcıların seçiminde amaçlı örnekleme yöntemlerinden *ölçüt örnekleme yöntemi* kullanıldı. Ölçüt örnekleme bir durumun derinlemesine incelenmesi için araştırmacının belirli örnek olay türlerini belirlemek istediğinde kullanılan bir yöntemdir (Neuman, 2007). Ölçüt belirleme iki aşamadan oluştu. Öncelikle sosyotelizmin bireyin sosyal bir ortamda akıllı telefonuyla ilgilenmesi olduğundan yola çıkılarak, sosyal bir ortamda bireylerin sosyotelizm davranışlarına yönelik gözlem yapıldı, örnekleme alınma kriteri olarak *topluluk içerisinde sohbet ortamına katılmayıp akıllı telefonuyla ilgilenme durumu* kabul edildi. İkincisi aşamada ise *Sosyotelizm Ölçeği* (Karadağ ve ark., 2015) kullanıldı. Ölçek 5’li Likert, (i) İletişim Bozukluğu (5 madde; $\alpha = .87$) ve (ii) Telefon Tutkusu (5 madde; $\alpha = .85$) olmak üzere 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan 40 ve üzeri puan bireylerin sosyotelizm bağımlılığını ifade etmektedir. Katılımcılar yapılan gözlemlerde en az bir saat buldukları ortamda birçok kez sosyotelizm davranışı gösterdi ve bu kişilere Sosyotelizm Ölçeği uygulandı. Gözlem yapılan sosyal ortamda kadın-erkek sayısında belirgin bir farklılık olmamasına rağmen, çoğunlukla kadınların sosyotelizm davranışı gösterdiği gözlemlendi ve ölçekten yüksek puan (40 ve üzeri puan) almasından dolayı katılımcıların çoğunluğu kadınlardan (%89) oluştu. Çalışmada katılımcı gizliliği için doğrudan alıntılarda kadın katılımcılar için “K1, K2, ... K8”, erkek katılımcı için “E1” kodları kullanıldı. Çalışmanın katılımcılarına ait kişisel bilgiler Tablo 1’de sunuldu.

Tablo 1
Katılımcıların Kişisel Bilgileri

Katılımcı	Yaş	Cinsiyet	Akıllı Telefon	İnternet Bağlantısı
K-1	18	Kadın	Var	Var
K-2	20	Kadın	Var	Var
K-3	21	Kadın	Var	Var
K-4	21	Kadın	Var	Var
K-5	22	Kadın	Var	Var
K-6	20	Kadın	Var	Var
E-1	19	Erkek	Var	Var
K-7	20	Kadın	Var	Var
K-8	22	Kadın	Var	Var

Veri Toplama Aracı ve Verilerin Analizi

Çalışmanın verileri yarı-yapılandırılmış bir görüşme formuyla toplandı. Görüşme formu ilgili literatür incelemesi sonucu 18 açık uçlu sorudan oluşturuldu. Görüşmeler ilgili fakültenin bir toplantı odasında birebir olarak gerçekleştirildi. Görüşmeler ortalama 30 dakika sürmüş olup katılımcılardan izin alınarak görüşmeler ses kaydına alındı.

Çalışma kapsamında elde edilen verilerin çözümlenmesinde *betimsel analiz* ve *içerik analizi* türlerinden tümevarımcı analiz kullanıldı. Tümevarımcı analiz kodlamaya dayalı içerik analizi ile belirlenen durumla ilgili gerçekleri ve gerçekler arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmak için yapılmaktadır. İlk olarak ses kaydı şeklinde elde edilen verilerin yazılı dökümü yapıldı, sonrasında araştırmacılar tarafından ayrı ayrı elde edilen verilerin kodlaması yapıldı. Çalışmanın geçerlik ve güvenilirliğini artırmak amacıyla çeşitli önlemler alındı. Çalışmanın iç geçerliğini (inandırıcılığını) artırmak için katılımcılardan isim alınmayarak görüşlerini herhangi bir endişe veya korkuya kapılmadan samimiyetle ifade etmeleri sağlanmaya çalışıldı. Görüşme formu geliştirilirken ilgili literatür incelemesi sonucunda konuyla ilgili kavramsal çerçeve oluşturuldu. Sorular ve araştırmanın kavramsal çerçevesi kapsamında metnin farklı bölgelerinde benzer anlama gelebilecek kavramlar sınıflandırılarak anlamlı bütünlük elde edildi. Araştırmacılar tarafından sınıflandırılan ve aynı anlamı ifade eden cümleler/ paragraflar arasında ortak yönler bulunarak temalar oluşturuldu. Temalar ve temaları oluşturan alt temaların kendi aralarındaki ilişkisi ile her bir temanın diğerleriyle ilişkisi kontrol edilerek bütünlük sağlandı. Yapılan içerik analizinde temalar, ilgili kavramları kapsayacak kadar geniş ve ilgisiz kavramları dışarıda bırakacak kadar dar kapsamda belirlenmeye çalışıldı. Betimsel analiz için çalışma soruları ve kavramsal çerçeve bağlamında oluşturulan temalara göre görüşme yapılan bireylerin konu ile ilgili dikkat çekici ifadelerinden alıntılar verildi. Çalışmanın dış geçerliğini ve güvenilirliğini artırmak amacıyla çalışma sürecinde yapılanlar, araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama aracı, verilerin analizi ayrıntılı bir şekilde açıklandı. Araştırmacıların veriler üzerinde yaptıkları kodlamaların karşılaştırılmasıyla iç güvenirliliğin artırılması amaçlandı.

Bulgular

Sosyotelistlerin Akıllı Telefon Kullanma Sıklıkları

Bu bölümde belirlenen ana temalar ve alt temalar çerçevesinde sosyotelistlerin görüşleri ana ve alt temalar eşliğinde sırasıyla sunuldu. Sosyotelistlerin akıllı telefon kullanım sıklıkları Tablo 2’de verilmiş olup sosyotelistler akıllı telefonlarını *çok sık* düzeyde kullanmaktadır.

Tablo 2
Sosyotelistlerin Akıllı Telefon Kullanım Sıklıkları

Sıklık	<i>f</i>
Her dakika	17
İki dakikada bir	1
Beş dakikada bir	5
On dakikada bir	1

Sosyotelistlerin Akıllı Telefon Kullanma Amaçları

Sosyotelist genç yetişkinlerin topluluk içerisinde hangi amaçla akıllı telefon ile ilgilendikleri temasına bağlı olarak oluşturulan (i) sosyal medya, (ii) haberleşme ve (iii) sohbete ayak uyduramama alt temaları ve kodlar Tablo 3’te sunuldu.

Tablo 3
Sosyotelistlerin Topluluk İçindeyken Akıllı Telefon Kullanma Amaçları

Alt Tema	Kodlar	f
Sosyal Medya	Sosyal medya yorum okuma/paylaşım takibi	16
	Fotoğraf paylaşma	8
	Twitter	5
	Facebook	3
	Instagram	3
Haberleşme	Mesaj	22
	Arayanı kontrol	6
	Partner	6
	Whatsapp	4
Sohbete ayak uyduramama	Ortamdan sıkılma, rahatsız olma	9
	İlgisini çekmeyen konular	7
	Amaçsızca bakma	4
	Can sıkıntısı	4
	Oyun	2
	Yalnızlık	1
	Zaman geçirme, oyalanma	1

Sosyotelistler *sosyal medya* alt temasında en fazla sosyal medyada yorum okuduklarını ve paylaşım takibi yaptıklarını belirttiler. Buna yönelik sosyotelistlerin ifadeleri şöyledir:

Başkalarının paylaşımlarını okuyorum, hani dergi okumak gibi geliyor. Hatta kendi paylaşımlarımdan ziyade başkalarının paylaşımlarını okumak hoşuma gidiyor. (K1)

Haberleşme alt temasında sosyotelistler akıllı telefonlarını en sık mesajlaşma amacıyla kullanırken, kadın sosyotelistler ise akıllı telefonlarını partnerleriyle haberleşme amacıyla kullandıklarını vurguladılar. Sosyotelistler söylemlerinde şunları dile getirdiler:

Mesaj gelmiş mi biri aramış mı bunun için yani, daha başka bir sebebi yok aslında. (K1)

Mesaj gelmiş mi diye bakıyorum. Çok fazla sosyal ağlar vs. değil, kim ne yapmış gibi bir şey değil. Daha çok mesaj gelmiş mi diye telefonuma bakıyorum. (K3)

...benim telefonuma hiç bakmadığım vakit, erkek arkadaşım yanımda olduğu vakittir. O zaman hiç telefonumla ilgilenmem... (K7)

Genellikle çok ilgileniyorum, çünkü sorunlu bir sevgilim var. Her dakika böyle mesajlaşıyoruz. Gerçi bende de var birazcık o. (K5)

Sohbete ayak uyduramama alt temasında sosyotelistler en fazla ortamdaki sıkıldıkları ve rahatsız oldukları için akıllı telefonlarını kullanma gereksinimi duyduklarını ifade ettiler. Sosyotelistler bu durumu şöyle belirttiler:

Genel olarak sohbete ayak uyduramadığım zamanlarda, hani benim ilgimi çeken konu olmadığı zaman direkt telefonu elime alıyorum, karşı tarafın bakışlarıyla karşılaşıyorum. Tabi yani ayıp oluyor ama telefonu alıyorum, onla oynuyorum... Mesela dün arkadaşlarım futbolla siyasetten konuşuyorlar, benim hiç alakam yok. Baktım sohbet beni sarmıyor, telefonu elime aldım oynadım, ayıp oldu karşıdakilere. Onlar da zaten belirttiler kalktıktan sonra. (K6)

Ya böyle sohbetin bana uygun olmadığını düşündüğümde ya da hiç tanımadığım arkadaşlarla bir araya geldiğimde o zamanlarda daha çok kullanıyorum telefonu... (K7)

Sosyotelistlerin Akıllı Telefona İhtiyaç Duyma Nedenleri

Sosyotelistlerin akıllı telefona ihtiyaç duyma nedenlerine Tablo 4'te sunuldu. Akıllı telefona ihtiyaç duyma nedenleri ana teması altında (i) haberleşme, (ii) sosyal medya, (iii) duygusal ihtiyaçlar ve (iv) ilişkiler olmak üzere 4 alt tema oluşturuldu.

Tablo 4
Sosyotelistlerin Akıllı Telefona İhtiyaç Duyma Nedenleri

Alt Tema	Kodlar	f
Haberleşme	İletişim	16
	Whatsapp	3
	Mesajlaşma	3
	Telefon görüşmesi	1
	Amaca yönelik kullanım	1
	Haber alma	1
Sosyal medya	Fotoğraflara bakma	4
	Gündem/gelişmeleri takip etme	4
	Günlük paylaşım	3
	Paylaşmalarının kabul görmesi	1
	Sosyal medyada yorum alma	1
	Paylaşım yoluyla özgüven artışı	1
Duygusal ihtiyaçlar	Yalnızlık	15
	Mutlu olma	9
	Can sıkıntısı	6
	Özlem	3
	Zaman geçirme	3
	Akıllı telefonu olduğunda rahatlama	2
	Merak giderme	2
	Eğlence	1
	Sürekli akıllı telefonuna bakma ihtiyacı	1
	Akıllı telefonsuz eksik hissetme	1
Akıllı telefonu olmadığında huzursuzluk	1	
İlişkiler	Uzak mesafeleri kısaltma/yakınlaştırma	6
	Özel hayat/ilişkiler	2
	Birebir paylaşabilme	1
	Sesini duyma	1

Sosyotelistlerin akıllı telefona ihtiyaç duyma nedenlerinden haberleşme ve iletişimle ilgili olanlar *haberleşme* alt teması altında toplandı. Bu alt temada sosyotelistler sıklıkla akıllı telefon kullanma amaçlarını çevresiyle ve ailesiyle iletişim kurma olarak dile getirdiler. Sosyotelistler iletişim ihtiyacını şu şekilde açıkladılar:

İletişim, etkileşim. İnsanlar telefon sayesinde daha çabuk birbirine kaynaştı, uzaktakiler birbirini buldu. Şu an çok uzaktaki bir insan bile bir adım yanımızda. Yurt dışına çıkan arkadaşlarım var, mesela açabiliyorsun, internetten bakıyorsun, telefonla görüntülü arayabiliyorsun. Bunlar bence iletişim/etkileşim bağlarını kuvvetlendirdi. Ama bazen yanlışlıkla çökertebiliyor. Kullanıma bağlı, kullanmayı yerinde ve zamanında bilirse telefon bence mükemmel bir icat. (K7)

Birincisi ailem, uzaklık çok sevdiğim bir şey değil uzak olmak ailemden. Hani onlarla olan iletişim, en önemlisi o. Çünkü internetten görüşemiyorum ailemle, tek telefonla görüşebiliyorum. Onların sesini duymak ilk benim için önemli olan. İkincisi de dediğim gibi erkek arkadaşımın rahat konuşabilmek için. (K4)

Sosyal medya alt teması sosyal medyayı kullanabilmek için akıllı telefona ihtiyaç duyduğunu belirten sosyotelistlerin görüşlerinden oluşturuldu. Bu alt temada sosyotelistler sosyal medyayı günlük paylaşım, fotoğraflara bakma ve gündem ya da gelişmeleri takip etme ile ilişkilendirmiş ve bunlar nedeniyle akıllı telefona ihtiyaç duyduklarını belirttiler. Sosyotelistler bu durumu şu şekilde ifade ettiler:

Canım sıkıldığında resimlerimize bakıyorum, resimleri inceliyorum, resimlerimizi düzenliyorum. Hani boş vakitlerimde, gece yatmadan önce yapıyorum bunları. (K5)

Haber izleyemiyoruz yurttan, televizyon küçük. Sürekli haberleri telefonda okurum... (K4)

İnternet amaçlı kullanıyorum telefonu daha çok, hani gelişmeleri takip edemediğim zaman üzülürüm, meraklanırım. En çok Twitter'da gündemi takip ediyor insan, ne olup bitiyor, neler oluyor... (E1)

Sosyotelistlerin akıllı telefona duygusal olarak ihtiyaç duyma nedenlerine yönelik görüşleri *duygusal ihtiyaçlar* alt temasında birleştirildi. Yalnızlık bu alt temada en çok ifade edilen duygusal ihtiyaç olmuştur. Sosyotelistlerden ikisi yalnızlıkla ilgili görüşlerini şöyle açıkladılar:

