BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE PROBLEMLİ CEP TELEFONU KULLANIMININ BAĞLANMA STİLLERİ, UMUTSUZLUK VE AKADEMİK MOTİVASYON İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Fatma İzel ŞAHİN

201104101

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji (Opsiyon: Gelişim Psikolojisi) Tezli Yüksek Lisans Programı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Nesteren GAZİOĞLU

İstanbul

T.C. Maltepe Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Şubat, 2023

BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE PROBLEMLİ CEP TELEFONU KULLANIMININ BAĞLANMA STİLLERİ, UMUTSUZLUK VE AKADEMİK MOTİVASYON İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Fatma İzel ŞAHİN
201104101
ORCID: 0000-0003-1319-3115

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji (Opsiyon: Gelişim Psikolojisi) Tezli Yüksek Lisans Programı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Nesteren GAZİOĞLU

İstanbul

T.C. Maltepe Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Şubat, 2023



JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6698 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6698 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

TEŞEKKÜR

Tez sürecime büyük katkı sağlayan, akademik ve mesleki gelişimimi destekleyen, birlikte çalışmaktan ötürü mutlu olduğum değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Nesteren GAZİOĞLU' na çok teşekkür ederim.

Tez savunma jürimde yer alarak sundukları katkılar, ders dönemlerinde öğrettikleri değerli bilgiler ve her daim gösterdikleri ilgiler için kıymetli hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Zeliha BABAYİĞİT ve Doç. Dr. Ferzan CURUN'a çok teşekkür ederim.

Lisans ve yüksek lisans hayatım boyunca üzerimde emeği büyük olan, kişisel ve mesleki gelişimime ışık tutan sevgili ve kıymetli hocam Prof. Dr. Ayşe AYÇİÇEĞİ-DINN'e , gelişim psikolojisi alanına ilgi duymamı sağlayan hocam Prof. Dr. T. Gül ŞENDİL'e ve tüm değerli hocalarıma; bu süreçte bana her türlü desteği veren, özellikle veri toplamamda bana yardımcı olan kıymetli arkadaşlarıma ve çalışmama katılım sağlayıp psikoloji bilimine değerli katkılar sunmama yardımcı olan tüm katılımcılara teşekkür ederim.

Son olarak her zaman bana güvenen, sevgisini ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen, sahip olduğum tüm değerleri bana öğreten, nazımı çeken, hayatımdaki güç ve umut kaynaklarım, eşsiz değerdeki hazinelerim olan canım annem Hülya ŞAHİN'e, canım babam Mehmet ŞAHİN'e ve biricik abim İlker Kıvanç ŞAHİN' e sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Sizler iyi ki varsınız!

Fatma İzel ŞAHİN

Şubat, 2023

ÖZET

BELİREN YETİŞKİNLİK DÖNEMİNDE PROBLEMLİ CEP TELEFONU KULLANIMININ BAĞLANMA STİLLERİ, UMUTSUZLUK VE AKADEMİK MOTİVASYON İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Fatma İzel Şahin
Yüksek Lisans Tezi
Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji (Opsiyon: Gelişim Psikolojisi) Tezli Yüksek Lisans Programı
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Nesteren Gazioğlu
Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 2023

Bu araştırmada, beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri, umutsuzluk düzeyleri ve akademik motivasyonlarının problemli cep telefonu kullanımı ile anlamlı bir ilişkisi olup olmadığını ve umutsuzluk, akademik motivasyon düzeyleri ve bağlanma stillerinin problemli cep telefonu kullanımını yordayıp yordamadığını incelemek amaçlanmıştır. Araştırma grubu İstanbul ilindeki devlet ve vakıf üniversitelerinde öğrenim gören 356 öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcılar 18-25 yaş aralığına sahiptir. Veriler, Kişisel Bilgi Formu, Problemli Cep Telefon Kullanım Ölçeği (PCTKÖ), Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II), Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Akademik Motivasyon Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Elde edilen veriler SPSS paket programı ile yorumlanmıştır. Verilerin analizinde, Bağımsız Örneklem t-Testi, MANOVA, Tukey post hoc Testi, Pearson Momentler Çarpım Korelasyon tekniği ve Çoklu Regresyon Analizi tekniği kullanılmıştır. Analiz sonuçlarına göre problemli cep telefonu kullanımı ile bağlanma stilleri ve umutsuzluk düzeyleri arasında pozitif, akademik motivasyon düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Son olarak akademik motivasyon, umutsuzluk düzeyleri ve bağlanma stillerinin birlikte, problemli cep telefonu kullanımını yordadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Problemli cep telefon kullanımı, bağlanma stilleri, umutsuzluk, akademik motivasyon, beliren yetişkinlik

ABSTRACT

RESEARCH OF THE RELATIONSHIP PROBLEMATIC MOBILE PHONE USE WITH THE ATTACHMENT STYLES HOPELESSNESS ACADEMIC MOTIVATION IN EMERGING ADULTHOOD

Fatma İzel Şahin
Master Thesis
Department of Psychology
Psychology (Option: Developmental Psychology) Thesis Master's Programme
Advisor: Dr. Öğr.Üyesi Nesteren Gazioğlu
Maltepe University Graduate School, 2023

The present study aims to analyze the relationship between the attachment styles, hopelessness levels, and academic motivations of university students in emerging adulthood with problematic mobile phone use. Also, this study aims to analyze the predictive power of perceived hopelessness, academic motivation, and attachment styles on problematic mobile phone use of individuals in the emerging adulthood period. The sample of this research consists of 356 public and foundation university students in Istanbul. The ages of the participants are in the range of 18-25. The data were created by utilizing the Personal Information Form, Problematic Mobile Phone Use Scale (PMPUS), Experiences in Close Relationships- Revised (ECR-R), Beck Hopelessness Scale, and Academic Motivation Scale (AMS). Data obtained was analyzed using the SPSS statistical software. Independent samples T-test, MANOVA, Pearson Moment Product Correlation, Tukey post hoc Test, and multiple regression analysis were performed for statistical analysis. According to the analysis results, there was a positive relationship between problematic mobile phone use with attachment styles and hopelessness levels. There was a negative relationship between problematic mobile phone use with academic motivation levels. According to the regression analysis results, all of the predictive variables together explained in problematic mobile phone use.

Key Words: Problematic mobile phone use, attachment styles, hopelessness, academic motivation, emerging adulthood.

İÇİNDEKİLER

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI ii
ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI iii
TEŞEKKÜR iv
ÖZET v
ABSTRACT vi
İÇİNDEKİLER vii
TABLOLAR LİSTESİ xi
ŞEKİLLER LİSTESİ xii
KISALTMALAR xiii
1. GİRİŞ 1
1.1 Araştırmanın Problemi 1
1.2 Araştırmanın Amacı 5
1.3 Araştırmanın Önemi 5
1.4 Araştırmanın Varsayımlar 7
1.5 Araştırmanın Sınırlıkları 8
1.6 Tanımlar 8
2. GENEL BİLGİLER 10
2.1 Beliren Yetişkinlik Dönemi 10
2.2 Akıllı Telefon 11
2.2.1 Cep telefonu tarihçesi ve akıllı telefon 11
2.2.2 Akıllı telefon kullanım alanları 12
2.2.3 Akıllı telefon kullanım yaygınlığı 13
2.2.4 Problemli cep telefonu kullanımı ve etkileri 15
2.3 Bağlanma 17
2.3.1 Bağlanma 17
2.3.2 Bowlby'nin bağlanma kuramı ve içsel çalışan modeller 18

2.3.3 Ainsworth' ün yabancı ortam deneyi ve bağlanma kuramı 19
2.3.4 Hazan ve Shaver' ın yetişkinlik dönemindeki bağlanma stilleri 20
2.3.5 Bartholomew ve Horowitz' in dörtlü bağlanma modeli 21
2.4 Umutsuzluk 25
2.4.1 Umut ve umutsuzluk kavramı 25
2.4.2 Umutsuzluğun nedenleri ve belirtileri 26
2.4.3 Beck'in yaklaşımına göre umutsuzluk kavramı 27
2.5 Akademik Motivasyon 29
2.5.1 Motivasyon kavramı 29
2.5.2 İçsel ve dışsal motivasyon ile motivasyonsuzluk 29
2.5.3 Akademik motivasyon 30
3. YÖNTEM 33
3.1 Araştırma Modeli 33
3.2 Evren ve Örneklem 33
3.3 Veri Toplama Araçları 35
3.3.1 Bilgilendirilmiş onam formu (Ek-7) 35
3.3.2 Kişisel bilgi formu (Ek-8) 35
3.3.3 Problemli cep telefonu kullanım ölçeği (PCTKÖ) (Ek-9) 35
3.3.4 Beck umutsuzluk ölçeği (BUÖ) (Ek-10) 36
3.3.5 Akademik güdülenme ölçeği (AGÖ) (Ek-11) 37
3.3.6 Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri II (YİYE II) (Ek-12) 37
3.3.7 Ölçeklerin güvenirlik analizleri ve betimsel istatistikleri 38
3.4 Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması 39
4. BULGULAR VE TARTIŞMA 41
4.1 Bulgular 41
4.1.1 Katılımcıların akıllı telefon kullanım özelliklerine dair betimsel istatistikler 41
4.1.2 Korelasyon sonuçları 42
4.1.3 Çoklu doğrusal regresyon analiz sonuçları 46
4.1.4 Araştırma değişkenleri ile demografik değişkenlerin karşılaştırılması 47

4.1.4.1 Araştırma değişkenlerinin cinsiyete göre incelendiği bağımsız örneklem t-testi sonuçları 47
4.1.4.2 Araştırma değişkenlerinin üniversite türüne göre incelendiği bağımsız örneklem t- testi 48
4.1.5 MANOVA analiz sonuçları 50
4.1.5.1 Yaş değişkenine göre MANOVA analiz sonuçları 50
4.1.5.2 Sınıf değişkenine göre MANOVA analiz sonuçları 52
4.1.5.3 Akıllı telefon kullanım amacına göre MANOVA analiz sonuçları ... 56
4.1.5.4 Akıllı telefon kullanım süresine göre MANOVA analiz sonuçları ... 60
4.2 Tartışma 66
4.2.1 Araştırma değişkenlerine göre bulguların tartışılması 67
4.2.1.1 Problemli cep telefonu kullanımı ile umutsuzluk arasındaki ilişkinin tartışılması 67
4.2.1.2 Problemli cep telefonu kullanımı ile akademik motivasyon arasındaki ilişkinin tartışılması 68
4.2.1.3 Problemli cep telefonu kullanımı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin tartışılması 69
4.2.1.4 Umutsuzluk ile akademik motivasyon arasındaki ilişkinin tartışılması 70
4.2.1.5 Umutsuzluk ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin tartışılması 71
4.2.1.6 Akademik Motivasyon ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin tartışılması 71
4.2.2 Sosyo-demografik değişkenlere göre bulguların tartışılması 72
4.2.2.1 Cinsiyet değişkenine göre bulguların tartışılması 72
4.2.2.2 Yaş değişkenine göre bulguların tartışılması 75
4.2.2.3 Sınıf değişkenine göre bulguların tartışılması 77
4.2.2.4 Okul türü değişkenine göre bulguların tartışılması 79
4.2.2.5 Telefon kullanım amacına göre bulguların tartışılması 80
4.2.2.6 Telefon kullanım süresine göre bulguların tartışılması 83
4.2.3 Problemli cep telefonu kullanımını yordayan faktörlerin tartışılması 85
5. SONUÇ VE ÖNERİLER 86
KAYNAKÇA 90

EKLER 121
Ek-1: Tablo 20. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları 121
Ek-2: Tablo 21..MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları 125
Ek-3: Tablo 22. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları 128
Ek-4: Tablo 23. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları 130
Ek-5: Tablo 24. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları 132
Ek-6: Ölçek İzinleri 134
Ek-7: Bilgilendirilmiş Onam Formu 135
Ek-8: Kişisel Bilgi Formu 136
Ek-9: Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeği 137
Ek-10: Beck Umutsuzluk Ölçeği 139
Ek-11: Akademik Güdülenme Ölçeği 140
Ek-12: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II 142
ÖZGEÇMİŞ 144

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler 34
Tablo 2.Ölçeklerin Betimsel Özellikleri 39
Tablo 3. Katılımcıların Akıllı Telefon Kullanımına Dair Betimsel Özellikler 41
Tablo 4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri 42
Tablo 5. Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları 43
Tablo 6.Çoklu Doğrusal Regresyon Analiz Sonuçları 46
Tablo 7.Katılımcıların Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından T-Testi Analiz Değerleri 48
Tablo 8. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Üniversite Türü Açısından T-Testi Analiz Değerleri 49
Tablo 9.MANOVA Analizi Sonuçları 51
Tablo 10.MANOVA Analizi Sonuçları 53
Tablo 11.MANOVA Analizi Sonuçları 55
Tablo 12.MANOVA Analizi Sonuçları 57
Tablo 13.MANOVA Analiz Sonuçları 58
Tablo 14.MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları 60
Tablo 15.MANOVA Analiz Sonuçları 61
Tablo 16.MANOVA Analiz Sonuçları 62
Tablo 17.MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları 64
Tablo 18.MANOVA Analiz Sonuçları 65
Tablo 19.MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları 66

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Dörtlü Bağlanma Modeli 22

KISALTMALAR

AGÖ : Akademik Güdülenme Ölçeği

Ark. : Arkadaşları

BDÖ : Beck Depresyon Ölçeği

BUÖ : Beck Umutsuzluk Ölçeği

Çev. : Çeviren

Ed. : Editör

PCTKÖ : Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeği

RBSÖ : Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

TDK : Türk Dil Kurumu

TÜİK :Türkiye İstatistik Kurumu

YİYE II : Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II

1. GİRİŞ

1.1 Araştırmanın Problemi

Bilişim teknolojilerinin gelişmesi ile cep telefonları yaşamın birçok alanında kullanılmaya başlanmıştır. Örneğin, akıllı cep telefonları internette gezinmek, sosyal ağlara bakmak, eğlenmek, iletişim kurmak, oyun oynamak, televizyon ve film izlemek, alışveriş yapmak, banka işlemleri gerçekleştirmek, müzik dinlemek, kitap okumak, fotoğraf çekmek, mesleki ve akademik süreç içerisinde kullanmak, bilgi edinmek ve sosyalleşmek benzeri birçok farklı amaç için kullanılmaktadır. Birçok farklı amaçla kullanılan akıllı cep telefonlarını üniversite öğrencileri daha çok sosyal ağ ve internette dolaşmak amacı ile kullanmaktadır (Aktaş ve Yılmaz, 2017). İnsanlara birçok farklı kullanım alanı sunan akıllı telefonlar, bu kullanım çeşitliliği ve taşınabilirliği sayesinde neredeyse her yaştaki insanın bir parçası haline gelmeyi başarmış özellikle de genç kullanıcılar için vazgeçilmez olmuştur (Bal ve Balcı, 2020). Kullanıcılar için neredeyse vazgeçilmez hale gelen cep telefonlarının kullanım yaygınlığı eğer tekrarlayan, haz veren, günlük yaşamı bozan davranışlara neden oluyor ve kullanımı zamanla artış gösteriyor ise bu durum bağımlılık riskini arttırmaktadır (Noyan, Enez-Darçın, Nurmedov, Yılmaz ve Dilbaz, 2015). Örneğin, Tayvan'da ergenlik dönemindeki 10.191 öğrenci ile yapılan çalışmada akıllı cep telefonu kullanan öğrencilerin yaklaşık %36'sında yoksunluk ve yaklaşık %30'unda tolerans geliştirme gibi bağımlılık kriter ölçütleri görüldüğü belirtilmiştir (Yen, Tang, Yen, Lin, Huang, Liu ve Ko, 2009). "Problemli cep telefonu kullanımı'' ya da ''cep telefonu problemli kullanımı'' akıllı cep telefonlarının aşırı, kontrolsüzce, bilinçsiz ve günlük yaşam işlevlerini bozucu şekilde kullanımını ifade etmektedir (Yay, 2019). Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2018-2021 yılları arasındaki "Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım İstatistikleri" raporu verilerine göre Türkiye'de son üç ay içerisinde cep telefonu kullanımı 2018 yılında %92.7, 2019 yılında % 93.5, 2020 yılında % 95.3 ve son olarak 2021 yılında % 96.0 olarak bildirilmiştir (TÜİK, 2018-2021). Küresel salgın COVID-19 sebebi ile yaşanan pandemi sürecinde sosyal medya, internet ve mobil kullanım istatistikleri 2019 yılından sonra hızla bir yükseliş göstermiştir. We are Social'ın 2022 yılı şubat ayı Dijital Raporu'na göre

Türkiye'de internet kullanıcı sayısı 2021 yılına göre yaklaşık olarak 3.9 milyon, sosyal medya kullanıcı sayısı ise 9 milyon kişi artmıştır (We are Social, 2022). Geçen yıllar içerisinde akıllı cep telefonların, insanların yaşamında vazgeçilmez bir hale geldiği ve kullanım oranının hızla yükseldiği görülmektedir (Kuyucu, 2017). Kullanımı hızla ve kontrolsüzce artan cep telefonlarının problemli kullanımı ve bağımlılık hakkındaki çalışmalar incelendiğinde; problemli cep telefonu kullanımı ve bağımlılığının düşük öz güven (Bianchi ve Philips, 2005; Yay ve Arıcak, 2019), saldırganlık ve düşmanlık (Roser, Schoeni, Foerster ve Röösli, 2016) gibi davranışların ortaya çıkmasını arttırdığı sonucuna ulaşılmaktadır. Ayrıca araştırmalar da cep telefonlarının aşırı kullanımının olumsuz davranışlardaki artışa neden olduğu bilgisinin yanında kişilerin içsel süreçleri (bağlanma stili, ebeveyn tutumu, öznel iyi oluş vb.) ve bağlamı gereği sahip oldukları olumsuz davranışlardan kaynaklı olarak cep telefonu kullanımının arttırdığı da belirtilmektedir. Özgüven düşüklüğü olan kişiler de (Erdem, 2019) ve öznel iyi oluş düzeyleri düşük olduğu için kontrol odağı zayıf ve umutsuz, olumsuz duyguları yüksek olan kişiler de (Yıldırım, 2018) akıllı cep telefonu kullanımının yüksek olduğu görülmektedir. İnsan gelişiminin ve davranışlarının ele alındığı çalışmalara en sık vurgulanan içsel süreç olan bağlanma sürecinde güvenli bağlanmaya sahip bireylerin öz saygıları daha yüksek olduğu için karşılaştıkları sorunlar karşısında başarabileceklerine yönelik inançları da yüksektir ve olumsuz durumlardan kaçmak için internete ve telefona; düşük öz saygısı olan ve güvenli bağlanma stiline sahip olmayan bireylerden daha az yönelmektedirler (Rao ve Madan, 2013).

Bağlanma kuramı, insanların diğer canlılar ile duygusal bağlar kurmasının nedenlerini açıklayan ve bu kurulan bağın çocuğun psikolojik gelişimi üzerindeki önemini vurgulayan bir kuramsal çerçevedir (Bowlby, 1969, 1982). Çocuğun, bakımını üstlenen ihtiyaçlarına cevap veren kişiyle kurduğu ilişkinin niteliği; çocuğun ileriki hayatında, düşünce ve davranışlarında ve ilişkilerinde etkilidir (Bowlby, 2013/1983). Bağlanma figürleriyle tekrarlanan etkileşimler ile bebekler ne bekleyeceklerini öğrenir ve şekillendirir. Bowlby (1969, 1982) "içsel çalışan modeller" dediği bu beklentilerin, bakım veren kişinin davranışları ile şekillendiğini ve bebeklerin bakım verenleri ile olan deneyimlerini içselleştirdiğini savunmuştur. Ainsworth (1978) ise Bowlby' nin kuramını deneysel olarak ''Yabancı ortam'' deneyi ile test etmiştir. Bu deneyde yer alan bebeklerin tepkilerine göre bağlanma stilleri güvenli, kaçınmacı ve kaygılı/kararsız şeklinde

isimlendirmiştir. Yetişkin bağlanma stilleri üzerinde çalışan Hazan ve Shaver da Bowlby'nin bağlanma kuramı ve Ainsworth'un deneysel çalışmalarından etkilenerek bebeklikte olduğu gibi yetişkinlikte de güvenli, kararsız ve kaçınan olarak isimlendirdiği üç bağlanma stilin devam ettiğini belirtmiştir (Hazan ve Shaver, 1987). Bartholomew ve Horowitz ise Hazan ve Shaver' ın (1987) üçlü sınıflandırması ve Bowlby' nin içsel çalışan modellerini temel alarak yeni bir bağlanma modeli geliştirmiştir. Geliştirilmiş olan modelin adı ''Dörtlü bağlanma modeli''dir. Bu model de kendi içerisinde bireyin kendi benliğini ve başkalarını değerlendirmesine göre güvenli, kaygılı (saplantılı), korkulu ve kayıtsız bağlanma şeklinde sınıflandırılmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bağlanma stillerinden güvenli bağlanmaya sahip olmayan bireylerin internet bağımlılığı gibi teknoloji bağımlılıkları ile pozitif yönde ilişki bulunmaktadır (Savcı ve Aysan, 2016). Bunun sebebi, bu kişilerin telefonları olumsuzluklardan uzaklaştıran bir kaçış imkânı olarak görmeleridir (Kiraly, Potenza, Stein, King, Hodgins, Saunders, Abbott, Chaberlain, Corazza, Burkauskas, Sales, Locher, Grünblatt, Wegmann, Martinotti, Lee, Rumpf, Castro-Calvo, Rahimi-Movaghar, Higuchi, Menchon, Zohar, Pellegrini, Walitza, Fineberg, ve Demetrovics, 2020). Göker ve Turan'da (2020) COVID-19 küresel salgını ile yaşanılan sorunlar ve sosyal izolasyonun teknoloji bağımlılıklarını (internet ve cep telefonu) arttırdığını ortaya koymaktadır. Bu çalışma da insanların telefonları sorunlarından kaçış imkânı olarak gördüklerini desteklemiştir. Bu durum kişiye ilk zamanlarda iyi gelse de sonrasında anksiyete ve depresyon da artışa (Çağan, Ünsal ve Çelik, 2014), çalışma bellek ve dikkat kapasitesin de düşüşe (Hadlington, 2015), gerçeklikten kopuşa (Göker ve Turan, 2020) ve yaşam memnuniyetsizliğine neden olmaktadır (Hong, Liu, Oei, Zhen, Jiang ve Sheng, 2019; Samaha ve Hawi, 2016). Yaşamdan aldığı keyif ve memnuniyeti azalırken depresif belirtileri artan bireyin gelecek ile ilgili beklentilerin, planlarının da ağırlıklı olarak umutsuz ve isteksiz olacağı düşünülebilir. Depresyon ve kaygı bireylerde yalnız kalma eğilimi ve günlük aktivitelerini yapmasını engelleyecek isteksizliği arttırdığı için kişiler normale göre daha karamsar ve umutsuz olur (Bektaş, Yazıcı ve Altun, 2013).

Umutsuzluk, gelecekle ilgili olan beklentilerin ve isteklerin olumsuz değerlendirmesi şeklinde ifade edilmektedir (Beck, Weissman, Lester ve Trexler, 1974). Erdoğdu, Koçoğlu ve Sevim'in (2020) COVID-19 küresel salgını sürecinde insanların umutsuzluk ve anksiyete düzeylerine incelediği çalışmasında, dört katılımcıdan birinde anksiyete; üç

katılımcıdan birinde ise umutsuzluk semptomlarının orta ve şiddetli düzeyler arasında olduğu saptanmıştır. Umutsuzluk ve anksiyeteye sahip olan bireyler olduğu gibi aynı durumda olan öğrencilerde de akademik hayatlarına yönelik ve isteksizlik ve motivasyonsuzluk görülebilmesi de mümkündür (Saltürk ve Güngör, 2020). Akbaşlı, Kubilay ve Durnalı'nın (2017) 712 ön lisans öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin gelecek beklentileri ile akademik motivasyon düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bu çalışmanın sonucuna göre, öğrencilerin geleceğe umutla bakması motivasyonlarının daha yüksek olmasını sağlarken, umutsuzluk düzeylerinin artması motivasyon düzeylerini düşürmektedir. Akademik motivasyon, öğrencinin eğitime olan isteğini ve çabasını belirleyen zihinsel ve davranışsal güdüleri olarak tanımlanmaktadır (Tucker, Zayco ve Herman, 2002). Yaşanılan COVID-19 küresel salgını nedeni ile derslere uzaktan eğitim ile katılmak zorunda olan öğrenciler arasında derslere bağlanma sürecinde aksaklıklar yaşayanların, ders sürecinde internet bağlantı sorunları ile karşı karşıya kalanların, dikkat dağınıklığı, konsantrasyon problemi yaşayanların bulunduğu ve uyku bozukluklarının sıklaştığına yönelik bulgular saptanmıştır (Yılmaz, Güner, Mutlu ve Arın-Yılmaz, 2020). Uzaktan eğitimde yaşanılan bu aksaklıklar öğrencilerde derse katılmaya, dersi dinlemeye yönelik bir isteksizlik ve motivasyon düzeylerinde düşüklük olarak ortaya çıkmaktadır (Bakioğlu ve Çevik, 2020).

Karaca'nın 2019 yılındaki çalışmasında akademik başarı ile akademik motivasyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuş ve akademik başarısı düşük öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri yüksek bulunmuştur. Çalışmaya göre akademik motivasyonu düşük öğrencilerin riskli davranışlar ve bağımlılıklar açısından risk altında oldukları söylenebilir. Günümüzde internete erişim kaynağı sıklıkla akıllı telefonlar olduğu için problemli telefon kullanımı içinde artış söz konusu olabilmektedir.

Literatürden elde edilen bulgular ışığında, 18-25 yaş arasındaki üniversite öğrencilerinin problemli cep telefonu kullanımları ile yaşamlarında algıladıkları olaylar karşısındaki umutsuzluk düzeyleri, akademik motivasyonları ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmaktadır.

1.2 Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, 18-25 yaş arasındaki üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin, umutsuzluk düzeylerinin ve akademik motivasyonlarının problemli cep telefonu kullanımı ile anlamlı bir ilişki içinde olup olmadığı, umutsuzluk, akademik motivasyon düzeylerinin ve bağlanma stillerinin problemli cep telefonu kullanımını yordayıp yordamadığını incelemek amaçlanmaktadır.

Bu amaçla birlikte cep telefonu kullanımının ve kullanım alanlarının sosyo-demografik değerlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenecektir.

Bu amaçlar doğrultusunda araştırmanın hipotezleri;

1. Bağlanma stilleri (kaygı ve kaçınma düzeyi) ile problemli cep telefonu kullanım düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

2. Problemli cep telefonu kullanım düzeyi ile umutsuzluk düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

3. Problemli cep telefonu kullanım düzeyi ile akademik motivasyon düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

4. Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin umutsuzluk, akademik motivasyon düzeyleri ve bağlanma stilleri problemli cep telefonu kullanım düzeyini anlamlı şekilde yordamakta mıdır?

1.3 Araştırmanın Önemi

Cep telefonları günümüzdeki en önemli elektromanyetik dalga (EMD) kaynaklarındandır ve uzun süre kullanımı hem psikolojik hem fizyolojik sağlık açısından ciddi problemler yol açabilmektedir (Yakymenko, Sidorik, Henshel ve Kyrylenko, 2014). Alan yazında sıklıkla bahsedilen psikolojik problemlerin yanında, uzun süre telefon kullanımı göz tembelliği, yorgunluk hissi, boyun ağrısı, omurga sorunları, baş ağrısı, hafızanın zayıflaması, bağışıklık sistemi sorunları, konsantrasyon ve uyku bozukluğu gibi fiziksel problemlere de yol açmaktadır (Bold, Toros ve Şen, 2003**;** Şeker ve Çerezci, 2000, aktaran Tekin, 2012; Kim, 2013).

Yaşanılan fiziksel ve psikolojik problemler beraberinde umutsuzluk, üzüntü ve kötümserlik düzeylerinin artmasına neden olabilmekte ve zaman içinde kişileri riskli davranışlara, patolojik sorunlara ve bağımlılıklara açık hale getirmektedir (Seber, Dilbaz, Kaptanoğlu ve Tekin, 1993). Bolland'a (2003) göre de umutsuzluk ile madde kullanımı ve saldırgan davranışlar gösterme gibi riskli davranışlar arasında ilişki bulunmakta, umutsuz bireyler riskli davranışlar sergilemeye daha açık olmaktadır. Aktaş ve Yılmaz'ın (2017) üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmasında, öğrencilerin umutsuz olduklarında canlarının daha çok sıkıldığı ve telefona daha fazla yöneldikleri bulunmuştur. Bu nedenle, umutsuzluğun cep telefonu kullanım süresinde artışa neden olduğu ve problemli kullanımı kolaylaştırabileceği söylenmektedir.

Umutsuzluk içinde olup cep telefonuna daha fazla yönelen öğrenciler telefonu aşırı ve kontrolsüz kullandıkları için akademik problemleri ve akademik başarısızlıkları (Çağan, Ünsal ve Çelik, 2014) daha fazla yaşayabilmektedir. Bu durumda Uzbaş (2009), akademik problemlerin sınav kaygısı ve akademik motivasyon sorunları olduğunu belirtmektedir. Öğrencilerin akademik başarısızlıklarının nedenlerini görmek için onlara yöneltilen ölçekte en sık işaretlenen maddenin "bazı dersleri yapamayacağıma inandığım için" maddesi bulunmuştur (Aksan ve Koçyiğit, 2011). Bu durumu yaşayan öğrencilerin öz yeterliklerinin düşük olduğunu göstermektedir. Öz yeterliği düşük kişiler, yaşadıkları umutsuzluk ve tehdit durumlarında kendilerini zorlayan işleri yapmaktan kaçınmaktadır (Bandura, Cioffi, Taylor ve Brouillard, 1988). Umutsuz bireylere ek olarak güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerde benlik değerlendirmesi olumsuz olduğu için kendilerini değerli görmez, dışlanmaktan ve terk edilmekten korkar, gerçek hayattan kaçmayı tercih ederler ve daha çok sanal ortamlara yönelirler (Taluy, 2021). Bu sebeple, güvensiz bağlanan bireylerin özellikle kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin internet bağımlılık düzeyleri daha yüksek olabilmektedir (Şenormancı, Şenormancı, Güçlü ve Konkan, 2014).

