

Genişletilmiş Özet

Akıllı Telefon Aşırı Kullanım Tarama Ölçeği'nin Türkçe Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması

Giriş

Akıllı telefonların kullanıma girmesi ile birlikte telefon kullanımı sözlü iletişim kurmanın ötesine geçmiştir. Akıllı telefon artık iş, eğitim, alışveriş, oyun, boş zaman aktivitesi ve toplu sosyal iletişim alanlarında vaz geçilmez bir enstrüman olarak hayatımıza girmiştir. Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre 2020 yılı itibarıyla Türk nüfusunun %95,3'ü akıllı telefon kullanmaktadır. Bu oran erkeklerde %97,8 ve kadınlarda %92,7'dir. Akıllı telefon kullanımındaki artış hayatın çeşitli alanlarında kolaylıklar sağlarken birtakım sorunları da beraberinde getirmiştir. Son yıllarda artan sayıda çalışma, problemlı akıllı telefon kullanımının (PAK) depresyon, anksiyete, uyku bozuklukları, madde kullanım bozuklukları, dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ve akademik başarıda düşme ile ilişkisini göstermektedir. Ayrıca göz hastalıkları eklem hastalıklar gibi psikiyatri dışı sorunlarla da ilişkili olduğunda dair veriler artmaktadır. PAK gibi davranışsal bağımlılıklar özellikle gençler arasında daha sık görülmektedir. PAK varlığında gençlerin akıllı telefonu araç kullanımı sırasında tehlikeli bir biçimde kullandıkları gösterilmiştir. Davranışsal bağımlılıklar kısaca, sonuçları itibarı ile zarar görülmesine ve bu davranışı kontrol altına alma için yeterli olmayan girişim ve niyeti ile birlikte davranışın devam ettirilmesi olarak tanımlanmaktadır. PAK için kabul edilmiş tanı kriterleri henüz mevcut değildir. Bu durumun birkaç nedeni olabilir. Akıllı telefon kullanımı hayatın her alanında fonksiyon görmektedir. Bu nedenle aşırı kullanım/kullanım bozukluğu tanımlamalarının yapmak için belirlenebilecek sınır tartışmaya açıktır. Diğer bir kafa karıştırıcı durum da akıllı telefonun birden fazla işlevi yerine getirmesinden kaynaklanmaktadır. Akıllı telefon kullanımı, internet bağımlılığı, internette oyun bağımlılığı, kumar bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı ve pornografi bağımlılığını da bünyesinde barındırmaktadır. Her bir alan ayrıca incelenmeye değer bulunmakta ve ayrı bir çalışma alanı olarak literatürde yerini almaktadır. PAK için kabul edilmiş tanı kriterlerinin olmaması, kavram çeşitliliğine de yol açmaktadır. Literatür incelendiğinde benzer durum için "akıllı telefon bağımlılığı", "problemlı akıllı telefon kullanımı", "aşırı akıllı telefon kullanımı" gibi tanımlamalar yer almaktadır. Bu konuda henüz bir konsensüs yoktur. PAK için bilimsel çalışma verileri arttıkça akıllı telefon bağımlılığını tanımlamaya yönelik enstrümanlar da artmaktadır. Bu amaçla geliştirilen ölçekler tek boyutlu veya çok boyutlu yapıdadır. PAK ın farklı boyutlarına vurgu yapan enstrümanların artması bilimsel literatüre katkı sağlayacaktır. Bu bağlamda bu çalışma, Lee ve arkadaşları tarafından geliştirilen altı alt faktörden oluşan Akıllı Telefon Aşırı Kullanım Tarama Ölçeği'nin (ATAKTÖ) Türk toplumu için geçerli ve güvenilir bir ölçek olup olmadığını araştırmayı amaçlamıştır.

Yöntem

İlk olarak orijinal ölçeği geliştiren araştırmacılardan e-posta ile onay alındı. Çalışma protokolü Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylandı (Tarih: 28.11.2019 No:13/6). Ölçek çeviri süreci Dünya Sağlık Örgütü (2017) çeviri ilkelerine göre yürütüldü.