Telefon benim kendimi iyi hissetmeme yardımcı oluyor. Doğal olarak, telefon olmadığında kendimi yalnız hissediyorum diyorum. Yine aynı doğrultuda gidersek telefon yanımda olduğu sürece, insanların içinde bile hani yalnız kaldım dediğiniz anlar olur ya o zamanlar da bana iyi gelebilecek bir şey. Ben demek ki bunu doyuruyorum kendimde. (K1)

Telefon olduğunda yalnız olmadığımı hissediyorum. Mesela arkadaşlarım arayıp soruyor, ailem arayıp soruyor... Bakıyorum, aa diyorum ne kadar çok arayan soranım var, yalnız değilim. Hani arkamda duracak insanlar var, beni dinleyen telefonla da olsa koşacak, yardım edecek insanlar var diyorum. (K6)

İlişkiler alt teması sosyotelistlerin akıllı telefona ihtiyaç duyma nedenlerinin özel hayatlarıyla ilgili görüşlerinden oluşturuldu. Sosyotelistlerin bu alt temada en çok belirttikleri görüşleri akıllı telefonun uzak mesafelerdeki aile veya arkadaşlarla görüşmeyi sağlamalarıdır. Sosyotelistlerin bu konudaki ifadeleri şöyledir:

Bir telefon kadar yakınsın. Uzaklardaki insanları yakınlarla taşıyabilmek için, bence çokta iyi bir uygulama. Şimdi şey Skype yükledim, artık görüntülü konuşuyoruz mesela, yani

boyutu değiştiriyoruz. Mesajlaşma boyutunu geçtik, konuşma boyutunu da geçtik, artık birbirimizle görüntülü olarak görüşüyoruz. (K5)

Özlem ihtiyacını giderdiğini hissediyorum, arkadaşlarımla konuşurken, birde araya mesafe girmemiş oluyor, yani kopmamış oluyorsunuz. O yüzden birbirinize daha yakın oluyorsunuz, yani birbirinizin hayatı hakkındaki düşüncelerden, durumlardan haberdar olunca daha mutlu hissediyorsunuz, kendinizi onun hayatına daha hissediyorsunuz. Daha mutlu hissediyorsunuz yani, unutulmamış hissediyorsunuz ya da onu unutmadığınız için mutlu oluyorsunuz bu şekilde. (K7)

Sosyotelistlerin Akıllı Telefon Kullanmadıklarındaki Hisleri

Sosyotelistlerin akıllı telefon kullanmadıkları zamanlardaki hisleri Tablo 5'te sunuldu.

Tablo 5

Sosyotelistlerin Akıllı Telefon Kullanmadığında Hisleri

Hisler	f
Gerginlik, Tedirginlik, Huzursuzluk, Endişe	15
Beklenti, Umut, Merak	13
İletişimsizlik, Eksiklik	9
Depresif, Mutsuzluk, Hayal Kırıklığı, Yalnızlık, Kötü	9
Çatışma, Tartışma Öfke, Sorun	8
Korku, Kaygı	8
Rahatsızlık, Sıkıntı	8
Panik, Telaş, Sabırsızlık	5
Hissizlik	1

Sosyotelistler akıllı telefonlarına bakamadıkları bir durumdayken ve akıllı telefonsuz geçirdikleri bir günde hissettiklerini en fazla gerginlik, tedirginlik, huzursuzluk ve endişe olarak ifade ettiler. Aynı zamanda beklenti, umut ve merak içerisinde bulduklarını belirttiler. Konuyla ilgili olarak sosyotelistlerin söylemlerinden bazı örnekler:

Evet, kötü olurum. Mesela babam arıyor, müsait olamıyorum, bakamıyorum, o zaman kötü hissediyorum, acaba ne diyecek, ne yapacak düşünüyorum. Hani bir an önce müsait bir ortam olsa da geri dönsen diye. Yine merak ederim, baya merak ederim. (K6)

Daha önce yani telefonla konuşma olayı oldu, en son mesela 2-3 gün önce... Tramvaydaydım. Bir arkadaş aramıştı, açamamıştım. Merak da etmişim ama topluluk içinde konuşmayı da çok sevmediğim için açmamıştım. Sıkılmıştım yani. O zaman ya insan açamayınca merak ediyor ister istemez, yani önemli bir şey mi var diye merak içinde de kalıyorum yani... (E1)

Tabi, yani şarjım bittiği durumlarda eğer mesajlaştığım kişileri haberdar etmişsem bu durumdan ya da ailemi haberdar etmişsem, herhangi bir sıkıntı olmuyor, bir gerginlik hissetmiyorum. Ama eğer bir bağlantı kopukluğu olduysa o an, haberdar da değillerse huzursuz hissediyorum tabi, gitsem de şarja taksam diye düşünüyorum. (K7)

Sosyotelistlerin Akıllı Telefona Yükladikleri Anlam

Sosyotelizm davranışı gösterenlere göre akıllı telefon kavramı ortak anlamlar taşımaktadır. Bu anlamlar (i) haberleşme/iletişim, (ii) vücuda ait bir organ ve (iii) hayattaki yeri olarak Tablo 6’da sunulan alt temalara ayrıldı.

Tablo 6
Sosyotelistlerin Akıllı Telefona Yükladıkları Anlamlar

Alt Tema	Kodlar	f
Haberleşme/İletişim	Uzaktaki kişilere ulaşma	13
	İletişimi kolaylaştırma	5
	Partnerine ulaşma	4
	Yakınlık	4
	Aileye ulaşma	3
	Anında iletişim kurma isteği	3
	Sosyal ilişkiler	1
Vücuduna ait bir organ	Kalp gibi	1
	Göz-kulak gibi	1
	El-ayak gibi	1
Hayattaki yeri	Vazgeçilmez	6
	Yardımcı	3
	Hayatın parçası	1

Haberleşme/iletişim alt teması altında sosyotelistler en fazla akıllı telefona uzaktaki kişilere kolay ulaşabilme anlamını yüklemişlerdir.

Sosyal ilişkilerimi zedeleyeceğini düşünüyorum, eğer telefon olmasaydı. Yakındaki insanlarla değil de, uzaktaki insanlarla çünkü zaten iki senedir buradayım ve çevremin büyük kısmı da farklı farklı şehirlerde. (K2)

Sosyotelistlerin, akıllı telefonlarını *vücutlarına ait bir organ* olarak görmeleri ilgi çekicidir. Sosyotelistlerin akıllı telefonlarını kendileri ile bütünleştirmiş oldukları aşağıda verilen ifadelerden anlaşılmaktadır:

Kalbim o benim, her şeyim. (K5)

Akıllı telefonumuz artık yani hayatın bir parçası, bir elimiz ayağımız... (E1)

Gözümüz, kulağımız gibi telefon her şey... (K7)

Sosyotelistlerin, akıllı telefona *hayatın parçası, vazgeçilmez, her şey* gibi yükladıkları anlamlar hayattaki yer alt teması altında verildi. Aşağıdaki ifadeden de anlaşılacağı üzere hayatın farklı alanlarında akıllı telefonun vazgeçilmez olduğu görülmektedir:

Yani karşı tarafla iletişime geçemeyeceğim, arkadaşlarımla konuşamayacağım, uzaktalar çünkü. Yaz tatillerinde bütün arkadaşlarım dışarıda, ee telefon olmasa onlarda olmayacak bir bakıma ufak bir sorun olsun paylaşıyoruz, bence telefonsuz olmaz. Hani vazgeçilmez bir bütün benim için. Arkadaş çevrem olsun, diğer sevdiğim olsun, telefon olmazsa olmaz. (K6)

Sosyotelistlerin Akıllı Telefonun İnsan Yaşamını Değiştiren Özelliğine İlişkin Görüşleri

Sosyotelistlerin akıllı telefonun insan yaşamını değiştiren özelliğine yönelik görüşleri (i) kişilerarası ilişkilere etkisi, (ii) kişisel gelişime etkisi ve (iii) kişilik üzerindeki olumsuz etkisi olmak üzere üç alt tema altında Tablo 7’de sunuldu.

Tablo 7

Sosyotelistlerin Akıllı Telefonun İnsan Yaşamını Değiştiren Özelliği ile İlgili Görüşleri

Alt tema	Kodlar	f
Kişilerarası ilişkilere etki	İlişkileri zedeleme	4
	Özel ilişkileri sürdürmeyi sağlama	2
	Hayatı ile ilgili paylaşım	2
	Kişilerden akıl alma	1
Kişisel gelişime etki	Yeni bakış açısı kazandırma	3
	Yeni bilgilere hızlı ve kolay ulaşma	1
Kişi üzerindeki olumsuz etki	Bağımlılık yapma	6
	Bireyselleştirme	2
	Robotlaştırma	1
	Soyutlaştırma	1

Sosyotelistlerin ifadelerine göre akıllı telefon kullanımının *kişilerarası ilişkileri* hem olumlu ve hem de olumsuz yönde etkilediği anlaşılmaktadır:

Her şeyi aileme anlatmaya çalışıyorum, ya da ne bileyim ilk onlar geliyor aklıma, paylaşmak istediğim bir şey olduğunda. Ya da akıl alıyorum, ya da ne bileyim destek oluyorlar. (K4)

Olumlu olarak mesela insanları daha çok bir birine bağlayabiliyor. Kimi zaman da kötü; yakın çevreni kaybedebiliyorsun. Ama uzaktaki arkadaşlarınla iletişim kurabiliyorsun, benim mesela çok görüşmediğim arkadaşlarım vardı. Bazen de ilişkileri etkiliyor; yakınındakileri kaybetme riskiyle karşılaşabiliyorsun, onları önemsemediğin an... (K6)

Akıllı telefon kullanımının kişisel gelişime katkı sağladığı düşüncesiyle kişisel gelişime etkisi alt teması altında yeni bilgilere hızlı ve kolay ulaşma, yeni bakış açısı kazandırma durumları sosyotelistler tarafından şu şekilde belirtildi:

Bence internet ve sosyal medya ne kadar eleştirsem de çok güzel mizah kaynağı. Bazen okuyorum, diyorum insanlar ne farklı bakış açılarına sahip, nasıl mizah yapmışlar. Hani benimde ufkumun açıldığını fark ediyorum. Benim en çok hoşuma giden şey, farklı bakış açıları görmek (K2)

Sosyotelistler akıllı telefon kişi üzerindeki olumsuz etkisi olarak en fazla bağımlılık yaptığı görüşündedirler. Bir sosyotelistin buna yönelik ifadeleri şöyledir:

Akıllı telefona bağımlıyım gibi, o olmadığı zaman sürekli bir şeye bakma isteğinin olması, el alışkanlığı olması gibi. Biraz sigara içmek gibi, yani sigaraya da bağımlı olduğunu biliyorsun ama seni rahatlatıyor. Akıllı telefonu da bir nevi sıkıntımı atmak için rahatlama aracı diye düşünüyorum. (K2)

Sosyotelistlerin Sosyotelizm Davranışıyla Karşılaştıklarındaki Duygu, Düşünce ve Davranışları

Sosyotelistlerin, sosyotelizm davranışıyla karşılaştığındaki duygu, düşünce ve davranışlar temasına bağlı olarak oluşturulan (i) empati kurma, (ii) tepkili davranma ve (iii) olumsuz düşünceler hissetme alt temaları Tablo 8’de sunuldu.

Tablo 8

Sosyotelistlerin Sosyotelizm Davranışıyla Karşılaştıklarındaki Duyguları, Düşünceleri ve Davranışları

Alt Tema	Kodlar	f
Empati Kurma	Yaptığı davranışın farkına varma	5
	Uyarıları dikkate alacak olma	2
Tepkili davranma	Her durumda tepki verme	10
	Susma	6
	Yakın arkadaşına tepki verme	3
Olumsuz Düşünceler Hissetme	Kızgınlık	18
	Değersizlik hissi	10
	Kötü hissetme	6
	Önemsenmiyormuş/umursanmiyormuş hissetme	6
	Rahatsızlık	6
	Yalnızlık	3
	Huzursuzluk	3
	Karşısındaki ile iletişim kuramama	2
Saygısızlık	1	

Sosyotelistler, *empati kurma* alt temasında sosyotelizm davranışıyla karşılaştıklarında kendilerinin de sosyotelizm davranışını sergilediklerinin farkına vardıklarını belirttiler. Örneğin:

Beni dinlemiyormuş gibi... Beni dinlemediği için kendimi huzursuz hissederim. Belki de, beni değersiz görüyormuş gibi hissederim. Bana saygı göstermediğini de düşünürüm. Böyle düşündüğüm zaman yaptığımı yanlış olduğunun da farkına varabiliyorum biraz... (E1)

Yani herhangi bir insan bile, ona bir şey anlatırken onunla göz teması kurmak istiyor. O yüzden, biraz saygısız diye düşünürüm. Ama kendim de yapıyor muyum? Evet yapıyorum. (K4)

Tepkili davranma alt temasında sosyotelistlerden bazıları karşılarındaki kişi konuşma sırasında kendilerini etkili bir şekilde dinlemeyip akıllı telefonuyla ilgilendiğinde bu davranışa en fazla tepki verdiklerini, bazıları sadece yakın arkadaşları ise tepki gösterdiklerini, bir kısmı da tepkilerini sadece susarak verdiklerini ifade ettiler. Sosyotelistlerin söylemlerinden çeşitli örnekler şu şekildedir:

Yakın arkadaşımınsa söylerim, ama yakın arkadaşım değilse söylemem. Yani belki önemli bir işi vardır diye düşünebilirim, ya da bir daha onunla samimi konuşmam. Yani beni nasılsa dinlemiyor diye, pek kale almıyor diye düşünürüm. (K4)

Hani hiç tanımadığım birine tepki göstermiyorum o an için, ama yakın bir arkadaşım olduğunda telefonu bırak, benimle ilgilen, sohbete başlayalım hani bir muhabbet edelim gibi anlamlı tepkimi gösteriyorum. (K7)

Sessiz kalırım. Ben normalde çok konuşan bir insanı, mesela arkadaşlarım benim ruh hâlime göre anlayabiliyorlar, sustuğum zaman benim bir şeyin var diyorlar. (K1)

Değersizlik hissi ve saygısızlık, *olumsuz düşünceler hissetme* alt temasında sosyotelistler tarafından en fazla tekrarlanan ifadelerdir. Bunlarla ilgili olarak görüşme kaydından elde edilen ifadeler ise aşağıda sunuldu:

Yani eğer ben ona anlatıyorsam dediğim gibi ve beni dinlemiyorsa, o zaman değer vermediğini hissederim herhâlde. Özel olarak ona anlatıyorum ve o beni dinlemiyor yani. (K3)

Öncelikli olarak kişiden kişiye göre değişir, ama objektif olarak bakarsam öncelikle saygısızlıktır. Birinci olarak saygısız olarak tanımlayabilirim. (K1)

O kişi benim gözümde sohbetime değer vermeyen bir insandır. (K2)

Sosyotelistlerin Sosyotelizm Bağımlılıklarının Arkadaşlık İlişkilerine Etkisi

Sosyotelistler, sosyotelizm bağımlılıklarının arkadaşlık ilişkilerine etkisine yönelik görüşleri Tablo 9’da sunuldu. Sosyotelizm bağımlılıklarının arkadaşlık ilişkilerine etkisi ana teması altında (i) uyarı ve tepki, (ii) kişinin farkındalığı, (iii) karşı tarafın olumsuz hisleri ve (iv) davranışın normalleştirilmesi alt temaları oluşturuldu.