Güvenli bağlanma şekline sahip olmayan bireyler bir sorun, tehdit ya da problem ile karşılaştıklarında olumlu benlik ve başkaları modeline ve yüksek kişilerarası ilişki becerilerine sahip olamadıkları için saldırganlık eğiliminde ve riskli davranışlarda daha fazla bulunmaktadır (Bonab ve Koohser, 2011; Laible, 2007). Örneğin, Morsünbül' ün (2009) Türkiye'de 218 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucunda,

olumsuz benlik modeline sahip olan öğrencilerin olumlu benlik modeline sahip olan öğrencilere göre daha fazla risk alma davranışları gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca, güvensiz bağlanan bireylerin yalnızlık düzeylerinin yüksek olduğu (Özdemir ve İlhan, 2012) ve kendilerini ifade etmekte, duyguları ile başa çıkmakta yetersizlik yaşadığı, sıkıntılardan kaçmak için de daha sık telefona yöneldiği bulunmuştur (Choi ve Seo, 2015). Bu durumda güvenli bağlanma stiline sahip olmayan bireylerin problemli akıllı telefon kullanımı ve bağımlı olma riskine karşı daha açık olduğunu söylemek mümkündür. Kore'de 235 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada da güvensiz bağlanma ile akıllı telefon kullanım bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki görülmüştür (Park, Kim ve Suh, 2020). Güvensiz bağlanma türüne sahip olan bireylerde bir şeye ya da birine bağımlılık ve telefona yönelmenin güvenli bağlanan bireylerden daha yüksek düzeyde olduğu belirtilmektedir (Konok, Gigler, Bereczky ve Miklosi, 2016). Türkiye'de 400 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada da kaygılı bağlanma ile akıllı telefon bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Sevi-Tok ve Güzel, 2020). Güvensiz bağlanma stillerine sahip olan bireylerin, güven konusunda sorun yaşadıkları için yüz yüze iletişimden daha çok sanal iletişimi tercih ediyor olmaları telefonun aşırı ve problemli kullanımı riskine karşı açık olduklarını ortaya koymaktadır.

Bu araştırmada 18-25 yaş arasındaki üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri, umutsuzluk düzeyleri ve akademik motivasyonlarının problemli cep telefonu kullanımı ile anlamlı bir ilişki sahip olup olmadığını incelemek ve umutsuzluk, akademik motivasyon ve bağlanma stillerinin problemli cep telefonu kullanımını yordayıp yordamadığını ele almak amaçlanmaktadır. Araştırma içerisinde genel popülasyon ile çalışmayı sınırlandırdığı düşünülerek, telefon ve internet bağımlılığı kavramı yerine problemli cep telefonu kullanımı kavramı üzerinde durulmaktadır. Alan yazında, ''teknoloji bağımlılığı'', ''internet bağımlılığı'' ve ''akıllı cep telefon bağımlılığı'' konuları üzerine yapılmış çalışmalar sıklıkla mevcut iken akıllı cep telefonlarının riskli ve kontrolsüz kullanımını ele alan problemli cep telefonu kullanımı ile ilgili yapılmış çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Araştırma, alana yeni bir çalışmanın katkısından dolayı önemli görülmektedir.

1.4 Araştırmanın Varsayımlar

1. Araştırma grubunun evreni temsil ettiği varsayılarak araştırma yürütülmektedir.

2.Araştırmada kullanılacak olan veri toplama araçlarının araştırmanın amacını yeterli nitelikte ölçtüğü varsayılmaktadır.

3.Katılımcıların kişisel bilgi formunda gerçeği yansıtacak şekilde cevapladığı ve ölçeklere objektif cevaplar verdiği varsayılmaktadır.

1.5 Araştırmanın Sınırlıkları

Araştırma 2021-2022 Eğitim döneminde İstanbul'daki üniversitelerinde öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrenciler ile sınırlı olması sebebi ile elde edilen bulgular da sadece benzer özellikteki bireylere genellenebilir. Ayrıca, katılımcıların ölçme araçlarına verdikleri bilgiler doğru temel alınmakta ve çalışma ölçeklerin ölçtüğü kriterler ile sınırlı olmaktadır.

1.6 Tanımlar

Beliren Yetişkinlik: Ergenlik ile yetişkinlik arasında kabul edilen, 18-25 yaş arasındaki bireyleri içine alan gelişimsel dönemdir (Arnett, 2000).

Akıllı Cep Telefonu: Cep telefonlarının birçok fonksiyon ile geliştirilmişi, üst düzey işletim sistemlerine sahip olanıdır (Söyler, 2019).

Problemli Cep Telefonu Kullanımı: Akıllı cep telefonlarının aşırı, kontrolsüzce bilinçsizce ve gereksizce kullanımını ifade eden tanımdır (Altundağ ve Bulut, 2017; Yay, 2019; Oviedo- Trespalacios, Nandavar, Newton, Demant ve Phillips, 2019.)

Akıllı Telefon Bağımlılığı: Kişinin akıllı telefon kullanımını normal olmayan düzeyde sergilemesidir. Telefonun sosyal ilişkileri azaltacak, günlük yaşantıyı aksatacak ve bedensel-psikolojik sorunlar oluşturacak seviyede kullanımını içeren davranışsal bağımlılık türüdür (Bian ve Leung, 2014**;** Süler,2016; Ektiricioğlu, Arslantaş ve Yüksel, 2020).

Umutsuzluk: Gelecekle ilgili olan isteklerin ve beklentilerin olumsuz olarak görülmesi ve değerlendirmesi olarak ifade edilmektedir **(**Beck ve ark., 1974).

Akademik Motivasyon: Motivasyon, bir işi gerçekleştirebilmek, yapabilmek için sahip olunması gereken güdü olarak tanımlanırken öğrencinin eğitime olan isteğini ve çabasını

belirleyen zihinsel ve davranışsal güdüler de akademik motivasyon olarak tanımlanmaktadır (Tucker ve ark., 2002).

Bağlanma: İngiliz psikolog John Bowlby' ye göre bağlanma, bebek ile bakım veren arasında gelişen yakınlığını arama ve davranışı devamlılığı olan duygusal bir bağdır (Bowlby,1982; Göçener, 2010). Bartholomew ve Horowitz ise Hazan ve Shaver'ın (1987) üçlü sınıflandırması ve Bowlby' nin içsel çalışan modellerini temel almış ve yeni bir model geliştirmiştir. Model ''Dörtlü Bağlanma Modeli''dir. Olumlu benlik düşük kaygıyı, olumsuz benlik yüksek kaygıyı; olumlu başkaları düşük kaçınmayı, olumsuz başkaları yüksek kaçınmayı karşılamakta ve toplamda bu iki düzeyin kesişme noktalarına göre dört bağlanma türü kategorize edilmektedir. Bağlanma modelleri; güvenli, kaygılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma olarak isimlendirilmiştir.

2. GENEL BİLGİLER

Bu bölüm de araştırmanın amacı doğrultusunda problemli cep telefonu, umutsuzluk ve akademik motivasyon kavramları ile bağlanma kuramı ve bağlanma stilleri hakkında ilgili alan yazın bilgilerine yer verilmektedir.

2.1 Beliren Yetişkinlik Dönemi

Gelişim psikolojisi, bireyin tüm yaşamı boyunca ki fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimi inceleyen bilim dalıdır. Gelişim psikoloji, bireyin tüm gelişim süreçlerini döllenmeden mezara kadar incelemektedir (Doğan ve Cebioğlu, 2011). Gelişim psikoloğu olan Arnett (2000), çalışmalarında onlu yaşların sonları ile yirmili yaşlar arasındaki bireylere odaklanmış ve bu yaş aralığındaki bireylerin ne tam ergenlik ne de tam yetişkinlik dönemine ait olmadıklarını görmüştür. 18-25 yaş aralığındaki bireyler için ‘’beliren yetişkinlik’’ ismini verdiği yeni bir gelişim dönemi ortaya koymuştur. Bireylerin arada kalmışlık duygusunu en yoğun yaşadıkları dönem beliren yetişkinlik dönemidir (Arnett, 2001).

Türkiye’de yapılan araştırmasına sonucuna göre de 19-26 yaş arasında bulunan ve beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcıların % 61.8’i kendilerini hem yetişkin olmuş hem de olmamış gibi arada kalmış hissetmektedir (Atak, 2005). Sanayileşmiş toplumlarda okul hayatının eskiye göre daha uzun döneme yayılmış olması, daha geç evliliklerin yaşanması, daha geç çocuk sahibi olunması ve değişen yaşam koşulları sebebiyle yeni bir dönemin gelişmesi kaçınılmaz olmuştur (Arnett, 2000, 2007). Bu dönemdeki bireyler yasal olarak çocuk olmaktan çıkmış olsalar da tam anlamıyla yetişkin olmanın getirdiği sorumlulukları da alabilmiş değillerdir. Beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler yasal olarak yetişkin sınıfında oldukları için ebeveynlerinin kontrolünden ve yaşam alanından uzaklaşmakta, ergenlere oranla daha özgür hareket edebilmekte ve bu özgürlüğün sayesinde kendisini ve dış dünyayı keşfetmeyi istemektedir. Ancak, bu özgürlük beraberinde madde bağımlılığı, riskli cinsel ilişki ve tıkınırcasına yeme gibi riskli davranışların ortaya çıkmasına sebep olur (Arnett, 2000). Kuyucu’nun (2017) İstanbul ilinde yaşayan 620 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmada beliren yetişkinlik dönemindeki yaş aralığını da içeren 21-23 yaş arasında olan öğrencilerin akıllı

telefonlarına daha çok bağlı olduklarını belirtmiştir. Çalışmanın sonucuna göre, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin riskli davranışlara karşı daha açık halde olduğu söylenebilir.

Beliren yetişkinlik döneminin tam olarak ergenlik ve yetişkinlik dönemi ile ifade edilememesinin beş temel özelliği bulunmaktadır. Bunlar sırası ile; kimlik arayışı, istikrarsızlık (bireyin değişken ve kararsız olma durumu), kendine odaklanma, arada kalmışlık (hem ergen hem yetişkin gibi hissetmek) ve sonsuz olanaklara (beklentilere) sahip olma düşüncesidir (Arnett, 2000). Bu beş özellik sadece beliren yetişkinliğe ait değildir ancak yoğun şekilde o dönemde görüldüğü için o dönemin ayırıcı özellikleri şeklinde görülmektedir (Doğan ve Cebioğlu, 2011).

Atak'ın 2005 yılında yaptığı çalışma Türkiye'de beliren yetişkinlik dönemi üzerine yapılmış ilk çalışmadır. Bu çalışmada, 15-34 yaş aralığındaki 673 katılımcı ile çalışılmış olup araştırmasının sonucunda, beliren yetişkinlik döneminin Türkiye için 19-26 yaş aralığında olduğu ve Arnett' in belirlediği yaş aralığı ile örtüştüğü görülmektedir.

We Are Social' ın 2022 Dijital Raporu'na göre de Türkiye'de 18-24 yaş arasındaki beliren yetişkinlik dönemindeki nüfus oranı yaklaşık olarak % 11'dir (We are Social, 2022).

2.2 Akıllı Telefon

Bu bölüm içerisinde cep telefonu tarihçesi, akıllı telefon kullanım alanları, kullanım yaygınlığı, problemli cep telefonu kullanımı ve etkileri alt başlıklarına yer verilmektedir.

2.2.1 Cep telefonu tarihçesi ve akıllı telefon

İletişim alanında çığır açmış bir yenilik olarak kabul edilen telefon 1876 yılında Graham Bell ve ekibi tarafından icat edilse de ilk cep telefonu, telefonun bulunmasının ardından uzun süren değişim ve gelişim evreleri yaşamış (ahizeli telefon, tuşlu telefon vs.) olup neredeyse telefonun icadının 100. Yılında Martin Cooper tarafından 1973'de icat edilmiştir (Kılıç, 2014; Yıldırım, 2018; Çakır, Mete ve Turan, 2020). 1990'lı yıllarda hayatımıza giren cep telefonlarının diğer telefonlara kıyasla en büyük özelliği daha hafif, daha küçük ve kablosuz olmasından dolayı taşınabilir özelliğe sahip olması ve iletişim kolaylığı sağlamasıdır. Cep telefonlarından daha hızlı ve üst düzey işlem kapasitesine sahip, birçok fonksiyon ile zenginleştirilmiş olan akıllı telefonlar (Söyler, 2019) ise 1982

yılında ‘’Global System for Mobile Communications (GSM)’’ın temellerinin atılması (Çakar-Yıldırım, 2021) ve “World Wide Web (www)”in 1989 yılında Tim- Bernes-Lee tarafından icat edilmesi üzerine aktif olarak kullanmakta olduğumuz internetin hayatımıza girmesinden sonra gelişmiş olup yaygınlaşması 2000’li yıllardan sonraya dayanmaktadır (Çakır, Mete ve Turan, 2020). İletişim aracı olarak kullanılmakta olan telefonlar ile internetin birleşmesiyle ortaya çıkan akıllı telefonlar hayatımıza yeni girmiş sayılabilecek teknolojik cihaz olsalar da sayısız kullanım alanına sahip olmaları ile kısa süre de günlük hayatımızda yanımızdan ayıramadığımız bir parçamız haline gelmeyi başarmıştır.

2.2.2 Akıllı telefon kullanım alanları

Akıllı telefonlar ilk üretim amacı olan iletişim sağlamanın yanında geniş depolama alanları, üst düzey bilgi işlem kabiliyetleri ile bugün bir bilgisayarın yapabileceği birçok işi yapabilmekte ve bu sebeple sıklıkla gençler tarafından tercih edilmektedir (Ünal, 2015). Örneğin, telefonlarımızla görüntülü toplantılar yapabilmekte, e- posta gönderebilmekte, ofis dokümanlarına erişip dosya ve belge oluşturmakta ve üzerlerine not alıp değişimler yapabilmekteyiz. Ayrıca günümüzde sahip olduğumuz akıllı telefonlar ile gerçekleştirilen iletişim sadece sesli arama yapmak ya da kısa mesaj atmanın çok daha ötesindedir (Hızarcı, 2018). Görüntülü arama yapabilmek, konum bilgisi paylaşmak, fotoğraf, belge ve doküman gönderebilmek, ses ve görüntü kaydı yapmak bunlardan bazılardır (Ada ve Tatlı, 2019; Aktaş ve Yılmaz, 2017). Akıllı telefonları iletişim amacının dışında da kullanmaktayız. Örneğin akıllı telefonlar; saat, takvim bilgisi, fotoğraf- video çekmek, adım saymak, nabız ölçmek, oyun oynamak, hesap yapmak, alışveriş yapmak, müzik dinlemek, video-dizi-film izlemek, kitap okumak, sosyal medya kullanmak, banka işlemlerini yönetmek, konum bilgisini kullanmak, hava durumunu öğrenmek ve internette gezinmek gibi özellikleri sayesinde kullanıcıların neredeyse her ihtiyacına cevap vermektedir (Persaud ve Azhar, 2012; Gümüş, 2018; Söyler, 2019; Süler, 2016; Yay, 2019). Birçok kullanım amacına sahip olan akıllı telefonlar ile ilgili Demirci, Orhan, Demirdaş, Akpınar ve Sert’in (2014) 301 üniversite öğrencisinin katılımı ile sonuçlandırdığı çalışmasında öğrencilerin akıllı telefonlarını en çok oyun, internet ve sosyalleşmek amacı ile kullandıkları ve kullanım süresi arttıkça bağımlılık riskinin de arttığı sonucu bulunmuştur. Bir başka çalışma olan Sağır ve Eraslan’ın 2019 yılında

toplam 1012 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmaya göre de en çok kullanılan uygulamalar %34.1 ile sosyal medya uygulamaları, %20.5 ile oyun uygulamaları ve %18.9 ile fotoğraf-video uygulamaları olarak bulunmuştur. We Are Social'ın 2021 Dijital Raporu'nun aylık mobil uygulama kullanım kategorisine göre ise sosyal ağ % 96.3, sohbet % 96.1, eğlence ve video % 87.1 ve alışveriş % 68.5 oranı ile akıllı telefonların en sık kullanılan uygulamalarıdır. (We are Social, 2021).

Son olarak, Turgay ve Yılbaş'ın (2022) 121 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucunda öğrencilerin akıllı telefon kullanım amaçları sırası ile % 97.5 internete erişme, % 95 müzik dinleme, % 86.8 sosyal medya takibi, % 71.1 ders çalışma, % 67.8 film izleme ve % 46.3 oyun oynama olarak bulunmuştur.

Akıllı telefonlarda tercih edilen uygulamaların başında sosyal ağ uygulamaları olduğu araştırmaların sonuçları ile ortaya konulsa da tercih edilen diğer uygulamalar ile akıllı telefonların birçok farklı amaç için kullanılabildiği ve kullanım alanı bakımından çeşitli seçeneğe sahip olan akıllı telefonların hızla kullanımının artması ile problemli kullanımlara sebep olabileceği ön görülmektedir.

2.2.3 Akıllı telefon kullanım yaygınlığı

Birçok farklı kullanım alanına sahip olan akıllı telefonların kullanımı gün hızla artmaktadır (Süler, 2016). Türkiye'de akıllı telefon kullanımının her yıl arttığını yapılan araştırmalar da somut verileri ile ortaya koymaktadır. We Are Social'ın 2022 Dijital Raporu'na göre Türkiye nüfusu bir önceki yıla göre % 0.7 artarak 85.30 milyon kişi olmuştur. Nüfusun % 97.6'sı cep telefonu kullanmakta ve cep telefonu kullanan kişilerin de % 97.5'i akıllı telefon kullanmaktadır. Aynı raporun 2020 yılı verilerinde ise akıllı telefon kullanım oranı % 89 iken 2021 verilerin de ise % 97.2 olarak bildirilmiştir. Aradan geçen yılda akıllı telefon kullanımı % 89'dan %97'ye ulaştığı görülmektedir (We are Social, 2020, 2021,2022).

Ayrıca Sağır ve Eraslan'ın 2019 yılındaki çalışmasında üniversite öğrencileri en çok kullandıkları sosyal ağ uygulamalarına nereden girildiği sorusuna % 84.7 oranında akıllı cep telefonu cevabı verilmiş ve Dijital Raporda da 2022 yılında günlük internet kullanım süresi ortalama 8 saat iken bunun 4 saat 16 dakikasının mobil internet kullanımı olduğu

belirtilmiştir (We are Social, 2022). Bu durumda, internete genelde akıllı telefonlar ile bağlanıldığı görülmektedir. Bu durumda internet bağımlılığından bahsederken akıllı telefon bağımlılığı konusu da göz ardı edilmemelidir. İnternete girmek için en sık tercih edilen cihaz olan telefonların gereğinden fazla kullanılması ‘’cep telefonunun problemli kullanım’’ sorununa neden olmaktadır (Pamuk ve Kutlu, 2017). Yücelten’ in (2016) beliren yetişkinlik dönemindeki 100 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği araştırmaya göre de akıllı telefon bağımlılık düzeyi ile akıllı telefonu gereğinden fazla kullanılma yani kullanım süresinin artması arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Akıllı telefonlar ile geçirilen sürenin uzaması akıllı telefonun problemli kullanım ve bağımlılığı için risk oluşturmaktadır (Bal ve Balcı, 2020). Örneğin; Demirci, Akgönül ve Akpınar’ın 2015 yılında 319 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen araştırmanın sonucunda, aşırı düzeyde akıllı telefon kullanan üniversite öğrencisi oranı % 39.8 iken; benzer çalışma Küçük, Celbek ve Coşkun tarafından 2021 yılında 225 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiş ve aşırı düzeyde akıllı telefon kullanan üniversite öğrenci oranı % 47.1 olarak bulunmuştur. Üniversite öğrencileri ile farklı yıllarda yapılmış olan çalışmaların sonucunda akıllı telefonların aşırı ve problemli kullanımındaki artış Bozkurt ve Bozkurt’un (2022) 515 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği araştırmalarındaki sonuca göre, yaşanılan pandemi sebebi ile öğrencilerin bazı temel psikolojik ihtiyaçlarını (sevgi, ait olma ve güç gibi) tam olarak karşılayamamasıdır. Araştırmada, temel psikolojik ihtiyaçlarını yeterince karşılayamayan üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin arttığı görülmüş ve öğrencilerin %77.4’ünün sosyal medyaya yalnızca mobil cihazlar ile erişim sağladığı belirtilmiştir. Bu durum da pandemi döneminde sosyal medya kullanımının arttırdığı ve bu artış ile birlikte akıllı telefon kullanımının da arttığı ve problemli cep telefonu kullanımına dair risklerin oluştuğu söylenebilmektedir. Sevi- Tok ve Güzel’in (2020) 400 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmasının sonucunda, kaygılı bağlanma stili ile akıllı telefon bağımlılık düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Çalışmaya göre kaygılı bağlanma stiline sahip olan bireylerin, duygularını kontrol etmekte zorlandığı ve dürtüsel davranışları gösterme eğiliminin yüksek olduğu için akıllı cep telefonlarını problemli ve bağımlılık düzeyinde kullanma oranlarının da yüksek olduğu yorumunda bulunulabilir.

2.2.4 Problemli cep telefonu kullanımı ve etkileri

Telefonların problemli kullanılması sorunu temelinde teknolojinin problemli kullanımının oluşturduğu alt alanlardan biridir ve Türkiye'de alan ile ilgili yazında mevcut konu için geliştirilmiş olan ölçekler ile ilgili farklı isimlendirmeler görmek mümkündür. ''Cep telefonu problemli kullanımı ölçeği '' (Tekin, 2012), ''Problemli mobil telefon kullanımı ölçeği'' (Şar ve Işıklar, 2012), ''Problemli akıllı telefon kullanım ölçeği'' (Akbulut-Zencirci, Göktaş, Aygar, Önsüz, Alaiye ve Metintaş, 2020) ya da ''Problemli cep telefonu kullanımı'' ile ilgili ölçekler (Güzeller ve Coşguner, 2012; Pamuk ve Atlı, 2016; Yılmaz, 2017) bu isim çeşitliliğini gösteren ölçeklerden bazılarıdır. Bu çalışma da ise Pamuk ve Atlı'nın (2016) geliştirmiş olduğu ''Problemli Cep Telefonu Kullanımı Ölçeği'' kullanılmış olup problemli cep telefonu kullanımı kavramı ele alınmıştır.

Problemli cep telefonu kullanımı, akıllı cep telefonlarının aşırı kontrolsüzce ve gereksiz kullanılması (Altundağ ve Bulut, 2017; Kereçin, 2021; Oviedo- Trespalacios, Nandavar, Newton, Demant ve Phillips, 2019; Yay, 2019) olarak ifade edilir iken akıllı telefon bağımlılığı ise kişinin akıllı telefonunu normal değerlendirilemeyecek düzeyde kullanması ve beraberinde günlük hayatını aksatacak, bedensel- psikolojik sorunlar yaşayacak duruma geldiği bir davranışsal bağımlılık halini alması durumu olarak tanımlanmaktadır (Bian ve Leung, 2014; Ektiricioğlu, Arslantaş ve Yüksel, 2020; Süler, 2016). Akıllı telefon bağımlılığı, cep telefonunun problemli kullanımından daha ağır bedensel ve psikolojik etkileri olan bir bağımlılık türüdür. Yaşanılan bedensel ve psikolojik problemler beraberinde umutsuzluk, üzüntü ve kötümserlik düzeylerini artırmakta ve kişileri riskli davranışlara açık hale getirmektedir (Seber, Dilbaz, Kaptanoğlu ve Tekin, 1993).

Akıllı telefon kullanımının yaygınlaşması, kullanıcıların bu cihazlara bağımlı olma riski ile karşılaşmasına neden olmaktadır (Bal ve Balcı, 2020). Bu risk ile karşılaşmanın yanında kullanıcılarda eller de uyuşma ve karıncalanma, boyun, sırt, omuz ağrısı **(**Alsalameh, Harisi, Alduayji, Almutham ve Mahmood, 2019; Turgay ve Yılbaş, 2022), uyku bozuklukları (Tolunay-Oflu ve Bükülmez, 2022, Turgay ve Yılbaş, 2022), anksiyete (Demirci ve ark., 2015), depresyon (Kaya, Bostancı-Daştan ve Durar, 2021) gibi birçok sorunu beraberinde getirdiği çalışmalar ile ortaya konmuştur.

Akıllı telefon bağımlılık düzeyi ile uyku sorunları arasında ilişki olup olmadığını ele alan çalışmanın sonucuna göre Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi' nden 6 ve daha yüksek puan alan katılımcıların akıllı telefon bağımlılık düzeyleri diğer katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Turgay ve Yılbaş, 2022). Çalışmanın sonucuna göre, PUKİ puanın yüksek olması uyku kalitesinin yetersiz olduğu anlamına geldiğinden akıllı telefon bağımlılığının uyku kalitesini bozduğu yorumu yapılabilmektedir. Akıllı telefon bağımlılarında gündüz uykululuk alışkanlığı yani gün içerisinde yorgun olma, sabahları yataktan kalkmakta zorlanma gibi uyku sorunlarına da yol açtığı bulunmuştur (Sülün, Günay, Sarman ve Dertli, 2020; Tolunay-Oflu ve Bükülmez, 2022).

Türkiye'de 319 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile yapılan çalışma da aşırı düzeyde akıllı telefon kullanımına sahip öğrencilerin depresyon ve anksiyete puanlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Problemli cep telefonu kullanımı ile kronik stres, depresyon ve kaygı pozitif yönde anlamlı bir ilişkiye sahiptir (Elhai, Dvorak, Levine ve Hall, 2017). Karahancı'nın 2018 yılındaki çalışmasında da depresyon düzeyi arttıkça telefonu aşırı kullanım puanı ve akıllı telefon bağımlılığının arttığı sonucuna ulaşmıştır. Beliren yetişkinlik dönemindeki 297 üniversite öğrencisinin katıldığı bir başka çalışmaya göre de akıllı telefon kullanım süresi ile bağımlılık, depresyon ve anksiyete düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmektedir (Keskin-Aktan ve Kutlay, 2020). Son olarak, yine Türkiye'de 804 üniversite öğrencisi ile gerçekleşen çalışma da akıllı telefon kullanımı arttıkça uyku kalitesinin bozulduğu ve depresyon düzeyinde artış meydana geldiği sonucunu elde etmiştir (Kaya ve ark, 2021).

Akıllı telefon kullanıcılarının en az bir bölgede (omuz, sırt, boyun) ağrı belirtmelerinin nedeni akıllı telefonu kullanırken fizyolojik sıkıntı oluşturabilecek anormal duruşları ve akıllı telefon kullanım süresi ile ilişkili olarak bulunmuştur **(**Tonga, Özgül, Timurtaş, Can, Hasırcı ve Polat, 2017). 242 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmaya göre akıllı telefon bağımlılık düzeyi ile kas-iskelet sistemi rahatsızlıkları arasında anlamlı farklılaşma bulunmuştur. Araştırmaya göre öğrencilerin %60.3'ünde akıllı telefon bağımlılığı görülmüş ve en çok boyun, sırt ve omuz ağrısı şikayeti belirtilmiştir. Aynı çalışmada akıllı telefon bağımlılık düzeyi ile el/bilek ağrılarının da ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Alsalameh ve ark., 2019). Ürdün'de 200 üniversite öğrencisinin katılımı ile

gerçekleşen çalışmanın sonucuna göre akıllı telefon kullanımı ile el- parmak yorgunluğu arasında anlamlı bir ilişki olduğu ifade edilmektedir (Abu-Shanab ve Haddad, 2015).

Turgay ve Yılbaş'ın (2022) akıllı telefon bağımlılığı ile uyku, depresyon ve çeşitli ağrılar gibi değişkenlerin incelendiği 121 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile gerçekleşen çalışmasında akıllı telefon bağımlılık düzeyi yüksek olan öğrencilerde depresyon düzeyinin yüksek ve daha çok kas-iskelet ağrısı şikâyeti belirtildiği ifade edilmiştir. Sırası ile en çok görülen kas-iskelet, sırt, bel ve boyun ağrısı olmuştur. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin %66.1'inin akıllı telefon kullanımının akademik performansı olumsuz yönde etkilediğini düşüncesine sahip olduğu belirtilmiştir.

Ayrıca problemli telefon kullanımının akıllı telefondan uzak kalma korkusu ''nomofobi'' ve sosyal gelişmeleri kaçırma korkusu ''FoMo'' gibi psikolojik bozukluklarla ilişkili olduğu araştırma sonuçları ile ortaya konmaktadır. Nomofobi yaygınlığını ortaya koymak adına 265 üniversite öğrencisini katılımı gerçekleşen çalışmanın sonucuna göre de öğrencilerin %54'ü nomofobik bulunmuş ve akıllı telefon kullanım süresi ile nomofobi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Türen, Erdem ve Kalkın, 2017). 349 üniversite öğrencisinin bir başka çalışmanın sonucuna göre de öğrencilerin %25.8'i hafif, %54.2'si orta ve %19.8'i yüksek düzeyde nomofobik bulunmuştur (Özsavran, Kuzlu-Ayyıldız, 2022). 235 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada, problemli cep telefonu kullanımı düzeyi yüksek olan öğrencilerde FoMo ve gerçeklerden kaçma eğiliminin yüksek olduğu bulunmuştur (Atış-Akyol, Atalan-Ergin,Krettmann ve Essau, 2021).

