

Genişletilmiş Özet

Giriş

Günümüzde bilişim teknolojilerinde yaşanan hem donanım hem de yazılım açısından hızlı gelişmeler, bireylerin günlük yaşamlarını kolaylaştırmaktadır. Özellikle bankacılık işlemleri, çevrimiçi alışveriş ve hastane randevularının planlanması gibi işlemler artık mobil cihazlar aracılığıyla yapılmaktadır. Bu açıdan cep telefonlarının geleneksel özelliklerine (ağrılar, SMS vb.) ek olarak; akıllı telefonlar ve bunlara bağlı mobil uygulamalar, özellikle bireylerin yaşamlarında vazgeçilmez bir araç haline gelmiştir. Başka bir açıdan ise boş zamanı doldurmak, iletişim ve sosyalleşmek için akıllı telefonlar çekici ortamlar sağlamaktadır. Fakat akıllı telefonların insan hayatına getirdiği kolaylık, hareketlilik ve diğer işlevlerin yanı sıra yoğun ve sorunlu kullanımları, psikolojik, sosyal ve sağlıkla ilgili olumsuz etkileri olan birçok sorunu da bir araya getirebilmektedir. Bu olumsuz durumlardan biri de akıllı telefon bağımlılığıdır. Akıllı telefon bağımlılığının belirtileri arasında aşırı akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefona karşı yoksunluk durumu geliştirme gösterilebilir. Özellikle içsel motivasyon amaçlı eğence, sosyalleşme ihtiyacını karşılamak için yoğun olarak akıllı telefon kullanan bireylerin akıllı telefon alışkanlıkları daha hızlı gelişmekte ve bu da bağımlılık yaratan akıllı telefon davranışına yol açabilmektedir. Ayrıca düşük öz denetim kapasitesi gibi kişisel özelliklerin akıllı telefon bağımlılığına katkı sağladığı düşünölmektedir. Ayrıca akıllı telefon bağımlılığı açısından cinsiyetin akıllı telefon bağımlılığını yordayabileceği de ortaya koyulmuştur. Bu doğrultuda akıllı telefon kullanım alışkanlıkları ve motivasyonunun araştırılmasında özellikle ergenler arasında öz düzenleme ve cinsiyet gibi değişkenlerin değerlendirmeye değer olabileceği düşünölmektedir.

Yöntem

Bu alışma, hem açıklayıcı hem de yordayıcı olarak ilişkisel tarama modeline dayanan betimsel bir araştırmadır. Çalışmada yordayan değişkenler cinsiyet, öz denetim, akademik erteleme ve çalışma saatleri sırasında akıllı telefon kontrolünün sıklığı, yordanan değişken ise akıllı telefon bağımlılığıdır. Bu çalışmanın örneklemi 261'i kız öğrenciler ve 253'ü erkek öğrenciler olmak üzere 514 katılımcı oluşturmuştur. Çalışmada veriler ergenler için Akıllı telefon bağımlılığı kısa formu, Ergenler için özdenetim ölçeği formu, Akademik kaytarma ölçeği formu ve Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Verilerin analizinde Pearson korelasyon analizi ile adimsal çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır.

Bulgular

Öncelikle ilk aşamada değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için yürütölen analiz sonuçlarına göre, akıllı telefon bağımlılığı ile lise öğrencilerinin öz düzenleme başarısızlığı ($r = ,402; p < ,01$) ve akademik erteleme eğilimi ($r = ,327; p < ,01$) arasında orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ek olarak akıllı telefon bağımlılığı ile ders çalışma esnasında akıllı telefon kontrol sıklığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r = ,392; p < ,01$). Ayrıca cinsiyet açısından elde edilen bulgular incelendiğinde, kız katılımcılarının varlığı arttıkça akıllı telefon bağımlılığı arttığı tespit edilmiştir.