Tablo 9

Sosyotelistlerin Sosyotelizm Bağımlılıklarının Arkadaşlık İlişkilerine Etkisi

Alt Tema	Kodlar	f
Uyarı ve tepki	Uyarı alma	8
	Aile bireylerinden uyarı alma	5
	Yakın arkadaşlardan tepki alma	4
	Cezalandırılma	1
	Aileyle kavga etme	1
	Ortamdan kopuşa yönelik tepkiler	1
Kişinin farkındalığı	Göz teması kurmama	1
	Ortamdan soyutlanma	1
	Muhabbete katılmama	1
	Kötü hissetme/mahcup olma	1
	Karşıdakinin dinlenilme ihtiyacı	1
Karşı tarafın olumsuz hisleri	Ciddiye alınmama	3
	Rahatsızlık	2
	Kötü hissetme	2
	Karşıdakinin moralinin bozulması	2
	Saygısızlık	1
	Boşa zaman harcatma	1
Davranışın normalleştirilmesi	Kendini haklı çıkartma	4
	Çevrenin alıştığını düşünme	4
	Rahatsız etmediğini düşünme	3
	Uyarıları önemsememe	2
	Yaygın davranış	2
	Ailenin davranışa alışacağını düşünme	1
	Davranışta ısrar etme	1
	İletişimi engellemediğini düşünme	1
	Arkadaşlık ilişkilerini erteleme	1
	Akıllı telefonuna arkadaşlıktan daha çok önem verme	1
Çevreden sözlü tepki almama	1	

Uyarı ve tepki alt teması altında en fazla tekrar edilenler aileden veya arkadaş çevresinden tepki alma olmuştur. Sosyotelistler ailelerinden ve arkadaşlarından aldıkları uyarı ve tepkileri şu şekilde ifade etmektedirler:

Bir yere gittiğimizde annem hep bunu söyler işte “Bir yere gidiyoruz bak telefonunla orada ilgilenme ayıp olur.” Ben de “Ben gelmeyeyim o zaman siz gidin, ben evde otururum.” derim, yani öyle olacağı zaman, işte babamın iş yemekleri ya da aile toplantıları olduğunda, ben gelmeyeyim muhabbetini kullanmayı daha çok seviyorum. Çünkü gittiğimde ben sürekli telefona bakıyorsam, annem “çabuk bırak onu” der. (K5)

Oda arkadaşlarım beni artık protesto ediyorlardı, yani ben mesajlaşırken onları dinlemiyordum. Bazen bir şey soruyorlarmış ben mesajla ilgilendiğim için cevap vermiyordum. Ben soru sorunca cevap vermiyorlardı, o şekilde bir cezalandırma yöntemi bulmuşlardı. Tabi ailem tatile yanına gittiğimde de “Bırak artık telefonu bizimle ilgilen sürekli telefondaşın.” diye ya da “Radyasyondan öleceksin.” tarzında uyarılara maruz kalıyorum. (K7)

Kişinin farkındalığı alt temasında sosyotelistler akıllı telefonlarıyla ilgilenirken göz teması kuramadıklarının, ortamdaki soyutlandıklarının, muhabbete katılmadıklarının farkında olduklarını ve kendilerini kötü hissettiklerini belirttiler. Sosyotelistlerden biri farkındalığını ifade ederken şöyle söylemektedir:

Mesela telefonumla çok ilgilendiğim zaman, bir toplum içindeyken toplumdaki bir kere soyutlanmış oluyorsun. Yani muhabbete de katılamıyorsun. Onun gibi dezavantajları olabilir. (K4)

Karşı tarafın olumsuz hisleri alt temasında sosyotelistler akıllı telefonlarıyla ilgilenirken karşı tarafın ciddiye alınmadığını düşündüklerini dile getirdiler. Sosyotelistler karşı tarafın ciddiye alınmadığını hissetmesine yönelik görüşlerini şu cümlelerle ifade ettiler:

Keşke aramızda olsaydın, işte telefonunla ilgilenmeseydin. Ordasın ama kale almıyorsun gibi. Ya dediğim gibi ortamda geçen o an ki muhabbet dikkatimi çekmiyor. O sırada telefonuma bakıyorum. Sonra dikkatimi çeken bir şey oluyor, “ha ne olmuş” diyorum. “Yaa dinleseydin, telefonla uğraşmasaydın” diyorlar. (K2)

Davranışın normalleştirilmesi alt teması, sosyotelistlerin topluluk içinde sosyotelizm davranışını rahatlıkla sergileyebilme nedenlerine yönelik görüşlerden oluşmaktadır. Bu alt temada akıllı telefon kullanımına çok önemli bir işi olduğunu gerekçe göstererek kendini haklı çıkartmaya çalışma ve sosyotelizm davranışının artık herkes tarafından sergilendiğini düşünerek çevrenin bu duruma alıştığı ve rahatsız olmadığı şeklindeki görüşler en çok tekrar edilenlerdir. Sosyotelistler görüşlerini şu şekilde belirttiler:

Etrafımdaki çoğu insanda öyle davranıyor. Hani ne bileyim arkadaşlık ilişkilerini çok fazla etkilediğini düşünmüyorum. Çok rahatsız ettiğimi düşünmüyorum. Yani sürekli telefonla

ilgilenmiyorum zaten. Ya da hani benden daha fazla ilgilenenler, sosyal ağlar falan işte, Facebook, Twitter kullananlar daha fazla telefona bakıyorlar. Daha çok mesaj geldiğinde ya da bir şey beklediğimde akıllı telefon sürekli elimde olur. (K3)

Alıştıkları için tepki vermiyorlar ya. Hani artık bir bırak falan demiyorlar. Çünkü çok yoğunum. Hatta tam arkadaşım bir şey anlatacağı zaman, benim telefonum çalıyor. “Ayy bir dakika dur.” diyorum. “Tamam” deyip dönüyor. Alıştılar artık buna. Bir sorun çıkmıyor. (K5)

Sosyotelistlerin Çevresiyle Olan İletişimleri

Sosyotelistlerin çevreleriyle olan iletişimlerine yönelik görüşleri çevrede olup bitenleri algılama ana temasına bağlı olarak (i) anlatılanları eksik anlama, (ii) çevreye tamamen kapalı, (iii) dikkatini iki yöne verebilme, (iv) göz teması alt temaları Tablo 10’da sunuldu.

Tablo 10
Sosyotelistlerin Çevresiyle Olan İletişimleri

Alt Tema	Kodlar	f
Anlatılanları eksik anlama	Yüksek dikkat kaybı	3
	Anlatılanları eksik algılama	4
	Aklını telefona yönlendirme	1
	Yetersiz algılama	2
	Konuyu tekrar ettirme	1
	Algılama sorun yaşam	2
	İşitme var, duyma yok	2
	Sesleri anlamlandırmadan algılama	2
Çevreye tamamen kapalı	Anlatılanların tamamını kaçırma	5
	İletişim kopması	4
Dikkatini iki yöne verebilme	Görüşme sırasında mesaj yazma	5
	Muhabbetten kopmama	3
Göz teması	Yapmacık göstermelik göz teması	2
	Göz teması kuramamanın kötü hissettirmesi	5
	Göz teması kurmada zorlanma	2
	Göz teması kuramama	1
	Göz teması kurabilme	1

Sosyotelistler, sosyotelizm davranışı sergilerken çevreyle olan iletişimlerinde sıkıntı yaşadıklarını ilettiler. Buna göre *anlatılan eksik anlama* alt teması içinde anlatılanları eksik algılama ve yüksek dikkat kaybı en fazla tekrar edilen ifadeler oldu. Sosyotelistler bu durumu şu şekilde dile getirdiler:

Çok algılayamıyorum çünkü normalde de dikkatimi çok toplayamayan bir insanım. Biri bana bir işi anlatırken aklıma bir şey gelirse hiçbir şey uğraşmadığım zamanlar bile birkaç şey kaçırabiliyorum. Bir de bu akıllı telefonda beri böyle benim eski telefonumun bu kadar özelliği yoktu bir Whatsapp’ı vardı, interneti falan yavaştı, hiç o kadar ilgilenmezdim. Şimdi sürekli şeyim oldu kendi kendime ihtiyaç gibi oldu demek ki kalkar kalkmaz hemen telefonu elime alıyorum. (K2)

Çevreye tamamen kapalı olma alt temasında sosyotelistler anlatılanların tamamını kaçırdıklarını ve iletişim kopması yaşadıklarını belirttiler. Buna ilişkin örnekler aşağıdadır:

Akıllı telefonu ile ilgilenirken yani o an aklını ona veriyorsun, yazdığın şeyi ne yazacağımı düşünüyorsun ya da bir şey bekliyorsun. O yüzden çok fazla karşı tarafla iletişim hâlinde olamıyorsun. Ama biri bana özel bir şey anlatıyorsa telefonla ilgilenmem, o ayrı. O durumda ya müsaade ister, öyle mesajıma bakarım ya da telefonuma cevap veririm. (K3)

Sosyotelistler *dikkatini iki yöne verebilme* alt temasında görüşme sırasında mesaj yazabildiklerini ve muhabbetten kopmadıklarını tekrarladılar. Sosyotelistler bu durumu şöyle belirttiler:

Aslında artık telefonla ilgilenirken yan tarafları da duyabiliyorum. Yani dikkatimi iki yöne verebiliyorum. Sadece telefona takılıp diğerlerini duymamazlık olmuyor. (K4)

İşte mesela, sizin sorunuza cevap verirken, aynı zamanda buradan mesaj yazdım biraz önce. (K5)

Göz teması alt temasında sosyotelistler göz teması kuramadıkları için kötü hissettiklerini, göz teması kurmada zorlandıklarını ve göstermelik göz teması kurduklarını ifade ettiler. Sosyotelistler bunlara yönelik söylemleri şunlardır:

İletişim kuramıyorum, akıllı telefonumla eğer sürekli bir şeylere bakıyorsam sonuçta göz teması kuramam karşımdakiyle. Konuşurum belki ama sadece konuşurum hem de kötü hissederim kendimi. Aynı şeyin bana yapıldığını düşünüyorum, karşımdakine bir şey anlatsam ve bana göz teması kurmadan cevap verse, bu beni de çok rahatsız eder genelde. Bende insanları bu yüzden uyarıyorum. (K1)

İşte zor. Dinlediğimi göstermek için arada bakarım. Konuşurum gözüne bakarak. Bazen de telefonumla oynayarak, mecburen gözüne bakmayarak cevap verebilirim. (K4)

Tartışma

Mevcut dünya nüfusu 2014 yılı itibarıyla yedi milyarın üzerindedir. Ayrıca 2013 yılı verilerine göre aktif kullanımda bulunan akıllı telefon sayısı bir milyarın üzerindedir (Mass, 2013; World Economic Forum, 2014). Deloitte (2013a; 2013b), on beş ülke arasında yapılan araştırma sonuçlarının, akıllı telefonlardan internet kullanım oranında Türkiye'nin birinci sırada geldiğini rapor etmektedir. Türkiye Mobil Tüketici Anketinin 2013 yılı sonuçlarına göre internete bağlı cihaz kullanımının bir önceki yıla göre %42 oranında artış gösterdiği ve kişi başına 5,4 mobil cihaz düştüğü görülmektedir. Tüm bu veriler akıllı telefonların günlük hayatta yoğun bir şekilde yer aldığını göstermektedir. Günlük yaşamın bu kadar yoğun olarak yer alan akıllı telefonların sosyal bir varlık olan insanlarına yaşamında, sosyal yaşam dâhil olmak üzere birçok alanda değişimler yaratması beklenen bir gelişmedir. Bu gelişmeler akabinde bu çalışmada, sosyotelizm davranışını sergileyen genç yetişkinlerin

sosyotelizm davranışları, nedenleri ve yaşamlarındaki etkilerini tanımlanarak ve ortaya çıkan bulgular ışığında literatüre katkıda bulunuldu.

Çalışma bulguları sosyotelistlerin akıllı telefonları daha çok bir topluluk içinde, ortamdaki sıklıklarında, rahatsız olduklarında ve sohbete ayak uyduramadıkları için zaman geçirme ya da oyalanma amaçlı kullandıklarını gösterdi. Bireylerin akıllı telefonları alışkanlık edinilmiş bir araç olarak gördükleri ve zaman geçirme amacıyla kullandıkları yönünde elde edilen bulgular akıllı telefona yönelmenin nedenleri konusunda ortak bir fikir ortaya koymaktadır (Ling, 2005). Ancak sıkıntı ve rahatsızlık olarak ifade edilen bu bulanık durumun kökeninde ne olduğu sorusu sosyotelistlerin ortak görüşleriyle yavaş yavaş açıklığa kavuşmaktadır.