Sonuçlar

Çalışma grubunu bir devlet üniversitesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören 400 öğrenci oluşturdu. Ölçüt geçerliği için Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Versiyonu (ATBÖ-KV) ve Young's İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu (YİBÖ-KF) kullanıldı. Doğrulayıcı faktör analizinde farklı faktörlere yüklenen maddelerde kovaryans hatasının yüksek olması nedeniyle beş madde anketten çıkarıldı. 23 maddelik yeni ölçek, kabul edilebilir uyum iyiliği değerlerine sahip altı faktörden oluşmaktaydı ($\chi^2/df = 2,83$, RMSEA = 0,06, CFI = 0,90, GFI = 0,87, IFI = 0,90). Bu altı faktör meşguliyet, kontrol kaybı, aşırma, içgörü, aşırı kullanım ve diğer alanların ihmal edilmesinden oluşmaktaydı. Ölçeğin toplam puanı için Cronbach alfa ,93 ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı ,79 olarak hesaplandı. Toplam madde korelasyonu ,386 ile ,768 arasında bulundu. ATAKTÖ ölçeğinin Türkçe formu, hem YİBÖ-KF hem de ATBÖ-KV ile pozitif istatistiksel olarak anlamlı korelasyon gösterdi. Ölçek sonuçları açısından kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark saptanmadı. Katılımcıların yaşı ile ölçeğin toplam puanları arasında korelasyon yoktu. Kendilerini akıllı telefon bağımlısı olarak nitelendirenlerin ölçek ortalamaları diğer tüm gruplardan anlamlı derecede yüksekti. Günlük telefon kontrol sayısı arttıkça ve katılımcıların günlük akıllı telefon kullanım süreleri arttıkça ortalama puanları da önemli ölçüde arttı. Akıllı telefonunu ders için kullandığını belirtenlerin ortalamaları, akıllı telefonlarını oyun ve sosyal medya için kullananlara göre anlamlı derecede düşük iken, akıllı telefon internette gezinmek için kullananlara göre fark anlamlı değildi. Telefonlarını oyun oynamak için kullananlar en yüksek puanlarına sahipti. Ancak sosyal medya takibi, oyun oynama ve internette gezinme amaçlı kullanımlar arasında fark anlamlı değildi.

Tartışma

Bu çalışmada ATAKTÖ'nün Türk toplumu için uygun bir ölçek olup olmadığı araştırılmıştır. Çalışma kabul edilebilir uyum iyiliği değerleri ortaya koymuştur. Orijinal ölçekteki altı faktörlü yapı Türkçe versiyonda da korunmuştur. Literatür, akıllı telefon kullanımında cinsiyetin etkisine ilişkin karmaşık sonuçlara sahip görünmektedir. Bizim çalışmamıza benzer şekilde, bazı araştırmalarda cinsiyetin PAK açısından bir fark yaratmadığı belirtilmektedir. Öte yandan kadın cinsiyetin PAK için risk oluşturduğu da bildirilmiştir. Aşırı zaman kaybı ve yüksek kontrol sayısını içeren aşırı akıllı telefon kullanımı, sorunlu akıllı telefon kullanımının bir parçasıdır. Çalışmamızda hem kontrol sıklığındaki artış hem de akıllı telefon kullanımına ayrılan süre ATAKTÖ puanları ile ilişkiliydi. PAK ile ilgili çalışmalar son yıllarda artmasına rağmen yaygın olarak kabul edilen kriterlerin olmaması bu alanda çalışmayı zorlaştırmaktadır.

Bu durum, PAK'a ilişkin artan verilerle değişebilir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları incelendiğinde farklı alt faktörleri içerdiği görülmektedir. Bir ölçek diğeriyle tam olarak örtüşmemektedir. Artan araştırma sayısı ve farklı alt boyutlardan oluşan verilerin artması, gelecekte PAK için kabul edilebilir bir çerçevenin oluşmasına katkı sağlayacaktır. ATAKTÖ'de mevcut ölçekten farklı alt boyutları ile kendine özgü bir yapıya sahiptir. Bu farklı yapı, farklı bakış açılarından gelen bilgileri artırarak bu alandaki literatüre katkı sağlayacaktır. Bu çalışmanın kartopu örnekleme kullanılarak, sadece bir devlet üniversitesine kayıtlı üniversite öğrencilerinde gerçekleştirilmesi temel kısıtlılığıdır. Çalışmamızın bir diğer kısıtlılığı klinik olmayan bir örnekleme yapılmış olmasıdır. Klinik grubun da dahil edildiği daha geniş katılımla gerçekleştirilen ve kesme değeri için ek hesaplamaların yapıldığı ileri çalışmalar gerekmektedir.