2.3 Bağlanma

Bu bölüm içerisinde bağlanma kavramının tanımına ve çeşitli bağlanma kurumlarına yer verilmektedir.

2.3.1 Bağlanma

Yeni doğanlar temel ihtiyaçlarını tek başına gideremeyecek durumda, bakıma muhtaç ve korunmasız olduklarından hayatta kalabilmek için temel ihtiyaçlarına cevap verecek bakım veren kişisi bulmak ve onunla duygusal bağ kurmaya ihtiyaç duyarlar (Zeanah, Boris ve Larrieu, 1997). İngiliz psikolog ve psikiyatrist John Bowlby de o bağı, bebek ile bakım veren kişi arasında gelişen ve bebeğin bakım veren kişisini araması ve yakınlık

arayışına dair davranışlar göstermesi ile kurulan duygusal ve güçlü bir bağ olarak tanımlamakta ve bu tanıma bağlanma demektedir. (Bowlby, 1969,1982; Göçener, 2010). Bebeklerin duygusal ve güçlü bir bağ ile bağlandıkları bakım verenleri birincil bağlanma figürü olarak tanımlanmakta (Hazan ve Shaver, 1987) ve bebekler için güveni temsil etmektedir (Karadeniz,2016). Bu özelliği ile bağlanma, bebeğin hayatta kalabilmesi için ihtiyaç duyduğu bir bağdır (Karadeniz, 2016; Mikulincer, Shaver ve Pereg, 2003). Bağlanma kavramı ile ilgili uzun yıllar araştırma yapan Ainsworth de bağlanmayı, çocuk ile bakımı veren kişi arasındaki bağ olarak ifade etmektedir (Ainsworth ve ark., 1978).

2.3.2 Bowlby'nin bağlanma kuramı ve içsel çalışan modeller

Bowlby' nin geliştirdiği bağlanma kuramı, psikanalitik düşünceleri temel alan bir gelişim kuramıdır (Bowlby, 1973). Bağlanma kuramı, bireyin kendi için önemli olan diğerleri ile güçlü bir duygusal bağ kurmasının ardındaki sebepleri açıklayan ve çocuk ile ebeveyn arasındaki bağın, çocuğun gelişimi üzerindeki önemini ele alan bir kuramdır (Bowlby, 1969,1982). Bağlanma literatüründe bebeğin bakımını yapan kişi için anne kelimesi yerine bakım veren ifadesi kullanılmaktadır; çünkü bebeğin ihtiyaçlarını anlayan, tekrarlı cevap veren ve yanında olup bakımını sağlayan kişiler anne dışındaki figürler de olabilir (Sümer ve Güngör,1999). Örneğin bu kişiler anne, baba, büyük kardeş, anneanne, babaanne, hala, teyze, komşu, bakıcı ya da kreşler olabilir. Ancak, Türk anneleri kendileri dışında bebeğe bakım veren kişi olarak daha çok akrabanın bakımını tercih etmektedir. Bakıcı, akrabadan sonra tercih edilen bir seçenektir (Sayıl, Güre, Uçanok ve Puhn-Pungello,2009). Sarıtaş ve Bozkurt (2020) çalışmasına göre, çalışan ve bakım veren olamayacak anneler başkasına güvenmedikleri ve tecrübesi daha fazla olduğu için bakım verenin anneanne- babaanne olmasını tercih etmektedir. Bebekler, bakım verenleri ile kurdukları tekrarlı deneyimler sayesinde düşüncelerini oluşturur, inançlarını şekillendirir, nasıl davranacaklarını, ne bekleyeceklerini öğrenir, hem kendi hem de başkaları ile ilgili içsel çalışan temsillerini deneyimler ve oluşturur (Bowlby,1973; Demir-Uzun, 2021; Tüzün ve Sayar, 2006).

Bowlby' nin kuramında da "içsel çalışan modeller" den söz edilmekte ve model "kendilik/benlik modeli" ve "diğeri/ başkaları modeli'' olmak üzere iki boyutu içermektedir (Bowlby, 1969, 1982; Göçener, 2010; Pietromonaco ve Barrett, 2000; Soygüt, 2004). Bireyin kendine verdiği değer kendilik modelidir. Bireyler, bağlanma

figürlerinin kendilerini gördükleri gibi görme eğilimindedir. Kendilik modeli, kişinin kendine verdiği değer ve bağlanma figürleri tarafından sevilmeye değer olup olmadığına dair inançlardan oluşmaktadır (Akhunlar, 2010; Başer-Şeker, 2009; Lopez, Melendez, Sauer, Berger ve Wyssmann, 1998; Turan-Akdağ, 2011). Başkaları modeli, bireyin diğerlerinin güvenilir olup olmaması ve kabulüne dair inançlardan oluşmaktadır (Lopez, Melendez, Sauer, Berger ve Wyssmann, 1998). Bowlby'ye göre, bakım veren ihtiyaç anında ihtiyaca sevgi dolu şekilde cevap veriyor ise, çocuk sevgiyi ve bakımı hak ettiğine yönelik bir kendilik modeli oluştururken; bakım veren ihtiyaca cevap vermiyor ise, tepkisiz kalıyor ya da görmezden geliyor ise, çocuk sevgi ve bakımı hak etmediğine, sevilmeye değer olmadığına yönelik bir kendilik modeli oluşturmaktadır (Bowlby, 1969,1982; Bowlby,1973; Ergün, 2008; Göçener, 2010; Pietromonaco ve Barrett, 2000). Kendilik modeli ve başkaları modeli olumlu olan bireyler daha sosyal, öz-değeri yüksek olan, yakınlık kurmakta zorlanmayan ve başkalarına güvenebilen kişiler olarak tanımlanırken; kendilik modeli ve başkaları modeli olumsuz olan bireyler ise terk edilme korkusu yaşayan, şüpheci, öz değeri düşük olan, kaygılı ve başkalarına kolay kolay güvenmeyen, yakın olma konusunda korkuları olan kişiler olarak belirtilmektedir (Zhang ve Hazan, 2002).

2.3.3 Ainsworth' ün yabancı ortam deneyi ve bağlanma kuramı

Kanadalı psikolog Mary Ainsworth, bağlanma konusu üzerinde Bowlby' yi temel alarak araştırmalar yapmış ve bağlanmayı deneysel çalışma ile ele alarak bağlanma kuramının işlemsel tanımını yapan kişi olmuştur (Tüzün ve Sayar, 2006). Bowlby' nin içsel çalışan modeller kuramını deneysel olarak ''Yabancı ortam deneyi '' ile test etmiş ve deney sonucunda elde edilen bulgulara göre bağlanma stillerini sınıflandırmıştır. Bu deney, ortalama bir yaşındaki bebekler ve anneleri için uygun bir laboratuvar ortamı oluşturularak uygulanmıştır. Bebek annesi ile oyun oynarken içeriye bir yabancının gelmesi ve annenin oda dan ayrılması, bebeğin oyuncak ile yalnız kalması durumları üzerine bebeklerin anneleri ile ayrıldıklarında verdikleri tepki, yabancıya yönelik verdikleri tepki ve annelerine tekrar kavuştukları zaman verdikleri tepkiler kayıt altına alınmış ve bebeklerin davranışlarının sınıflandırması doğrultusunda bağlanma stilleri oluşturulmuştur. Deney içerisindeki gözlemler sonucunda oluşturulan bağlanma stilleri sırası ile; güvenli, kaygılı/ kararsız ve kaçınmacı şeklinde isimlendirilmiştir (Ainsworth

ve ark., 1978; Soysal, Bodur, İşeri ve Şenol, 2005; Temiz, 2020). Deney gözlemlerine göre üç başlık altında toplanan bağlanma stillerinden güvenli bağlanmaya sahip olan bebekler, anneleri odada iken keşif yapmakta, mutlu görünmekte, anne odayı terk ettiğinde ağlamakta ve geri döndüğünde çabuk rahatlamaktadır. Bebeklerin anneden ayrılıp oda içerisinde keşif yapabiliyor olması güvenli bağlanma söz konusu iken görülen bir davranıştır **(**Keskin ve Çam, 2007; Rudnytsky, 1997). Kaygılı /kararsız bağlanmaya sahip olan bebekler ise yabancının varlığından rahatsız olduklarını belirten davranışlar sergilemekte, keşif yapmakta zorlanmak, huzursuz olmakta, annelerinden ayrılma konusunda kaygı yaşamakta, anne odayı terk ettiğinde çok ağlamakta ve geri döndüğünde hemen yatışmayıp ağlamayı sürdürmekte ve anneden ayrılmamaktadır. Son olarak kaçınmacı bağlanmaya sahip olan bebekler ise anne ile ilişkiye girmemekte, yabancı kişiye yönelik bir davranış sergilememekte, anne odayı terk ettiğinde ve geri geldiğinde tepki göstermemekte, dikkatini anne ve yabancıdan daha çok çevreye vermektedir (Ainsworth ve Bell, 1970; Ainsworth ve ark., 1978; Soysal ve ark., 2005; Sümer ve Güngör,1999). Bebeğin ihtiyaçları karşısında verdiği tepkilere karşı duyarlı olup ihtiyacını karşılayan bakım verenin geliştirmiş olduğu bebek ile; ihtiyaçlarını karşılamayan, yanında olmayan bir bakım verenin geliştirmiş olduğu bebeğin sahip olduğu bağlanma stillerinde farklılıklar mevcuttur (Ainsworth vd., 1978). Kütahya'daki bir çalışmada çocukların % 52.9'unun kaçınmacı bağlanma stili, % 47.1'inin ise güvenli bağlanma stiline sahip olduğu ve hiçbir çocukta kaygılı bağlanma stili görülmediği bildirilmiştir **(**Özkan ve Bartan, 2020).

2.3.4 Hazan ve Shaver' ın yetişkinlik dönemindeki bağlanma stilleri

Bowlby' ye göre, bakım veren ile çocuk arasında kurulan bağ ile gelişen içsel modeller beşikten mezara kadar kişinin hayatına rehberlik etmekte ve yetişkinlik dönemindeki yakın ilişkilerini de etkilemektedir (Bowlby,1973; Göçener, 2010; Hazan ve Shaver, 1994). Bowlby'nin bu düşüncesi temel alınarak bağlanma kuramında ele alınan bebeklik çağının yanında yetişkinlik dönemi için de bağlanma stilleri araştırmaları yapılmıştır (Tarcan, 2021). Yetişkinlik dönemi bağlanma stilleri üzerinde araştırmalar yapan Hazan ve Shaver da Bowlby ve Ainsworth' ün çalışmalarından etkilenerek bebeklikte olduğu gibi yetişkinlik döneminde de güvenli, kaçınan ve kararsız olarak isimlendirilen üç bağlanma stilinin devam ettiğini belirtmiştir. Yetişkinlerin sahip oldukları bağlanma

stillerine göre romantik ilişki yaşayışları da farklılaşmaktadır (Hazan ve Shaver,1987). Yetişkinlik dönemindeki bağlanmada yakın ilişki içindeki partner ile kurulan bağ karşılıklıdır, çocukluk dönemindeki gibi sadece bakım almak için değildir. Ayrıca yetişkinlik dönemindeki bağlanma romantik ilişki ve cinsellik içerdiği için çocukluk dönemindeki bağlanmadan farklıdır (Hazan ve Shaver,1994; Shaver, Hazan ve Bradshaw,1988; akt. Ercan, 2016). Hazan ve Shaver' ın (1987) yetişkinlerin bağlanma stilleri üzerine yaptıkları çalışmaları sonucunda;

a. Güvenli bağlanma stili: Bu bağlanma stiline sahip yetişkinler romantik ilişkilerinde güven, yakınlık ve olumlu duyguları yaşamaktadır. Yakınlık kurmakta zorlanmayan, romantik ilişki içinde oldukları kişilere karşı sevgi, samimiyet ve memnuniyet hisseden kişiler olduğu belirtilmiştir.

b. Kaygılı/kararsız bağlanma stili: Bu bağlanma stiline sahip yetişkinlerin romantik ilişkilerinde kaygılı olan, duygusal iniş çıkışlar yaşayan, kıskançlık düzeyleri yüksek kişiler olduğu belirtilmiştir. Konok ve arkadaşlarının (2016), 142 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmanın sonucunda, kaygılı bağlanmaya sahip olanların akıllı telefonlarına daha fazla bağlanma gösterdiklerini görmüşlerdir.

c. Kaçınmacı bağlanma stili: Bu bağlanma stiline sahip yetişkinlerin ise yakın ilişki içine girmekten kaçınan, ilişkilerinde şüpheci olan, sevgi hakkında olumsuz duygulara sahip olan ve güven problemi yaşayan kişiler olduğu belirtilmiştir.

Cooper, Shaver ve Collins' in (1998) 1989 ergen ile yaptığı çalışma, riskli veya sorunlu davranışlardaki bağlanma stili farklılıkları incelenmiş olup güvenli ve kaçınmacı bağlanma stiline sahip olanların düşük düzeyde riskli davranışlar; kaygılı bağlanma stiline sahip olanların ise yüksek düzeyde riskli davranış gösterdiği belirtilmiştir. Bu çalışmanın sonucuna göre, kaygılı bağlanma stiline sahip olan ergenlerin telefonu da riskli ve problemli şekilde kullanma ihtimallerinin daha yüksek olacağı söylenebilir.

2.3.5 Bartholomew ve Horowitz' in dörtlü bağlanma modeli

Bartholomew ve Horowitz ise Hazan ve Shaver' ın (1987) üçlü sınıflandırması ve Bowlby'nin içsel çalışan modellerini temel alarak yeni bir bağlanma modeli geliştirmiştir.

Olumlu (yüksek) benlik düşük kaygıyı, olumsuz (düşük) benlik yüksek kaygıyı, olumlu başkaları düşük kaçınmayı ve olumsuz başkaları yüksek kaçınmayı karşılamakta ve toplamda bu iki düzeyin kesişme noktalarına göre dört bağlanma türü kategorize edilmektedir. Dörtlü bağlanma modeli, bireyin kendi benliği ve başkalarını değerlendirmesine göre sınıflandırılmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Şekil 1'de görüldüğü üzere dört bağlanma stili; güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma isminde sınıflandırılmaktadır.

	Kendilik Modeli Olumlu (Yüksek)	Olumsuz (Düşük)
Başkaları Modeli Olumlu (Yüksek)	**GÜVENLİ** Yakınlık kurma konusunda rahat ve özerk	**SAPLANTILI** İlişkilere takıntılı
Olumsuz (Düşük)	**KAYITSIZ** Yakınlık kurmaya karşı kayıtsız ve karşıt-bağımlı	**KORKULU** Yakınlıktan korkan ve sosyal açıdan kaçıngan

Şekil 1. Dörtlü Bağlanma Modeli (Bartholomew ve Horowitz, 1991)

a. Güvenli bağlanma stili: Olumlu benlik ve başkaları modelinin birleşimi ile meydana gelmektedir. Bu bağlanma stiline sahip bireylerin kaygı düzeyleri de kaçınma davranışları da düşüktür (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Çocukluk döneminde, sıcak bir temas (sarılma, kucaklama, okşama, öpme vb.) ve sevgi ile büyümüş olan yetişkinler, yetişkinlik döneminde de sevgiyi bilen ve güven sahibi olan yetişkinler olmaktadır (Cüceloğlu, 2016). Kendilerini sevilmeye değer görürler. Başkalarına karşı iyimserlerdir, kişilerarası ilişkilerde başarılı ve romantik ilişkilerinde yakınlık kurmakta zorlanmayan kişilerdir (Griffin ve Bartholomew, 1994). Duygu ve düşüncelerini sağlıklı şekilde ifade ettikleri için riskli davranışlara yönelme oranları düşüktür ve empati yetenekleri fazladır (Laible, 2007). Güvenli bağlanma stili dışındaki diğer bağlanma stillerinin düzeylerinde mutlaka olumsuz başkaları ya da kendilik modeli bulunmaktadır. Çağlayan ve İpek'in (2019) Hatay'da 234 evli çift ile yapılan çalışmaya göre güvenli bağlanma stiline sahip olan kadın ve erkeklerin evlilik uyum düzeyleri, kayıtsız bağlanma stiline sahip olan kadın ve erkeklerinkine göre anlamlı düzeyde yüksek görülmüştür.

b. Saplantılı bağlanma stili: Olumsuz benlik ve olumlu başkaları modelinin birleşimi ile meydana gelmektedir. Bu bağlanma stiline sahip kişilerin yüksek kaygı ve düşük kaçınma davranışları mevcuttur (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Kişiler kendilerini değersiz hisseder ve başkaları tarafından sevilmeye değer olmadıkları düşüncesine inanırlar. Romantik ilişki içinde de sevilmek, onaylanmak ve değer kazanmak için partnerleri ile aşırı yakınlık ve bağ kurarlar (Curun ve Çapkın, 2014). Romantik ilişkilerindeki aşırı yakınlık ve ilgi gösterme durumu da partnerleri için zaman zaman zorlayıcı olabilmektedir (Çalışır, 2009). Risklere ve takıntılara açıklardır ve beklentileri gerçeklikten uzaktır (Sümer ve Güngör, 1999; Soygüt, 2004). Bu bağlanma stili, Hazan ve Shaver' ın kaygılı/kararsız bağlanma stiline karşılık gelmektedir. Ankara'da 341 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada saplantılı bağlanma stilinin yaşam doyumunu anlamlı şekilde yordadığı ve aralarında negatif yönde bir ilişkinin olduğu bildirilmiştir (Terzi ve Cihangir-Çankaya, 2009).

c. Kayıtsız bağlanma stili: Olumlu benlik ve olumsuz başkaları modeli ile meydana gelmektedir. Bu bağlanma stiline sahip kişilerin düşük kaygı ve yüksek kaçınma davranışları mevcuttur (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Güvenli bağlanma stilinde gibi olumlu benlik modeline sahip olsalar da yakınlık kurmaktan, romantik ilişki yaşamaktan ve başkalarına ihtiyaç duymaktan kaçınırlar (Griffin ve Bartholomew, 1994; Sümer ve Güngör, 1999). Kaçar ve Can'ın (2021) benlik saygısı ve bağlanma stilleri ilişkisini ele alan çalışmasında 398 yetişkin katılımcıdan elde edilen bilgilere göre kayıtsız bağlanma arttıkça kişilerin benlik saygısının düştüğü sonucuna ulaşılmıştır.

d. Korkulu bağlanma stili: Olumsuz benlik ve başkaları modeli ile oluşmaktadır. Bu bağlanma stili güvenli bağlanmanın tersi olarak yüksek kaygı ve kaçınma içermektedir. Hem kendilerini hem başkalarını sevilmeye değer görmezler (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Hayal kırıklığına uğramaktan, reddedilmekten ve terk edilmekten çok korkarlar bu sebep ile yakın ilişki kurmaktan kaçarlar (Griffin ve Bartholomew, 1994; Soygüt, 2004). Bu stile sahip olan bireylerin en belirgin özellikleri reddedilmekten fazlası ile korkmalarıdır. Reis ve Grenyer' in (2004) majör depresyon tedavisi gören hasta ile yaptıkları çalışmanın sonucunda hastaların % 39'unun korkulu bağlanmaya sahip olduklarını bulmuşlardır.

Yıldız'ın (2005) evli olan 90 kadın ve 90 erkek ile bağlanma stilleri, problem çözme becerileri, anksiyete ve bazı değişkenleri ele aldığı çalışmasının sonucunda, katılımcıların % 37.2'si saplantılı, % 29.4'ü kayıtsız, % 20.6'sı güvenli ve son olarak % 12.8'i korkulu bağlanma stiline sahip bulunmuştur. Çalışmada, güvenli bağlanma stiline sahip ebeveynlerin depresyon, anksiyetesi en düşük, problem çözme becerileri en yüksek iken; en düşük problem çözme becerileri korkulu bağlanma stiline sahip ebeveynlerde bulunmuştur.

Bağlanma stilleri, internet bağımlılığı, kaygı, depresyon duygu düzenleme gibi çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan ve 754 Türk üniversite öğrenci ile gerçekleşen çalışmada saplantılı ve korkulu bağlanma stiline sahip olan öğrencilerin internet bağımlılığı karşısında daha büyük risk altında olduğu sonucu elde edilmiştir (Ceyhan, Boyasan ve Kadak, 2019).

Morsünbül' ün (2014)20-26 yaş aralığındaki 350 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmanın sonucuna göre de güvenli bağlanma stili internet bağımlılığını olumsuz yönde yordamaktayken; kayıtsız ve saplantılı bağlanma stillerinin internet bağımlılığını olumlu yönde yordadığı bulunmuştur. Bir başka çalışma da ise, kayıtsız ve korkulu bağlanma stillerine sahip öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür (Yücelten, 2016).

Sevi- Tok ve Güzel'in (2020) 400 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmasının sonucunda, kaygılı bağlanma stiline sahip olma ile akıllı telefon bağımlılık düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Kaygılı bağlanma stiline sahip bireylerin, duygularını kontrol etmekte zorlandığı ve dürtüsel davranışları gösterme eğiliminin yüksek olduğu için akıllı cep telefonlarını problemli ve bağımlılık düzeyinde kullanım oranlarının da yüksek olduğu yorumunda bulunulabilir.

Araştırmalardaki bulgulara göre bağlanma stilleri internet ve telefon bağımlılığı için önemli bir değişkendir ve benlik ya da başkaları modeli olumsuz olan bireylerin risk alma davranışları (Morsünbül, 2009) yüksek düzeyde olduğu ve doğrudan ilişki kurmak yerine sosyal ağlar ile iletişim kurmayı tercih ettikleri için problemli telefon kullanımı ve bağımlılık riskine karşı daha açık oldukları görülmektedir.

2.4 Umutsuzluk

Bu bölüm içerisinde umut ve umutsuzluk kavramı, umutsuzluğun nedenleri ve belirtileri, Beck'in yaklaşımına göre umutsuzluk kavramı alt başlıklarına yer verilmektedir. Çalışma içerisinde ele alınan kavram umutsuzluk kavramı olsa da ilk olarak umut kavramı üzerinde durulması uygun görülmüştür.

2.4.1 Umut ve umutsuzluk kavramı

Umut, Türk Dil Kurumu'nun Güncel Türkçe Sözlük' ün de yer alan tanıma göre, *"ummaktan doğan ümit", "olması veya olacağı düşünülen şey"* şeklinde ifade edilir (TDK, 2021). Halk arasındaki kullanım da genel olarak geleceğe yönelik olumlu beklenti için ifade edilmektedir (Kemer ve Atik, 2005).

Umutsuzluk ise Türk Dil Kurumu'nun Güncel Türkçe Sözlük' ün de yer alan tanıma göre, ''umutsuz olma durumu ve ümitsizlik'' şeklinde ifade edilir (TDK, 2021). Umutsuzluk, bireyin geleceğe yönelik beklentileri olumsuz ya da gerçekleşmeyeceğe yönelik ise ifade edilen bir duygudur (Ottekin, 2009). Umutsuzluk duygusu temelinde umut duygusunun, başarı beklentisinin olmayışı ya da kaybı olarak düşünülebilir, umut ve umutsuzluk iki zıt duygudur (Ünal, 2006). Birey beklentilerini olumlu ya da olumsuz olacak geliştirmek ve hedefinin şeklini belirlemek için düşünce aşamalarından geçmektedir (Melges ve Bowlby, 1969; akt. Dilbaz ve Seber, 1993).

Yeteneğe karşı şans: Bireyler hedeflerine yetenek ya da şans ile ulaşabilir. Geleceklerinin yetenekten çok şansa bağlı olduğu düşüncesine sahip olanlar ise hedeflerine ulaşmaya yönelik daha az davranışta bulunurlar. Hedefine ulaşmak için planlarının etkili olmayacağına inanmaları onlara yeterlilik duygusu sağlamakta ve bu duyguda öz saygı, yeteneklerine olan inancı ve umutsuzluk duygularını belirlemektedir.

Güvene karşı güvensizlik: Başkalarına, diğerlerine karşı hissedilen güven, umut duygusunu geliştirmekte anahtar role sahiptir. Güvensizlik yaşayan bireyin amaçları sınırlı kalmaktadır. Başkaları ile birlikte başladığı eylem başarısız olduğu zaman bunun sorumlusu olarak kendini de görmek yerine başkalarını suçlar ama güven duygusu yüksek birey ise başarısızlık karşısında kendi sorumluluğunu üstlenmeyi bilir. Bu sebeple güvensiz kişi uzun süreli yerine kısa süreli hedefleri tercih etmektedir.

Uzun döneme karşı kısa dönem: Umut hem uzun hem de kısa dönemde ulaşılabilecek hedefleri belirlemekte etken bir durumdadır. Ancak, sürenin uzaması ile umutsuzluk artmaya başlar. Umutsuzluğun artması ile birlikte kişi kaderci bir şekilde sonucu beklemeye ve yalnızca kısa süreli hedefleri için çaba sarf etmeye başlamaktadır.

Kısacası, birey hedefine ulaşmak için şans ya da yeteneğin etkili olduğu inancına, başkasına güvenme ya da güvenmemeye ve hedefinin uzun ya da kısa süreli oluşuna göre umut ya da umutsuzluğunu oluşturmaktadır.

Umut ve umutsuzluk kavramları bireylerdeki sosyal, fiziksel, duygusal ve zihinsel süreçleri önemli boyutta etkilediği ve bireyin yeterlilik düzeyleri ve inançlarına yön verdiği için önemlidir (Hadley ve MacLeod, 2010). Umutsuz birey hedefine giden yolda var olan potansiyelinin daha altında kalırken; umut sahibi olan birey ise var olan potansiyelini en verimli şekilde kullanmaktadır.

2.4.2 Umutsuzluğun nedenleri ve belirtileri

Umutsuzluğa neden olabilecek ve umutsuzluk düzeyini etkileyecek birçok değişken olmakla beraber bireylerin geçmişte yaşadığı olumsuz olaylar ve bu olayların sonuçları (Şahin, 2002), sosyal destek yoksunluğu (Uz-Baş ve Kabasakal, 2013), arkadaş ilişkileri **(**Gündoğar, Sallan-Gül, Uskun, Demirci ve Keçeci, 2007; Üngüren, 2007) **,** kendini gerçekleştirememe ve erteleme eğilimi (Dünyaoğulları, 2011), yalnızlık **(**Kızılgeçit, 2011), bilişsel ve sosyal destek sahibi olmamak (Tekin ve Filiz, 2008), bilişsel çarpıtmalara sahip olmak (Çoban ve Karaman,2013) umutsuzluğun düzeyini etkileyen nedenler arasında yer almaktadır.

Ayrıca, cinsiyet (Dereli ve Kabataş, 2009; Develi, Ulutaşdemir ve Açık, 2011; Tekin ve Filiz, 2008) mezun olunan lisenin türü **(**Aras, 2011; Taner,2008**),** gelir düzeyi (Dereli ve Kabataş, 2009; Kodan, 2013; Üngüren ve Ehtiyar, 2009) gibi değişkenler de umutsuzluk düzeylerini etkilemektedir.

Şanlı-Kula ve Saraç'ın (2017) da 1160 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışmasının sonucunda, öğrencilerin 617'sinin hiç, 306'sının hafif düzeyde, 181'inin orta düzeyde ve 56'sın ise ileri düzeyde umutsuzluk gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Zafer (2019), umutsuzluğun nedenlerini araştırmak için 1419 üniversite öğrencisi ile

yaptığı çalışmanın sonucunda, yaşadığı olumsuz olay karşısında geleceğe umutla bakan öğrencilerin oranının % 59.5; umutla bakamayan öğrencilerin oranın ise %40.5 olduğunu ve cinsiyete göre dağılım analizlerine bakıldığında erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha umutlu olduklarını görmüştür.

Umutsuzluğun nedenler arasında benliğin yitirilmesi de bulunmaktadır. ” Ben kimim?”, “amacım ne?” vs. gibi sorulara cevaplar bularak benliğimizi tanımlama ve içselleştirmemiz mümkün olmaktadır (Köknel, 2005). Ancak, bireyin kendi benliğini bulamaması, kendi gelişimine olan güveninin zedelenmesine neden olmakta ve umutsuzluğu doğurmaktadır (Taner, 2008).

Umutsuzluğun bir diğer sebebi ise inancın yitirilmesidir. Bireyin kendisine, çevresine ve geleceğine yönelik olan inancını yitirmesi bireyin motivasyon düzeyini azaltmakta ve bireyi bozucu, çökmüş ve bıkkın bir hale getirmektedir. Bu sebeple birey umutsuzluğa daha kolay sürüklenmektedir (Akyüz, 2016; Taner, 2008).

Amerikan Psikoloji Birliği (1997) tarafından umutsuzluğun belirtileri olarak ‘’sosyal ortamlardan kaçınma, uykuda artma ya da azalma, iştah kaybı, olumsuz söylemlerde artma, duyguların ifadesinde azalma, kötümserlik, öz-bakıma özen göstermeme ve dış uyaranlara karşı tepki vermede azalma ‘’belirtilmiştir (Tanç, 1999). Umutsuzluk düzeylerine göre değişiklik göstermekle beraber depresyona neden olmaktadır (Abela ve Seligman, 2000). Umutsuzluk kaynaklı gelişen depresyon belirtileri arasında isteksizlik, motivasyon eksikliği ve dikkatini verememe görülebilmektedir (Ceyhan, 2004).