Bu çalışmada sosyotelistlerin akıllı telefon kullanım sıklıkları içerisinde en fazla *her dakika akıllı telefonuna bakma* ve *beş dakikada bir akıllı telefonuna bakma* davranışlarının yoğunlaştığı görüldü. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada öğrencilerin akıllı telefonlarını yoğun olarak kullandıkları ve günlük akıllı telefon kullanım süreleri içerisinde bir saatten fazla kullanma oranının en yüksek değere sahip sonuç olduğu saptanmıştır (Tutgun-Ünal & Arslan, 2013). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir başka çalışmada öğrencilerin yarısından fazlasının altı yıl ve üzerinde akıllı telefon kullandığı ve günlük akıllı telefon kullanım sürelerinin bir saatten fazla olduğu belirlenmiştir (Arslan & Tutgun-Ünal, 2013). Literatürde özellikle gençler üzerinde yapılmış olan, aşırı akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili pek çok çalışma, bu durumu desteklemekte ve durumun ciddiyetini gözler önüne sermektedir (Bianchi & Phillips, 2005; Ha ve ark., 2007; Lee & Hwang, 2009; Walsh ve ark., 2008). Elde edilen bulgular üniversite öğrencilerinin gün içerisinde akıllı telefonlarına oldukça fazla vakit ayırdıklarını, sosyotelizmin temel dinamiklerinden birisinin telefon kullanımına ayrılan bu aşırı zaman olduğu düşüncesini desteklemektedir. Ancak telefon kullanımına ayrılan bu aşırı zamanı işleten dinamiklerin neler olduğu konusu tam anlamıyla aydınlatılamamıştır. Bu konuda yapılan araştırmaların henüz olgunlaşmamış olması ve telefon teknolojisinin her geçen gün yeni bir ek teknolojiyi telefonlara entegre etmeleri bu nedenlerin kapsamını ve etkilerini tespit etmeyi güçleştirmektedir.

Özellikle 90'lı yılların sonları ile dünyada GSM (Global System for Mobile Communication) standardını kullanan tüm ülkelerde bireylerin kısa mesaj servisini kullanımları giderek yaygınlaşmaya başlamıştır (GSM Association, 2007). Günümüzde kısa mesaj servisi kullanımı gençlerin sosyal iletişim biçimi hâline gelmiştir. Çalışmada sosyotelizm davranışını gösteren sosyotelistlerin topluluk içerisinde en fazla akıllı telefonların mesaj özelliğini kullandıkları belirlendi. Bugün Amerika'da gençlerin %72'si ya da kullanıcıların %88'i akıllı telefonlarını arkadaşlarına mesaj göndermek için kullanmaktadırlar (Aydoğdu-Karaaslan & Budak, 2012). Benzer bulguları ortaya koyan çalışmalarda da tıpkı bu çalışmada olduğu gibi

akıllı telefonu sık kullanma nedenleri arasında akıllı telefonun mesaj özelliğinin yer aldığı rapor edilmiştir (Economides & Grousopoulou, 2008; Mante & Piris, 2002; Özaşçılar, 2012; Zulkefily & Baharudin, 2009). Tüm bu bulgular telefonlara sayısız uygulama ve teknolojik ekleme yapılmış olmasına karşın akıllı telefonun birinci işlevi olan iletişimin öncelik sıralamasındaki yerini kaybetmediğini göstermektedir. Akıllı telefonlarını aile ve arkadaşlarıyla iletişim hâlinde olabilmek için kullandıkları bulgusuna ulaşan birçok araştırma sonucu bu görüşü desteklemektedir (Chen & Katz, 2009; Jones, Johnson-Yale, Millermaier & Perez, 2009). Ancak akıllı telefonların temel işlevi olan iletişim, kullanım alışkanlığı olmaktan çok bağımlılığa dönüşen bir faktör hâlini almış (Young & Sook, 2010) ve bu bağımlılığın nedenleri arasında birçoğu araştırılmamış dürtüler bulunmaktadır. Bulgular insanın çevresini kontrol etme isteğinin bunlardan birisi olduğu düşüncesini desteklemektedir.

Çalışmada akıllı telefon kullanma nedenlerinde kadınların aktardığı bilgiler arasında partnerle iletişim kurmak önemli bir etkiye sahip görünmektedir. Sosyotelistlerin büyük çoğunlukla benzer araştırma sonuçlarında olduğu gibi (Brown, 2013) uzaktaki kişilerle iletişim kurma isteğini vurgulasalar da bu isteğin içeriği sorgulandığında aile ve partnerin, tamamı üniversiteli olan gençlerin özellikle de partnerle iletişim kurma isteklerinin baskın olduğu sonucuna ulaşıldı. Özaşçılar'ın (2012) ailelerin sürekli haber almak için akıllı telefon kullanmasından kişilerin rahatsızlık duydukları bulgusu göz önüne alındığında telefonlardaki mesajlaşmada partnerle iletişime geçmenin aile faktöründen daha önemli bir yere sahip olduğu sonucunu desteklemektedir. Mante ve Piris (2002), gençlerin mesaj özelliğini kullanma nedenlerinin büyük çoğunlukla partneri ile iletişim kurabilmek isteğinden kaynaklandığı bulgusuna ulaşmıştır. Özellikle kadın sosyotelistlerin partnerleri ile iletişim kurma amaçlı akıllı telefon kullanması, geleneksel anlayışla, kadınların *erkek arkadaşlarına hesap verme kaygılarının* daha fazla olduğunu düşündürmektedir. Kadın sosyotelistlerin hesap verme kaygısı ile daha çok mesajlaşmalarının akıllı telefon kullanımını arttırdığı, bu durumda kişileri sosyotelizm davranışına yönlendirdiği düşünülebilir. Öte yandan partnerleriyle sürekli iletişim içerisinde olmak kadınlara partnerlerinden sürekli haberdar olma avantajını sağlamaktadır. Bu durum kadının erkeğe güvensizliği, sürekli ondan haber alarak onu ve davranışlarını kontrol altında tutmak istemesi gibi farklı nedenlere de dayanıyor olabilir. Gelecekteki araştırmalarda kadınların erkeklerin davranış ve eylemlerini kontrol altına almakta akıllı telefonlarını bir araç olarak kullanıp kullanmadıkları, bağımlı tipteki ilişkiler ile sosyotelizm arasında ne gibi bir bağın bulunduğu sorularının cevaplanmaya çalışılması alana katkı sağlayacaktır. Tüm bu bulgular insanın çevresini kontrol altına alma isteğinin gelişen telefon teknolojileriyle artış gösterdiğine işaret etmektedir. Ancak bireyin çevresini kontrol etme isteği partnerle sınırlı değildir. Bilginin hızlı akışı ve internetle birlikte farklı platformlarda daha geniş kapsama yayılan yeni bir tür kontrol ağına işaret etmektedir: *sosyal medya*.

Çalışmada sosyotelizm davranışını gösteren kişilerin topluluk içerisinde akıllı telefonu ile ilgilenme amacı olarak en fazla *sosyal medyada yorum okuma, fotoğraflara bakma, gündem ve gelişmeleri takip etme, günlük paylaşımda bulunma isteklerini* rapor ettikleri belirlendi. Karaduman ve Kurt (2010), öğrencilerin sosyal medyayı öncelikle iletişim, sonrasında paylaşım yapmak ve paylaşımları takip etmek amacıyla kullandıklarını belirlemiştir. Ayrıca Sönmez (2013) tarafından yapılan araştırmada sosyotelistlerin akıllı telefonlar ile sık sık Facebook'a bağlandıkları, akıllı telefonlarını özellikle bu amaçla kullandıkları saptanmıştır olup bulgular kadın sosyotelistlerin Facebook'tan başkalarının fotoğraflarına bakma konusuna özel bir ilgi duyduklarını göstermektedir. Kadınların başka insanların özel yaşamlarına dair fotoğrafları incelemekten hoşlanmaları diğer paylaşımlar ve yorumların yanı sıra görsel olarak da bireyin yaşamındaki değişikliklerin takip edilebilmesinin bireyde ruhsal bir tatmin yarattığını göstermektedir. Literatürde *photolurking* olarak anılan ve bireylerin başkalarının fotoğraflarını inceleyip fotoğrafların sahiplerinin haberleri olmaksızın başka ortamlarda fotoğraflar hakkında değerlendirmelerde bulunma (Khalid & Dix, 2007) şeklinde kendisini gösteren bu yeni akım, bilgisayarın sunduğu tüm imkânları tanıyan akıllı telefonlarla birlikte sosyotelizmin bir parçası olmuş gibi görünmektedir. Sosyotelizm davranışını sergileyen sosyotelistler sosyal medya paylaşımları ve bu paylaşımların tetiklediği photolurking aracılığıyla, tanıdıkları insanların gündelik yaşamlarındaki gelişimleri takip etmektedir. Bunun için paylaşımları incelemekte, okumakta ve yorumlamaktadır. Bu durum bilgi çağındaki bilgi akışının çevreyi kontrol etmeyi kolaylaştırması ve bunun geldiği son noktanın bağımlılığa işaret etmesi açısından önemlidir. Bu çalışmanın bulguları bireylerin ne gibi dürtülerle telefon kullanımına yöneldiklerini göstermektedir. İnsanların sürekli iletişimde kalabilme ve karşısındaki bireyden haberdar olma isteği taşınması, haber alma aracının bireylerin özel yaşamlarının vazgeçilmez bir parçası olmaya başlaması, internetin yoğun kullanım amacının sosyal medya olması, sosyal medyayı haber alma, gelişmeleri takip ve kontrol altına alabilme isteğinden oluşması gibi birçok davranışsal ipucu bu dürtülerin neler olduğuna dair bir aydınlanma yaratmaktadır. Ancak bu davranışsal nedenlere eşlik eden duygusal tepkilerin neler olduğu, bireylerin hangi hislerle ve duygusal ihtiyaçlarla sosyotelizme yöneldikleri sorusuna verilen cevaplar, sosyotelizmin karmaşık doğası hakkında daha fazla ipucu elde etmemize yardımcı olmaktadır.

Çalışmamızda sosyotelistler akıllı telefonların ailelerine ulaşmayı, anında iletişim kurmayı sağlaması gibi yaşamlarında yarattığı değişiklikleri olumlu olarak değerlendirirken; çalışmamızdan farklı olarak Özaşçılar (2012), sosyotelistlerin aileleri ile devamlı iletişim hâlinde olma ve buldukları yerleri bildirme durumundan rahatsızlık duyduklarını iletmektedir. Ayrıca bireyler yalnızlık, özlem, can sıkıntısı, mutlu olma gibi duygusal ihtiyaçlarını akıllı telefonuyla giderebildiklerini düşünerek, akıllı telefona bir iletişim aracından daha fazla anlam yüklediklerini göstermektedir.

Bu bakımdan akıllı telefonlar bazı duygusal ihtiyaçların giderilmesini sağlamaktadır. [Humphreys'in \(2003\)](#), çalışmasında sosyotelistlerin akıllı telefonları yalnızlıklarını giderme amacıyla kullandıklarının belirtilmesi bu durumu desteklemektedir. Bulgular ayrıca sosyal medyaya girebilmek, paylaşım yapabilmek, kabul görebilmek, özgüven kazanabilmeyi sağlaması dolayısıyla akıllı telefonun bir ihtiyaç olarak algılandığını göstermektedir. Bu bağlamda, akıllı telefonun bireyin gerçek ortamlara ihtiyaç duymayarak kolay yoldan sosyalleşmesini, etkileşim kurmasını, zaman geçirmesini ve duygusal ihtiyaçlarını karşılamasını sağladığı ifade edilebilir. Bu sonuçlar felsefedeki *entropi* kavramına son derece uygundur. Normal koşullar altında saygınlık, para, eğlence, sosyalleşme, etkileşim kurma gibi ihtiyaçların her biri için ayrı bir enerjinin ayrılması gerekmektedir. Oysa tüm bunların sanal da olsa bir arada ve çok daha düşük enerjilerle elde edilmesine imkân veren bir sistem varsa organizmanın, yani insanın, bunun çevresinde toplanması son derece doğaldır. Ancak unutulmamalıdır ki sosyotelizmi sadece entropi ilkesine bağlamak ve aslında bunun normal bir davranışmış gibi algılanması yanılgılara neden olacaktır. Çünkü bireyin kendisini minimum enerjiyle maksimum verime odaklaması doğal olarak karşılanabilir ancak hem bu verimin sanal bir verim olması, hem de bu verimi elde edebilmek adına gündelik yaşamın işleyişinin bozulması bu davranışın bir bozukluk olarak algılanmasını gerektirmektedir.

Sosyotelistler akıllı telefon kullanamadıkları durumlarda gerginlik, tedirginlik, huzursuzluk, mutsuzluk, hayal kırıklığı, endişe, depresif ruh hâliyle birlikte beklenti, umut ve merak da yaşadıklarını ifade etmektedirler. Önceki çalışmalarda öğrenciler akıllı telefonları olmadığı zamanlarda eksiklik hissettiklerini, yüksek endişe ve rahatsızlık duyduklarını bildirmişlerdir ([Ling, 2005](#)). Bahsedilen duygular sosyotelistlerin akıllı telefonu daha çok iletişim amacıyla kullandıklarını, iletişim kuramadıklarında ise kendilerinde eksiklik gördüklerini ve psikolojilerinin bu durumda olumsuz etkilendiğini göstermektedir. Akıllı telefonlarını kullanamadıkları zamanlarda bireylerin hissettikleri bu duygular yakınları ile iletişim hâlinde kalmaya önem vermeleri ile açıklanabilir. Yakınları arasında öncelik sıralamasının ise özellikle partnerlerden yana olduğu görüşmelerden çıkarılabilecek sonuçlar arasındadır. Bu durum bireylerin akıllı telefonlara yükledikleri anlamları da ilişkilendirilebilir.

