

## Genişletilmiş zet

### Giriş

z Őekfat kişinin Őekfatli tutum ve davranışlarını kendine yönlendirmesidir. Kavramsal olarak kişinin keder, ümitsizlik, yetersizlik, başarısızlık duyduğu zor zamanlarında kendine karşı nazik ve sevecen yaklaşabilmesi, olumsuz duygularının farkında olması, kabul etmesi ve yaşanabilecek her türlü zorlayıcı unsurun insan olmakla ilgili olduğunu fark etmesini içermektedir. Ayrıca z Őekfat baş etmenin sağlıklı yollarından biri olarak da tanımlanmaktadır.

z Őekfatın, gelişimsel kırılğanlıklara karşı koruma sağlaması nedeni ile ergenlik döneminde değerli bir nitelik olduğu bildirilmiştir. Teknolojide gelişmelerin son yıllarda hızla artması ile beraber ergenlerin de bu teknolojiye uyumunu incelemek gerekmektedir. Bireyler arasındaki iletişim de bu hızlı değişimden etkilenmektedir. Akıllı telefonların ve mobil internetin aşırı kullanımı ile “nomofobi” adı verilen bir davranışsal bağımlılık göstergesi ortaya çıkmıştır. Nomofobi bireyin mobil cihazına erişemediğinde, iletişim kuramadığında yaşadığı gerçekçi olmayan korku olarak tanımlanmıştır.

z Őekfatın bağımlılıklarla negatif yönde ilişkisinin bulunduğu çeşitli çalışmalarda gösterilmiştir. z Őekfat ve madde kullanım bozukluğunun güçlü düzeyde negatif yönde ilişkili olduğu, z Őekfat düzeyi dştk internet bağımlılığının arttığı, z Őekfat düzeyinin yükseltilerek bağımlılık ve problemlili internet kullanımının azaltılabileceği ve müdahale programlarında kullanılabileceği ne srlmştir.

Tüm bu bilgiler ışığında; z Őekfatın bağımlılık ve diğer ruhsal bozukluklar açısından koruyucu bir faktör olduğu, bu nedenle de davranışsal bağımlılıklar için bir gösterge olarak yorumlayabileceğimiz nomofobi için de koruyucu rol oynayacağı, z Őekfatı gelişmiş olan ergenlerde ruhsal bozukluklar ve nomofobinin daha az saptanacağı n grlmştir. Çalışmamızda bir niversite hastanesi ocuk ve ergen ruh sağlığı ve hastalıkları polikliniğine başvuran ergenlerde z Őekfat ve nomofobinin değerlendirilmesi, aralarındaki ve ruhsal bozukluklarla arasındaki ilişkinin incelenmesi ve cinsiyetler arasında z Őekfat ve nomofobi açısından farklılıkların bulunup bulunmadığının tespit edilmesi amaçlanmıştır.

### Yöntem

Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi ocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Poliklinikleri’ne Ocak 2020-Haziran 2020 tarihleri arasında başvurmuş olan 14 – 18 yaş aralığındaki ergenlerin tanıları incelendi ve gerçeği değerlendirmeyi bozabilecek tanıları olan (akut mani, akut psikotik bozukluk, otizm spektrum bozukluğu (OSB) ve mental retardasyon tanısı olan) ergenler dışlandı. Anketi göndermeden önce ebeveynler ya da bakımverenler aranarak bilgi verildi, onamları alındı. z Őekfat leği, nomofobi leği ve sosyodemografik veri formundan oluşan 60 soruluk online anketi eksiksiz dolduran 234 kişinin verisi çalışmaya dahil edildi.

### Bulgular

Çalışmaya katılan ergenlerin %55,6’sı ( $n = 130$ ) kız, %44,4’ ( $n = 104$ ) erkekti. Yaş ortalamaları toplam  $16,12 \pm 1,24$  (14–18) olup, kız ve erkekler içinse sırasıyla  $16,30 \pm 1,22$  (14–18) ve  $15,89 \pm 1,24$  (14,18) idi. Katılımcıların toplam nomofobi leği puan ortalaması  $52,25 \pm 22,06$  olup, nomofobi ölçek toplam puanlarına göre %0,4’nde nomofobi saptanmazken, %73’ hafif, %22,6’sı orta, %4’ aşırı düzeyde nomofobik olarak değerlendirildi. Toplam nomofobi ölçek puanı kadınlarda, erkeklere göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulundu ( $p = ,024$ ). Toplam z Őekfat puan ortalamalarına göre ise katılımcıların %29,9’u ( $n = 70$ ) düşük, %47’si ( $n = 110$ ) orta, %23,1’i ( $n = 54$ ) ise yüksek z Őekfat sahibi idi. Toplam z Őekfat lek puanı erkeklerde, kadınlara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulundu ( $p < ,001$ ). Toplam z Őekfat lek puanlarının toplam nomofobi ölçek puanları ile korelasyonuna bakıldığında, negatif yönde zayıf düzeyde ilişki olduğu bulundu ( $r: -,308, p < ,001$ ). Buna göre z Őekfat azaldıkça nomofobi eğilimi artmaktaydı. Ruhsal bozukluk tanısı olup olmamaya göre toplam z Őekfat ve alt ölçek puanları istatistiksel olarak benzer bulunurken, toplam nomofobi ölçek puanları psikiyatrik tanısı olanlarda, olmayanlara göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulundu ( $p = ,040$ ).

### Tartışma

Gençler için sosyalleşmenin, iletişimin hatta akademik hayatın devamının bir gerekliliği olarak telefon kullanımındaki artışın nomofobi eğilimini de artırabileceği n görülerek, bu çalışmada; z Őekfat ve nomofobinin değerlendirilmesi, aralarındaki ve ruhsal bozukluklarla arasındaki ilişkinin incelenmesi ve cinsiyetler arasında z Őekfat ve nomofobi açısından farklılıkların bulunup bulunmadığının tespit edilmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın sonucunda; nomofobi, kadınlarda daha yüksek bulunmuş olup azalmış z Őekfat ile nomofobi artmaktadır. Genç kadınlarda ise erkeklere göre z Őekfat daha az bulunmuştur. Eşlik eden ruhsal bozukluğu olanlar ve olmayanlar arasında toplam NMP-Q ve toplam z Őekfat puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır. z Őekfat ve nomofobi ilişkisi literatürde henüz yer bulamamış bir konu olup, z Őekfatın ruh sağlığını belirleyen önemli bir değişken olduğunu düşünmekteyiz.