2.4.3 Beck’in yaklaşımına göre umutsuzluk kavramı

Beck, intihar girişiminde bulunan 80 hasta ile gerçekleştirdiği araştırmasında, hastaların var olan sorunlarının çözümünü olmadığı ve hiçbir zaman da olmayacağı inanışları ile intihar girişimleri arasında ilişki olduğu, hastaların gerçekçi bir neden olmasa da deneyimlerine yanlış anlamlar yükledikleri ve olumsuz sonuçlar bekledikleri sonucuna ulaşmıştır (Durak ve Palabıyıkoğlu, 1994). Beck çalışmaları ve gözlemlerinden yola çıkarak geleceğe yönelik olumsuz beklenti ve istekleri içeren bu bilişsel durumu ‘’umutsuzluk’’ olarak adlandırmıştır (Beck ve ark., 1974). Beck umutsuzluğun nedenini ‘’bilişsel üçlü’ ile açıklamış, bireyin kendisine, çevresine ve geleceğine olumsuz bakması umutsuzluğun ortaya çıkmasına neden olduğunu belirtmiştir (Beck, Rush, Shaw ve

Emery, 1979) Umutsuzluk, kişinin kendisi ve geleceği hakkındaki olumsuz beklentilerini içermektedir (Abramson, Metalsky ve Alloy,1989; Beck ve ark., 1974). Beck ve arkadaşları (1974), bireyin geleceğe yönelik olumsuz beklentilerini, karamsarlık düzeyini belirlemeyi amaçlayan ‘’Umutsuzluk Ölçeği’’ni geliştirmiştir ve bu ölçek ile umutsuzluğun ölçüle bilirliğini mümkün kılmış ve araştırmalarda ele alınan önemli bir kavram olmasını ve diğer kavramlar ile ilişkisinin incelenmesini sağlamışlardır.

Zeyrek, Gençöz, Bergman ve Lester' ın (2009) 180 Türk üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmanın sonucunda, umutsuzluk düzeyleri ile saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Kızılgeçit (2011) ise yalnızlık düzeyi ile umutsuzluk düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu sonucuna ulaşmıştır. Elde edilen bu bilgiye göre yalnızlık düzeyi arttıkça umutsuzluk düzeyinde arttığı görülmektedir. Şimşek (2012) de çalışmasında Facebook kullanımının gençleri yalnızlaştırdığını ortaya koymuştur. Çelik'in (2019) 152 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmanın sonucunda diğer iki çalışmayı desteklemektedir. Çalışmanın sonucunda, ‘’depresyon ve umutsuzluk’’ puanları; ‘’depresyon ve Facebook kullanım bağımlılığı’’ ve ‘’umutsuzluk düzeyi ile Facebook kullanım bağımlılık düzeyi’’ arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Her geçen gün kullanımı artan sosyal ağlar bireyleri yalnızlaştırmakta ve umutsuzluk düzeylerinin artmasına neden olduğu görülmekte iken diğer yandan da bireyin umutsuzluk düzeyinin yüksek olması geleceğe dair olumlu beklentilerinin azalması da bireyi teknolojik cihazlara daha fazla yöneltmektedir. Örneğin, Durak-Batıgün ve Kılıç' ın (2011) 1198 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre, gelecek beklentisi ve yaşam doyum düzeyi düşük olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri, diğer öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Bu çalışmaların sonuçlarına göre, bireylerin depresyon, umutsuzluk gibi depresif belirtilerden ve olumsuz düşüncelerden kurtulmak amacı ile kaçınma davranışı olarak internette ve sosyal ağlarda daha fazla vakit geçirdikleri söylenebilir (Çelik, 2019). Günümüzde internet ve sosyal ağlara çoğunluk ile akıllı telefonlar ile girildiği düşünülür ise internette çok fazla vakit geçirmenin akıllı telefonlar ile çok fazla vakit geçirmek

anlamına geldiği ve akıllı telefon kullanımının da umutsuzluk gibi depresif belirtilerden kaçınma davranışı olabileceği söylenebilir.

2.5 Akademik Motivasyon

Bu bölüm de motivasyon kavramı, içsel, dışsal motivasyon ile motivasyonsuzluk ve akademik motivasyon alt başlıklarına yer verilmektedir. Çalışma içerisinde ele alınan kavram akademik motivasyon kavramı olsa da ilk olarak motivasyon kavramı üzerinde durulması uygun görülmüştür.

2.5.1 Motivasyon kavramı

Bu çalışma içerisinde ele alınan kavram akademik motivasyon kavramı olsa da, ilk olarak motivasyon kavramı üzerinde durmak yararlı olacaktır.

Motivasyon kelimesinin kökü İngilizcede kullanılan "motive" kelimesidir ve bu kelimenin Türkçesi "güdü" kelimesine karşılık gelmektedir. Motivasyon ile ifade edilen şey aslında insanların eylemlerinde yer alan güdüdür (Seker, 2015). Türk Dil Kurumu'nun Güncel Türkçe Sözlük' ü motivasyon kelimesi için *''isteklendirme ve güdülenme''* tanımını kullanmaktadır (TDK, 2021). Yani literatürde yer alan motivasyon ve güdülenme kavramları aynı anlama karşılık gelmektedir. Motivasyon, bir işi yapmak için eyleme geçmeye yönelik kendini yetkin hissetmek ve bir işi bitirmek için gerekli olan enerjiye sahip olmak demektir. Eğer birey bir işi için harekete geçme isteğine sahip değilse güdülenmemiş demektir (Ryan ve Deci, 2000).

2.5.2 İçsel ve dışsal motivasyon ile motivasyonsuzluk

İnsanın motivasyonu içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonun olmaması şeklinde sınıflandırılmaktadır (Ryan ve Deci, 2000).

İçsel motivasyon: Bireyin içinde var olan merak, bilme ihtiyacı, gelişme arzusu gibi ihtiyaçları için verilen tepkileri kapsamaktadır (Akbaba, 2006). Birey içsel motive ile bir davranış sergilediğinde bunu ödül, baskı ya da kaçınma için değil davranıştan aldığı zevk için yapmış demektir. İnsanın doğal öğrenmeyi gerçekleştirebilmesi için içsel motivasyon önemlidir (Ryan ve Deci, 2000). İçsel motivasyon, yapmaktan keyif aldığı, haz duyduğu için bir şeyi yapma isteğidir (Vallerand, Pelletier, Blais, Briere, Senecal ve Vallieres,

1992). Örneğin, okumayı seven bir öğrenci için okuma eylemine geçmesi ödül ya da baskı olmaksızın kendi arzu ettiği ve sevdiği gerçekleştireceği bir eylem olacaktır.

Dışsal motivasyon: Bireyin dışarıdan gelen ödül, ceza gibi pekiştirme kaynaklarından dolayı bir davranışı sergilemesini sağladığı için içsel motivasyonun zıttı gibi düşünülebilir (Ryan ve Deci, 2000). Bireyin dışında olarak dışarıdan gelen ödül ve ceza gibi etkilerden doğan tepkileri kapsamaktadır (Akbaba, 2006). Dışsal motivasyon da yapılan şeyden zevk, haz duymak yerine faydalanmak temellidir (Gömleksiz ve Serhatlıoğlu, 2013). Örneğin, okumayı sevmediği halde öğretmeni ödev olarak okuma verdiği ve öğretmeninden ‘’aferin’’ almak için okuma eylemine geçen öğrenci dışarıdan gelen bir etki ile eylemi gerçekleştirecektir.

Kısacası, bireyin kendi isteği ile içsel bir süreç olarak ortaya çıkardığı motivasyon türüne içsel motivasyon; dış dünyanın etkisi ile ortaya çıkan motivasyon türüne ise dışsal motivasyon denebilir (Akbaba, 2019).

Motivasyonsuzluk: Bireyin bir eylem için harekete geçmek istememe durumdur (Ryan ve Deci, 2000). Eylemin ne kendisi ne de sonucu bireyde eyleme geçme isteği uyandırmaz. Güdülenmemiş bireyler eylemi gerçekleştirmek için harekete geçiyor olmayı istemez ve haz almazlar (Vallerand ve ark, 1992). İçsel ya da dışsal motivasyona sahip olmayan birey kendi sahip olduğu potansiyeli göremez ve kullanamaz. Bu süreç öğrenmede akademik başarı üzerinde olumsuz bir etki yaratmaktadır (Calp ve Bacanlı, 2016). Örneğin, motivasyonu olmayan bir öğrenci okuma ödevi olsa ve ödevi yapmadığında ceza alacak olsa da o ödevini yerine yine de getirmeyecektir.

Bir eylemi gerçekleştirmeyi sağlayan motivasyonun içsel motivasyon olması daha önemli ve istenilen bir seçenek olsa da dışsal motivasyon sorumluluğunda olduğumuz sahip olduğumuz sosyal rollerin gerekliliği ile yapmak istemediğimiz ama yapmak zorunda olduğumuz şeyleri de yapabildiğimiz gerçeğini unutmamalıyız (Ryan ve Deci, 2000).

2.5.3 Akademik motivasyon

Akademik motivasyon kavramı ise, öğrencinin eğitime olan isteğini ve çabasını belirleyen zihinsel ve davranışsal güdüler için kullanılmaktadır (Tucker ve ark., 2002). Akademik güdülenme ölçeğini geliştiren Bozanoğlu (2004), da akademik motivasyonu

‘’akademik işler için gerekli enerjinin üretilmesi’’ şeklinde ifade etmektedir. Akademik motivasyon, okul hayatı ile başlamakta ve akademik başarıyı etkilemektedir (Bacanlı ve Şahinkaya, 2011). Akademik hayat üzerine yapılan çalışmalarda akademik motivasyon ile akademik başarı çıktıları arasında güçlü ve önemli bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Karaca, 2019; Vallerand ve ark, 1992). 167 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmaya göre akademik motivasyon düzeyi ile akademik başarı düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (Sevilmiş ve Şirin, 2016). Akademik motivasyon düzeyi düşük olan öğrenciler, eğitim hayatları içerisinde akademik faaliyetler karşısında isteksiz olma, akademik görev ve sorumluluklarından kaçma ve erteleme davranışlarını daha fazla sergileme eğilimindedir (Karadeniz, 2020). Akademik motivasyon düzeyi yüksek olan öğrenciler ise akademik hayata yönelik görevlerini (sınava hazırlanmak, ödevi yapmak vb.) eyleme geçirdiği için akademik başarı düzeyinin daha yüksek olması olasıdır (Akbay, 2009). Ancak yaşanılan COVID-19 küresel salgını sebebi ile eğitim döneminde uzaktan eğitime geçilmesi öğrencilerin akademik motivasyonlarının azalmasına sebep olmuştur. Örneğin, Orhan ve Demir (2022) uzaktan eğitim ve akademik motivasyona yönelik yaptığı araştırmasında veli, öğrenci ve öğretmen görüşlerinin sonucunda uzaktan eğitimde dışsal motivasyon etkisinin zayıf olduğu, çevresel faktörlerin (ödül-ceza gibi) uzaktan eğitim sürecinde güdüleyici bir etkiye sahip olamadıkları sonucuna ulaşmıştır.

Gürsel’in (2017) 542 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmada akademik başarı düzeyi düşük olan öğrencilerin problemli internet kullanımlarının daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Akademik başarısı iyi olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeyi düşük iken; akademik olarak başarısız öğrencilerin akademik motivasyonları düşük ve internet bağımlılıkları anlamlı düzeyde yüksektir (Beşaltı, 2016).

Taslak ve Sakal’ ın (2016) 319 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği araştırmaya göre akıllı telefon bağımlılık düzeyi yüksek öğrencilerin cezadan sakınma, rekabet ve ödül gibi dışsal ifadeleri içeren dışsal akademik motivasyon düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre, akıllı telefonlar ile oynanan oyunlardaki ödül-ceza sistemleri düşünüldüğünde dışsal motivasyon düzeyi yüksek olan bireylerin akıllı telefon bağımlılığı olma ihtimalinin daha yüksek olduğunu söylenebilir.

Özer’in (2020) 139 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre de telefon bağımlılık düzeyi öğrencilerin akademik başarısını olumsuz düzeyde

etkilemektedir. Akademik başarısında düşüklük olan öğrenci daha çok arka sıralarda oturma, dersten kopma gibi akademik motivasyonlarını düşürücü davranışları sergilemeye başlar. Öğrenciler var olan memnuniyetsizliklerini aşırı düzeyde akıllı telefon kullanımı ile gösterebilir (Kaysi, Aydemir ve Yavuz, 2021).

3. YÖNTEM

Bu bölüm de araştırma modeli, evren ve örneklem, verileri ve toplanması, verilerin çözümlenmesi ve yorumlanması son olarak süre ve olanaklar alt başlıkları bulunmaktadır.

3.1 Araştırma Modeli

Bu araştırmada üniversitede öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin bağlanma stilleri, umutsuzluk düzeyleri ve akademik motivasyonlarının problemli cep telefonu kullanımı arasındaki ilişkisini tespit etmek amacı ile nicel araştırma yöntemi ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İki ve daha çok değişken arasındaki ilişkiyi incelemeyi ve derecesini belirlenmeyi amaçlayan deneysel olmayan araştırma modeline ilişkisel tarama modeli denmektedir (Karasar, 2005).

3.2 Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, 2021-2022 eğitim-öğretim yılında İstanbul ilindeki üniversitelerde eğitim görmekte olan 18-25 yaş arasındaki öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmanın grubu ise üniversitelerin farklı bölümlerinde okuyan öğrenciler ile ilişki kurulması durumunda başvurulan bir örnekleme yöntemi olan kartopu örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Kartopu örnekleme yöntemi, araştırmacının var olan hedef kitlesine ulaşmakta zorluk çektiği ve hedef kitledeki bireylere benzer özellikteki bireylerin yardımı ile örneklemi genişletme de tercih edilen bir örnekleme yöntemidir (Gitmez, 2020).

Bu çalışmaya 356 kişi katılmıştır. Katılımcıların 267'si (%75) kadın, 89'u (%25) erkektir. Katılımcıların yaşları 18 ile 25 arasında değişmektedir ve yaş ortalamaları ise 21.33 (SS =1.95) dür. Bekar olan bireyler 351 (%98.6), evli olan bireyler ise 5 (%1.4)'dir. Katılımcıların 283'ü (%79.5) çalışmayan, 36'sı (10.1) yarı zamanlı çalışan, 25'i (%7.0) geçici işlerde düzensiz olarak çalışan ve 12'si (%3.4) tam zamanlı çalışan kişilerdir. Katılımcıların tamamı İstanbul da bulunan üniversitelerde öğrenci olmakla birlikte 302'si (%84.8) özel üniversitede, 54'ü (%15.2) devlet üniversitesinde okumaktadır. 16'sı (%4.5) hazırlık, 120'si (%33.7) 1.sınıf, 67'si (%18.8) 2.snıf, 67'si (%18.8) 3. Sınıf, 53'ü (%14.9) 4.sınıf, 33'ü (% 9.2) yüksek lisans öğrencisidir. Katılımcılar ağırlıklı olarak insan ve

toplum bilimi, fen-edebiyat, mühendislik ve eğitim fakültesi öğrencileridir. Katılımcıların eğitim gördüğünü belirttiği bölümler çeşitlilik gösterdiği için tanımlayıcı istatistiklere eklenememiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin değerler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Değişkenler	**N (356)**	**%**
Cinsiyet		
Kadın	267	75.0
Erkek	89	25.0
Yaş		
18	23	6.5
19	46	12.9
20	63	17.7
21	67	18.8
22	57	16.0
23	45	12.6
24	25	7.0
25	30	8.4
Medeni Durum		
Bekar	351	98.6
Evli	5	1.4
Üniversite		
Özel	302	84.8
Devlet	54	15.2
Sınıf Düzeyi		
Hazırlık	16	4.5
1.sınıf	120	33.7
2.sınıf	67	18.8
3.sınıf	67	18.8
4.sınıf	53	14.9
Yüksek Lisans	33	9.2
Çalışma Durumu		
Çalışmıyor	283	79.5
Geçiçi İşlerde Düzensiz	25	7.0
Yarı Zamanlı	12	3.4
Tam Zamanlı	36	10.1

3.3 Veri Toplama Araçları

Araştırma da veriler çevrimiçi toplanılmış ve toplama aracı olarak ilk ‘’Bilgilendirilmiş Onam Formu’’ ardından beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin demografik verileri toplamak için “Kişisel Bilgi Formu” , problemli cep telefon kullanımlarını belirlemek için “Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeği ”, bağlanma stillerini belirlemek için “Yakın İlişkilerde Yaşantı Envanteri II ”, umutsuzluk düzeylerini belirlemek için “Beck Umutsuzluk Ölçeği’’ ve son olarak üniversite öğrencilerin akademik motivasyonu ölçmek için ‘’ Akademik Güdülenme Ölçeği ‘’ kullanılmıştır.

Uygulama öncesinde katılımcılara araştırmanın amacı ve prosedürü hakkında bilgilendirme yapılmış ve ölçeklerin doldurulma süresinin yaklaşık 10 dakika olduğu bilgisi paylaşılmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının detaylı bilgilerine aşağıda yer verilmektedir. Ölçekler sırası ile EKLER bölümünde gösterilmektedir.

3.3.1 Bilgilendirilmiş onam formu (Ek-7)

Bu form ile katılımcılara çalışmanın amacı, çalışmanın kim tarafından yapıldığı, çalışmanın gönüllülük esasına dayandığı ve elde edilen bilgilerin tamamen araştırma için kullanılacağı bilgisi verilmiş ve katılım onayları alınmıştır.

3.3.2 Kişisel bilgi formu (Ek-8)

Araştırmada, örneklemi oluşturan öğrenci grubuna ait bilgileri elde etmek için araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Bu formun içerisinde öğrencilerin cinsiyeti, yaşı, öğrenim gördükleri üniversitenin adı, bölümü, sınıfı, çalışma durumu, medeni hali, günlük akıllı telefon kullanım süresi ve amacı ile en sık kullandığı uygulama bilgileri elde edilmiştir.

3.3.3 Problemli cep telefonu kullanım ölçeği (PCTKÖ) (Ek-9)

Pamuk ve Atlı (2016) tarafından geliştirilmiş ve geçerlik, güvenirlik analizleri yapılmıştır. Ölçek toplam da 26 madde ve 4 alt boyuttan meydana gelmektedir. Alt boyutlar sırası ile ‘’yoksunluk ‘’, ‘’olumsuz sonuçlar’’, ‘’kontrol problemi’’ ve ‘’etkileşimden kaçınma’’ olarak isimlendirilmektedir. Beşli Likert tipi derecelendirme kullanılmış olup ölçek puanları 1= Hiç uygun değil, 5= Tamamen uygun şeklinde puanlanmıştır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 26 ile 130 arasındadır. Ölçekten alınan

yüksek puan bireylerin yüksek düzeyde problemli cep telefonu kullanımı olduğu anlamına gelmektedir. Açımlayıcı faktör analizinden elde edilen sonuçlara göre PCTKÖ için Cronbach Alfa değeri 0.92; PCTKÖ' nün alt boyutları için ise 0.80 ile 0.91 arasında bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen sonuca göre PCTKÖ için Cronbach Alfa değeri 0.93; PCTKÖ' nün alt boyutları için ise 0.81 ile 0.89 arasında değiştiği görülmüştür. Test tekrar test sonuçlarına göre ise güvenirlik katsayıları PCTKÖ için 0.85; yoksunluk alt boyutu için 0.73, olumsuz sonuçlar alt boyutu için 0.76, kontrol problemi alt boyutu için 0.71 ve etkileşimden kaçınma için 0.77 olarak bulunmuştur (Pamuk ve Atlı, 2016). Ölçeğin, bu çalışmadaki Cronbach Alfa katsayısı yoksunluk alt boyutu için 0.89, olumsuz sonuçlar alt boyutu için 0.87, kontrol problemi alt boyutu için 0.86 ve etkileşimden kaçınma alt boyutu için 0.83 olarak bulunmuştur.

3.3.4 Beck umutsuzluk ölçeği (BUÖ) (Ek-10)

Beck ve arkadaşları (1974) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinal adı ''Beck Hopelessness Scale''dir. Ölçek toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 0-1 arasında puan almaktadır. Ölçeği dolduran kişilerden maddeler kendilerine uygunsa ''evet'', uygun değilse ''hayır'' seçeneğini işaretlemeleri istenmektedir. Ölçekte yer alan 11 madde ''(2, 4, 7, 9, 11, 12, 14, 16, 17, 18 ve 20)'' evet; 9 madde '' (1, 3, 5, 6, 8, 10, 13, 15 ve 19)'' ise hayır cevabı için 1 puan almaktadır. Ölçekten alınabilecek puan 0 ile 20 arasındadır. Yüksek puan yüksek umutsuzluğa karşılık gelir. Ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 0.93'tür ve madde-toplam korelasyon katsayıları 0.39 ile 0.76 arasında değişmektedir. ''Gelecekle ilgili duygular '' ''gelecekle ilgili beklentiler '' ve ''motivasyon kaybı'' adında üç alt boyuttan oluşmaktadır (Beck ve ark., 1974; Seber, Dilbaz, Kaptanoğlu ve Tekin, 1993).

Ölçeğin geçerlik ve güvenirliği Seber ve arkadaşları (1993) tarafından majör depresyon ve distimik bozukluk tanılı ya da intihar girişiminde bulunan 37 hasta grubu ve 70 ruhsal ve fiziksel bozukluğu bulunmayan kontrol grubu üzerinde yapılmış olup ölçeğin toplamı için Cronbach Alfa katsayısı 0.86 olarak bulunmuştur. Madde-test korelasyonun en düşük katsayısı 0.07, en yüksek katsayısı ise 0.71 olarak elde edilmiştir. Durak ve Palabıyıkoğlu da (1994) bu ölçek üzerinde 201 kişilik çalışma grubu (depresyon, alkol bağımlılığı, epilepsi vb. tanılı) ve 172 kişilik karşılaştırma grubu ile çalışarak, ölçeğe ilişkin daha ayrıntılı bilgiler elde edilmesini sağlamıştır. BDÖ ile BUÖ arasındaki korelasyon

katsayısı tüm örneklem için 0.69 olarak elde edilmiştir. Çalışmaların sonucunda "gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler ", "motivasyon kaybı" ve "umut" alt faktörleri elde edilmiştir. Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach Alfa katsayısı ''Gelecek ile İlgili Duygular ve Beklentiler'' için 0.73, ''Motivasyon Kaybı'' için 0.67 ve ''Umut'' için 0.73 olarak bulunmuştur.

3.3.5 Akademik güdülenme ölçeği (AGÖ) (Ek-11)

Bozanoğlu (2004) tarafından geliştirilmiş olan ölçeğin geçerlik, güvenirlik analizleri yapılmıştır. Ölçekte toplam 20 madde ve üç alt boyut bulunmaktadır. Bunlar sırası ile ''kendini aşma'', ''bilgiyi kullanma'' ve ''keşif'' boyutlarıdır. Beşli Likert tipi derecelendirme kullanılmıştır. 1= Kesinlikle uygun değil, 5= Kesinlikle uygun şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekte tersine puanlanan bir madde (4.madde) bulunmaktadır. Ölçek puanları 20 ile 100 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan bireylerin yüksek akademik motivasyona sahip oldukları anlamına gelmektedir. AGÖ' nün alt boyutlarının elde edilen Cronbach Alfa değerlerinin ise, birinci faktör için 0.76, ikinci faktör için 0,72, son faktör için 0,73 ve toplam değerleri 0,88 bulunmuştur. Analizler sonucunda test-tekrar test güvenirliğinde 0,87 olarak bulunmuştur. Bununla beraber, hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarının aynı grupta ayrı zamanlarda 0.77 ile 0.85 arasında değiştiği görülmüştür (Bozanoğlu, 2004). Ölçeğin, bu çalışmadaki Cronbach Alfa katsayısı Kendini Aşma alt boyutu için 0.69, Bilgiyi Kullanma alt boyutu için 0.78 ve Keşif alt boyutu için 0.75 olarak bulunmuştur.

3.3.6 Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri II (YİYE II) (Ek-12)

Fraley, Waller ve Brennan tarafından 2000 yılında geliştirilen envanterin orijinal adı '' Experiences in Close Relationships-Revised' 'olarak bilinmektedir. Envanter de toplam 36 madde bulunmaktadır. İki alt boyutu mevcuttur. 18 madde ''kaygı'' ve 18 madde ''kaçınma'' alt boyutlarını değerlendirmektedir. Yedili Likert tipi derecelendirme kullanılmış olup 1= Hiç katılmıyorum, 7= Tamamen katılıyorum olarak puanlanmaktadır. Kaygı ve kaçınma boyutlarını ölçen maddelerin puanları ayrı ayrı toplanıp ortalamaları alınmış ve her bir katılımcının kaygı ve kaçınma puanları hesaplanmıştır. Alınan yüksek puan değerlendirilen alt boyutun özelliğine sahip olunduğu anlamına gelmektedir.

YİYE-II' nin Türk kültürü için geçerlik ve güvenirliği Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005) tarafından gerçekleştirilmiştir. İki alt boyutu bulunan ölçeğin 14 maddesi ''(4, 8, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 24, 26, 30, 32, 34 ve 36)'' ters puanlanmaktadır. Alt boyutları için alınacak puanlar 18 ile 126 arasındadır. Ölçekten alınan yüksek puan kaygı boyutu için yüksek kaygıya, kaçınma boyutu için yüksek kaçınmaya işaret eder (Gülüm ve Dağ, 2013). Buna göre, envanterin kaçınma alt boyutunun Cronbach alfa katsayısı 0.90 ve kaygı alt boyutunun katsayısı ise 0.86 olarak bulunmuştur. Analizler sonucunda test-tekrar test güvenirliğinde kaygı boyutu 0.82, kaçınma boyutu 0.81 olarak bulunmuştur (Selçuk ve ark, 2005). Ölçeğin, bu çalışmadaki Cronbach Alfa katsayısı Kaygı alt boyutu için 0.89, Kaçınma alt boyutu için 0. 90 olarak bulunmuştur.

3.3.7 Ölçeklerin güvenirlik analizleri ve betimsel istatistikleri

Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeğinin Yoksunluk alt boyutu için Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .89, Olumsuz Sonuçlar alt boyutu için .87, Kontrol Problemi alt boyutu için .87, Etkileşimden Kaçınma alt boyutu için .83; Beck Umutsuzluk Ölçeğinin Gelecek İle İlgili Duygular ve Beklentiler alt boyutu için .73, Motivasyon Kaybı alt boyutu için .67, Umut alt boyutu için .73; Akademik Güdülenme Ölçeğinin Kendini Aşma alt boyutu için .69, Bilgiyi Kullanma alt boyutu için .78, Keşif alt boyutu için .69; Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II' nin Kaygı alt boyutu için .89 ve Kaçınma alt boyutu için .90 olarak hesaplanmış ve sonuçlar Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2.Ölçeklerin Betimsel Özellikleri

Ölçekler	*N*	*Ort.*	*SS*	*En Düşük ve En Yüksek Ort. Değerler*	*Cronbach Alpha*
PCTKÖ				**1-5**	
Yoksunluk	356	3.17	.282	2.58-4.11	.89
Olumsuz Sonuçlar	356	1.91	.159	1.41-2.43	.87
Kontrol Problemi	356	3.11	.413	2.23-4.02	.86
Etkileşimden Kaçınma	356	1.63	.035	1.38-1.36	.83
BUÖ				**0-1**	
Gelecek ile İlgili Duygular ve Beklentiler	356	.314	.029	.163-.556	.73
Motivasyon Kaybı	356	.314	.044	.084-.657	.67
Umut	356	.285	.012	.157-.452	.73
AGÖ				**1-5**	
Kendini Aşma	356	3.26	.210	2.49-3.94	.69
Bilgiyi Kullanma	356	3.95	.152	3.27-4.40	.78
Keşif	356	2.83	.270	2.21-3.57	.75
YİYE-II				**1-7**	
Kaygı	356	3.80	.977	2.28-5.78	.89
Kaçınma	356	3.22	.240	2.36- 4.00	.90

Not: ∗p<.05, ∗∗p<.01 PÇTKÖ = Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeği, BUÖ= Beck Umutsuzluk Ölçeği, AGÖ= Akademik Güdülenme Ölçeği, YİYE-II=Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II

3.4 Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması

Bu çalışmada, ilk olarak araştırmada kullanılacak ölçeklere karar verilmiş ve ölçeklerin kullanımı için gerekli izinler alınmıştır. Veri toplama işlemine başlamadan Maltepe Üniversitesi Etik Kurulu'ndan gerekli etik kurul izni alınmıştır. Gerekli izinler tamamlandıktan sonra Google Drive üzerinden anket formu oluşturulmuştur. Bilgilendirilmiş Onam Formu araştırma linkine eklemiş olup ''Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum'' seçeneğini işaretleyen katılımcılar ile ankete devam edilmiştir. Ocak 2022 – Temmuz 2022 tarihleri arasında veri toplama işlemi tamamlanmıştır. Araştırma

anketini toplam 379 kişi yanıtlamıştır.

Araştırma sonucunda elde edilmiş olan tüm verilerin analizi için SPSS 26.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırmada yer alan katılımcıların, yaş, cinsiyet gibi demografik özelliklerini ve cep telefonu kullanım alanlarını değerlendirmek amacı ile frekans (f), yüzde (%), ortalama ve standart sapma (Ss) değerlerini tanımlayan betimleyici istatistiksel yöntemler kullanılmıştır.

Araştırmaya dahil edilme kriteri olarak 18-25 yaş arasında İstanbul'daki bir üniversitede öğrenci olma ve akıllı telefon kullanma sınırlaması getirilmiştir. Katılımcıların, belirlenen yaş kriterinin (18-25) dışında olması, üniversite öğrencisi olmaması, İstanbul dışında yaşaması ya da akıllı telefon kullanmaması çalışmanın dışlama kriterleridir.

Araştırmanın örneklemi için 379 kişiden veri toplanmıştır. Toplanan bu verilerin analize uygun olup olmadığı test edilmiş ve örneklem dışında (n=17) ve tutarsız yanıtlar (n=6) veriden temizlenmiştir. Verinin kriterlere uygun olacak şekilde temizlenmesi ile analizlerde 356 katılımcı verisi kullanılmıştır.