Çalışmada sosyotelistler akıllı telefonlarını hayatın parçası, vazgeçilmez ve yardımcı olarak görürlerken bir yandan da kalp, göz-kulak, el-ayak gibi vücuda ait bir organ olarak tasvir etmişler, akıllı telefonlarına haberleşme ve iletişim anlamını yüklemişlerdir. [Aydoğdu-Karaaslan ve Budak \(2012\)](#) öğrencilerin bir kısmının akıllı telefonu vazgeçilmez, olmazsa olmaz olarak gördüklerini, hayatlarını organize eden bir boyutta değerlendirdiklerini buna karşın diğer bir kısmının da hayatında önemli bir yere sahip olmadığını belirttiklerini ifade etmişlerdir. Gençlerin hayatta kaybetmekten en çok korktukları eşyanın %90 ile akıllı telefon olmasıyla ([Telekom](#)

Haber, 2008) Amerika'daki akıllı telefon kullanıcılarının %26'sının akıllı telefonsuz yaşayamayacaklarını ifade etmeleri (Brown, 2013) bu durumu desteklemektedir. Bu çalışmanın bulguları ve önceki araştırmalar sosyotelizmin bir bağımlılık olarak yorumlanabileceği görüşünü desteklemektedir. DSM-4'te (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1995) madde bağımlılığı kriterleri dikkate alındığında sosyotelistlerin davranış ve ifadelerinin bağımlılığa işaret ettiği düşüncesi artmaktadır. DSM-4'te (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1995) göre sürekli artan miktarda madde kullanımına tolerans geliştirme, aynı miktarda kullanımının azalmış etki yaratması, yoksunluk sendromu gözlenmesi, yoksunluktan kurtulma için madde alınması, tasarlanandan fazla miktarda madde kullanımının gerçekleşmesi, madde kullanımını azaltmak için boşa çıkan çabaların görülmesi, önemli toplumsal, mesleki ya da boş zaman etkinliklerinin bırakılması veya azaltılması, madde kullanımından kaynaklanan ya da madde kullanımıyla alevlenen sürekli var olan ya da yineleyici şekilde ortaya çıkan fizik ya da psikolojik sorunun bilinmesine karşın madde kullanımının sürdürülmesi madde bağımlılığının tanı kriterleri arasında yer almaktadır. Sosyotelistlerin ifadeleri ve kullanım alışkanlıklarına ilişkin veriler dikkate alındığında bu belirtilerin tamamının çeşitli dozlarda sosyotelizm davranışına uyarlanmış olarak varlığını hissettirdiği gözlenmektedir. Bir başka ifadeyle sosyotelizm psikopatolojik anlamda önemli bir tehlike potansiyeline sahiptir. Ancak Sosyotelizmin tüm etkilerinin olumsuz olduğunu söylemek mümkün değildir.

Çalışmada sosyotelizm davranışı sergileyen sosyotelistlerin ifadelerinden akıllı telefon kullanımının kişilerarası ilişkileri olumlu ve olumsuz etkilediği anlaşılmaktadır. Sosyotelistler akıllı telefonun kendi üzerindeki en olumsuz etkisinin bağımlılık olduğunu ifade ettiler. Araştırmalar akıllı telefonlarının günlük yaşamı *olumlu* yönde etkilediğine inanan, hızlı ve kolay iletişim olanağı sunduğunu düşünen öğrencilerle birlikte, akıllı telefonuyla yaygınlaşan mesajlaşmanın yüz yüze konuşmanın yerine geçmesiyle iletişimi *olumsuz* etkilediğini düşünen sosyotelistlerin de bulunduğunu göstermektedir. Bu durum insanı özgürleştirmeyi amaçlayan teknolojinin amacından saparak bireyi bağımlı hâle getirebildiğini, bir başka ifadeyle ilk amacının tam aksine bir işlev yüklediğini göstermektedir (Aydoğdu-Karaaslan & Budak, 2012).

Çalışmada sosyotelizm davranışı ile karşılaşıldığında sosyotelistlerin kendileri de bu davranışı sergilediklerinden empati kurabilmelerine rağmen karşıdaki kişiye tepkili davrandıkları ve o kişiye karşı olumsuz düşünceler hissettikleri görüldü. Wei ve Leung (1999) bireylerin birçok sosyal durumda akıllı telefonu kullanımını sinir bozucu, kaba, saygısız, rahatsız edici ve uygunsuz bir davranış olarak algıladıklarını belirtmektedir. Bu çalışma kapsamında elde edilen bulgular ve önceki araştırmalar bireylerin sosyotelizmi *rahatsız edici* olarak gördüklerini, ancak yapmaya devam ettiklerini, öte yandan bu davranışa maruz kaldıklarında da tepki gösterme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Bu sonuçlar birkaç olasılığa işaret etmektedir. Olasılıklardan birisi

bu bireylerin duygusal zekâlarının ve empati becerilerinin düşük olmasıdır. Yani kendilerine yapılmasını istemedikleri davranışları başkalarına yapmakta ve bu konuda farkındalıkları düşük düzeydedir. İkinci olasılıksa bu bireylerin duygusal zekâları ve empati becerilerinden bağımsız şekilde bu bireyler bağımlılık etkisiyle davranışlarını düzenleyememektedirler. Tabi bu sonuç bireylerin öz-düzenleme yetilerinin düşük olduğuna da işaret etmektedir. Tüm bu olasılıklar gelecek araştırmaların konularını teşkil etmektedir. Çalışmada sosyotelistlerin sosyotelizm davranışının arkadaşlık ilişkilerine etkisine yönelik görüşleri incelendiğinde kişilerin davranışın olumsuz sonuçlarının farkında olmasına rağmen davranışı sergilemeye devam ettikleri gözlenmektedir. Sosyotelistlerin sosyotelizm esnasında uyarı almaları, göz teması kuramamaları, ortamdaki soyutlanmaları, karşı tarafın ciddiye alınmadığını hissetmesi durumunda bile davranışlarını sürdürmeleri, kişilerin söylemlerinden anlaşıldığı gibi davranışın normalleştirilmesiyle açıklanabilir. Sosyotelizm davranışı sergileyen bireylere göre sosyotelizm insanlar içinde yaygın olarak görülen bir davranıştır ve bu nedenle çevrenin buna alıştığı ya da alışması gerektiği düşünülmektedir. Sosyotelizm davranışını gösteren sosyotelistlerin karşı tarafın olumsuz hislerinin farkında olmalarına ve kendileri sosyotelize maruz kaldıklarında bu durumdan rahatsız olmalarına rağmen, bu davranışlarının çevresindekileri rahatsız etmediklerini düşünmeleri çelişkilidir. Çalışmada bireyler bazı durumlarda ortamdaki arkadaşlık ilişkilerini erteleyip akıllı telefonu ile ilgilenmekte ve akıllı telefonuna büyük önem vermektedir. Araştırmalar üniversite öğrencilerinin çevreleriyle iletişim kurmak için internet ve diğer iletişim araçlarını kullandıklarını göstermektedir (Jones ve ark., 2009). Mobil teknolojiler genç bireylerin bireysel bağımsızlıklarını ve otonomilerini sağlarken, gençler ile aile arasındaki ilişkiyi ise zayıflatmıştır (Özaşçılar, 2009). Teknolojinin hayatın her alanını etkilemesiyle, arkadaşlık ilişkilerinin de bundan etkilendiği ve gerçek ortamlardan sanal ortamlara taşındığı söylenebilir. Sosyal ağlara erişimin giderek kolaylaşması, bireylerin sosyal etkileşim ihtiyacını sanal ortamlar aracılığıyla doyumalarını sağlamak ve bu durum aslında sosyal etkileşimin sağlandığı gerçek ortamlarda da sosyotelizm davranışı görülme sıklığını arttırmaktadır.

Çalışmada elde edilen veriler sosyotelizm davranışı sergileyen kişilerin iletişim becerisi açısından yetersizlik yaşadıklarını, akıllı telefonu ile ilgilenirken karşıdaki kişiyle göz teması kurmada zorlandıklarını, anlatılanları eksik anladıklarını, bir kısmının kendisini çevresinde olup bitenlere tamamen kapattığını ortaya koymaktadır. Yapılan bir araştırmada, sosyotelistlerin %68,8'i SMS'lerin günlük konuşmaların yerine geçtiğini ve iletişimi olumsuz etkilediğini düşünmekte, %63,6'sı eski iletişim ortamlarını özlediklerini belirtmektedir (Aydoğdu-Karaaslan & Budak, 2012). Ayrıca akıllı telefon kullanımının sosyotelistlerin arkadaşları ile olan yüz yüze iletişimlerini olumsuz yönde etkilediği saptandı (Casey, 2012). Bu bağlamda kişilerin akıllı telefona olan düşkünlükleri sosyal ortamlardan soyutlanmalarına neden olmakta, bu durum kişilerarası ilişkilerini olumsuz etkilemektedir.

Sonuç olarak bireyler sosyotelizm davranışının olumsuz etkilerinin farkında olmalarına rağmen, hâli hazırda sosyalleşebilecekleri ortamlarda sosyotelizm davranışını sergilemektedir. Bu durum bilgisayar teknolojilerinin telefonlara taşınmasının bir sonucu olan akıllı telefonların bilgisayarda yer alan tüm bağımlılık türlerini akıllı telefonlara taşımaya başladığı, bu duruma ek olarak bilgisayara bağlı bağımlılıklardan farklı olarak masa başına bağımlılığın ortadan kalkmış olması dolayısıyla tüm bu bağımlılıkların yaşamın her anında bireyi sarmalamaya başladığı görülmektedir. Bu bağlamda sosyotelizm kendinden önceki birçok sanal bağımlılık türünden daha sinsi ve tehlikeli sonuçlara gebe görünmekte ve ciddi psikopatolojik ve sosyolojik sorunlara yol açmadan önce daha fazla inceleme yapılmasını gerektirmektedir.

Received: April 29, 2016

Copyright © 2016 • Turkish Green Crescent Society

Revision received: October 21, 2016

ISSN 2148-7286 • eISSN 2149-1305

Accepted: October 23, 2016

<http://addicta.com.tr/en/>

OnlineFirst: November 15, 2016

DOI 10.15805/addicta.2016.3.0013 • Autumn 2016 • 3(2) • 250–269

Extended Abstract

The Virtual World's Current Addiction: Phubbing

Engin Karadağ¹
Eskişehir Osmangazi University

Şule Betül Tosuntaş²
Eskişehir Osmangazi University

Evren Erzen³
Artvin Çoruh University

Pınar Duru⁴
Eskişehir Osmangazi University

Nalan Bostan⁵
Eskişehir Osmangazi University

Berrak Mızrak Şahin⁶
Eskişehir Osmangazi University

İlkay Çulha⁷
Eskişehir Osmangazi University

Burcu Babadağ⁸
Eskişehir Osmangazi University

Abstract

The aim of this work is to analyze both the reasons that young adults exhibit phubbing behaviors and the effects of these behaviors on their lives. Following a qualitative research approach, this study has been designed using a case study method. Selected using the criterion sampling method, participants consisted of a total of 9 university students studying in a School of Education in Turkey. The criterion used to include individuals into the sample group was 'using a smartphone instead of actively participating in an on-going discussion being had by one's surrounding peers' as well as a high score on the Phubbing Scale form. Data were obtained using a semi-structured interview form composed of 18 open-ended questions. Both a descriptive and content analysis were used to evaluate the data. The study's findings revealed that not only did smartphones negatively affect interpersonal relations, but also that phubbers lacked communication skills, experienced difficulty establishing and maintaining eye contact while using a smartphone, and misunderstood what was being discussed. Some participants even stated that they would become completely disconnected from the social environment while using a smartphone. It is argued in the discussion section that since smartphones have all the same features and abilities as traditional computers, they carry the same potential addictions as computers. Yet, instead of being restricted to a table, these addictions are now able to manifest in every aspect, environment, and moment of one's life. As such, since phubbing carries with it a type of addiction that is much more devious and pervasion than most previous virtual reality related addictions, it is recommended that further research be conducted before serious psychopathological and sociological problems begin to manifest themselves throughout the population.

Keywords

Phubbing • Phubber • Smartphone • Addiction • Social media • Internet • Game • Application

1 Correspondence to: Engin Karadağ (PhD), Faculty of Education, Eskişehir Osmangazi University, Meşelik, Eskişehir 26480 Turkey. Email: enginkaradag@ogu.edu.tr & engin.karadag@hotmail.com

2 Faculty of Education, Eskişehir Osmangazi University, Meşelik, Eskişehir 26480 Turkey. Email: sbtosuntas@hotmail.com

3 Faculty of Education, Artvin Çoruh University, Artvin 08000 Turkey. Email: evrenerzen@artvin.edu.tr

4 Faculty of Health Sciences, Eskişehir Osmangazi University, Meşelik, Eskişehir 26480 Turkey. Email: pinarduruu@hotmail.com

5 Faculty of Health Sciences, Eskişehir Osmangazi University, Meşelik, Eskişehir 26480 Turkey. Email: nbostan3@hotmail.com

6 Faculty of Health Sciences, Eskişehir Osmangazi University, Meşelik, Eskişehir 26480 Turkey. Email: bmizrak5@hotmail.com

7 Faculty of Health Sciences, Eskişehir Osmangazi University, Meşelik, Eskişehir 26480 Turkey. Email: ilkayc.ilkay@gmail.com

8 Faculty of Health Sciences, Eskişehir Osmangazi University, Meşelik, Eskişehir 26480 Turkey. Email: burcubabadağ1@gmail.com

Citation: Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., ... Babadağ, B. (2016). The virtual world's current addiction: Phubbing. *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, 3, 250–269. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>

With the advent of computers, a number of previously unseen problems have arisen. More recently however, these problems have gained a new dimension with the advent of smart phones. Having the same abilities as traditional computers, smart phones possess a wide array of features, including not only the ability to access the internet, but also to take photographs and record videos. More recent smart phones included advanced writing and drawing programs as well as game applications. All of these have come together causing a new, growing concern in real life: *phubbing*.

Phubbing can be described as an individual looking at his or her smartphone during a real-life conversation with other individuals, being engrossed in one's smartphone, and avoiding interpersonal communication. Constructed by merging the words *phone* and *snubbing*, the term *phubbing* has made its way into the updated version of *Macquarie Dictionary*. This specific smart phone addiction might be considered the trouble of our age. Due to smart phones' make-up, phubbing is an issue that shares commonalities with a wide number of addictions. While there is not enough evidence related to this phenomenon, we have been led to believe that due to smart phones numerous features and ability to access the internet, phubbing is a multi-dimensional phenomenon. These dimensions are (i) smartphone addiction, (ii) internet addiction, (iii) social media addiction, and (iv) game addiction. When carefully examined, it is seen that all of these addictions themselves are of a nested and complex nature. It should be noted that not only is phubbing more common, but its possible effects can be more devastating than has been thought. For example, an average of 36 phubbing cases are observed in a single restaurant during lunch, which is equivalent to spending 570 days alone while being with others. Moreover, 97% of individuals perceive their meals to taste worse while phubbing. Even more shocking is the finding that 87% of adolescents prefer to communicate via messages over face-to-face communication (<http://stopphubbing.com>).