EK.1

Akıllı Telefon Aşırı Kullanım Tarama Ölçeği (ATAKTÖ)

Bu anket günlük akıllı telefon kullanımınız hakkında bilgi edinmeyi amaçlamaktadır. Akıllı telefon kullanımı şunları içermektedir: aramalar, mesajlar, sosyal medya servislerinin kullanımı, oyunlar, internet gezinmeleri, video izleme vb. Aşağıdaki maddeleri okuyarak son bir aylık dönemde sizin için en uygun seçeneği (Hiçbir zaman, Bazen, Sıklıkla, Her zaman) işaretleyiniz.

	Hiçbir Zaman	Bazen	Sıklıkla	Her Zaman
1. Sık sık akıllı telefonumu düşünürüm.				
2. Her fırsat bulduğumda akıllı telefonumu kullanırım.				
3. Akıllı telefonumu kullanmak için tüm gece uyanık kalırım.				
4. Akıllı telefonumu okulda veya çalışırken kullanırım (iş ve ders ile ilgili kullanımlar hariç).				
5. Akıllı telefonumu e-mail, blog, sosyal medya (facebook, instagram, twitter vb.) ve diğer uygulamaları kontrol etmek için çok fazla kullanırım.				
6. Eskisi kadar keyif almak için akıllı telefonumu daha uzun süre kullanma ihtiyacı duyuyorum.				
7. Akıllı telefonum olmadan huzursuz veya endişeli olurum.				
8. Kötü bir ruh halindeyken (kızgın, gergin, endişeli, suçlu), daha iyi hissetmek için akıllı telefonumu kullanırım.				
9. Akıllı telefonumu planladığımdan daha uzun süre kullanırım.				
10. Akıllı telefonumu kullandığım süreyi gerçekte olandan daha az belirtirim.				
11. Ailem ve/veya yakınlarım akıllı telefonumla çok fazla zaman harcadığımı söylüyorlar.				
12. Başkalarının yardımı olmadan akıllı telefon kullanımımı azaltabileceğimi düşünmüyorum.				
13. Vücudumda ağrılar olsa bile veya rahatsızlık hissediyor olsam da(örneğin uykusuzluk, göz yorgunluğu, bulanık görme, baş ağrısı, el veya sırt ağrısı) akıllı telefonumu kullanmaya devam ediyorum				
14. Akıllı telefon kullanımım için çok para harcarım (internet paketi, uygulama satın alma).				
15. Akıllı telefonumu kullandığım zamanlarda ne kadar zaman geçtiğinin farkına varmam.				
16. Yapmam gerekenler (iş, ev ödevi vb.) yerine akıllı telefon ile zaman geçiririm.				
17. Akıllı telefonumu kullanmayı arkadaşlarımla sosyal etkinliklerde bulunmaktan daha çok seviyorum.				
18. Akıllı telefonumu kullanmayı ailemle zaman geçirmekten daha çok seviyorum.				
19. Aşırı akıllı telefon kullanımım nedeniyle ailemle tartışırız.				
20. Akıllı telefonumdan başka hiçbir şey ilgimi çekmiyor.				
21. Akıllı telefonuma bağımlı olduğumu düşünüyorum.				
22. Mevcut akıllı telefon kullanım alışkanlığımı değiştirmek istiyorum.				
23. Akıllı telefonumu aşırı kullandığımı düşünüyorum.				

Uygulama Yönergesi

Toplam puan tüm maddelerin toplamı ile elde edilir. Faktör puanları faktördeki maddelerin toplamı ile elde edilir. Ters kodlanması gereken madde yoktur.

Alt Faktörler; Faktör 1 (Meşguliyet) = 1,2,3,4,5,6,13,14,15

Faktör 2 (Kontrol Kaybı)=9,10,16,18

Faktör 3 (Aşerme)=7,8,12

Faktör 4 (İçgörü)= 21,22,23

Faktör 5 (Aşırı Kullanım)=11,19

Faktör 6 (Diğer alanların ihmal edilmesi)=17,20