Araştırmada yer alan tüm değişkenler normallik varsayımını karşıladığı için parametrik analizler kullanılmıştır. Değişkenlerin normallik değerleri Tablo 4'te gösterilmiştir. Problemli cep telefonu kullanımı, umutsuzluk, akademik motivasyon ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Korelasyon Analizi, değişkenlerinin demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için ise Bağımsız Örneklem T-Testi ve Çok Değişkenli ANOVA (MANOVA) uygulanmıştır. Umutsuzluk düzeyleri, akademik motivasyon düzeyleri ve bağlanma stillerinin problemli cep telefonu kullanımını yordayıp yordamadığını belirlemek için de Çoklu Regresyon Analizi yapılmıştır. Aralarında ilişki bulunan ikiden çok değişkenden birinin bağımlı, ötekinin ise bağımsız değişken olduğu, araların bulunan korelasyonun matematiksel ifade ile açıklandığı analize regresyon analizi denmektedir (Büyüköztürk ve ark., 2019).

4. BULGULAR VE TARTIŞMA

4.1 Bulgular

Bu bölüm içerisinde araştırmanın amaçlarına uygun şekilde gerçekleştirilen istatistiksel analizlerin bulgularına yer verilmektedir.

4.1.1 Katılımcıların akıllı telefon kullanım özelliklerine dair betimsel istatistikler

Katılımcıların tamamında akıllı telefon bulunmaktadır. 204'ü (% 57.3) akıllı telefonunu en çok sosyal medyada gezinmek, 83'ü (% 23.3) iletişim kurmak-haberleşmek, 34'ü (%9.6) internette gezinmek ve 35'i(% 9.8) diğer (fotoğraf-video çekmek, oyun oynamak, müzik dinlemek, dizi izlemek, kitap-makale okumak) amaçlı kullanmaktadır. Katılımcıların 41'i (%11.5) akıllı telefonu ile 1- 2 saat vakit geçirdiğini belirtirken 144'ü (% 40.4) 3-4 saat, 108'i (%30.3) 5-6 saat ve 63'ü (%17.7) 7 saat ve daha fazla vakit geçirmektedir. Katılımcıların 293'ü (% 82.3) en çok sosyal medya uygulamaları kullandığını belirtirken 31'i (% 8.7) alış-veriş ve 32'si (%9.0) diğer uygulamaları (oyun, fotoğraf-video, harita, e-kitap, dil uygulamaları) kullandığını belirtmiştir. Katılımcıların akıllı telefon kullanımına dair betimsel özellikleri Tablo 3'de gösterilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların Akıllı Telefon Kullanımına Dair Betimsel Özellikler

Değişkenler	***N (356)***	***%***
Akıllı Telefon Kullanım Amaçları		
Sosyal medyada gezinmek	204	57.3
İletişim kurmak-haberleşmek	83	23.3
İnternette gezinmek	34	9.6
Diğer	35	9.8
Akıllı Telefon Kullanım Süresi		
1-2 saat	41	11.5
3-4 saat	144	40.4
5-6 saat	108	30.3
7 saat ve fazlası	63	17.7
Akıllı Telefon Uygulamaları		
Sosyal Medya	293	82.3
Alış-veriş Uygulamaları	31	8.7
Diğer	32	9.0

Ölçeklerin normal dağılıp dağılmadığını test etmek için Q-Q grafiği, kutu- çizgi grafiği ve çarpıklık-basıklık değerleri dikkate alınmış ve tüm ölçeklerin çarpıklık ve basıklık değerleri -1.5 ve + 1.5 arasında (Tabachnick ve Fidell, 2013) yer aldığı için normal dağıldığı kabul edilmiştir. Bu sebep ile araştırmada kullanılan analizler parametrik testler ile gerçekleştirilmiştir.

Tablo 4' de Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeği, Beck Umutsuzluk Ölçeği, Akademik Güdülenme Ölçeği ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II alt boyutları için çarpıklık-basıklık ve standart hata değerleri sunulmuştur.

Tablo 4. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	Çarpıklık		Basıklık	
	İstatistik	Std.Hata	İstatistik	Std. Hata
PÇTKÖ				
Yoksunluk	.002	.129	-.807	.258
Olumsuz Sonuçlar	1.137	.129	.875	.258
Kontrol Problemi	.090	.129	-.928	.258
Etkileşimden Kaçınma	1.376	.129	1.446	.258
BUÖ				
Gelecek ile İlgili Duygular ve Beklentiler	.783	.129	-.447	.258
Motivasyon Kaybı	.812	.129	.033	.258
Umut	.858	.129	-.122	.258
AGÖ				
Kendini Aşma	-.165	.129	-.641	.258
Bilgiyi Kullanma	-.535	.129	-.348	.258
Keşif	.132	.129	.720	.258
YİYE-II				
Kaygı	.056	.129	-.529	.258
Kaçınma	-.019	.129	-.448	.258

4.1.2 Korelasyon sonuçları

Araştırmada Pearson Korelasyon analizi ile Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeği alt boyutları olan ''Yoksunluk, Olumsuz Sonuç, Kontrol Problemi, Etkileşimden

Kaçınma’’; Beck Umutsuzluk Ölçeği alt boyutları olan ‘’Gelecek ile İlgili Duygular ve Beklentiler, Motivasyon Kaybı, Umut’’; Akademik Güdülenme Ölçeği alt boyutları olan ‘’Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma, Keşif’’ ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II alt boyutları olan ‘’Kaygı ve Kaçınma’’ arasındaki ilişkiler incelenmiş olup analiz sonuçları Tablo 5’de sunulmuştur.

Tablo 5. Araştırmanın Değişkenleri Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.Yoksunluk	1											
2.Olumsuz Sonuç	.34**	1										
3.Kontrol Problemi	.58**	.65**	1									
4.Etkileşimden Kaçınma	.25**	.54**	.39**	1								
5.Gelecekle İlgili Duygu ve Beklentiler	.11**	.24**	.19**	.14**	1							
6.Motivasyon Kaybı	.08	.30**	.20**	.21**	.64**	1						
7.Umut	.07	.27**	.21**	.17**	.71**	.61**	1					
8.Kendini Aşma	-.12*	-.31**	-.27**	-.23**	-.27**	-.27**	-.37**	1				
9.Bilgiyi Kullanma	-.06	-.34**	-.23**	-.30**	-.31**	-.32**	-.42**	.73**	1			
10.Keşif	-.09	-.30**	-.27**	-.11*	-.23**	-.20**	-.33**	.76**	.65**	1		
11.Kaygı	.28**	.31**	.38**	.14**	.28**	.27**	.23**	-.22**	-.19**	-.19**	1	
12.Kaçınma	.06	.27**	.12*	.31**	.16**	.18**	.23**	-.23**	-.32**	-.19**	.30**	1

*p<.05, **p<.01

Analiz sonuçlarına göre, PCTKÖ'nün Yoksunluk alt boyutu ile Olumsuz Sonuçlar alt boyutu (r =.34, p <.01), Kontrol Problemi alt boyutu (r =.58, p <.01), Etkileşimden Kaçınma alt boyutu (r =.25, p <.01) ; BUÖ'nün Gelecekle İlgili Duygular Ve Beklentiler alt boyutu (r =.11, p < .01) ve YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =.28, p < .01) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. PCTKÖ'nün Yoksunluk alt boyutu ile AGÖ'nün Kendini Aşma alt boyutu (r =-.12, p < .05) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. PCTKÖ'nün yoksunluk alt boyutu ile BUÖ'nün Motivasyon Kaybı ve Umut alt boyutları; AGÖ'nün Bilgiyi Kullanma ve Keşif alt boyutları; YİYE II'nin Kaçınma alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

PCTKÖ'nün Olumsuz Sonuçlar alt boyutu ile Kontrol Problemi alt boyutu (r =.65, p <.01), Etkileşimden Kaçınma alt boyutu (r =.54, p <.01) ; BUÖ'nün Gelecekle İlgili Duygular Ve Beklentiler alt boyutu (r =.24, p <.01), Motivasyon Kaybı alt boyutu (r =.30, p <.01), ve Umut alt boyutu (r =.27, p <.01); YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =.31, p <.01) ve Kaçınma alt boyutu (r =.27, p <.01) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. PCTKÖ'nün Olumsuz Sonuçlar alt boyutu ile AGÖ'nün Kendini Aşma alt boyutu (r =-.31, p <.01) Bilgiyi Kullanma alt boyutu (r =-.34, p <.01), Keşif alt boyutu (r =-.30, p <.01) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

PÇTKÖ'nün Kontrol Problemi alt boyutu ile Etkileşimden Kaçınma alt boyutu (r =.39, p <.01); BUÖ'nün Gelecekle İlgili Duygular Ve Beklentiler alt boyutu (r =.19, p <.01), Motivasyon Kaybı alt boyutu (r =.20, p <.01) ve Umut alt boyutu (r =.21, p <.01); YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =.38, p <.01), Kaçınma alt boyutu (r =.12, p <.05) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. PÇTKÖ'nün Kontrol Problemi alt boyutu ile AGÖ'nün Kendini Aşma alt boyutu (r =-.27, p <.01) Bilgiyi Kullanma alt boyutu (r =-.23, p <.01), Keşif alt boyutu (r =-.27, p <.01) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

PÇTKÖ'nün Etkileşimden Kaçınma alt boyutu ile BUÖ'nün Gelecekle İlgili Duygular ve Beklentiler alt boyutu (r =.14, p <.01), Motivasyon Kaybı alt boyutu (r =.21, p <.01) ve Umut alt boyutu (r =.17, p <.01); YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =.14, p <.01), Kaçınma alt boyutu (r =.31, p <.05) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. PÇTKÖ'nün Etkileşimden Kaçınma alt boyutu ile AGÖ'nün Kendini Aşma alt boyutu (r

=-.23, p <.01) Bilgiyi Kullanma alt boyutu (r =-.30, p <.01), Keşif alt boyutu (r =-.11, p <.05) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

BUÖ'nün Gelecekle İlgili Duygular ve Beklentiler alt boyutu ile Motivasyon Kaybı alt boyutu (r =.64, p <.01), Umut alt boyutu (r =.71, p <.01); YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =.28, p <.01), Kaçınma alt boyutu (r =.16, p <.05) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. BUÖ'nün Gelecekle İlgili Duygular ve Beklentiler alt boyutu ile AGÖ' nün Kendini Aşma alt boyutu (r =-.27, p <.01) Bilgiyi Kullanma alt boyutu (r =-.31, p <.01), Keşif alt boyutu (r =-.23, p <.01) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. BUÖ'nün Motivasyon Kaybı alt boyutu ile Umut alt boyutu (r =.61, p <.01); YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =.27, p <.01), Kaçınma alt boyutu (r =.18, p <.05) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. BUÖ'nün Motivasyon Kaybı alt boyutu ile AGÖ'nün Kendini Aşma alt boyutu (r =-.27, p <.01) Bilgiyi Kullanma alt boyutu (r =-.32, p <.01), Keşif alt boyutu (r =-.20, p <.01) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

BUÖ'nün Umut alt boyutu ile YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =.23, p <.01), Kaçınma alt boyutu (r =.23, p <.05) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. BUÖ'nün Umut alt boyutu ile AGÖ'nün Kendini Aşma alt boyutu (r =-.37, p <.01) Bilgiyi Kullanma alt boyutu (r =-.42, p <.01), Keşif alt boyutu (r =-.33, p <.01) arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

AGÖ'nün Kendini Aşma alt boyutu ile Bilgiyi Kullanma alt boyutu (r =.73, p <.01), Keşif alt boyutu (r =.76 p <.01) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. AGÖ'nün Kendini Aşma alt boyutu ile YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =-.22, p <.01), Kaçınma alt boyutu (r =-.23, p <.01) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

AGÖ'nün Bilgiyi Kullanma alt boyutu ile Keşif alt boyutu **(**r =.65 p <.01) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. AGÖ'nün Bilgiyi Kullanma alt boyutu ile YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =-.19, p <.01), Kaçınma alt boyutu (r =-.32, p <.01) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

AGÖ'nün Keşif alt boyutu ile YİYE II'nin Kaygı alt boyutu (r =-.19, p <.01), Kaçınma alt boyutu (r =-.19, p <.01) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

YİYE II'nin Kaygı alt boyutu ile Kaçınma alt boyutu (*r* =30, *p* <.01) arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

4.1.3 Çoklu doğrusal regresyon analiz sonuçları

356 kişiden oluşan örneklemde problemli cep telefonu kullanımını yordayan faktörleri incelemek amacı ile çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Bu analizdeki bağımlı değişken; Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeği (PCTKÖ) ile elde edilen problemli cep telefonu kullanım düzeyidir. Çalışmanın bağımsız değişkenleri ise Akademik Güdülenme Ölçeği (AGÖ) ile elde edilen akademik motivasyon düzeyi, Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) ile elde edilen umutsuzluk düzeyi ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II (YİYE II) ile elde edilen bağlanma stilleridir. Çoklu doğrusal regresyon analiz sonucu Tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6.Çoklu Doğrusal Regresyon Analiz Sonuçları

Değişkenler	B	Standart Hata	β	t	p	İkili r	Kısmi r
1. Prob. Cep Tel. Kullanımı (Sabit)	2.170	.260		8.354	.000		
2. Akademik Güdülenme	-.169	.051	-.176	-3.298	.001	-.304	-.170
3.Umutsuzluk	.307	.164	.101	1.877	.061	.262	.100
4.Bağlanma Stilleri	.234	.043	.285	5.485	.000	.373	.280
R = .432	R^2 = .186						
F(3,352) =26.851	Düzeltilmiş R^2 = 0.672 p <.005						

Tablo 6'da yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında regresyon denkleminin varyans analizi sonucuna göre anlamlı olduğu görülmektedir (F (3,352) = 26.851; p < .005). Yapılan analiz sonucunda akademik motivasyon, umutsuzluk değişken düzeyleri ve bağlanma stilleri birlikte, problemli cep telefonu kullanım puanları ile anlamlı düzeyde bir ilişki vermektedir (R =.432; R^2 =.186). Adı geçen üç değişken birlikte problemli cep telefonu kullanım puanlarındaki varyansın yaklaşık % 19'unu (p<.05 düzeyinde anlamlı) açıklamaktadır.

Bağlanma stilleri (β = *.285; p* < .05) ve umutsuzluk (β =.101; p < .05) değişkeninin problemli cep telefonu kullanım düzeylerinin anlamlı ve olumlu; akademik motivasyon (β = -.176; p < .05) değişkeninin ise anlamlı ve olumsuz yönde yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Yordayıcı değişkenlerin problemli cep telefonu kullanımı üzerindeki önem sıraları analiz edilmiştir ve öncelikli olarak bağlanma stilleri β = .285, kısmi r = *.280,* akademik güdülenme β = -.176, kısmi r = -.170 ve umutsuzluk β = .101, kısmi r = .100 önem sırası elde edilmiştir

4.1.4 Araştırma değişkenleri ile demografik değişkenlerin karşılaştırılması

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin araştırma değişkenlerinin (problemli cep telefonu kullanımı, umutsuzluk, akademik motivasyon ve bağlanma türleri) bazı demografik özelliklerine göre (cinsiyet, yaş, üniversite durumu, sınıf düzeyi, akıllı telefonu ile geçirdiği süre, akıllı telefon kullanım amacı) nasıl farklılaştığı incelenmiştir

4.1.4.1 Araştırma değişkenlerinin cinsiyete göre incelendiği bağımsız örneklem t-testi sonuçları

Analiz sonuçlarına göre öncelikle PCTKÖ' nün alt boyutlarından Etkileşimden Kaçınma puanı cinsiyete göre anlamlı farklılaşma göstermektedir [t (354) = 2.59, p<.05]. Bulgulara göre erkeklerin (*Ort.* =1.82, *SS* = .852) Etkileşimden Kaçınma düzeyleri kadınlara (*Ort.* =1.56, *SS* = .689) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

AGÖ' nün alt boyutlarından Kendini Aşma puanı cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma göstermektedir [t(354) = -1.96, p<.05]. Bulgulara göre kadınların (*Ort.* =3.32, *SS* = .944) Kendini Aşma düzeyleri erkeklere (*Ort.* =3.09, *SS*= .924) göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

AGÖ' nün alt boyutlarından Bilgiyi Kullanma puanı cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma göstermektedir [t(354) = -2.76, p<.01].Bulgulara göre kadınların (*Ort.* =4.01, *SS* =.723) Bilgiyi Kullanma düzeyleri erkeklere (*Ort.* = 3.76, *SS* = .821) göre anlamlı düzeyde yüksektir.

YİYE II'nin alt boyutlarından Kaygı puanı cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma göstermektedir [*t*(354) = -2.02, *p*<.05].Bulgulara göre kadınların (*Ort.* =3.87, *SS* =1.07) Kaygı düzeyleri erkeklere (*Ort.* = 3.60, *SS* = 1.05) göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre PCTKÖ' nün alt boyutlarından Yoksunluk, Olumsuz Sonuç, Kontrol Problemi; BUÖ' nün alt boyutlarından Gelecekle İlgili Duygu ve Beklentiler, Motivasyon Kaybı, Umut; AGÖ' nün alt boyutlarından Keşif ve YİYE II' nin alt boyutlarından Kaçınma cinsiyete göre anlamlı farklılaşma göstermemektedir. Bulgular Tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkeni Açısından T-Testi Analiz Değerleri

	Kadın (n=267)		**Erkek (n =89)**			
Ölçekler						
	Ort.	***ss***	***Ort.***	***ss***	***t***	***p***
Yoksunluk	3.19	1.01	3.10	.959	-.68	.496
Olumsuz Sonuç	1.88	.819	2.00	.937	1.10	.270
Kontrol Prob.	3.10	.972	3.14	1.03	.28	.773
Etk. Kaçınma	1.56	.689	1.82	.852	2.59	.011*
Gelecekle İlgili Duygu ve Beklenti	.307	.302	.334	.315	.74	.460
Motivasyon Kaybı	.320	.238	.293	.216	-.95	.342
Umut	.272	.266	.322	.289	1.49	.136
Kendini Aşma	3.32	.944	3.09	.924	-1.96	.040*
Bilgiyi Kullanma	4.01	.723	3.76	.821	-2.76	.006*
Keşif	2.86	.758	2.72	.699	-1.59	.111
Kaygı	3.87	1.07	3.60	1.05	-2.02	.044*
Kaçınma	3.17	1.08	3.36	.995	1.44	.149

4.1.4.2 Araştırma değişkenlerinin üniversite türüne göre incelendiği bağımsız örneklem t- testi

Analiz sonuçlarına göre öncelikle PCTKÖ' nün alt boyutlarından Olumsuz Sonuç puanı üniversite türüne göre anlamlı bir farklılaşma göstermektedir [*t*(354) = -2.06, *p*<.05]. Bulgulara göre devlet üniversitesi öğrencilerinin (*Ort.* =2.13, *SS* =.1.01) Olumsuz Sonuç düzeyleri özel üniversite öğrencilerine (*Ort.* =1.87, *SS* = .814) göre anlamlı düzeyde

yüksektir.

PCTKÖ' nün alt boyutlarından Etkileşimden Kaçınma puanı üniversite türüne göre anlamlı bir farklılaşma göstermektedir [$t(354) = -2.86$, $p<.01$]. Bulgulara göre devlet üniversitesi öğrencilerinin (*Ort.* =1.93, *SS* = .866) Etkileşimden Kaçınma düzeyleri özel üniversite öğrencilerine (*Ort.* =1.57, *SS* = .704) göre anlamlı düzeyde yüksektir.

AGÖ' nün alt boyutlarından Bilgiyi Kullanma puanı üniversite türüne göre anlamlı bir farklılaşma göstermektedir [$t(354) = 2.88$, $p<.01$]. Bulgulara göre özel üniversitesi öğrencilerinin (*Ort*= 4.00, *SS* =.735) Bilgiyi Kullanma düzeylerinin devlet üniversitesi öğrencilerine (*Ort*= 3.68, *SS* =.816) göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre PCTKÖ' nün alt boyutlarından Yoksunluk, Kontrol Problemi; BUÖ' nün alt boyutlarından Gelecekle İlgili Duygu ve Beklentiler, Motivasyon Kaybı, Umut; AGÖ' nün alt boyutlarından Kendini Aşma, Keşif; YİYE II' nin alt boyutlarından Kaygı ve Kaçınma üniversite türüne göre anlamlı farklılaşma göstermemektedir. Bulgular Tablo 8'de gösterilmiştir.

Tablo 8. Katılımcıların Ölçek Puanlarının Üniversite Türü Açısından T-Testi Analiz Değerleri

	Özel (n=302)		**Devlet (n=54)**			
Ölçekler						
	Ort.	***ss***	***Ort.***	***ss***	***t***	***p***
Yoksunluk	3.15	.978	3.27	1.13	-.81	.413
Olumsuz Sonuç	1.87	.814	2.13	1.01	-2.06	.039*
Kontrol Prob.	3.08	.972	3.29	1.05	-1.44	.149
Etk. Kaçınma	1.57	.704	1.93	.866	-2.86	.006*
Gelecekle İlgili Duygu ve Beklenti	.317	.312	.292	.265	.62	.533
Motivasyon Kaybı	.311	.234	.326	.224	-.42	.670
Umut	.284	.268	.288	.298	-.08	.929
Kendini Aşma	3.30	.915	3.06	1.07	1.71	.087
Bilgiyi Kullanma	4.00	.735	3.68	.816	2.88	.004*
Keşif	2.84	739	2.76	.786	.67	.504
Kaygı	3.78	1.06	3.94	1.13	-1.00	.317
Kaçınma	3.18	1.07	3.44	1.01	-1.64	.101

4.1.5 MANOVA analiz sonuçları

Bu bölümde PCTKÖ, BUÖ, AGÖ ve YİYE II' nin puanlarının bazı değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile MANOVA analizi uygulanmıştır.

4.1.5.1 Yaş değişkenine göre MANOVA analiz sonuçları

PCTKÖ ve YİYE II' nin puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve varyans homojenliğinin ($p>.05$) sağlanmadığı görüldüğü için MANOVA analizi uygulanmamıştır.

BUÖ' nün puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre varyans homojenliği ($p>.05$) sağlansa da bağımlı değişkenlerin doğrusal kombinasyonu üzerinde anlamlı bir fark bulunma şartı ($p<.05$) sağlanmadığı için MANOVA analizi uygulanmamıştır.

AGÖ' nün puanlarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile MANOVA analizi uygulanmıştır.

Tablo 9.MANOVA Analizi Sonuçları

Değişken	***Gruplar***	***N***	***M***	***SS***	***Sd***	***F***	***p***
Kendini	18	23	2.87	.871		.910	.00*
Aşma	19	46	3.05	.862			
	20	63	3.09	.916			
	21	67	3.22	.748	7-348		
	22	57	3.18	1.00			
	23	45	3.76	.936			
	24	25	3.32	1.10			
	25	30	3.76	.951			
Bilgiyi	18	23	3.30	.796			
Kullanma	19	46	3.89	.630			
	20	63	3.97	.687			
	21	67	3.96	.742	7-348		
	22	57	3.93	.743			
	23	45	4.20	.734			
	24	25	3.87	.922			
	25	30	4.25	.722			
Keşif	18	23	2.78	.770			
	19	46	2.68	.679			
	20	63	2.67	.724			
	21	67	2.75	.603	7-348		
	22	57	2.73	.706			
	23	45	3.27	.785			
	24	25	2.92	.792			
	25	30	3.10	.878			

Varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre (F(7,348)=.910, p=.637) varyans homojenliğinin sağlandığı gözlemlenmiştir. AGÖ' nün alt boyutları ''Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif'' puanları üzerinden yapılan MANOVA analizlerine göre yaş değişkeninin; Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif puanları bakımından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Roy's Largest eta-kare değeri 0.105 bulunmuştur. Bağımlı değişkenlerindeki değişimin yaklaşık %10'unu grup değişkeni tarafından açıklanmaktadır. ($\Lambda_{largest}$) = .117, F (7,348) = .910

Analiz sonuçlarına göre yaş değişkeninin ''Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif '' üzerinde bir etkisi olduğu görülmüştür [Roy's λ = .11; Multivariate *F* (7,348) =.910, p<.01, η2= .000].

Yaşı 25 (*Ort.* = 3.76, *SS* =.951) ve 23 (*Ort.* = 3.76, *SS* =.936) olan katılımcıların kendini aşma puan ortalamaları, yaşı 24 (*Ort.* = 3.32, *SS* =1.10), 21 (*Ort.* = 3.22, *SS* =.748), 22

(*Ort.* = 3.18, *SS* =1.00), 20 (*Ort.* = 3.09, *SS* =.916), 19 (*Ort.* = 3.05, *SS* =.862) ve 18 (*Ort.* = 2.87, *SS* =.871) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Yaşı 25 (*Ort.* = 4.25, *SS* =.722) olan katılımcıların bilgiyi kullanma puan ortalamaları, yaşı 23 (*Ort.* = 4.20, *SS* =.734), 20 (*Ort.* = 3.97, *SS* =.687), 21 (*Ort.* = 3.96, *SS* =.742), 22 (*Ort.* = 3.93, *SS* =.743) ,19(*Ort.* = 3.89, *SS* =.630), 24 (*Ort.* = 3.87, *SS* =.922) ve 18 (*Ort.* = 3.30, *SS* =.796) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Yaşı 23 (*Ort.* = 3.27, *SS* =.785) olan katılımcıların keşif puan ortalamaları, yaşı 25 (*Ort.* = 3.10, *SS* =.878), 24 (*Ort.* = 2.92, *SS* =.792), 18 (*Ort.* = 2.78, *SS* =.770), 21(*Ort.* = 2.75, *SS* =.603), 22 (*Ort.* = 2.73, *SS* =.706), 19 (*Ort.* = 2.68, *SS* =.679) ve 20 (*Ort.* = 2.67, *SS* =.724) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir. Tablo 20 Ek-1'de gösterilmiştir.

4.1.5.2 Sınıf değişkenine göre MANOVA analiz sonuçları

PCTKÖ' nün puanlarının sınıf değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre varyans homojenliğinin ($p>.05$) sağlanmadığı görüldüğü için MANOVA analizi uygulanmamıştır.

BUÖ' nün puanlarının sınıf değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre varyans homojenliği ($p>.05$) sağlansa da bağımlı değişkenlerin doğrusal kombinasyonu üzerinde anlamlı bir fark bulunma şartı ($p<.05$) sağlanmadığı için MANOVA analizi uygulanmamıştır.

AGÖ' nün puanlarının sınıf değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile MANOVA analizi uygulanmıştır.

Tablo 10.MANOVA Analizi Sonuçları

Değişken	***Gruplar***	***N***	***M***	***SS***	***Sd***	***F***	***p***
Kendini	Hazırlık					1.01	.00*
Aşma		16	2.80	.887			
	1.sınıf	120	3.19	.989	5-350		
	2.sınıf	67	3.17	.842			
	3.sınıf	67	3.18	.796			
	4.sınıf	53	3.39	1.74			
	Yüksek Lisans	33	3.96	.735			
Bilgiyi							
Kullanma	Hazırlık	16	3.43	.807			
	1.sınıf	120	3.88	.762	5-350		
	2.sınıf	67	3.93	.702			
	3.sınıf	67	3.95	.706			
	4.sınıf	53	4.04	.842			
	Yüksek Lisans	33	4.36	.575			
Keşif	Hazırlık	16	2.80	.763			
	1.sınıf	120	2.73	.740	5-350		
	2.sınıf	67	2.83	.621			
	3.sınıf	67	2.70	.759			
	4.sınıf	53	2.99	.803			
	Yüksek Lisans	33	3.19	.766			

Varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre (F(5,350)=1.01, p=.451) varyans homojenliğinin sağlandığı gözlemlenmiştir. AGÖ' nün alt boyutları ''Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif'' puanları üzerinden yapılan MANOVA analizlerine göre sınıf değişkeninin; Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif puanları bakımından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Roy's Largest eta-kare değeri 0.079 bulunmuştur. Bağımlı değişkenlerindeki değişimin %7.9 'unu grup değişkeni tarafından açıklanmaktadır. ($\Lambda_{largest}$) = .085, F (5,350) = 1.01

Analiz sonuçlarına göre sınıf değişkeninin ‘’Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif ‘’ üzerinde bir etkisi olduğu görülmüştür [Roy’s λ = .08; Multivariate *F* (5,350) =1.01, p<.01, η2= .000].

Sınıf değişkeni yüksek lisans olan katılımcıların (*Ort.* = 3.96, *SS* =.735) kendini aşma puan ortalamaları, sınıfı 4. Sınıf (*Ort.* =3.39, *SS* =1.74), 1.sınıf (*Ort.* =3.19, *SS* =.989), 3.sınıf (*Ort.* =3.18, *SS* =.796) , 2.sınıf (*Ort.* =3.17, *SS* =.842) ve hazırlık (*Ort.* =2.80, *SS* =.887) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Sınıf değişkeni yüksek lisans olan katılımcıların (*Ort.* = 4.36, *SS* =.575) bilgiyi kullanma puan ortalamaları, sınıfı 4.sınıf (*Ort.* = 4.04, *SS* =.842), 3.sınıf (*Ort.* = 3.95, *SS* =.706), 2.sınıf (*Ort.* = 3.93, *SS* =.702), 1.sınıf (*Ort.* = 3.88, *SS* =.762) ve hazırlık (*Ort.* = 3.43, *SS* =.807) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Sınıf değişkeni yüksek lisans olan katılımcıların (*Ort.*=3.19, *SS*=.766) keşif puan ortalamaları, sınıfı 4.sınıf (*Ort.* = 2.99, *SS* =.803), 2.sınıf (*Ort.* = 2.83, *SS* =.621), hazırlık (*Ort.* = 2.80, *SS* =.763), 1.sınıf (*Ort.* = 2.73, *SS* =.740) ve 3.sınıf (*Ort.* = 2.70, *SS* =.759) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir. Tablo 21 Ek-2 ’de gösterilmiştir.