Smartphone Addiction

Just as technology eases life, so does it cause a number of previously unseen problems in it. In the industrialized world, life requires faster access to various kinds of information as well as faster interactions and communication. This increasingly fast-paced lifestyle has caused many concepts, such as time, the perception of needs, and a sense of fun to have undergone fundamental changes. The hunger for more technology has consequences, such as excessive technology usage (Davis, 2001), high level of involvement in technology (Charlton & Danforth, 2007), and finally technology addiction (Turel, Serenko, & Giles, 2011). Technology addiction has been defined by the DSM-IV criteria for addiction as a psychological problem related to the inharmonious use of technology. This addiction depends mostly on factors that, for the most part, entered human life with the advent of computers. Equipped with the

same features and abilities as traditional computers, smart phones have the potential to be highly addictive objects.

Phubbing is a concept with many possible dynamics, such as being disrespectful toward another person or persons, disregard for others, and a preference for virtual environments over real-life ones. While phubbing can be based on applications, such as the internet or games transferred from one's computer to his or her smartphone, the very intrinsic nature of smartphones may themselves provoke addiction. In addition, the fact that one can now access the internet and games via smartphones has shifted internet addiction to another venue. As such, smartphones and internet addiction exist in a circular relationship, each triggering the other. For example, if the time one spends surfing the internet increases, so does phone addiction. However, problematic phone usage is seen as a behavioral addiction identical to the ubiquitous use of smartphones, even in prohibited environments, such as while driving (Bianchi & Philips, 2005). Researchers investigating smartphone addiction have shown that while smartphones are used as a tool to overcome loneliness and the need to manage oneself, anxiety, worry, and deprivation disorder behaviors are observed in addicted individuals who have been separated from their phone (Park, 2005); impulsivity (Billieux, Van der Linden, d'Acremont, Ceschi, & Zermatten, 2007; Billieux, Van der Linden, & Rochat, 2008). Leung (2007) has also shown one's need to be stimulated affects phone addiction. In light of these findings, phubbing, it may be claimed, is associated with phone addiction.

Internet Addiction

In addition to offering a variety of conveniences to daily life, computers are also the source of a number of negative effects on humans. Individuals' exaggerated use of computers has led researchers to investigate the concept of computer addiction (Griffiths, 2000; Shaffer, 2002; Shotton, 1991). These studies suggest that computers are not the problem in and of themselves, but that problems arise as a result of the applications loaded on them. Playing games (Charlton & Danforth, 2007; Weinstein, 2010; Wood, 2008) and staying online for extended periods of time (Chou & Hsiao, 2000; Lin & Tsai, 2002; Yang & Tung, 2007) are examples of such cases.

In the past decade, both the duration and frequency of the internet use have increased (Dong, Lu, Zhou, & Zhao, 2011; Smahel, Brown, & Blinka, 2012), rendering the question as to whether the increased duration of computer usage enslaves people to have gained importance. Internet addiction research, which began with an e-mail sent by Dr. Ivan Goldberg (1996) to his friends, joking about excessive internet usage by modifying the agents of pathological gambling disorder [can be found in DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995)]. Combined with the fact that the period of time spent on the internet triggers pathological internet use (Nalwa & Anand,

2003), internet addiction became a new and significant research topic (Ceyhan, 2008; Ghamari, Mohammadbeigi, Mohammadsalehi, & Hashiani 2011).

Studies on internet addiction have been grouped into two different views. The first view considers internet addiction to be a new disorder whereas the second advocates that it is actually the content (porn, games, e-mail) accessed that constitutes problematic internet use (Yellowlees & Marks, 2007). As a result of years of research, it can be said that the reasons individuals spend such large amounts of time on the internet include the desire to access sexual content (Griffiths, 2012; Pallanti, Bernardi, & Quercioli, 2006; Frangos, Frangos, & Kiohos, 2010), games and entertainment (Gilbert, Murphy, & McNally, 2011; Ceyhan, 2010; Öztürk & Özmen, 2011), and communication and socialization (Akçay, 2011; Balcı & Gülnar, 2009; Ceyhan, 2011). In summary, although the increase in time spent on the internet (Smahel, Brown, & Blinka, 2012; Lin & Tsai, 2002), improved access to the internet (Hall & Parsons, 2001), and the desire to access vast amounts of content via the internet (Hawi, 2012) all show that internet use may have become a problem, no consensus has yet to be reached in naming the existing problems.

There exists a wide variety of definitions for the problems caused by the internet in the literature. Although excessive internet use, itself being one of the problems listed, is mostly defined as excessive or poorly controlled preoccupation, urges, or behaviors regarding computer use and internet access that lead to impairment or distress (Weinstein & Lejoyeux, 2010). In some studies, it is used synonymously with internet addiction (Hansen, 2002; Hardie, & Tee, 2007). Some researchers have suggested that considering excessive internet users as internet addicts is wrong, arguing that such individuals use the internet this excessively in order to satisfy other addictions, such as sex and communication related addictions (Griffiths, 1999). Defined as media consumption having evolved as a result of insufficient self-regulation (La Rose, Lin, & Eastin, 2003), the term “irregular internet use” is also used to express the negative usage patterns. Improper internet use is a term mostly used to define the use of the internet to access content regarded as undesirable or negative, such as porn, gambling, or other similar content (Durkin, 1997; Hope, 2007; Khazaal, Xirossavidou, Khan, Edel, Zeboun, & Zullino, 2012; Parker, Taylor, Eastabrook, Schell, & Wood, 2008; Tsitsika, Critselis, Kormas et al., 2009). Different definitions, based on various factors, such as the degree and nature of internet usage habits, are not limited to those listed. Pathological internet use (Morahan-Martin, & Schumacher, 2000; Davis, 2001), problematic internet use (Caplan, 2002; Odacı & Çıkrıkçı, 2014; Shapira, Goldsmith, Keck Jr, Khosla, & McElroy, 2000; Shapira, Lessig Goldsmith et al., 2003), problematic internet behavior, excessive internet use (Bener, Al-Mahdi, Ali, Al-Nufal, Vachhani, & Tewfik, 2011; Wright, Tone, Dyck et al., 2005), internet abuse (Young & Case, 2004), and cyber addiction are other terms

that are used (Hua, 2005). In summary, although there are different approaches, it can be said that there is indeed a consensus in the literature that the internet can be addictive. Moreover, the internet, with its variety of media-related tools, is an addiction object itself, which has led to the development of a powerful new type of addiction: social media.

Social Media Addiction

Almost defined as an addiction itself (Karaiskos, Tzavellas, Balta, & Paparrigopoulos, 2010; Turel & Serenko, 2012), social media is a communication channel where highly complex interactions are intertwined. Including a wide array of elements such as games, communication, information exchange, and the sharing of multimedia, social media has not only encouraged people to begin using the internet and to remain online it has also encouraged those using it to move from using traditional computers to smart phones. While using a traditional computer to access social media on a traditional computer requires one to remain at a desk or table, smart phones, with their ability to be carried everywhere, have allowed people to access social media at virtually any time and place, thereby becoming an integral part of an individual. Smart phones, whose usage has increased compared to other types of phones (Smith, 2012), are also used to download and use a vast number of applications (Falaki, Mahajan, Kandula et al., 2010). The most frequently used applications are game applications along with applications on social media sites. In other words, social media maintains a significant place among the various different addictions brought upon by smart phones (Kwon et al., 2013). Although people access social media through their smartphones, it should not be forgotten that social media is just one of the various addictions caused by smartphones and that the phone addictions would still exist even if social media did not.

On the top of the list of social sharing sites whose habitual usage has become an addiction are Facebook (Andreassen, Torsheim, Brunborg, & Pallesen, 2012) and Twitter (Malita, 2011). Motivated by entertainment and social interaction, Facebook (Dhaha, 2013) is a complex blend of various multimedia tools allowing one to access pictures, music, videos, entertainment, and online games. Interacting in ways similar to how they would in real life, Facebook users also find inclusion into social groups in which they have the ability to share information and personal views, to communicate with familiar and unfamiliar people, and to make video calls. Although Facebook's initial purpose was to communicate with friends that one had not seen for a long time, research shows that the most common reason for using Facebook is to view others' profiles (69.57%) and to look at their photos (58.70%) (Pempek, Yermolayeva, & Calvert, 2009). Twitter, on the other hand, has gained popularity for its features allowing users to contact many people at the same time, to receive messages (called

tweets) at undefined periods of time, and to respond to others' tweets instantly. These features have rendered Twitter into an addiction not only for the many individuals who use it to follow someone, but also individuals considered by others to have answers to specific questions or who generates ideas about subjects, who are themselves followed by others (Malita, 2011). In summary, since smart phones allow social networks, such as Facebook and Twitter to be accessible at any moment without needing to access a traditional computer, individuals can make social media a real-time part of their life. In other words, many individuals make a concerted effort to maintain their presence on one or several social networking sites while living their real lives. In doing this however, they are diminishing the value of their real-life activities, as is the case for phubbing. In phubbing, individuals' efforts to maintain their presence in the real world through social media are engaged in a variety of multimedia posts and sharing, making use of specific applications. The most commonly used applications are gaming applications. However, it must be noted that gaming is itself an important issue that can be addictive both within and beyond social media contexts.

Game Addiction

Among the various manifestations of phubbing, games are another source of addiction just as important as the phone addiction. Individuals who lack time management skills play games to escape from problems and as a mental relaxation tool (Wood, 2008). Game addiction (Weinstein, 2010), referring to online games (Charlton & Danforth, 2010; Kim, Namkoong, Ku, & Kim, 2008; Lo, Wang, & Fang, 2005; Young, 2009), video games (Chiu, Lee, & Huang, 2004; Kim, Namkoong, Ku, & Kim, 2008), and computer games (Grüsser, Thalemann, & Griffiths, 2006), all of which have substantially the same origin, means to play computer games to the extent that it affects one's personal and/or professional life and is regarded as an addictive behavior. Factors that increase one's addiction to games include being engaged in a game for long periods of time, immediately being reward even for the smallest progress made in a game, and levels varying according to a person's performance. Chou and Ting (2003) stated that a sense of flow has a significant impact on individuals' addiction to games. Gaming maintains a significant place among the various activities considered as phubbing. Although smart phones or computers are the vehicle one uses to satisfy his game addiction, these kinds of addictions are mutually related and are therefore difficult to separate from each other. Another example of these mutual relations is game and social media addiction. Games such as Candy Crush (Walsh, White, & Young, 2008) and Angry Birds (Böhmer, Hecht, Schöning, Krüger, & Bauer, 2011), which are among the most widely played games on Facebook, can now be accessed by millions of people and are becoming almost addictive. Social media in general, and Facebook in particular, has become the medium for spreading many of these and other similar games.

Despite being described as the end of civilization in popular journals and newspapers and as a chronic addiction of the digital age in academic articles, phubbing has yet to become a research topic of its own. It is necessary to examine the fundamental addictions of phubbing as it shares several fundamental characteristics with a number of other addictions. As such, the aim of this work is to describe phubbing behaviors, the reasons individuals exhibit these behaviors, and the effects phubbing has on the lives of young adults exhibiting phubbing behaviors. In doing so, it is hoped that this study will contribute new and relevant findings to the literature. In order to realize this goal, answers to the following questions were solicited:

What are phubbers' views on:

- Frequent smartphone use?
- Their reasons for using a smartphone?
- Why they feel the need to use a smartphone?
- How they feel when they are not actively using a smartphone?
- The meanings they attribute to their smartphone?
- How smartphones have changed the way people live?
- How they feel, think, and act when they are phubbed?
- Their relations with friends?
- Interacting with their environment?

Method

This study follows a qualitative research approach using a case study design. Nine students studying in a School of Education in Turkey were selected to participate in the research. Participants were selected using the *criterion sampling method*. The criterion used to select students was defined in a two-step process. In the first step, since phubbing occurs when an individual uses a smartphone in a social environment, individuals' phubbing behaviors were observed in a defined social environment. As such, it was decided that the criterion '*using a smartphone instead of actively participating in an on-going discussion being had by one's surrounding peers*' should be used to include students into the study group. In the second step, the Phubbing Scale (Karadağ et al., 2015), a 5-point Likert scale composed of a total of 10 items measuring (i) Communication Disorders (5 items; $\alpha = .87$) and (ii) Telephone Obsession (5 items; $\alpha = .85$), was used. A score of 40 or more indicated an addiction to phubbing. The Phubbing Scale was applied to participants after they had been observed for at least one hour in a social environment in which they

were seen exhibiting multiple instances of phubbing behaviors. Although there was no significant difference in the number of men and women in the specific social environment in which the observations took place, it was observed that female students exhibited more instances of phubbing behaviors. Moreover, since females tended to score higher (40 or more points) on the Phubbing Scale, the majority of participants (89%) were female. In order to ensure anonymity, participants were given codes, with female participants coded as “F1, F2, ... F8” and male participants as “M1.” Participants’ personal information is presented in Table 1. Data were collected using a semi-structured interview form. The interview form was composed of 18 open-ended questions and was brought together after having performed a review of the related literature. Interviews lasted approximately 30 minutes and, after having received permission from the participants, were voice recorded. The data obtained from the interviews were then subjected to both a descriptive and content analysis for interpretation.

Findings

Phubbers’ Views on Their Reasons for Using a Smartphone

Three sub-themes related to why young adults exhibiting phubbing behaviors use smartphones were revealed: (i) social media, (ii) communication, and (iii) difficulty conversing with others in real-life. These three sub-themes and their codes are presented in Table 3. Under the *social media* sub-theme, participants stated that they most frequently used social media to read comments and to follow posts shared by others. Under the *communication* sub-theme, participants stated that they most often used smartphones to send and receive messages. The female participants further emphasized that they used their smartphones to communicate with their significant other. Under the *difficulty conversing with others in real-life* sub-theme, participants most frequently stated that they felt the need to use their smartphone due to feeling bored or uncomfortable in their environment.

Phubbers’ Views on Why They Feel the Need to Use a Smartphone

Participants’ views on why they feel the need to use a smartphone are presented in Table 4. This theme is composed of the following 4 sub-themes: (i) communication, (ii) social media, (iii) emotional needs, and (iv) relationships. Listed under the *communication* sub-theme were participants’ communication-related needs in which participants stated that they most often used smartphones to stay in contact with their family and friends. Social media related needs were collected under the *social media* sub-theme, for which participants stated that they needed a smartphone to share information and updates, to look at photographs, and to follow the news or

other current developments. Participants' reasons related to emotional needs were grouped under the sub-theme *emotional needs*, with participants' most frequently cited emotion being loneliness. Listed under the *relationships* sub-theme were needs related to participants' private lives. Participants most frequently stated that they needed a smartphone to communicate with their family members and friends living far away from them.