İkinci aşamada ise cinsiyet, öz denetim, akademik erteleme ve akıllı telefon kontrolünün sıklığının lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisini belirlemek için yürütölen aşamalı çoklu regresyon analizinin ilk aşamasında modele giren ilişkisel analizde akıllı telefon bağımlılığı ile diğer değişkenlere göre yüksek düzeyde ilişkisi tespit edilen öz denetimde başarısızlık değişkeninin akıllı telefon bağımlılığına ilişkin varyansın %16,2'sini açıkladığı görölmektedir. Analizin ikinci aşamasında, "ders çalışırken akıllı telefonu kontrol etme sıklığı" değişkeni alınmıştır. Bu değişkenin regresyon analizine dahil edilmesi ile açıklanan varyansta %9,2'lik bir artış gözlenmiştir. Böylece açıklanan varyans %25,4'e ulaşmıştır. Analizin üçüncü aşamasında "cinsiyet" değişkeni alınmıştır. Cinsiyet değişkeni regresyon denkleminde alınarak açıklanan varyansta %3,6 oranında artış gözlenmiş ve açıklanan varyans %29,0'a ulaşmıştır. Son olarak, dördüncü adımda analize "akademik erteleme" değişkeni dahil edilmiştir. Akademik erteleme değişkeninin denkleminde alınmasıyla açıklanan varyansta %1,0'lık bir artış gözlenmiş ve açıklanan varyans %30,0'a ulaşmıştır.

Tartışma

Bu alışma sonucunda akıllı telefon bağımlılığının çalışmadaki en güçlü yordayıcının öz denetim becerisi olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu sonucunda öz denetim becerisindeki başarısızlığı artması ergenlerin akıllı telefon bağımlılık riskini ya da düzeyini arttırmaktadır. Bu açıdan akıllı telefon bağımlılığını ile mücadelede öz denetim becerisinin önemli bir unsur olduğu söylenebilir. Bu bağlamda ergenlerin öz denetim becerilerini geliştirebilmeleri için ailelere ve eğitim kurumlarına önemli sorumlulukları düşmektedir. Çünkü öz denetim düzeyi daha yüksek olan ergenlerin çoğunlukla olumlu ebeveynlik tarzına sahip bireylerin çocukları olduğu bilinmektedir ve öz denetim becerisinin yüksek olması akıllı telefon bağımlılığı riskini azaltabilme potansiyeli taşımaktadır. Bu açıdan ebeveynlik ve öz düzenleme becerilerini geliştiren programların geliştirilmesinin ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı riskini azaltmada önemli olduğu görölmektedir. Ek olarak, duygusal zekâ ve öz denetim gibi ergenlerin psikolojik ve eğitimsel refahını sağlamada aktif rol oynayan eğitim kurumlarında öz denetim açısından öğrenciler desteklenebilir.

Sınırlılıklar

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları vardır. İlk olarak, nicel verilerin toplanma sürecinde yaşanan zorluklar sınırlılık olarak verilebilir. Ergenler üzerinde yapılacak böyle çalışmalar için gerekli kurumlardan izin alınmasının güçlüğü yüzünden sınırlı katılımcıya ulaşılması bir sınırlılık olarak verilebilir. Ayrıca çalışmada öncelikli olarak akademik anlamda bir çalışma alışkanlığı ile akıllı telefon bağımlılığı

arasında ilişki incelenmiştir. Fakat çalışmada katılımcılar arasında başka patolojik bozuklukların olup olmadığı bilinmemektedir. Son olarak, rneklemi oluşturan ergenlere ait izinler çerçevesinde sınırlı bilgiye ulaşılmıştır.

Uygulayıcılara ve Araştırmacılara neriler

Öğretmenler, aileler ve ergenlere, akıllı telefon bağımlılığı ve ders çalışma arasındaki ilişki konusunda farkındalık kazandırmak açısından eğitimler, uygulamalar ve seminerler düzenlemesi önerilmektedir.

Son olarak, gelecekteki akademik çalışmalarda, bu çalışmada tartışılan değişkenler olan akıllı telefon bağımlılığı, cinsiyet, öz denetim, akademik erteleme ve çalışma saatleri sırasında akıllı telefon kontrolünün sıklığı arasında bir model çalışması alana katkı sağlayabilir niteliktedir.