YİYE II’ nin puanlarının sınıf değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile MANOVA analizi uygulanmıştır.

Tablo 11.MANOVA Analizi Sonuçları

Değişken	***Gruplar***	***N***	***M***	***SS***	***Sd***	***F***	***p***
Kaygı	Hazırlık	16	3.81	1.14		.756	.00*
	1.sınıf	120	4.02	1.06	5-350		
	2.sınıf	67	3.66	1.02			
	3.sınıf	67	3.90	1.17			
	4.sınıf	53	3.73	.999			
	Yüksek Lisans	33	3.26	1.08			
Kaçınma	Hazırlık	16	3.13	1.07			
	1.sınıf	120	3.28	1.09	5-350		
	2.sınıf	67	3.39	.920			
	3.sınıf	67	3.16	.933			
	4.sınıf	53	3.48	1.12			
	Yüksek Lisans	33	2.46	1.14			

Varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre (F(5,350)=.756, p=.728) varyans homojenliğinin sağlandığı gözlemlenmiştir. YİYE II'nin alt boyutları ''Kaygı ve Kaçınma''puanları üzerinden yapılan MANOVA analizlerine göre sınıf değişkeninin; Kaygı ve Kaçınma puanları bakımından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Roy's Largest eta-kare değeri 0.066 bulunmuştur. Bağımlı değişkenlerindeki değişimin %6.6 'sını grup değişkeni tarafından açıklanmaktadır. ($\Lambda_{largest}$) = .066, F (5,350) = .756

Analiz sonuçlarına göre sınıf değişkeninin 'Kaygı ve Kaçınma '' üzerinde bir etkisi olduğu görülmüştür [Roy's λ = .07; Multivariate *F* (5,350) =.756, p<.01, η2= .000].

Sınıf değişkeni 1.sınıf olan katılımcıların (*Ort.* = 4.02, *SS* =1.06) kaygı puan ortalamaları, sınıfı 3. Sınıf (*Ort.* =3.90, *SS* =1.17), hazırlık (*Ort.* =3.81, *SS* =1.14), 4.sınıf (*Ort.* =3.73, *SS* =.999), 2.sınıf (*Ort.* =3.66, *SS* =1.02) ve yüksek lisans (*Ort.* =3.26, *SS* =.1.08) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Sınıf değişkeni 4.sınıf olan katılımcıların (*Ort.*=3.48, *SS*=1.12) kaçınma puan ortalamaları, sınıfı 2.sınıf (*Ort.* = 3.39, *SS* =.920), 1.sınıf (*Ort.* = 3.28, *SS* =1.09), 3.sınıf

(*Ort.* = 3.16, *SS* =.933), hazırlık (*Ort.* = 3.13, *SS* =1.07) ve yüksek lisans (*Ort.* = 2.46, *SS* =1.14) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir. Tablo 22 Ek-3'de gösterilmiştir.

4.1.5.3 Akıllı telefon kullanım amacına göre MANOVA analiz sonuçları

PCTKÖ'nün puanlarının akıllı telefon kullanım amaçlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuçlara göre varyans homojenliğinin (p>.05) sağlanmadığı görüldüğü için MANOVA analizi uygulanmamıştır.

BUÖ' nün puanlarının akıllı telefon kullanım amaçlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre varyans homojenliğinin (p>.05) sağlanmadığı görüldüğü için MANOVA analizi uygulanmamıştır.

AGÖ'nün puanlarının akıllı telefon kullanım amaçlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile MANOVA analizi uygulanmıştır.

Tablo 12.MANOVA Analizi Sonuçları

Değişken	***Gruplar***	***N***	***M***	***SS***	***Sd***	***F***	***p***
Kendini Aşma	Sosyal medyada gezinmek	204	3.10	.902		1.20	.00*
	İletişim- haberleşme	83	3.72	.871			
	İnternette gezinmek	34	3.13	1.07	3-352		
	Diğer	35	3.32	.895			
Bilgiyi Kullanma	Sosyal medyada gezinmek	204	3.82	.771			
	İletişim- haberleşme	83	4.30	.658			
	İnternette gezinmek	34	3.86	.860	3-352		
	Diğer	35	4.02	.488			
Keşif	Sosyal medyada gezinmek	204	2.68	.701			
	İletişim-haberleşme	83	3.22	.690			
	İnternette gezinmek	34	2.81	.850	3-352		
	Diğer	35	2.81	.716			

Varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre (F(3,352)=1.20, p=.249) varyans homojenliğinin sağlandığı gözlemlenmiştir. AGÖ' nün alt boyutları ''Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif'' puanları üzerinden yapılan MANOVA analizlerine göre telefon kullanım amaçlarının; Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif puanları bakımından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Roy's Largest eta-kare değeri 0.097 bulunmuştur. Bağımlı değişkenlerindeki değişimin yaklaşık %10'unu grup değişkeni tarafından açıklanmaktadır. ($\Lambda_{largest}$) = .107, F (3,352) = 1.20

Analiz sonuçlarına göre telefon kullanım amaçlarının ''Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif '' üzerinde bir etkisi olduğu görülmüştür [Roy's λ = .10; Multivariate *F* (3,352) =1.20, p<.01, η2= .000].

Akıllı telefon kullanım amaçları iletişim kurmak-haberleşmek olan katılımcıların (*Ort.* = 3.72, *SS* =.871) kendini aşma puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım amaçları diğer (*Ort.* = 3.32, *SS* =.895), internette gezinmek (*Ort.* =3.13, *SS* =1.07) ve sosyal medyada

gezinmek (*Ort.* = 3.10, *SS*= .902) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Akıllı telefon kullanım amaçları iletişim kurmak-haberleşmek olan katılımcıların (*Ort.* = 4.30, *SS* =.658) bilgiyi kullanma puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım amaçları diğer (*Ort.*=4.02, *SS*= .488) , internette gezinmek (*Ort.*=3.86, *SS*= .860) ve sosyal medyada gezinmek (*Ort.*=3.82, *SS*= .771) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Akıllı telefon kullanım amaçları iletişim kurmak-haberleşmek olan katılımcıların (*Ort.* = 3.22, *SS* =.690) keşif puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım amaçları internette gezinmek (*Ort.* = 2.81, *SS* =.850), diğer (*Ort.* = 2.81, *SS* =.716) ve sosyal medyada gezinmek (*Ort.* = 2.68, *SS*= .701) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir. Tablo 23 Ek-4'de gösterilmiştir.

YİYE II' nin puanlarının akıllı telefon kullanım amaçlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile MANOVA analizi uygulanmıştır.

Tablo 13.MANOVA Analiz Sonuçları

Değişken	***Gruplar***	***N***	***M***	***SS***	***Sd***	***F***	***p***
Kaygı	Sosyal medyada gezinmek	204	3.92	1.10		1.54	.01*
	İletişim- haberleşme	83	3.51	1.00			
	İnternette gezinmek	34	3.91	1.15	3-352		
	Diğer	35	3.71	1.08			
Kaçınma	Sosyal medyada gezinmek	204	3.28	1.04			
	İletişim- haberleşme	83	2.92	1.07			
	İnternette gezinmek	34	3.28	1.22	3-352		
	Diğer	35	3.52	.902			

Varyans homojenliği için Box'ın M testi yapılmış ve sonuca göre (F (3,352) =1.54, p=.129) varyans homojenliğinin sağlandığı gözlemlenmiştir. YİYE II'nin alt boyutları ''Kaygı ve Kaçınma'' puanları üzerinden yapılan MANOVA analizlerine göre telefon

kullanım amaçlarının; Kaygı ve Kaçınma puanları bakımından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Roy's Largest eta-kare değeri 0.036 bulunmuştur. Bağımlı değişkenlerindeki değişimin % 3.6'sı grup değişkeni tarafından açıklanmaktadır. ($\Lambda_{largest}$) = .036, F (3,352) = 1.54.

Analiz sonuçlarına göre telefon kullanım amaçlarının ''Kaygı ve Kaçınma'' üzerinde bir etkisi olduğu görülmüştür [Roy's λ = .04; Multivariate *F* (3, 352) =1.54, p<.05, η2= .001].

Akıllı telefon kullanım amaçları sosyal medyada gezinmek olan katılımcıların (*Ort.* = 3.92, *SS*= 1.10) kaygı puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım amaçları internette gezinmek (*Ort.* = 3.91, *SS*= 1.15), diğer (*Ort.* = 3.71, *SS*= 1.08) ve iletişim kurmak-haberleşmek (*Ort.* = 3.51, *SS*= 1.00) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Akıllı telefon kullanım amaçları diğer olan katılımcıların (*Ort.* = 3.52, *SS*= .902) kaçınma puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım amaçları sosyal medyada gezinmek (*Ort.* = 3.28, *SS*= 1.04), internette gezinmek (*Ort.* = 3.28, *SS*= 1.22) ve iletişi kurmak-haberleşmek (*Ort.* = 2.92, *SS*= 1.07) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir. Tablo 14'de gösterilmiştir.

Tablo 14.MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Değişken	***Gruplar***		***Ort.***	***ss***	***p***
Kaygı	Sosyal medyada gezinmek	İletişim kurmak-haberleşmek	.41*	.139	.019
		İnternette gezinmek	.02	.198	1.00
		Diğer	.22	.196	.685
	İletişim kurmak-haberleşmek	Sosyal medyada gezinmek	- .41*	.139	.019
		İnternette gezinmek	-.39	.218	.274
		Diğer	-.19	.215	.810
	İnternette gezinmek	Sosyal medyada gezinmek	-.02	.198	1.00
		İletişim kurmak-haberleşmek	.39	.218	.274
		Diğer	.20	.257	.864
	Diğer	Sosyal medyada gezinmek	-.22	.196	.685
		İletişim kurmak-haberleşmek	.19	.215	.810
		İnternette gezinmek	-.20	.257	.864
Kaçınma	Sosyal medyada gezinmek	İletişim kurmak-haberleşmek	.36*	.138	.044
		İnternette gezinmek	.00	.196	1.00
		Diğer	-.24	.193	.602
	İletişim kurmak-haberleşmek	Sosyal medyada gezinmek	-.36*	.138	.044
		İnternette gezinmek	-.36	.215	.348
		Diğer	-.60*	.213	.026
	İnternette gezinmek	Sosyal medyada gezinmek	-.00	.196	1.00
		İletişim kurmak-haberleşmek	.36	.215	.348
		Diğer	-.24	.254	.772
	Diğer	Sosyal medyada gezinmek	.24	.193	.602
		İletişim kurmak-haberleşmek	.60*	.213	.026
		İnternette gezinmek	.24	.254	.772

4.1.5.4 Akıllı telefon kullanım süresine göre MANOVA analiz sonuçları

PCTKÖ'nün puanlarının akıllı telefon kullanım süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuçlara göre varyans homojenliğinin (p>.05) sağlanmadığı görüldüğü için MANOVA analizi uygulanmamıştır

AGÖ' nün puanlarının akıllı telefon kullanım süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile MANOVA analizi uygulanmıştır.

Tablo 15.MANOVA Analiz Sonuçları

Değişken	***Gruplar***	***N***	***M***	***SS***	***Sd***	***F***	***p***
Kendini						1.56	.00*
Aşma	1-2 saat	41	3.36	.925			
	3-4 saat	144	3.53	.884	3-352		
	5-6 saat	108	3.11	.878			
	7 saat ve fazlası	63	2.88	1.03			
Bilgiyi							
Kullanma	1 -2 saat	41	3.98	.840			
	3-4 saat	144	4.10	.722	3-352		
	5-6 saat	108	3.84	.755			
	7 saat ve fazlası	63	3.80	.731			
Keşif							
	1-2 saat	41	3.00	.747			
	3-4 saat	144	3.00	.755	3-352		
	5-6 saat	108	2.66	.700			
	7 saat ve fazlası	63	2.63	.703			

Varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre (F(3,352)=1.56 , p=.060) varyans homojenliğinin sağlandığı gözlemlenmiştir. AGÖ' nün alt boyutları ''Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif'' puanları üzerinden yapılan MANOVA analizlerine göre telefon kullanım süresinin; Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif puanları bakımından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Roy's Largest eta-kare değeri 0.073 bulunmuştur. Bağımlı değişkenlerindeki değişimin % 7.3'ü grup değişkeni tarafından açıklanmaktadır. ($\Lambda_{largest}$) = .073, F (3,352) = 1.56

Analiz sonuçlarına göre telefon kullanım süresinin ''Kendini Aşma, Bilgiyi Kullanma ve Keşif ''üzerinde bir etkisi olduğu görülmüştür [Roy's λ = .08; Multivariate *F* (3,352) =1.56, p<.01, η2= .000].

Akıllı telefon kullanım süresi 3-4 saat olan katılımcıların (*Ort.* = 3.53, *SS* =.884) kendini aşma puan ortalamaları, akıllı telefon kullanımı 1-2 saat (*Ort.* = 3.36, *SS*= .925), 5-6 saat (*Ort.* = 3.11, *SS*= .878) ve 7 saat ve fazlası (*Ort.* =2.88, *SS* =1.03) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Akıllı telefon kullanım süresi 3-4 saat olan katılımcıların (*Ort.* = 4.10, *SS* =.722) bilgiyi kullanma puan ortalamaları, akıllı telefon kullanımı 1-2 saat (*Ort.* = 3.98, *SS* =.840), 5-6 saat (*Ort.* = 3.84, *SS* =.755) ve 7 saat ve fazlası (*Ort.* = 3.80, *SS* =.731) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Akıllı telefon kullanım süresi 1-2 saat (*Ort.* =3.00, *SS* =.747) ve 3-4 saat olan katılımcıların (*Ort.* = 3.00, *SS* =.755) keşif puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım süresi 5-6 saat (*Ort.* = 2.66, *SS*= .700) ve 7 saat ve fazlası (*Ort.* =2.63, *SS* =.703) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir. Tablo 25 Ek-5'de gösterilmiştir.

BUÖ' nün puanlarının akıllı telefon kullanım süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile MANOVA analizi uygulanmıştır.

Tablo 16.MANOVA Analiz Sonuçları

Değişken	**Gruplar**	**N**	**M**	**SS**	**Sd**	**F**	**p**
Gelecekle ilgili Duygu ve Beklentiler						1.08	.03*
	1-2 saat	41	.322	.296			
	3-4 saat	144	.268	.291	3-352		
	5-6 saat	108	.322	.310			
	7 saat ve fazlası	63	.400	.323			
Motivasyon Kaybı							
	1-2 saat	41	.268	.215			
	3-4 saat	144	.293	.228	3-352		
	5-6 saat	108	.340	.240			
	7 saat ve fazlası	63	.347	.239			
Umut							
	1-2 saat	41	.261	.247			
	3-4 saat	144	.248	.255	3-352		
	5-6 saat	108	.312	.280			
	7 saat ve fazlası	63	.340	.306			

Varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre (F(3,352)=1.08 , p=.371) varyans homojenliğinin sağlandığı gözlemlenmiştir. BUÖ' nün alt boyutları ''Gelecekle ilgili Duygular ve Beklentiler, Motivasyon Kaybı ve Umut '' puanları üzerinden yapılan MANOVA analizlerine göre telefon kullanım süresinin; Gelecekle

ilgili Duygular ve Beklentiler, Motivasyon Kaybı ve Umut puanları bakımından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Roy's Largest eta-kare değeri 0.025 bulunmuştur. Bağımlı değişkenlerindeki değişimin % 2.5'i grup değişkeni tarafından açıklanmaktadır. ($\Lambda_{largest}$) = .025, F (3,352) = 1.08.

Analiz sonuçlarına göre telefon kullanım süresinin ''Gelecekle ilgili Duygular ve Beklentiler, Motivasyon Kaybı ve Umut '' üzerinde bir etkisi olduğu görülmüştür [Roy's λ = .03; Multivariate *F* (3,352) =1.08, p<.05, η2= .027].

Akıllı telefon kullanım süresi 7 saat ve fazlası olan katılımcıların (*Ort.* = .400, *SS* =.323) gelecekle ilgili duygu ve beklentiler puan ortalamaları, akıllı telefon kullanımı 5-6 saat (*Ort.* = .322, *SS*= .310), 1-2 saat (*Ort.* = .322, *SS*= .296) ve 3-4 saat (*Ort.* = .268, *SS*= .291) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Akıllı telefon kullanım süresi 7 saat ve fazlası olan katılımcıların (*Ort.* = .347, *SS* =.239) motivasyon kaybı puan ortalamaları, akıllı telefon kullanımı 5-6 saat (*Ort.* = .340, *SS*= .240), 3-4 saat (*Ort.* = .293, *SS*= .228) ve 1-2 saat (*Ort.* = .268, *SS*= .215) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Akıllı telefon kullanım süresi 7 saat ve fazlası olan katılımcıların (*Ort.* = .340, *SS* =.306) umut puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım süresi 5-6 saat (*Ort.* = .312, *SS*= .280), 1-2 saat (*Ort.* = .261, *SS*= .247) ve 3- 4 saat (*Ort.* = .248, *SS*= .255) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir. Tablo 17'de gösterilmiştir.

Tablo 17.MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Değişken	***Gruplar***		***Ort.***	***ss***	***p***
Gelecekle ilgili Duygu ve Beklentiler	1-2 saat	3-4 saat	.05	.054	.747
		5-6 saat	-.00	.056	1.00
		7 saat ve fazlası	-.08	.061	.575
	3-4 saat	1-2 saat	-.05	.054	.747
		5-6 saat	-.05	.039	.498
		7 saat ve fazlası	-.13*	.046	.022
	5-6 saat	1-2 saat	.00	.056	1.00
		3-4 saat	.05	.039	.498
		7 saat ve fazlası	-.08	.048	.370
	7 saat ve fazlası	1-2 saat	.08	.060	.575
		3-4 saat	.13*	.046	.022
		5-6 saat	.08	.048	.370
Motivasyon Kaybı	1-2 saat	3-4 saat	-.02	.041	.935
		5-6 saat	-.07	.043	.330
		7 saat ve fazlası	-.08	.047	.328
	3-4 saat	1-2 saat	.02	.041	.935
		5-6 saat	-.05	.030	.371
		7 saat ve fazlası	-.05	.035	.403
	5-6 saat	1-2 saat	.07	.043	.330
		3-4 saat	.05	.030	.371
		7 saat ve fazlası	-.01	.037	.998
	7 saat ve fazlası	1-2 saat	.08	.047	.328
		3-4 saat	.05	.035	.403
		5-6 saat	.01	.037	.998
Umut	1-2 saat	3-4 saat	.01	.048	.993
Umut		5-6 saat	-.05	.050	.737
		7 saat ve fazlası	-.08	.054	.471
	3-4 saat	1-2 saat	-.01	.048	.993
		5-6 saat	-.06	.035	.249
		7 saat ve fazlası	-.09	.041	.113
	5-6 saat	1-2 saat	.05	.050	.737
	7 saat ve fazlası	3-4 saat	.06	.035	.249
		7 saat ve fazlası	.03	.043	.916
		1-2 saat	.79	.054	.471
	1-2 saat	3-4 saat	.09	.041	.113
		5-6 saat	.03	.043	.916
		3-4 saat	.01	.048	.993

YİYE II' nin puanlarının akıllı telefon kullanım süresine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacı ile MANOVA analizi uygulanmıştır.

Tablo 18.MANOVA Analiz Sonuçları

Değişken	***Gruplar***	***N***	***M***	***SS***	***Sd***	***F***	***p***
						1.01	.00*
Kaygı	1-2 saat	41	3.48	.920			
	3-4 saat	144	3.67	1.09	3-352		
	5-6 saat	108	3.93	1.07			
	7 saat ve fazlası	63	4.10	1.09			
Kaçınma							
	1-2 saat	41	3.30	1.14			
	3-4 saat	144	3.20	1.06	3-352		
	5-6 saat	108	3.24	1.02			
	7 saat ve fazlası	63	3.22	1.13			

Varyans homojenliği için Box'ın M testi uygulanmış ve sonuca göre (F(3,352)=1.01 , p=.426) varyans homojenliğinin sağlandığı gözlemlenmiştir. YİYE II'nin alt boyutları ''Kaygı ve Kaçınma'' puanları üzerinden yapılan MANOVA analizlerine göre telefon kullanım süresinin; Kaygı ve Kaçınma puanları bakımından anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Roy's Largest eta-kare değeri 0.039 bulunmuştur. Bağımlı değişkenlerindeki değişimin % 3.9'u grup değişkeni tarafından açıklanmaktadır. ($\Lambda_{largest}$) = .040, F (3,352) = 1.01.

Analiz sonuçlarına göre telefon kullanım süresinin ''Kaygı ve Kaçınma'' üzerinde bir etkisi olduğu görülmüştür [Roy's λ = .04; Multivariate *F* (3,352) =1.01, p<.01, η2= .003].

Akıllı telefon kullanım süresi 7 saat ve fazlası olan katılımcıların (*Ort.* = 4.10, *SS* =1.09) kaygı puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım süresi 5-6 saat (*Ort.* = 3.93, *SS* =1.07), 3-4 saat (*Ort.* = 3.67, *SS* =1.09) ve 1-2 saat (*Ort.* = 3.48, *SS* =.920) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Akıllı telefon kullanım süresi 1-2 saat olan katılımcıların (*Ort.* = 3.30, *SS* =1.14) kaçınma puan ortalamaları, akıllı telefon kullanımı 5-6 saat (*Ort.* = 3.24, *SS* =1.02), 7 saat ve fazlası (*Ort.* = 3.22, *SS* =1.13) ve 3-4 saat (*Ort.* = 3.20, *SS* =1.06) olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir. Tablo 19'da gösterilmiştir.

Tablo 19.MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Değişken	***Gruplar***		***Ort.***	***ss***	***p***
Kaygı	1-2 saat	3-4 saat	-.19	.188	.752
		5-6 saat	-.45	.195	.099
		7 saat ve fazlası	-.62*	.213	.022
	3-4 saat	1-2 saat	.19	.188	.752
		5-6 saat	-.26	.135	.214
		7 saat ve fazlası	-.43*	.161	.041
	5-6 saat	1-2 saat	.45	.195	.099
		3-4 saat	.26	.135	.214
		7 saat ve fazlası	-.17	.169	.762
	7 saat ve fazlası	1-2 saat	.62*	.213	.022
		3-4 saat	.43*	.161	.041
		5-6 saat	.17	.169	.762
Kaçınma	1-2 saat	3-4 saat	.10	.190	.951
		5-6 saat	.06	.196	.791
		7 saat ve fazlası	.10	.215	.967
	3-4 saat	1-2 saat	-.10	.190	.951
		5-6 saat	-.04	.137	.990
		7 saat ve fazlası	-.00	.162	1.00
	5-6 saat	1-2 saat	-.06	.196	.991
	7 saat ve fazlası	3-4 saat	.04	.136	.990
		7 saat ve fazlası	.04	.170	.995
		1-2 saat	-.10	.215	.967
		3-4 saat	.00	.162	1.00
	1-2 saat	5-6 saat	-.04	.170	.995
		3-4 saat	.10	.190	.951

4.2 Tartışma

Araştırmada, üniversitede öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin bağlanma stilleri, umutsuzluk düzeyleri ve akademik motivasyonlarının problemli cep telefonu kullanımı ile anlamlı bir ilişkisi olup olmadığını ve üniversite öğrencilerinin umutsuzluk ve akademik motivasyon düzeylerinin problemli cep telefonu kullanımını yordayıp yordamadığı ve araştırma değişkenlerinin demografik değişkenlere (cinsiyet, üniversite durumu, akıllı telefon kullanım amaçları ve akıllı telefon kullanım süreleri) göre farklılaşıp farklılaşmadıkları incelenmiştir. Bu bölümde çalışmanın alan yazına katkıları ve çalışmanın alan yazın ışığında yorumlanma ve tartışılmasına yer verilmiştir.

4.2.1 Araştırma değişkenlerine göre bulguların tartışılması

Bu bölümünde beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri, umutsuzluk düzeyleri, akademik motivasyonları ve problemli cep telefonu kullanımı arasındaki ilişkiler incelenmiş olup alan yazındaki sonuçlara yer verilmiştir.

4.2.1.1 Problemli cep telefonu kullanımı ile umutsuzluk arasındaki ilişkinin tartışılması

Bu araştırmada üniversitede öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin problemli cep telefonu kullanım düzeyleri ile umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı incelenmiş ve katılımcıların umutsuzluk düzeylerini ölçen BUÖ' nün tüm alt boyutları ile katılımcıların problemli cep telefonu kullanım düzeyeni ölçen PCTKÖ' nün olumsuz sonuç, kontrol problemi ve etkileşimden kaçınma alt boyutları arasında pozitif; PCTKÖ' nün yoksunluk alt boyutu ile yalnızca BUÖ' nün gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt boyutu arasında pozitif yönde bir anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Bulgulara göre, katılımcıların umutsuzluk düzeyleri arttıkça problemli cep telefonu kullanım düzeylerinin de attığı söylenebilir. Bu bilgi ile ilgili alan yazında az araştırma bulunduğu için bulgular tartışılırken umutsuzluk, geleceğe dair olumsuz beklentiler ile problemli cep telefonu kullanımı, telefon, internet ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. Durak-Batıgün ve Kılıç' ın (2011) 1198 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre, gelecek beklentisi ve yaşam doyum düzeyi düşük olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin diğer öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Şimşek, Kılıç-Akça ve Şimşek'in (2015) 356 öğrenci ile yaptığı çalışmanın sonucunda umutsuzluk ve internet bağımlılığı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Ayrıca, Çelik'in (2019) 152 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmanın sonucunda, ''depresyon ve umutsuzluk'' puanları; ''depresyon ve Facebook kullanım bağımlılığı'' ve ''umutsuzluk ile Facebook kullanım bağımlılığı'' arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmaların sonuçlarına göre, bireylerin depresyon, umutsuzluk gibi depresif belirtilerden ve olumsuz düşüncelerden kurtulmak amacı ile kaçınma davranışı olarak internette ve sosyal ağlarda daha fazla vakit geçirdikleri söylenebilir (Çelik, 2019). Günümüzde internet ve sosyal ağlara çoğunluk ile akıllı

telefonlar ile girildiği düşünülür ise internette çok fazla vakit geçirmenin akıllı telefonlar ile çok fazla vakit geçirmek anlamına geldiği ve akıllı telefon kullanımının da umutsuzluk gibi depresif belirtilerden kaçınma davranışı olduğu görülmektedir.

4.2.1.2 Problemli cep telefonu kullanımı ile akademik motivasyon arasındaki ilişkinin tartışılması

Bu araştırmada üniversitede öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin problemli cep telefonu kullanım düzeyleri ile akademik motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığına bakılmış ve katılımcıların akademik motivasyon düzeylerini ölçen AGÖ' nün tüm alt boyutları ile katılımcıların problemli cep telefonu kullanım düzeyeni ölçen PCTKÖ' nün olumsuz sonuç, kontrol problemi ve etkileşimden kaçınma alt boyutları ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip iken PCTKÖ' nün yoksunluk alt boyutu ile AGÖ' nün yalnızca kendini aşma alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Katılımcıların akademik motivasyon düzeyleri yükseldikçe problemli cep telefonu kullanım düzeylerinin azaldığı sonucu görülmektedir. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bulgular tartışılırken akademik motivasyon ve akademik başarı ile problemli cep telefonu kullanımı, telefon, internet ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. Gürsel'in (2017) 542 üniversite öğrenci ile yaptığı çalışmanın sonucunda, akademik başarı düzeyi düşük olan öğrencilerin problemli internet kullanımlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Akademik başarısı iyi olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeyi düşük iken; akademik başarısı düşük olan öğrencilerin akademik motivasyonları düşük ve internet bağımlılıkları daha yüksektir (Beşaltı, 2016). Taslak ve Sakal' ın (2016) 319 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucunda, akıllı telefon bağımlılık düzeyi yüksek olan öğrencilerin cezadan sakınma, rekabet ve ödül gibi dışsal ifadeleri içeren dışsal akademik motivasyon düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Çalışmanın sonucuna göre akıllı telefonlar ile oynanan oyunlardaki rekabet ortamı, ödül-ceza sistemleri düşünüldüğünde dışsal motivasyon düzeyi yüksek olan bireylerin akıllı telefon bağımlısı olma ihtimalinin daha olası olduğunu söylemek mümkündür. Özer'in (2020) 139 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre de telefon bağımlılığı düzeyi öğrencilerin akademik başarısını olumsuz düzeyde etkilemektedir. Akademik başarısında düşüklük olan öğrenci de daha

çok arka sıralarda oturma, dersten kopma gibi akademik motivasyonlarını düşürücü davranışları sergilemeye başlar. Öğrenciler var olan memnuniyetsizliklerini aşırı düzeyde akıllı telefon kullanımı ile gösterebilir (Kaysi, Aydemir ve Yavuz, 2021). Koç'un 2022 yılında gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile akademik motivasyon düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Öğrencilerin internete yönelik bağımlılıklarının artmasının akademik motivasyon düzeylerini düşürdüğü görülmektedir.

4.2.1.3 Problemli cep telefonu kullanımı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin tartışılması

Bu araştırmada üniversitede öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin problemli cep telefonu kullanım düzeyleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığına bakılmış ve katılımcıların problemli cep telefonu kullanım düzeyeni ölçen PCTKÖ' nün olumsuz sonuçlar, kontrol problemi ve etkileşimden kaçınma alt boyutları ile katılımcıların bağlanma stillerini ölçen YİYE'II' nin tüm alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. PCTKÖ' nün yoksunluk alt boyutu ile YİYE II' nin kaygı alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bulgular tartışılırken problemli cep telefonu kullanımı, telefon, internet bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. Yücelten'in 2016 yılında 100 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmasına göre öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık düzeyi ile korkulu ve kayıtsız bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu bağlanma stillerine sahip olan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Sarıçiçek' in (2018) 302 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmasında, akıllı telefon kullanım sıklığı ile bağlanma stillerinden kayıtsız, kaygılı ve korkulu bağlanma stil düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Başka bir çalışmada, PCTKÖ' nün yoksunluk, olumsuz sonuçlar ve kontrol problemi alt boyut puanları ile bağlanma stillerinden kaygılı bağlanma düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Hızarcı, 2018). Son olarak, 754 Türk üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmanın sonucunda, kaygılı ve korkulu bağlanma stiline sahip olan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür (Ceyhan, Boyasan ve Kadak, 2019).