Phubbers' Views on How They Feel When They Are Not Actively Using a Smartphone

Participants' views on how they feel when not actively using a smartphone are presented in Table 5. While participants' most commonly expressed feelings were those of tension, unease, anxiousness, and worry, they also stated that they experienced feelings of expectation, hope, and curiosity.

Phubbers' Views on the Meanings They Attribute to Their Smartphone

Individuals exhibiting phubbing behaviors attribute certain meanings to their smartphones. Presented in Table 6 are the meanings that participants attribute to their smartphone. These meanings have been divided into three sub-themes: (i) a tool for communication, (ii) a part of one's body, and (iii) a central role in one's life. The most commonly cited meaning falling under the *communication* sub-theme was smartphones' ability to easily contact people faraway. The fact that participants stated that smartphones were *a part of one's body* is of note, as it indicates participants' understanding that their smartphone completes them. Falling under the sub-theme in which a smartphone is considered to fill *a central role in one's life* were such meanings as smartphones being *an integral part of one's life*, their being *indispensable*, and their being *everything* to a person. As understood from their statements, participants considered smartphones to fulfill an indispensable need in various aspects of their lives.

Phubbers' Views on How Smartphones Have Changed the Way People Live

Presented in Table 7 are participants' views on how smartphones have changed the way people live. The three sub-themes falling under this theme are (i) their effect on interpersonal relations, (ii) their effect on personal development, and (iii) their negative effect on people's personalities. Participants stated that smartphones had both positive and negative effects on *interpersonal relations*. As their understanding of how smartphones contribute to *personal development*, participants listed exposure to new perspectives and the ability to access information quickly and easily as being among the benefits to using smartphones. The most commonly cited negative effect of smartphones was their addictive nature.

Phubbers' Views on How They Feel, Think, and Act When They Are Phubbed

Presented in Table 8 are participants' views on how they feel, think, and act when they are phubbed. This category's three sub-themes are (i) feeling empathy, (ii) reactionary behaviors, and (iii) experiencing negative emotions. Upon being phubbed, participants stated that they *empathized* with those whom they might have phubbed, realizing that they too exhibit similar behaviors disliked by them. Participants stated that they most frequently exhibited *reactionary behaviors* when they did not have their conversation partner's full attention, choosing to use his or her smartphone instead. While a number of participants stated that they only reacted in such a way to their close friends, others stated that they would only remain silent in such situations. Under the *experiencing negative emotions* sub-theme, participants most frequently stated feeling disrespected and devalued.

Phubbers' Views on Their Relations with Friends

Presented in Table 9 are participants' views on how phubbing behaviors affect their relations with friends. The four sub-themes falling under this theme are (i) warning and reaction, (ii) awareness, (iii) negative feelings experienced by the other party, and (iv) the normalization of such behaviors. Participants stated that family members and friends were most likely to exhibit behaviors falling into the *warning and reaction* sub-theme. Under the *awareness* sub-theme, participants stated that not only did they feel excluded from the social environment and unable to partake in conversations, but that the other party was unable to establish and maintain eye contact. Participants further stated that they felt bad in such situations. Under the *negative feelings experienced by the other party* sub-theme, participants stated that they felt that their conversation partner was not taking them seriously while using a smartphone. Participants stated reasons why people felt comfortable exhibiting phubbing behaviors in a group under the *normalization of such behaviors* sub-theme. Under this sub-theme, participants stated that people most often justified their phubbing behaviors by claiming that using a smartphone has become a very important affair, that everyone exhibits such behaviors, that people have become accustomed to such behaviors, and that no one feels uncomfortable when it happens.

Phubbers' Views on How They Interact with Their Environment

Participants' views on how smartphones have affected the way they interact with their environment and perceive events around them are presented in Table 10. The four sub-themes grouped under this theme are (i) lack of understanding of what is being said, (ii) being completely closed off to one's environment, (iii) the ability to divide one's attention in two directions, and (iv) eye contact. Participants stated that they experienced problems interacting with their environment while exhibiting phubbing

behaviors. The most frequently cited issues related to a *lack of understanding of what is being said* are not fully perceiving what is being communicated and an acute loss of attention. As for *being completely closed off to one's environment*, participants stated that they might completely miss what was being discussed or would experience communication disconnect. A number of participants did state, however, that they were able to remain connected to the real-life conversation while sending and receiving messages on their smartphone, an ability that falls under *the ability to divide one's attention in two directions*. With this being said however, participants also stated, in relation to the *eye contact* sub-theme, that they not only felt bad when they could not establish eye contact, but that they felt that eye contact was forced and only for show.

Discussion

Since humans are social creatures and since smartphones have permeated into a wide number of areas of life, it is only expected that smartphones might provoke change in a wide number of contexts, including social life. Recognizing these developments, this work has attempted to contribute to the literature on this subject by shedding light on the phubbing behaviors of young adults exhibiting such behaviors, their reasons for exhibiting them, the effects of such behaviors, and other findings revealed as a result of this study.

This work found that such behaviors as *looking at one's phone every minute* and *looking at one's phone every five minutes* were most commonly cited by participants when asked about how frequently they used a smartphone. The most valuable finding of this study is that students were found to use their smartphones heavily and in excess of one hour per day (Tutgun-Ünal & Arslan, 2013). A previous study on university students found similar results. Arslan and Tutgun-Ünal (2013) found that more than half of the students attending the university in their study had used a smartphone for at least six years and that they used it for at least one hour a day. There exists a large number of studies in the literature conducted on young individuals, excessive smartphone use, and smartphone addiction that not only support the findings of this study, but that also bring to light the seriousness of the situation at hand (Bianchi & Philips, 2005; Ha et al., 2007; Lee & Hwang, 2009; Walsh, White, & Young, 2008). Supporting this idea are the findings obtained stating that university students allocate an excessive amount of time each day to use their smartphones, with this excessive allocation of time being one of the fundamental dynamics of phubbing. With this being said however, the dynamics behind individuals' allotment of so much time to use their smartphones are still not completely clear. That research on this specific issue has yet to come to full fruition and that new technology is continuously being integrated into telephones with each passing day renders it ever more difficult to determine the reasons behind and the effects of such excessive use.

The fact that females listed sharing information with their significant other as being among their reasons for using smartphones is of significance. Similar to the findings of a number of previous studies (Brown, 2013), although participants stated that they preferred using their smartphone to remain in contact with people living in distant places, when this desire is further questioned, it is found that the dominant use of smartphones among university students was to communicate with their significant other. Özaşçılar (2012) found that the participants in his study expressed feeling of annoyance when their family members used smartphones to constantly check up on them. This finding lends support to the fact that using smartphones to communicate with one's significant other is more important than communicating with one's family members. Mante and Paris (2002) found that the vast majority of young individuals preferred using smartphones' messaging features to communicate with their significant other. The fact that female participants in particular used smartphones to communicate with their significant other gives pause to think about the traditional understanding in which females are *apprehensive of discussing personal, sensitive issues and events with their boyfriends*. It is thought that smartphones' being increasingly used to send and receive messages combined with female participants' apprehension of discussing personal issues with their boyfriends have caused phubbing behaviors to increase among individuals. On the other hand, being in constant contact allows females the ability to keep up with their significant other throughout the day, a desire which may stem from females' distrust of men, from a desire to keep track of their significant other, and/or from a desire to control his behaviors. Future studies may contribute to the field by researching not only whether females use smartphones as a tool to control men's behaviors and actions, but also the link between such addiction-type relations and phubbing. All of the findings indicate that people are increasingly using telephone technology to gain control over their environment. It must be made clear however, that this desire to control others is not limited to one's significant other. Since information is able to be transferred at such high speeds and shared on such a wide variety of platforms, including on the internet, another type of control mechanism has begun to emerge: *social media*.

This study reports that individuals exhibiting phubbing behaviors in social environments are most likely to use a smartphone to *read comments on social media networks, to look at photographs, to follow the news and current events, and to share daily occurrences*. Karaduman and Kurt (2010) found that students use social media first and foremost to communicate with others followed by using it to share their own daily occurrences and follow those of others. Furthermore, Sönmez (2013) found that the participants in his study most frequently used smartphones to connect to Facebook, stating that females in particular used Facebook to look at other people's photographs. That females found pleasure in looking at photographs depicting other people's private lives indicates that in addition to reading posts and comments, the

ability to follow changes in another's life by looking at personal photographs satisfies a number of psychological needs in an individual. A recent trend, called *photolurking* in the literature, in which an individual takes another person's photograph and, without his or her knowledge, discusses its details with a third party in a different setting (Khalid & Dix, 2007) has become yet another aspect of phubbing due to smartphones' ever increasing capabilities and iniquitousness. Participants exhibiting phubbing behaviors have been found to use posts on social media networks to follow the daily activities and developments of their friends and acquaintances, resulting in high instances of photo lurking, where they examine the post, read what has been said about it, and then make their own comments on it. Although information's ability to be transferred at such high speeds has facilitated people's ability to control their environment, the current *modus operandi* has become one indicating heavy addiction. The findings of this study reveal the reasons why an individual feels the urge to use a smartphone. People's desire to remain in constant contact with others, their desire to follow and control what is happening around themselves, the fact that obtaining news on individuals' private lives has now become a fundamental part of people's lives, the fact using the internet to access social media networks has become almost ubiquitous, and the ability to obtain news from social media provide behavioral clues to just what these urges may be. In addition to these behavioral clues, knowing what their accompanying emotional reactions are and what emotional needs an individual is trying to fulfill through phubbing will provide even further clues on the complicated nature of phubbing.

While participants in our study stated that using smartphones to communicate with their family and being able to reach others instantly were among smartphones' positive aspects, Özaşçılar (2012) found the opposite; namely, that participants felt annoyed when they were in constant communication with their family and when they felt that they were constantly required to inform their family about their current whereabouts. Participants also stated that smartphones could be used to alleviate loneliness, remorse, and boredom, indicating that they attached great deal of importance to their smartphone and considered it to be more than a mere communicate device. As such, smartphones provide a means to meet a number of emotional needs, a finding supported by Humphreys (2003) in his study in which he found that participants used smartphones to alleviate their feelings of loneliness. Since smartphones were also found to be used to access social media networks, to post information on them, to gain acceptance, and to increase one's sense of self-confidence, participants perceived smartphones to be a fundamental need in life. As such, it can be claimed that smartphones provide an easily accessible venue for individuals to socialize, interact, pass time, and meet their emotional needs without needing to enter into a physical social environment. These findings are in line with the philosophical concept of *entropy*. Under normal conditions, one must allot a separate and specific

amount of energy for prestige, money, entertainment, socialization, and to interact with others whereas performing all of these activities in a single venue, even if it be a virtual environment, while exerting a considerably less amount of energy is only natural for an organism. However, it must not be forgotten that considering phubbing to be nothing more than an instance of entropy and perceiving it as a normal behavior will result in a false understanding of its true nature. For although it may be natural for one to attempt to achieve maximum output while expending minimum resources, due to this output being realized on a virtual environment while also causing one to neglect his or her real-life responsibilities, it is necessary to consider this behavior as a disorder.

Participants stated that they not only experienced feelings of tension, unease, anxiousness, unhappiness, disappointment, worry, and depression at times when they were unable to use their smartphone, but also feelings of expectation, hope, and curiosity. In previous studies, students expressed that they felt not only high levels of worry and discomfort, but also as if a part of them were missing when they had forgotten their smartphone at home (Ling, 2005). These feelings indicate that participants use mobile phones as their primary means of communicate with others and that when they are unable to use it to communicate with others, their psychological state is negatively affected, causing them to feel as if something were missing. The emotions and feelings felt when one is unable to use his or her smartphone can be explained by the fact that individuals value the ability to contact their friends and family members. One of the more poignant findings is that participants considered their significant other to be the most important individual from among their friends and family, a finding that can be related to the meanings individuals attribute to their smartphones.

While the participants of this study considered their smartphones to be an integral and indispensable part of their life, they also described it similar to a part of their body, such as their heart, eye, ear, hand, or foot. Similarly, Aydoğdu-Karaaslan and Budak (2012) found that while a portion of students considered their smartphone as an indispensable, integral device that they used to organize their life, other students stated that their smartphone did not hold such an important place in their lives. Providing further support to this finding is the fact that 90% of young individuals stated that they were most afraid of losing their smartphone among all of their personal belongings (Telecom News, 2008) and that 26% of American smartphone users stated that they could not live without their smartphone (Brown, 2013). The findings of this and previous studies provide further support to the notion that phubbing is an addictive behavior. When participants' behaviors and statements are considered in light of the DSM-IV Criteria for Substance Dependence and Abuse, further evidence supporting the addictive nature of such behaviors is found. According to the DSM-

IV (1995) classifications, among the criteria defining substance dependence are (1) tolerance being built against a substance as defined by a need for increased amounts of the substance to achieve desired effects and the diminished effect with continued use of the same amount of the substance, (2) withdrawal syndrome in which the substance is taken to relieve withdrawal symptoms, (3) using the substance in larger amounts, (4) unsuccessful efforts to cut down or control substance use, (5) important social, occupational, or recreational activities are given up or reduced because of substance abuse, (6) substance use is continued despite knowledge of having a persistent physical or psychological problem that is likely to have been caused or exacerbated by the substance. When participants' statements and data related to their habits of using smartphones are taken into consideration, the above listed criteria are observed at varying levels in phubbing behaviors. In other words, phubbing may lead to a number of potentially serious psychopathological consequences. With this being said however, it cannot be said that all effects of phubbing are necessarily negative.

In this work, participants' statements indicate that smartphone use produces both positive and negative effects in their interpersonal relations. By participants' own admission, the most serious of all the negative effects cited is addiction. A number of studies have revealed that while there are many smartphone users' who believe that smartphones have had a *positive* effect on daily life by allowing people the ability to contact others quickly and easily, there are others who consider constant messaging, as opposed to face-to-face communication, to be among the *negative* effects of smartphones. Such a *modus vivendi* warps technology's intended goal of freeing people, working instead to turn people into technology addicts (Aydoğdu-Karaaslan & Budak, 2012).