4.2.1.4 Umutsuzluk ile akademik motivasyon arasındaki ilişkinin tartışılması

Bu araştırmada üniversitede öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile akademik motivasyon düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığına bakılmış ve katılımcıların umutsuzluk düzeyini ölçen BUÖ' nün tüm alt boyutları ile katılımcıların akademik motivasyon düzeyeni ölçen AGÖ' nün tüm alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bulgulara göre katılımcıların umutsuzluk düzeyi arttıkça akademik motivasyonlarında azalma olduğunu söylemek mümkündür. Bu değişkenler ile ilgili alan yazında az araştırma bulunduğu için bulgular tartışılırken akademik motivasyon ve akademik başarı ile umutsuzluk, iyi oluş ve umut-yaşam doyumu arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. Demir-Güdül (2015) ve Demir-Güdül, Can ve Ceyhan (2021) 1770 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre akademik motivasyonu yüksek düzeyde olan öğrencilerin yaşama yönelik doyum düzeylerinin de diğer öğrencilere oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Özcan ve Karaca'nın (2018) 276 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin akademik motivasyon düzeyi ile iyi oluş düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bir başka çalışma ise 420 üniversite öğrenci ile gerçekleşmiş ve motivasyon düzeyi ile iyi oluş düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucuna ulaşmıştır (Tulunay-Ateş, 2021). 2022 yılında Selen tarafından 722 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmaya göre de akademik motivasyon ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Son olarak Ayhan'a (2022) göre üniversite öğrencilerinin olumlu gelecek beklentilerine sahip olma düzeyleri motivasyonsuzluk düzeylerini anlamlı ve negatif yönde yordamaktadır. Olumlu gelecek beklentisine sahip olan öğrenciler geleceğe daha umutla bakabilmekte ve motivasyonsuzluk düzeyleri anlamlı ölçüde düşük olmaktadır.

Alan yazında doğrudan ele alınan değişkenler ile ilgili çalışma eksikliği olduğu görülmekte konuyu destekleyici değişkenler ile yapılan çalışmaların da yakın tarihlerde gerçekleşmiş olması ile alan yazında akademik motivasyon ve umutsuzluk kavramları ile ilgili araştırmaların artması gerektiği düşünülmektedir.

4.2.1.5 Umutsuzluk ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin tartışılması

Bu araştırmada üniversitede öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişki olup olmadığına bakılmış ve katılımcıların umutsuzluk düzeyini ölçen BUÖ' nün tüm alt boyutları ile katılımcıların bağlanma stillerini ölçen YİYE II' nin tüm alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür. Bu değişkenler ile ilgili alan yazındaki çeşitli araştırmalara yer verilmiştir. Ustaosman'ın 2019 yılında 147 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmanın bulgularına göre ise umutsuzluk düzeyi toplam puanı ile bağlanma stillerinden korkulu bağlanma düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çokparlamış tarafından 2018 yılında 362 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışmaya göre öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile bağlanma stilleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Diğer yandan, Zeyrek ve arkadaşlarının (2009) 180 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmasına göre umutsuzluk düzeyi ile kaygılı ve korkulu bağlanma stilleri arasında ise pozitif iken güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Kanak, Bilbay ve Balta'nın (2017) 213 öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre umutsuzluk düzeyi ile bağlanma stillerinden güvenli bağlanma düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Yaman'ın (2019) 249 üniversite öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre de öğrencilerin bağlanma stilleri ile umutsuzluk düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır.

Alan yazında umutsuzluk düzeyleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalardaki örneklem çeşitliliğinden kaynaklı olarak araştırmaların sonuçları birbirini destekler nitelikte bulunmamaktadır. Bu sebeple yeni çalışmaların yapılmasının alan yazın için daha yararlı olacağı düşünülmektedir.

4.2.1.6 Akademik Motivasyon ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin tartışılması

Bu araştırmada üniversitede öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişki olup olmadığına bakılmış ve katılımcıların akademik motivasyon düzeylerini ölçen AGÖ' nün tüm alt boyutları ile katılımcıların bağlanma stillerini ölçen YİYE II' nin tüm alt boyutları

arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu değişkenler ile ilgili alan yazındaki bulgular tartışılırken akademik motivasyon ve akademik başarı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. Sevingil (2018) çalışmasında akademik başarı düzeyi ile güvenli bağlanma stili arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Gözübüyük ve Özbey'in 2019 yılındaki çalışmasında, güvenli bağlanma stiline sahip katılımcıların motivasyon düzeylerinin diğerlerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Erzen ve Çıkrıkçı'nın (2020), 352 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmasının sonucuna göre de öğrencilerin akademik motivasyon düzeyi ile güvenli bağlanma stili arasında pozitif; kaygılı bağlanma stili arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. 2021 yılında gerçekleşen bir çalışmada da korkulu bağlanma düzeyi düşük katılımcıların motivasyon düzeyi yüksek iken korkulu bağlanma düzeyi yükseldikçe motivasyonun var olan pozitif etkisinde bir azalma meydana geldiğini sonucuna ulaşılmıştır (Antalyalı, Özkül ve Şatırer, 2021). Son olarak, 2022 yılında 400 öğrencinin katılımı ile gerçekleşen çalışmanın sonucuna göre ebeveyne bağlanma ile akademik başarı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Ceylan, 2022).

Alan yazında akademik motivasyon düzeyleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi ele alan yeni çalışmaların yapılmasının alan yazın için yararlı olacağı düşünülmektedir.

4.2.2 Sosyo-demografik değişkenlere göre bulguların tartışılması

Bu bölümde problemli cep telefonu kullanımı, bağlanma stilleri, akademik motivasyon ve umutsuzluk değişkenlerinin demografik değişkenlere (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, okunan üniversitenin türü, akıllı telefon kullanım amaçları ve akıllı telefon kullanım süreleri) göre farklılaşıp farklılaşmadıkları değerlendirilmiş, alan yazına katkıları ve çalışmanın alan yazın ışığında yorumlanma ve tartışılmasına yer verilmiştir.

4.2.2.1 Cinsiyet değişkenine göre bulguların tartışılması

Analiz sonuçlarına göre PCTKÖ' nün alt boyutlarından yoksunluk, olumsuz sonuç ve kontrol problemi alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı; PCTKÖ' nün alt boyutlarından etkileşimden kaçınma puanının ise cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur. Bulgulara göre erkeklerin etkileşimden kaçınma düzeyleri kadınlara göre anlamlı ölçüde daha yüksektir. Bu bilgi ile ilgili alan yazında az araştırma

bulunduğu için bulgular tartışılırken problemli cep telefonu kullanımı, telefon ve internet bağımlılığı ile cinsiyet değişkenini ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. Karahancı'nın (2018) akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili 402 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmanın sonucunda ise araştırma bulgusundan farklı olarak kız öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık puanlarının erkek öğrencilerinkinden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu belirtmiştir. 2019 yılında gerçekleşen çalışmaya göre de erkek öğrencilerin kız öğrencilerine göre akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur (Görür, 2019). Diğer yandan ise 203 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışmaya göre problemli cep telefonu kullanım düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma yoktur (Bağcı ve Çoklar, 2017). Tekin, Güneş ve Çolak'ın (2014) 387 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre problemli cep telefonu kullanımının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Ünal'ın (2015) 366 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmasına göre akıllı telefon bağımlılığı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki görülmemektedir. Hızarcı'nın (2018) çalışmanın sonuçlarına göre de problemli cep telefonu kullanımını ölçen PCTKÖ' nün tüm alt boyut puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Sarıçiçek'in (2018) 302 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre de telefon kullanım sıklığı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Problemli cep telefonu kullanımı, telefon ve internet bağımlılığı değişkeni ile cinsiyet değişkeni arasındaki bulguların farklılık göstermesi örneklem gruplarının çeşitliliğinden kaynaklanabilmektedir.

Analiz sonuçlarına göre, YİYE II' nin kaçınma alt boyutunun puanı cinsiyete göre farklılaşma göstermezken kaygı alt boyutunun puanı cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Bulgulara göre kadınların kaygı düzeyleri erkeklere göre anlamlı ölçüde yüksektir. Bu bilgi ile ilgili alan yazında çokça bulgu yer almakta ve sonuçlar çeşitlilik göstermektedir. Sarıçiçek'in (2018) 302 katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmanın bulgularına göre bağlanma stillerinden kayıtsız bağlanma düzeyi ile cinsiyet arasından anlamlı bir fark bulunmakta iken diğer bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Çokparlamış'ın (2018) 378 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği araştırma bulgularına göre bağlanma stillerinden korkulu bağlanma düzeyi ile cinsiyet

arasından anlamlı bir fark bulunmaktadır. Kız öğrencilerin korkulu bağlanma düzeyleri, erkek öğrencilerin düzeylerine göre anlamlı düzeyde yüksektir. Diğer yandan, Bartholomew ve Horowitz (1991), Ceylan (2022), Hızarcı (2018), Sümer ve Anafarta-Şendağ (2009) ve Yücelten (2016) çalışmalarında bağlanma stillerinin tüm alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmadığı belirtmiştir.

Analiz sonuçlarına göre, BUÖ' nün tüm alt boyutları cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır. Bu bilgi ile ilgili alan yazında Çoban ve Karaman'ın (2013) 365 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre BUÖ' nün toplam umutsuzluk düzey puanları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır. Umutsuzluk düzeyi toplam puanı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmadığını söyleyen diğer çalışmalar da mevcuttur (Ehtiyar ve Üngüren, 2008; Ersoy ve Küçükkaragöz, 2010; Kanak, Bilbay ve Balta, 2017**;** Madenüs, 2022; Ustaosman, 2019; Tanlı, 2019). Diğer yandan, umutsuzluk düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını inceleyen bir çalışmanın sonucunda BUÖ' nün tüm alt boyutlarının erkek katılımcılarda anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yıldırım ve Keskinkılıç-Kara, 2017).

Analiz sonuçlarına göre, AGÖ' nün alt boyutlarından kendini aşma ve bilgiyi kullanma puanı cinsiyete değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Elde edilen bulgulara göre kadınların kendini aşma ve bilgiyi kullanma düzeyleri erkeklere göre anlamlı ölçüde yüksektir. Araştırmada, AGÖ' nün keşif alt boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmamıştır. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki araştırmalara da yer verilmiştir. 805 üniversite öğrencinin katılımı ile gerçekleşen çalışmanın bulgularına göre öğrencilerinin içsel motivasyon, dışsal motivasyon ve motivasyonsuzluk düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmaktadır. Kız öğrencilerin içsel ve dışsal motivasyon düzeyleri erkek öğrencilerin düzeylerine göre anlamlı düzeyde yüksek iken erkek öğrencilerin motivasyonsuzluk düzeyleri kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Ayhan, 2022). Çetinel ve Gürcüoğlu'nun (2022) 351 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre de öğrencilerin toplam motivasyon düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmaktadır. Bulgulara göre kız öğrencilerin

toplam motivasyon düzeyleri erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Alemdağ, Öncü ve Yılmaz'ın (2014) ve Selen'in (2022) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmaları sonucunda da kız öğrencilerin akademik motivasyon düzeylerinin erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer taraftan Akgümüş (2020), Korkmazer (2020), Malinauskas ve Pozeriene (2020) ve Titrek, Çetin, Kaymak ve Kaşıkçı (2018) tarafından gerçekleştirilen araştırmaların sonucunda akademik motivasyon düzeyi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Akademik motivasyon ve sosyo-demografik değişkenler arasındaki bulgulara yönelik çalışmaların yakın tarihlerde artış göstermeye başladığı, konunun henüz alan yazını için yeni olduğu ve daha çok araştırmaların yapılmasının alan yazın için gerekli olduğu görülmektedir.

4.2.2.2 Yaş değişkenine göre bulguların tartışılması

Analiz sonuçlarına göre PCTKÖ' nün alt boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Bu bilgi ile ilgili alan yazında az araştırma bulunduğu için bulgular tartışılırken problemli cep telefonu kullanımı, telefon ve internet bağımlılığı ile yaş değişkenini arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. 385 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmanın sonuçlarına göre akıllı telefon bağımlılığı ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir (Minaz ve Çetinkaya-Bozkurt, 2017). Kumcağız, Terzi, Koç ve Terzi'nin (2020) 1236 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın bulgularına göre de akıllı telefon bağımlılık düzeyi ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Telefon bağımlılığı, problemli cep telefonu kullanımı ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşmanın bulunmadığını belirten diğer çalışmalar da mevcuttur (Hızarcı, 2018; Tekin, 2012; Tekin ve ark., 2014). Diğer yandan, 332 üniversite öğrenci ile yapılan çalışmaya göre öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma bulunmuştur. 20-22 yaş arasındaki öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri anlamlı düzeyde yüksektir (Akın ve Divanoğlu, 2009). Sarıçiçek' in (2018) çalışmasına göre de akıllı telefon kullanım sıklığı ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmuş olup 21-25 yaş arasındaki katılımcıların akıllı telefon kullanım sıklığı anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Analiz sonuçlarına göre, YİYE II' nin alt boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Bu değişkenler ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. 359 üniversite öğrencisi ile gerçekleşen çalışmaya göre bağlanma stilleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılaşma bulunmamaktadır (Baykal, Kalay-Usta, Kılıç-Memur ve Şirin, 2019). Bağlanma stilleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığını belirten diğer çalışmalarda mevcuttur (Çokparlamış, 2018; Hızarcı, 2018). Diğer yandan, beliren yetişkinlik dönemindeki 280 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleşen çalışma da bağlanma stilleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre 18-20 yaş arasındaki öğrencilerin kaçınma düzeyleri diğer yaşlara göre anlamlı düzeyde yüksektir (Yıldız, 2021).

Analiz sonuçlarına göre BUÖ' nün alt boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. 250 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmanın sonucunda öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir (Angı, 2018). 2022 yılında yapılan Madenüs'ün (2022) çalışmasına göre de BUÖ' nün tüm alt boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığı incelenmiş olup aralarında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Diğer yandan, Yıldırım ve Keskinkılıç-Kara'nın 2017 yılındaki çalışmasına göre BUÖ' nün tüm alt boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılaşma bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların yaşı yükseldikçe motivasyon kaybı yaşandığı için umutsuzluk düzeyleri yükselmiştir. Tanlı'nın (2019) 216 üniversite öğrencinin katılımı ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucunda da umutsuzluk düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma elde edilmiştir. Bulgulara göre 21-24 yaş arasındaki öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri anlamlı düzeyde daha yüksektir. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir başka araştırmada öğrencilerin yaşları arttıkça umutsuzluk düzeylerin de anlamlı bir artış gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır (Soykan, 2021).

Analiz sonuçlarına göre, AGÖ' nün tüm alt boyutlarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Yaşı 25 ve 23 olan katılımcıların kendini aşma puan ortalamalarının diğer yaştaki katılımcılara göre, yaşı 25 olan katılımcıların bilgiyi kullanma puan ortalamalarının diğer yaştaki katılımcılara göre ve yaşı 23 olan katılımcıların keşif puan ortalamalarının ise diğer yaştaki katılımcılara göre anlamlı

düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Akademik motivasyon düzeyi ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmuş ise de bu farklılık doğrusal bir çizgi göstermemektedir. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. Uluışık, Beyleroğlu, Suna ve Yalçın'ın (2016) araştırmasında yer alan bulgulara göre öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmakta ancak bu farklılık doğrusal bir çizgi göstermemektedir. 1325 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmaya göre de 18-21 yaş arasındaki üniversite öğrencilerinin, 22-25 yaş arasındaki öğrencilere göre akademik motivasyon düzeyleri anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Keskin ve Korkutata, 2018). 940 öğrenci ile yapılan çalışmaya göre de akademik motivasyon düzeyi ile yaş değişkeni arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin yaşı arttıkça akademik motivasyonlarının düştüğü söylenebilir (Akgümüş, 2020). Diğer yandan, Saracaloğlu, Üstündağ-Kocakuşak ve Eken'in (2020) 139 üniversite öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre akademik motivasyon düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

4.2.2.3 Sınıf değişkenine göre bulguların tartışılması

Analiz sonuçlarına göre, PCTKÖ' nün alt boyutları ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Bu bilgi ile ilgili alan yazında az araştırma bulunduğu için bulgular tartışılırken problemli cep telefonu kullanımı, telefon ve internet bağımlılığı ile sınıf değişkenini arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. Süler'in (2016) 279 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre akıllı telefon bağımlılığı ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. 2808 öğrencinin katılımı ile gerçekleşen çalışmanın sonucuna göre internet bağımlılık düzeyi ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır (Gültekin ve Aydemir, 2021). Son olarak, Koç (2022) 'un çalışmasına göre de internet bağımlılık düzeyi ile sınıf değişkeni arasında farklılık görülmemiştir.

Analiz sonuçlarına göre, YİYE II' nin tüm alt boyutları ile sınıf değişkeni arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre sınıf düzeyi 1.sınıf olan katılımcıların kaygı puan ortalamaları diğer sınıf düzeyinde olan katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek iken sınıf düzeyi 4.sınıf olan katılımcıların kaçınma puan ortalamaları, diğer sınıf düzeyinde olan katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek

bulunmuştur. Bu değişkenler ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. Yaman'ın (2019) 249 üniversite öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin sınıf düzeyleri ile bağlanma stilleri alt boyutundan güvenli bağlanma düzeyi arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. İkinci sınıf öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri diğer sınıf düzeylerine göre anlamlı düzeyde yüksektir. Diğer yandan, 404 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmaya göre, öğrencilerin bağlanma stilleri ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. (Altı, 2022). Alan yazında bağlanma stilleri ile sınıf değişkeni arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma sayısı yeterli olmadığı görülmektedir. Bu sebeple bu değişkenleri ele alan çalışmaların yapılması alan yazın için daha yararlı olacağı düşünülmektedir.

Analiz sonuçlarına göre, BUÖ' nün alt boyutları ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. Doğan'ın (2012) 198 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucunda da BUÖ' nün tüm alt boyutları ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır. 184 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. (Ersoy ve Küçükkaragöz, 2010). Madenüs' ün 2022 yılında 181 üniversite öğrencisi ile gerçekleşen çalışmasına göre öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile sınıf değişkeni arasında bir farklılık bulunmamıştır. Diğer yandan, Ehtiyar ve Üngüren'in (2008) araştırmasına göre öğrencilerin umutsuzluk düzeyi ile sınıf değişkeni arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Çalışmaya göre, sınıf düzeyi arttıkça öğrencilerdeki umutsuzluk düzeyleri de artmıştır. Soykan'ın (2021) çalışmasına göre de öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile sınıf düzeyleri arasında anlamı bir farklılaşma bulunmuş olup sınıf düzeyleri yükseldikçe öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin de yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır.

Analiz sonuçlarına göre, AGÖ' nün tüm alt boyutları ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre sınıf değişkeni yüksek lisans olan katılımcıların kendini aşma ve keşif puan ortalamaları diğer katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek iken akademik motivasyon düzeyi ile sınıf değişkeni arasında doğrusal bir ilişkinin bulunmadığı sonucu elde edilmiştir. Ancak, sınıf değişkeni yüksek lisans olan katılımcıların bilgiyi kullanma puan ortalamaları diğer katılımcılara göre anlamlı düzeyde

yüksek bulunmuş olup sınıf seviyesi yükseklikçe bilgiyi kullanma puanının arttığı gözlenmiştir. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. 138 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri ile sınıf değişkenleri arasında anlamlı farklılaşma bulunmaktadır (Gençay ve Gençay, 2007). Bulgulara göre, birinci sınıftaki öğrencilerin akademik motivasyonları diğer sınıftaki öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Gençay ve Gençay, 2007; Gömleksiz ve Serhatoğlu, 2013; Taşgın ve Coşkun, 2018). 202 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleşen araştırmada öğrencilerin akademik motivasyon düzeyinin sınıf değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre birinci ve dördüncü sınıfta olan öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri diğer sınıftaki öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksektir (Alemdağ ve ark. 2014). Sıcak ve Başören'in (2015) çalışmasının sonucuna göre de öğrencilerin akademik motivasyon düzeyi ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. Öğrencilerin sınıf düzeyleri arttıkça akademik motivasyon düzeylerinde anlamlı bir azalma görülmüştür. Diğer yandan, akademik motivasyon düzey ile sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşmanın bulunmadığını söyleyen araştırmalarda mevcuttur (Korkmazer, 2020; Titrek, Çetin, Kaymak ve Kaşıkçı, 2018).

4.2.2.4 Okul türü değişkenine göre bulguların tartışılması

Analiz sonuçlarına göre, PCTKÖ' nün yoksunluk ve kontrol problemi alt boyut puanları üniversite türüne göre anlamlı olarak farklılık göstermez iken olumsuz sonuç ve etkileşimden kaçınma alt boyut puanı üniversite türüne göre anlamlı olarak farklılaşmaktadır. Devlet üniversitesi öğrencilerinin olumsuz sonuç ve etkileşimden kaçınma düzeyleri, özel üniversite öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksektir. Bu bilgi ile ilgili alan yazında az araştırma bulunduğu için bulgular tartışılırken problemli cep telefonu kullanımı, telefon, internet ve teknoloji bağımlılığı ile okul türü ya da bölüm türleri arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. 1008 üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmanın da, öğrencilerin dijital bağımlılık düzeyi ile okuduğu fakülte değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur. Elde edilen verilere göre en yüksek bağımlılık düzeyi edebiyat fakültesinde okuyan öğrencilerinde görülmüştür (Arslan, 2020).

Analiz sonuçlarına göre, YİYE II' nin tüm alt boyutları üniversite türüne göre anlamlı farklılaşma göstermemektedir. Bu bilgi ile ilgili alan yazında az araştırma bulunduğu için bulgular tartışılırken üniversite türü yerine lise türünü de ele alan araştırmalar yer verilmiştir. 409 öğrenci ile yapılan çalışmaya göre bağlanma stilleri ile okul türü de değişkeni arasında sadece güvenli bağlanma stiline göre anlamlı bir farklılaşma bulunmuştur (Yolalan 2013). Yazıcı-Çelebi ve Çelebi'nin 2020 yılındaki çalışmasına göre de öğrencilerin bağlanma stilleri ile okul türü değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmaktadır. Fen lisesi öğrencilerinin kayıtsız ve saplantılı bağlanma stilleri diğer öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Analiz sonuçlarına göre, BUÖ' nün tüm alt boyutları üniversite türüne göre anlamlı farklılaşma göstermemektedir. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. Öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri ile okul değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığı incelenmiş. Elde edilen bulgulara göre okulun özel ya da devlet okulu olması ile öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır (Madenüs, 2022).

Analiz sonuçlarına göre, AGÖ' nün kendini aşma ve keşif alt boyut puanları üniversite türüne göre anlamlı olarak farklılık göstermez iken bilgiyi kullanma alt boyut puanı üniversite türüne göre anlamlı farklılaşma göstermektedir. Özel üniversitesi öğrencilerinin bilgiyi kullanma düzeylerinin devlet üniversitesi öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. Uluışık ve arkadaşlarının 2016 yılındaki çalışmasının sonuçlarına göre öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri ile okul türü değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma görülmemiştir. Kartal'ın (2021) çalışmasına göre de öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri ile okul türü arasında anlamlı bir farklılaşma bulunmamıştır.

Alan yazında ele alınan değişkenler ile okul türü değişkeni arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların yapılmasının alan yazın için yararlı olacağı düşünülmektedir.

4.2.2.5 Telefon kullanım amacına göre bulguların tartışılması

Analiz sonuçlarına göre PCTKÖ' nün tüm alt boyutları ile akıllı telefon kullanım amaçları arasında bir farklılık bulunmamıştır. Alan yazında bu değişkenler ile sınırlı sayıda çalışma

olduğu ve araştırmaların artması gerektiği görülmüştür. Hızarcı'nın (2018) çalışmasına göre öğrencilerin problemli cep telefonu kullanımı ile en sık kullanılan sosyal ağlar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Diğer yandan, 379 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleşen çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin telefon bağımlılık düzeyleri ile telefon kullanım amaçları arasında anlamlı farklılaşma bulunmaktadır. Akıllı telefon kullanım amacı sosyal medya erişimi olan öğrencilerin akademik bağımlılık düzeyleri diğer öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur (Yay, 2019). Altı' nın 2022 yılında 404 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmasına göre öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile internet kullanım amacı arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Elde edilen verilere göre internet kullanım amacı sosyal medyada gezinmek olan öğrencilerin bağımlılık düzeyi diğer öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre, YİYE II' nin tüm alt boyutlarının akıllı telefon kullanım amaçlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Akıllı telefon kullanım amaçları sosyal medyada gezinmek olan öğrencilerin kaygı puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım amaçları internette gezinmek, diğer ve iletişim kurmak- haberleşmek olan öğrencilerin puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek iken akıllı telefon kullanım amaçları diğer olanların kaçınma puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım amaçları sosyal medyada gezinmek ,internette gezinmek ve iletişim kurmak-haberleşmek olan öğrencilerin puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Alan yazında bu değişkenler ile sınırlı sayıda çalışma olduğu ve araştırmaların artması gerektiği görülmüştür. 2022 yılında Altı' nın çalışmasında bağlanma stilleri ile internet kullanım amaçları arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Analiz sonuçlarına göre BUÖ' nün tüm alt boyutları ile akıllı telefon kullanım amaçları arasında bir farklılık bulunmamıştır. Bu bilgi ile ilgili alan yazında az araştırma bulunduğu için bulgular tartışılırken problemli cep telefonu kullanımı, telefon, internet ve teknoloji bağımlılığı ile umutsuzluk düzeyi arasındaki ilişkileri ele alan araştırmalara da yer verilmiştir. 152 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleşen çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin umutsuzluk düzeyi ile Facebook kullanım bozukluğu arasında pozitif bir ilişki görülmüştür. Öğrencilerin Facebook kullanım bozukluk düzeyi arttıkça -

ki bu telefon kullanım amacı sosyal medya olan öğrencileri içermektedir- umutsuzluk düzeylerinde artış görülmektedir (Çelik, 2019).

Analiz sonuçlarına göre, AGÖ' nün tüm alt boyutlarının akıllı telefon kullanım amaçlarına göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmüştür. Akıllı telefon kullanım amaçları iletişim kurmak-haberleşmek olan öğrencilerin kendini aşma, bilgiyi kullanma ve keşif puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım amaçları diğer, internette gezinmek ve sosyal medyada gezinmek olan öğrencilerin puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek iken akıllı telefon kullanım amaçları iletişim kurmak-haberleşmek olan katılımcıların keşif puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım amaçları diğer, internette gezinmek ve sosyal medyada gezinmek olan öğrencilerin puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bu bilgi ile ilgili alan yazında yer alan bazı araştırmalara yer verilmiştir. Karaca'nın 2019 yılında 360 öğrenci ile gerçekleştirdiği çalışmaya göre internet kullanım amacı en çok sosyal ağlara girmek olan öğrencilerin akademik motivasyon düzeyi diğer öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuş olup öğrencilerin internete en çok akıllı telefonları ile girdikleri sonucu elde edilmiştir.

Son olarak analiz sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin akıllı telefonu % 57.3 ile sosyal medyada gezinmek, % 23.3 ile iletişim kurmak-haberleşmek, % 9.8 ile diğer (fotoğraf- video çekmek, oyun oynamak, müzik dinlemek, dizi izlemek, podcast, kitap-makale okumak) ve % 9.6 ile internette gezinmek amacı ile kullandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. Demirci ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında elde edilen bulgulara göre öğrencilerin akıllı telefon kullanım amacı en çok oyun oynamak, internet ve sosyal ağlarda gezinmek olarak bulunmuştur. 385 üniversite öğrencisi ile gerçekleşen çalışmanın sonucuna göre öğrenciler akıllı telefonu en sık sosyal medyaya girmek amacı ile kullanmaktadır (Minaz ve Çetinkaya-Bozkurt, 2017). Sağır ve Eraslan'ın (2019) 1012 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmaya göre de öğrencilerin kullanım için en çok indirdiği uygulamalar % 34.1 ile sosyal medya uygulamaları, % 20.5 ile oyun uygulamaları olarak bulunmuştur. 2020 yılında 1236 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmasında öğrencilerin akıllı telefon kullanım amaçları % 82.6 ile sosyal ağlara girmek, %80.9 ile konuşmak ve % 46.5 ile internette gezinmek olarak belirtilmiştir (Kumcağız ve ark., 2020). Yıldız'ın 2021 yılında 280 beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencisi ile

gerçekleşen çalışmasın da öğrencilerin akıllı telefon kullanım amacı sırası ile iletişim kurmak-haberleşmek, mesajlaşmak ve oyun oynamak olarak bulunmuştur. Son olarak, Turgay ve Yılbaş tarafından 2022 yılında gerçekleşen araştırmaya göre de beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencileri akıllı telefonlarını % 97.5 ile internete erişmek, % 95 ile müzik dinlemek ve % 86.8 ile sosyal medyada gezinmek için kullanmaktadır.

Araştırmalar sonucunda elde edilen bulguların farklılık göstermesinin sebebi örneklem gruplarının çeşitliliğinden kaynaklanabilmektedir.