When participants were themselves subject to phubbing behaviors, although they stated that they were able to feel empathy for those whom they have phubbed, they also stated that they responded to such behaviors in a reactionary manner. Wei and Leung (1999) found that most individuals considered using a smartphone in a social context as an irritating, rude, disrespectful, annoying, and inappropriate behavior. With this being said however, although individuals described phubbing as annoying, they not only continued to exhibit such behaviors, but also responded in a reactionary manner when subject to phubbing. These results indicate a number of possibilities, one being that individuals' emotional intelligence and ability to empathize with others is weak. A second possibility is that these individuals are simply unable to regulate their behaviors due to their addiction without there being any problem in their emotional intelligence or empathy skills. Of course, this result indicates that individuals' self-regulation is weak. All of these possibilities may be considered potential future research topics.

In regards to the data obtained on individuals exhibiting phubbing behaviors, it has been observed that not only do such individuals exhibit a deficiency in their ability to communicate with others, they also have difficulty establishing and maintaining eye contact while using a smartphone and often misunderstand what is being discussed. Some individuals were even found to be completely disconnected to the entire discussion and the environment in which it is being held. As such, just as individuals' excessive propensity toward smartphones results in complete disengagement from social environments, so does it severely harm interpersonal relations.

In conclusion, in spite of individuals' awareness of phubbing's negative effects, they continue to exhibit phubbing behaviors in real-life social environments. Having all the same features and abilities as traditional computers, smartphones carry the same potential addictions as computers. Yet, instead of being restricted to a table, these addictions are now able to manifest in every aspect, environment, and moment of one's life. As such, since phubbing carries with it a type of addiction that is much more devious and pervasion than most previous virtual reality related addictions, measures must be taken before serious psychopathological and sociological problems begin to manifest themselves throughout the population.

Kaynakça/References

- Amerikan Psikiyatri Birliği. (1995). *Mental bozuklukların tanimsal ve sayımsal elkitabı: DSM-IV* (E. Körođlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Andreassen, C. S., Torsheim, T., Brunborg, G. S., & Pallesen, S. (2012). Development of a Facebook addiction scale 1, 2. *Psychological Reports, 110*(2), 501–517.
- Arslan, A. & Tutgun-Ünal, A. (2013). Eğitim fakóltesi öğrencilerinin cep telefonu kullanım alışkanlıkları ve amaçlarının incelenmesi. *International Journal of Human Sciences, 1*(10), 182–201.
- Aydoğdu-Karaaslan, İ. & Budak, L. (2012). Üniversite öğrencilerinin cep telefonu kullanımlarının ve gündelik iletişimlerine etkisinin araştırılması. *Journal of Yařar University, 26*(7), 4548–4525.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyber Psychology & Behavior, 8*(1), 39–51.
- Billieux, J., Van der Linden, M., & Rochat, L. (2008). The role of impulsivity in actual and problematic use of the mobile phone. *Applied Cognitive Psychology, 22*(9), 1195–1210.
- Böhmer, M., Hecht, B., Schöning, J., Krüger, A., & Bauer, G. (2011, August). *Falling asleep with Angry Birds, Facebook and Kindle: A large scale study on mobile application usage*. In Proceedings of the 13th international conference on Human computer interaction with mobile devices and services (pp. 47–56). Stockholm, Sweden: ACM. <http://dx.doi.org/10.1145/2037373.2037383>
- Brown, C. (2013). Are we becoming more socially awkward? An analysis of the relationship between technological communication use and social skills in college students. *Psychology Honors Papers, 40*. Retrieved from <http://digitalcommons.conncoll.edu/psychhp/40>

- Burns, A. C., Gillett, P. L., Rubinstein, M., & Gentry, J. W. (1990). An exploratory study of lottery playing, gambling addiction and links to compulsive consumption. *Advances in Consumer Research*, 17(1), 298–305.
- Casey, B. M. (2012). *Linking psychological attributes to smart phone addiction, face-to-face communication, present absence and social capital* (Doctoral dissertation, The Chinese University of Hong Kong). Retrieved from <http://pg.com.cuhk.edu.hk/>
- Charlton, J. P., & Danforth, I. D. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1531–1548.
- Chen Y. F., & Katz J. (2009). Extending family to school life: College students use of the mobile phone. *International Journal of Human-Computer Studies*, 67(2), 179–191.
- Chiu, S. I., Lee, J. Z., & Huang, D. H. (2004). Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. *Cyber Psychology & Behavior*, 7(5), 571–581.
- Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college students' case. *Computers & Education*, 35(1), 65–80.
- Chou, T. J., & Ting, C. C. (2003). The role of flow experience in cyber-game addiction. *Cyber Psychology & Behavior*, 6(6), 663–675.
- Church, K., & de Oliveira, R. (2013, August). What's up with Whatsapp? Comparing mobile instant messaging behaviors with traditional SMS. In *Proceedings of the 15th international conference on Human-computer interaction with mobile devices and services* (pp. 352–361). Munich, Germany: ACM. <http://dx.doi.org/10.1145/2493190.2493225>
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187–195.
- Deloitte. (2013a). *The state of the mobile consumer*. Retrieved from <http://www.deloitte/globalmobile2013>
- Deloitte. (2013b). *Türkiye mobil tüketici anketi*. <http://www.deloitte/globalmobile2013> adresinden edinilmiştir.
- Dhaha, I. S. Y. (2013). Predictors of Facebook addiction among youth: A structural equation modeling. *Journal of Social Sciences*, 2(4), 186–195.
- Dong, G., Lu, Q., Zhou, H., & Zhao, X. (2011). Precursor or sequela: Pathological disorders in people with Internet addiction disorder. *Plos One*, 6(2), 1–5.
- Economides, A. A., & Grousopoulou, A. (2008). Use of mobile phones by male and female Greek students. *International Journal of Mobile Communications*, 6(6), 729–749.
- Ghamari, F., Mohammadbeigi, A., Mohammadsalehi, N., & Hashiani, A. A. (2011). Internet addiction and modeling its risk factors in medical students, Iran. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 33(2), 158–162.
- Gilbert, R. L., Murphy, N. A., & McNally, T. (2011). Addiction to the 3-dimensional Internet: Estimated prevalence and relationship to real world addictions. *Addiction Research & Theory*, 19(4), 380–390.
- Goldberg, I. (1996). *Internet addiction disorder*. Retrieved from <http://www.psycom.net/iadcriteria.html>
- Gönül, A. S. (2002). Patolojik internet kullanımı. *Yeni Symposium*, 40(3), 105–110.
- Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. *Cyber Psychology and Behavior*, 3(2), 211–218.

- Griffiths, M. (2001). Sex on the Internet: Observations and implications for Internet sex addiction. *Journal of Sex Research, 38*(4), 333–342.
- Griffiths, M. D. (1999). Internet addiction: Internet fuels other addictions. *Student British Medical Journal, 7*, 428–429.
- Griffiths, M. D. (2012). Internet sex addiction: A review of empirical research. *Addiction Research & Theory, 20*(2), 111–124.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R., & Griffiths, M. D. (2006). Excessive computer game playing: Evidence for addiction and aggression? *Cyber Psychology & Behavior, 10*(2), 290–292.
- GSM Association. (2007). *Global mobile communication is 20 years old*. Retrieved from <http://www.gsma.com/newsroom/global-mobile-communication-is-20-years-old>
- Ha, J. H., Kim, S. Y., Bae, S. C., Bae, S., Kim, H., Sim, M., ... & Cho, S. C. (2007). Depression and Internet addiction in adolescents. *Psychopathology, 40*(6), 424–430.
- Hansen, S. (2002). Excessive internet usage or 'internet addiction'? The implications of diagnostic categories for student users. *Journal of Computer Assisted Learning, 18*(2), 235–236.
- Hardie, E., & Tee, M. Y. (2007). Excessive internet use: The role of personality, loneliness and social support networks in internet addiction. *Australian Journal of Emerging Technologies & Society, 5*(1), 34–47.
- Humphreys, L. (2003). *Can you hear me now? A field study of mobile phone usage in public space* (Master's thesis, Cornell University, U.S.A.). Retrieved from <http://citeseerx.ist.psu.edu/>
- Jones, S., Johnson-Yale, C., Millermaier, S., & Pérez, F. S. (2009). US college students' Internet use: Race, gender and digital divides. *Journal of Computer-Mediated Communication, 14*(2), 244–264.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., ... & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions, 4*(2), 60–74.
- Karaduman, M. & Kurt, H. (2010, Aralık). *İletişim fakültesi öğrencilerinin sosyal medyayı kullanım düzeyleri*. XV. Türkiye'de İnternet Konferansı'nda sunulan bildiri özeti, İstanbul. <http://inet-tr.itu.edu.tr/dosya/inet-tr-bildiri-ozetleri.pdf> adresinden edinilmiştir.
- Khalid, H., & Dix, A. (2007). Designing for photo lurking. In T. Ormerod & C. Sas (Eds.), *Proceedings of the 21st British HCI Group Annual Conference on People and Computers: HCI... but not as we know it: Vol. 2* (pp. 145–148). Lanchester, UK: British Computer Society.
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European Psychiatry, 23*(3), 212–218.
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., ... & Kim, D. J. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale. *Plos One, 8*(2), e56936. <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>
- Lee, J-K., & Hwang, S.-J. (2009). A study on teenager's mobile phone use motives and addiction. *Korea Association for Broadcasting & Telecommunication Studies, 23*(5), 296–338.
- Leung, L. (2008). Linking psychological attributes to addiction and improper use of the mobile phone among adolescents in Hong Kong. *Journal of Children and Media, 2*(2), 93–113.
- Ling, R. (2005). The sociolinguistics of SMS: An analysis of SMS use by a random sample of Norwegians. In R. Ling & Per E. Pedersen (Eds.), *Mobile communications* (pp. 335–349). London, UK: Springer.

- Malita, L. (2011). Social media time management tools and tips. *Procedia Computer Science*, 3, 747–753.
- Mante, E. A., & Piris, D. (2002). SMS use by young people in the Netherlands. *Revista de Estudios de Juventud*, 52, 47–58.
- Milli Eğitim Bakanlığı. (2011). *Gazetecilik: İletişim süreci ve türleri*. Ankara: Yazar.
- Nalwa, K., & Anand, A. P. (2003). Internet addiction in students: A cause of concern. *Cyber Psychology & Behavior*, 6(6), 653–656.
- Neuman, L. W. (2007). *Toplumsal araştırma yöntemleri: Nitel ve nicel yaklaşımlar* (S. Özge, Çev.). İstanbul: Yayın Odası.
- Özaşçılar, M. (2009). *Cep telefonu kullanımının sosyolojik boyutu: Bireysel güvenlik ve günlük hayattaki yeri* (Doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Anabilim Dalı, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Özaşçılar, M. (2012). Genç bireylerin cep telefonu kullanımı ve bireysel güvenlik: Üniversite öğrencilerinin cep telefonunu bireysel güvenlik amaçlı kullanımları. *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi*, 15(1), 43–74.
- Park, W. K. (2005). Mobile phone addiction. In R. Ling & Per E. Pedersen (Eds.), *Mobile communications* (pp. 253–272). London, UK: Springer.
- Pemppek, T. A., Yermolayeva, Y. A., & Calvert, S. L. (2009). College students' social networking experiences on Facebook. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 30(3), 227–238.
- Shaffer, H. J. (2002). Is computer addiction a unique psychiatric disorder? *Psychiatric Times*. Retrieved from <http://www.psychiatrictimes.com/articles/computer-addiction-unique-psychiatric-disorder>
- Shotton, M. A. (1991). The costs and benefits of 'computer addiction'. *Behaviour & Information Technology*, 10(3), 219–230.
- Smith, A. (2012). *46% of American adults are smartphone owners*. Washington: Pew Internet & American Life Project. Retrieved from <http://www.pewinternet.org>
- Sönmez, B. (2013). *Sosyal medya ve ortaöğretim öğretmenlerinin Facebook kullanma alışkanlıkları* (Doktora tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sosyoloji Anabilim Dalı, Antalya). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Sultan, A. J. (2014). Addiction to mobile text messaging applications is nothing to "lol" about. *The Social Science Journal*, 51, 57–69.
- Telekom Haber. (2008). *Bak şu gençlerin korkusuna*. <http://www.telekomhaber.com> adresinden edinilmiştir.
- Turel, O., & Serenko, A. (2012). The benefits and dangers of enjoyment with social networking websites. *European Journal of Information Systems*, 21(5), 512–528.
- Turel, O., Serenko, A., & Giles, P. (2011). Integrating technology addiction and use: An empirical investigation of online auction users. *MIS Quarterly*, 35(4), 1043–1062.
- Tutgun-Ünal, A. & Arslan, A. (2013). Devlet ve vakıf üniversiteleri eğitim fakültesi öğrencilerinin cep telefonu kullanım sıklıklarının ve marka tercihlerinin karşılaştırılması. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 2(1), 1–19.
- Van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., Vermulst, A. A., Van Den Eijnden, R. J., & Van De Mheen, D. (2011). Online video game addiction: Identification of addicted adolescent gamers. *Addiction*, 106(1), 205–212.

- Walsh, S. P., White, K. M., & Young, R. M. (2008). Over-connected? A qualitative exploration of the relationship between Australian youth and their mobile phones. *Journal of Adolescence*, 31, 77–92.
- Wei, R., & Leung, L. (1999). Blurring public and private behaviors in public space: Policy challenges in the use and improper use of the cell phone. *Telematics and Informatics*, 16(1-2), 11–26.
- Weinstein, A. M. (2010). Computer and video game addiction - A comparison between game users and non-game users. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 268–276.
- Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010). Internet addiction or excessive internet use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277–283.
- Wood, R. T. (2008). Problems with the concept of video game “addiction”: Some case study examples. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 6(2), 169–178.
- World Economic Forum. (2014). *Global risks 2014*. Geneva: Author.
- Yang, S. C., & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23(1), 79–96.
- Yellowlees, P. M., & Marks, S. (2007). Problematic internet use or internet addiction? *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1447–1453.
- Yin, K. R. (2003). *Case study research*. London, UK: Sage.
- Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, 37(5), 355–372.
- Yuen, C. N., & Lavin, M. J. (2004). Internet dependence in the collegiate population: The role of shyness. *Cyber Psychology & Behavior*, 7(4), 379–383.
- Zulkefly, S. N., & Baharudin, R. (2009). Mobile phone use amongst students in a university in Malaysia: Its correlates and relationship to psychological health. *European Journal of Scientific Research*, 27(2), 206–218.