4.2.2.6 Telefon kullanım süresine göre bulguların tartışılması

Analiz sonuçlarına göre PCTKÖ' nün tüm alt boyutları ile akıllı telefon kullanım süresi arasında bir farklılık görülmemiştir. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. Minaz ve Çetinkaya-Bozkurt'un (2017) çalışmasına göre akıllı telefon bağımlılığı ile akıllı telefonu aşırı kullanım düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Beliren yetişkinlik dönemindeki 297 üniversite öğrencisi ile gerçekleşen çalışmaya göre de günlük akıllı telefon kullanım süresi ile akıllı telefon bağımlılık düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (Keskin-Aktan ve Kutlay, 2020). Kumcağız, Terzi, Koç ve Terzi'nin (2020) 1236 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmada akıllı telefon kullanım süresi ile akıllı telefon bağımlılık düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunduğu sonucunu elde etmiştir.

Analiz sonuçlarına göre YİYE II' nin tüm alt boyutları akıllı telefon kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermektedir. Akıllı telefon kullanımı 7 saat ve fazlası olan katılımcıların kaygı puan ortalamaları, akıllı telefon kullanımı 5-6 saat, 3-4 saat ve 1-2 saat olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek iken akıllı telefon kullanımı 1-2 saat olan katılımcıların kaçınma puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım süresi 5-6 saat, 7 saat ve fazlası ve 3-4 saat olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek elde edilmiştir. Alan yazında bu değişkenler ile sınırlı sayıda çalışma olduğu ve araştırmaların artması gerektiği görülmüştür. 404 üniversite öğrencisinin katıldığı araştırmanın sonucuna göre öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile internet kullanım süreleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Altı, 2022).

Analiz sonuçlarına göre BUÖ' nün tüm alt boyutlarının akıllı telefon kullanım sürelerine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Akıllı telefon kullanım süresi 7 saat ve fazlası olan katılımcıların gelecekle ilgili duygu ve beklentiler ve umut puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım süresi 5-6 saat, 1-2 saat ve 3-4 saat olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek iken akıllı telefon kullanım süresi 7 saat ve fazlası olan katılımcıların motivasyon kaybı puan ortalamaları, akıllı telefon kullanım süreleri 5-6 saat, 3-4 saat ve 1-2 saat olan katılımcıların puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre AGÖ' nün tüm alt boyutları akıllı telefon kullanım süresine göre anlamlı farklılık göstermektedir. Akıllı telefon kullanımı 3-4 saat olan katılımcıların kendini aşma ve bilgiyi kullanma puan ortalamaları, akıllı telefon kullanımı 1-2 saat, 5-6 saat ve 7 saat ve fazlası olan katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek iken akıllı telefon kullanımı 1-2 saat ve 3-4 saat olan katılımcıların keşif puan ortalamaları, akıllı telefon kullanımı 5-6 saat ve 7 saat ve fazlası olan katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Alan yazında bu değişkenler ile sınırlı sayıda çalışma olduğu ve araştırmaların artması gerektiği görülmüştür. 484 öğrencinin katılımı ile gerçekleşen araştırmanın sonucuna göre akademik motivasyon düzeyi ile internet kullanım süreleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (Koç, 2022).

Son olarak analiz sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin akıllı telefon kullanım süreleri % 11.5 ile 1- 2 saat, % 40.4 ile 3-4 saat, % 30.3 ile 5-6 saat ve % 17.7 ile 7 saat ve fazlası olarak belirlenmiştir. Bu bilgi ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. Yücelten' in (2016) çalışmasına göre öğrencilerin akıllı telefon kullanım süreleri 4-8 saat arasında bulunmuştur. Günlük akıllı telefon kullanım süresini ölçen bir başka çalışmaya göre katılımcıların telefon kullanım süresi 4 saat ve üzeri olarak bulunmuştur (Minaz ve Çetinkaya-Bozkurt, 2017). Yıldız'ın (2021) araştırmasına göre ise öğrencilerin telefon kullanım süreleri % 42.6 ile 1-2 saat olarak belirlenmiştir.

Araştırmalar sonucunda elde edilen bulguların farklılık göstermesinin sebebi örneklem gruplarının çeşitliliğinden kaynaklanabilmektedir.

4.2.3 Problemli cep telefonu kullanımını yordayan faktörlerin tartışılması

Bu araştırmanın önemli amaçlarından biri problemli cep telefonu kullanımını yordayan faktörlerin incelenmesidir. Bu amaca göre beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin umutsuzluk düzeyleri, akademik motivasyon düzeyleri ve bağlanma stillerinin problemli cep telefonu kullanımı üzerindeki yordayıcı gücü incelenmiştir.

Analiz sonuçlarına göre, akademik motivasyon, umutsuzluk düzeyleri ve bağlanma stilleri birlikte, problemli cep telefonu kullanım puanları ile anlamlı düzeyde bir ilişki vermektedir. Adı geçen üç değişken birlikte problemli cep telefonu kullanım puanlarındaki varyansın yaklaşık % 19'unu açıklamaktadır. Bağlanma stilleri ve umutsuzluk değişkeninin problemli cep telefonu kullanım düzeylerinin anlamlı ve olumlu; akademik motivasyon değişkeninin ise anlamlı ve olumsuz yönde yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Bu değişkenler ile ilgili alan yazındaki bazı araştırmalara yer verilmiştir. Morsünbül' ün (2014) 20-26 yaş aralığındaki 350 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmanın sonucuna göre de güvenli bağlanma stili internet bağımlılığını olumsuz; kayıtsız ve saplantılı bağlanma stillerinin ise olumlu yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Pamuk, Kutlu ve Kuloğlu'nun (2016) 431 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmaya göre öğrencilerin tükenmişlik düzeylerinin problemli cep telefonu kullanım düzeylerini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. 400 üniversite öğrencisinin katıldığı çalışma da kaygılı bağlanma stilin akıllı telefon bağımlılığını yordadığı ve varyansının %8'ini açıkladığı bulunmuştur (Sevi- Tok ve Güzel, 2020). Savcı ve Aysan'ın (2017) çalışmasında sosyal medya, dijital oyun ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağlılığın %20'sini anlamlı düzeyde yordadığı sonucu elde edilmiştir. 343 üniversite öğrencisinin katılımı ile gerçekleşen çalışmanın sonucuna göre eğitim durumu ve akıllı telefon kullanım süresinin akıllı telefon bağımlılığını olumlu yönde yordadığı görülmüştür (Işık ve Kaptangil, 2018).

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada, üniversitede öğrenim gören beliren yetişkinlik dönemindeki öğrencilerin bağlanma stilleri, umutsuzluk düzeyleri ve akademik motivasyonlarının problemli cep telefonu kullanımı ile anlamlı bir ilişkisi olup olmadığını ve üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri, akademik motivasyon düzeyleri ve bağlanma stillerinin problemli cep telefonu kullanımını yordayıp yordamadığını incelemek amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda araştırmaya İstanbul ilindeki devlet ve vakıf üniversitelerinde öğrenime devam eden toplam 356 (267 kadın, 89 erkek) üniversite öğrencisi katılmıştır. Veriler, Kişisel Bilgi Formu, Problemli Cep Telefon Kullanım Ölçeği (PCTKÖ), Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II), Beck Umutsuzluk Ölçeği ve Akademik Motivasyon Ölçeği kullanılarak internet ortamında toplanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 26.0 istatistik paket programı yorumlanmıştır. Problemli cep telefonu kullanımı, umutsuzluk, akademik motivasyon ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki için Pearson Korelasyon Analizi, değişkenlerinin demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için de Bağımsız Örneklem T-Testi, Çok Değişkenli Anova (MANOVA) uygulanmıştır. Umutsuzluk düzeyleri, akademik motivasyon düzeyleri ve bağlanma stillerinin problemli cep telefonu kullanımını yordayıp yordamadığını belirlemek için ise Çoklu Regresyon Analizi yapılmıştır.

Analiz sonucunda cinsiyet değişkenine göre, erkeklerin PCTKÖ' nün alt boyutu etkileşimden kaçınma düzeyleri kadınlara göre anlamlı ölçüde yüksek, kadınların YİYE II' nin alt boyutu kaygı düzeyleri erkeklere göre anlamlı ölçüde yüksek ve kadınların AGÖ' nün kendini aşma ve bilgiyi kullanma düzeyleri erkeklere göre anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur.

Analiz sonucunda yaş değişkenine göre, yaşı 25 ve 23 olan katılımcıların AGÖ' nün alt boyutu kendini aşma düzeyi ve yaşı 25 olan katılımcıların AGÖ' nün alt boyutu bilgiyi kullanma düzeyi; yaşı 23 olan katılımcıların AGÖ' nün alt boyutu keşif düzeyinin diğer yaştaki katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ancak bu farklılık doğrusal bir çizgi göstermemektedir.

Analiz sonucunda sınıf değişkenine göre, sınıf düzeyi 1.sınıf olan katılımcıların YİYE II' nin alt boyutu olan kaygı düzeyleri ve sınıf düzeyi 4.sınıf olan katılımcıların YİYE II'nin alt boyutu olan kaçınma düzeyleri; sınıf düzeyi yüksek lisans olan katılımcıların AGÖ' nün alt boyutları olan kendini aşma ve keşif düzeyleri ve sınıf düzeyi yüksek lisans olan katılımcıların AGÖ' nün alt boyutu olan bilgiyi kullanma düzeyleri diğer öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Analiz sonucunda okul türü değişkenine göre, devlet üniversitesi öğrencilerinin PCTKÖ' nün olumsuz sonuç ve etkileşimden kaçınma düzeyleri, özel üniversite öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek ve özel üniversitesi öğrencilerinin AGÖ' nün bilgiyi kullanma düzeylerinin devlet üniversitesi öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur.

Analiz sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin akıllı telefonu % 57.3 ile sosyal medyada gezinmek, % 23.3 ile iletişim kurmak-haberleşmek, % 9.8 ile diğer (fotoğraf-video çekmek, oyun oynamak, müzik dinlemek, dizi izlemek, podcast, kitap-makale okumak) ve %9.6 ile internette gezinmek amacı ile kullandığı bulunurken akıllı telefon kullanım süreleri % 11.5 ile 1- 2 saat, % 40.4 ile 3-4 saat, % 30.3 ile 5-6 saat ve % 17.7 ile 7 saat ve fazlası olarak belirlenmiştir.

Son olarak akademik motivasyon, umutsuzluk düzeyleri ve bağlanma stilleri birlikte, problemli cep telefonu kullanım puanları ile anlamlı düzeyde bir ilişki verdiği görülmüş ve adı geçen üç değişken birlikte problemli cep telefonu kullanım puanlarındaki varyansın yaklaşık % 19'unu açıklamıştır. Bağlanma stilleri ve umutsuzluk değişkeninin problemli cep telefonu kullanım düzeylerinin anlamlı ve olumlu; akademik motivasyon değişkeninin ise anlamlı ve olumsuz yönde yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Beliren yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencileri örnekleminde problemli cep telefonu kullanımı, akademik motivasyon, umutsuzluk ve bağlanma stili değişkenleri arasındaki ilişki ve akademik motivasyon, umutsuzluk ve bağlanma stilinin problemli cep telefonu kullanımı yordayıcı etkisi incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, değişkenlerin birbirileriyle anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu ve yordayıcı etkinin var olduğuna ulaşılmıştır.

Problemli cep telefonu kullanım düzeyeni ölçen PCTKÖ'nün olumsuz sonuçlar, kontrol problemi ve etkileşimden kaçınma alt boyutları ile katılımcıların bağlanma stillerini ölçen YİYE'II' nin tüm alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür.

Akademik güdülenme düzeyini ölçen AGÖ' nün tüm alt boyutları ile katılımcıların problemli cep telefonu kullanım düzeyeni ölçen PCTKÖ' nün olumsuz sonuç, kontrol problemi ve etkileşimden kaçınma alt boyutları ile negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip iken PCTKÖ' nün yoksunluk alt boyutu ile AGÖ' nün yalnızca kendini aşma alt boyutu negatif yönde anlamlı bir ilişkiye sahip bulunmuştur. Katılımcıların akademik motivasyon düzeyleri yükseldikçe problemli cep telefonu kullanım düzeylerinin azaldığı söylemek mümkündür.

Umutsuzluk düzeylerini ölçen BUÖ' nün tüm alt boyutları ile katılımcıların problemli cep telefonu kullanım düzeyeni ölçen PCTKÖ' nün olumsuz sonuç, kontrol problemi ve etkileşimden kaçınma alt boyutları ile pozitif yönde bir anlamlı ilişki; PCTKÖ' nün yoksunluk alt boyutu ile yalnızca BUÖ' nün gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler alt boyutu pozitif yönde bir anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulgulara göre, katılımcıların umutsuzluk düzeyleri arttıkça problemli cep telefonu kullanım düzeylerinin de attığı söylenebilir.

Araştırma içerisinde genel popülasyon ile çalışmayı sınırlandırdığı düşünülerek, telefon ve internet bağımlılığı kavramı yerine problemli cep telefonu kullanımı kavramı üzerinde durulmuştur. Alan yazında, ''teknoloji bağımlılığı'', ''internet bağımlılığı'' ve ''akıllı cep telefon bağımlılığı'' konuları üzerine yapılmış çalışmalar sıklıkla mevcut iken akıllı cep telefonlarının riskli ve kontrolsüz kullanımını ele alan problemli cep telefonu kullanımı ile ilgili yapılmış çalışmaların sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Problemli cep telefonu kullanımı kavramının ele alındığı ve çeşitli değişkenlerin kullanıldığı kapsamlı araştırılmaların yapılmasının alan yazın için önemli olduğu görülmektedir.

Araştırma İstanbul ilinde üniversite okuyan beliren yetişkinlik dönemindeki öğrenciler ile sınırlandırılmış olup gelecek araştırmalar da farklı yaş aralıkları ve farklı sosyo-kültürel etmenler çalışmaya dahil edilebilir.

Araştırmada, erkek katılımcıların kadın katılımcılara kıyasla daha az sayıda olması sebebi ile homojen bir örneklem ile çalışmanın tekrar edilmesi önerilmektedir.

Öznel iyi oluş düzeyleri düşük olduğu için kontrol odağı zayıf, umutsuz ve olumsuz duyguları yüksek olan kişilerin akıllı cep telefonu kullanım düzeyi daha yüksektir. (Yıldırım, 2018). Ek olarak, öz saygıları yüksek olan güvenli bağlanma stiline sahip bireyler karşılaştıkları sorunlar karşısında başarabileceklerine yönelik inançları yüksek olduğu için olumsuz durumlardan kaçmak adına internete ve telefona güvenli bağlanma stiline sahip olmayan bireylerden daha az yönelirler (Rao ve Madan, 2013). Sarıçiçek' in (2018) çalışmasında ise akıllı telefon kullanım sıklığı ile güvensiz bağlanma stiller arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

İnternet kullanım süresi ortalama 8 saat iken bunun 4 saat 16 dakikasının yani yarısından fazlasının mobil internet kullanımı olduğu saptanmıştır (We are Social, 2022). İnternete girmek için en sık tercih edilen cihaz olan telefonların gereğinden fazla kullanılması ''cep telefonunun problemli kullanım'' sorununa neden olmaktadır (Pamuk ve Kutlu, 2017). Bu durumda alan yazında internet bağımlılığı çalışılırken problemli cep telefonu kullanımı konusu da göz ardı edilmemelidir.

Durak-Batıgün ve Kılıç' ın (2011) 1198 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirdiği çalışmanın sonucuna göre gelecek beklentisi ve yaşam doyumu düşük öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri daha yüksektir. Ayrıca, akademik başarı ile internet bağımlılığı arasında negatif; akademik başarı ile akademik motivasyon arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki belirtmiştir (Karaca, 2019). Bu durumda, gelecek çalışmalarda internet bağımlılığı, akademik başarı gibi çokça çalışılmış değişkenler yerine umutsuzluk, akademik motivasyon ve problemli cep telefonu kullanımı gibi alan yazında sınırlı olan değişkenler ile araştırmaların yapılması önerilmektedir.

Son olarak, alan yazında teknoloji bağımlılıkları ile ilgili yapılacak yeni araştırmalarda bağlanma stillerinin, akademik motivasyonun ve umutsuzluğun da ele alınmasının bağımlılıklar ile mücadele konusunda önleyici olabileceği ve teknoloji bağımlılığı konusunda risk altında olan kişilerin belirlenmesi ve gerekli yardımın sağlanması sürecini kolaylaştıracağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Abela, J. R. Z. ve Seligman, M. E. P. (2000). The hopelessness theory of depression: a test of the diathesis-stress component in the interpersonal and achievement domains. *Cognitive Therapy and Research, 24* (4), 361–378. https://doi.org/10.1023/A:1005571518032

Abramson, L. Y., Metalsky, G. I. ve Alloy, L. B. (1989). Hopelessness depression: A theory-based subtype of depression. *Psychological Review, 96* (2), 358–372. https://doi.org/10.1037/0033-295X.96.2.358

Abu-Shanab, E. ve Haddad, E. (2015). The influence of smart phones on human health and behavior: Jordanians' perceptions. *International Journal of Computer Networks and Applications, 2*(2), 52-56.

Ada, S. ve Tatlı, H.S. (2019, Mart). *Akıllı telefon kullanımını etkileyen faktörler üzerine bir araştırma.*[Konferans sunumu]. Akademik Bilişim Konferansı, Antalya.Türkiye.

Ainsworth, M. D. S. ve Bell, S. M. (1970). Attachment, exploration, andseparation: Illustrated by the behavior of one-year-olds in a strange situation. *Child Development, 41*(1), 49-67. https://doi.org/10.2307/1127388

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M.C., Waters, E. ve Wall, S. N. (1978). *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation.* Hillsdale. https://doi.org/10.4324/9781315802428

Akbaba, S. (2006). Eğitimde motivasyon. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, 13*,343-361.

Akbaba, T. (2019). *Lise öğrencilerinde problemli internet kullanımının akademik güdülenmeye etkisinin incelenmesi*. (Yayın no. 552404) [Yüksek Lisans Tezi, Bayburt Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Akbaşlı, S., Kubilay, S. ve Durnalı, M. (2017). Önlisans öğrencilerinin gelecek beklentileri ile akademik motivasyonlarının incelenmesi. *Journal of Human Sciences, 14*(4), 4678-4693. https://doi.org/10.14687/jhs.v14i4.5003

Akbay,S. E. (2009). *Cinsiyete göre üniversite öğrencileri de akademik erteleme davranışı: akademik güdülenme, akademik öz yeterlik ve akademik yükleme stillerinin rolü.* (Yayın no. 253522) [Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Akbulut-Zencirci, S., Göktaş, S., Aygar, H., Önsüz, M.F., Alaiye, M. ve Metintaş, S. (2020). Development of problematıc smartphone usage scale (psus). *Ankara Medical Journal*, 2- 337-347. https://doi.org/10.5505/amj.2020.67689

Akgümüş, M.F. (2020). *Ortaokul öğrencilerinin akademik motivasyonlarının yordayıcısı olarak okul atmosferi ve sosyo-demografik değişkenler.* (Yayın no. 656453) [Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Akhunlar, M. N. (2010). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile uyum süreçleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayın no. 278794) [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Akın, E. ve Divanoğlu, S. U. (2009). Üniversite öğrencilerinin cep telefonu kullanımına karşı genel tutumları ve bu tutumların, kullanıma yansımalarına yönelik Aksaray üniversitesi'nde bir araştırma, *S.Ü.İ.İ.B.F. Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 9* (17), 69-9.

Aksan, M. ve Koçyiğit, M. (2011). *Amasya rehberlik ve araştırma merkezi müdürlüğü 2009-2010 eğitim-öğretim yılı başarısızlık nedenleri anketi ortaöğretim ve ilköğretim formu değerlendirme raporu.* 15.05.2022 tarihinde http://okulweb.meb.gov.tr/05/01/117498/haberduyuru/rehberlik/bna_degerlendirme.doc adresinden alındı.

Aktaş, H. ve Yılmaz, N. (2017). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research, 3*(1), 85-100. https://doi.org/10.24289/ijsser.283590

Akyürek, G., Kars, S. ve Bumin, G. (2018). Üniversite öğrencilerinde cep telefonlarının problemli kullanımı ile serbest zaman tatmininin ilişkisinin incelenmesi. *Ergoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi, 6* (3), 191-196. https://doi.org/10.30720/ered.404075

Akyüz, C. (2016). *Facebook kullanımının yetişkin bayanların yalnızlık ve umutsuzluk düzeyi üzerindeki etkileri.* (Yayın no. 432342) [Yüksek Lisans Tezi, Nişantaşı Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Alemdağ, C., Öncü, E. ve Yılmaz, A. K. (2014). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının akademik motivasyon ve akademik öz-yeterlikleri. *Spor Bilimleri Dergisi, 25* (1), 23–35.

Alsalameh, A. M., Harisi, M.J., Alduayji ,M.A., Almutham, A. A. ve Mahmood, F. M. (2019). Evaluating the relationship between smartphone addiction/overuse and musculoskeletal pain among medical students at Qassim University. *J Family Med Prim Care, 8*(9), 2953-2959. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_665_19

Altı, D. (2022). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının bağlanma stilleri ve benlik saygısıyla ilişkisi.* (Yayın no: 724189). [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi / İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü] İstanbul. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Altundağ, Y. Bulut, S. (2017). Aday sınıf öğretmenlerinde problemli akıllı telefon kullanımının incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17* (4), 1670-1682. https://doi.org/10.17240/aibuefd.2017.17.32772-363958

Angı, U. (2018). *Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk düzeyleriyle depresyon ve anksiyete belirtilerinin ilişkisinin incelenmesi.* (Yayın no. 526829) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Antalyalı, Ö. L., Özkul, A. S. ve Şatırer, H. (2021). Temel motivasyon kaynakları, hedef türleri ve bağlanma stilleri ışığında girişimcilik. *Alanya Akademik Bakış Dergisi, 5*(1), 21-43. https://doi.org/10.29023/alanyaakademik.805024

Aras, A. (2011). Müzik bölümü lisans öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi: Hacettepe üniversitesi Ankara devlet konservatuarı örneği, *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 31* (2), 509-524.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: a theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist, 55*(5), 469-480. https://doi.org/10.1037//0003-066X.55.5.469

Arnett, J. J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: perspectives from adolescence through midlife. *Journal of Adult Development, 8* (2) ,133-143.

Arnett, J. J. (2007). Emerging adulthood: What is it, and what is it good for?. *Child Development Perspectives, 1*(2), 68- 73.

Arslan, A. (2020). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International e-Journal of Educational Studies (IEJES), 4* (7), 27-41. https://doi.org/10.31458/iejes.600483

Atak, H. (2005). *Beliren yetişkinlik: yeni bir yaşam döneminin Türkiye'de incelenmesi.* (Yayın no. 204867) [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Atış-Akyol N., Atalan-Ergin, D., Krettmann, A. K. ve Essau, C.A. (2021). Is the relationship between problematic mobile phone use and mental health problems mediated by fear of missing out and escapism?. *Addictive Behaviors Reports,14,* 1-6. https://doi.org/10.1016/j.abrep.2021.100384

Ayhan, Ş. (2022). *COVID-19 pandemi sürecinde üniversite öğrencilerinin akademik motivasyonlarının incelenmesi*. (Yayın no. 717158) [Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Bacanlı, H. ve Şahinkaya, Ö. (2011). The adaptation study of academic motivation scale into Turkish. *Procedia Social and Behavioral Science,12,* 562–567. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.02.068

Bağcı, H. ve Çoklar, A.N. (2017). Bilgisayar odaklı yüksekokul ve fakülte öğrencilerinin problemli cep telefonu kullanım durumları. *Pesa Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi,3*(3), 164-171.

Bakioğlu, B. ve Çevik, M. (2020). COVID-19 pandemisi sürecinde fen bilimleri öğretmenlerinin uzaktan eğitime ilişkin görüşleri. *Turkish Studies, 15*(4), 109-129. https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.43502

Bal, E ve Balcı, Ş. (2020). Akıllı Cep Telefonu Bağımlılığı: Kişilik Özellikleri ve Kullanım Örüntülerinin Etkinliği Üzerine Bir İnceleme. *Erciyes İletişim Dergisi, 7* (1), 369-394. https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.654569

Bandura, A., Cioffi,D. Taylor,C.B. ve Brouillard,M.E. (1988). Perceived self-efficacy in coping with cognitive stressors and opioid activation. *Journal of Personality and Social Psychology,55*(3),479-488.

Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*(2), 226-244.

Başer-Şeker, G. (2009). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi.* (Yayın no. 278308) [Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Başer Baykal, N., Kalay Usta, T., Kılıç Memur, H.N. ve Şirin, A. (2019). Üniversite öğrencilerinin öz-anlayışlarının, bağlanma stilleri ve ilişki durumları bakımından incelenmesi.*KastamonuEğitimDergisi,27*(3),1023-1032. https://doi.org/10.24106/kefdergi.2524

Beck, A.T., Weissman, A., Lester, D. ve Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: the hopelessness scale. *Journal ol Consulting and Clinical Psychology,46* (6),861-865. https://doi.org/10.1037/h0037562

Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., ve Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford press. https://doi.org/10.1046/j.1440-1614.2002.t01-4-01015.x

Beşaltı, M. (2016). *Ergenlerde internet bağımlılığı ve kişilik özelliklerinin bazı sosyodemografik özelliklere göre incelenmesi.* (Yayın no. 441081) [Yüksek

Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Bian, M. ve Leung, L.(2014). Smartphone addiction: linking loneliness, shyness, symptoms and patterns of use to social capital. *Media Asia, 41*(2), 159-176. https://doi.org/10.1080/01296612.2014.11690012

Bianchi, A. ve Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology and Behavior, 8*(1), 39-51 https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39

Bold, A., Toros, H. ve Şen, O.(2003). Manyetik alanın insan sağlığı üzerindeki etkisi. *III. Atmosfer Bilimleri Sempozyumu,* 19-21 Mart, İstanbul.

Bolland, J. M. (2003). Hopelessness and risk behaviour among adolescents living in high-poverty inner-city neighbourhoods. *Journal of Adolescence, 26,*145-158. https://doi.org/10.1016/S0140-1971(02)00136-7

Bonab, B.G. ve Koohser, A.A.H. (2011). Relation between quality of attachment and psychological symptoms in college students. *Social and Behavioral Sciences ,30,* 197-201. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.039

Bozkurt, İ. ve Bozkurt, Ö. (2022). COVID-19 kısıtlamaları sürecinde üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi, 16*(2), 2-27. https://doi.org/10.51982/bagimli.987234

Bowlby, J.(1969). *Attachment and loss: Vol.1. Attachment.* New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1982*). Attachment and loss: Vol.1. Attachment (2).* New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Attachmentand loss: Vol. 2. Separation: anxiety and anger.* New York: Basic Books.

Bowlby, J. (2013). *Bağlanma.* (T. V. Soylu, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık. (Orijinal yayın tarihi,1983).

Bozanoğlu İ. (2004). Akademik güdülenme ölçeği: Geliştirmesi, geçerliği, güvenirliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 37*(2), 83-98. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000094

Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö. ve Köklü, N. (2019). *Sosyal bilimler için istatistik*. Ankara: Pegem Akademi.

Büyüköztürk, Ş. (2020). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı istatistik, araştırma deseni spss uygulamaları ve yorum*. (28.Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Calp, Ş. ve Bacanlı, H. (2016). Algılanan akademik yeterlik ve özerklik desteğinin özerk akademik motivasyon ve akademik başarıyla ilişkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi,40,* 300-317. https://doi.org/10.21764/efd.47706

Ceyhan, A.A. (2004). Ortaöğretim alan öğretmenliği tezsiz yüksek lisans programına devam eden öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 4*(1), 91-101.

Ceyhan, E., Boysan, M. ve Kadak, M. T. (2019). Associations between online addiction, attachment style, emotion regulation, depression and anxiety in general population: Testing the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Sleep and Hypnosis, 21* (2), 123-139. https://doi.org/10.5350/Sleep.Hypn.2019.21.0181

Ceylan, M.U. (2022*). Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşa bağlanmaları ile stres düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yayın no. 724829) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Choi, Y. Y. ve Seo, Y. S. (2015). The relationship between insecure attachment and smartphone addiction: The mediation effect of impulsiveness moderated by social support. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, *27*(3), 749-772.

Cooper, M. L., Shaver, P.R. ve Collins, N.L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology, 74* (5), 1380-1397.

Curun, F. ve Çapkın, M. (2014). Romantik kıskançlığın bağlanma stilleri, benlik saygısı, kişilik özellikleri ve evlilik doyumu açısından yordanması. *Psikoloji Çalışmaları,34* (1), 1-22.

Cüceloğlu, D. (2016). *Geliştiren anne baba.* İstanbul: Remzi Yayınevi

Çağan, Ö., Ünsal, A. ve Çelik, N. (2014). Evaluation of college students' the level of addiction to cellular phone and investigation on the relationsship between the addiction and the level of depression. *Social and Behavioral Sciences 114*, 831-839. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.793

Çağlar Bektaş, S., Yazıcı, H . ve Altun, F . (2013). Öğretmenlerin kişilik özellikleri ve kişisel sağlık davranışları ile depresif belirtileri arasındaki ilişkiler. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17* (1), 127-141.

Çağlayan, Y. İ. ve İpek, M. (2019). Çiftlerde bağlanma stilleri, evlilik ile evlilik uyumu ilişkisinin incelenmesi. *Aydın Sağlık Dergisi, 5* (2) , 161-180.

Çakar-Yıldırım, M. (2021). *Kocaeli üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin akıllı telefon ve internet kullanım düzeylerinin belirlenmesi*. (Yayın no. 654945) [Yüksek isans Tezi, Kocaeli Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Çakır, Ö., Mete, F. ve Tura, B., (2020). Sosyal Bilimlerde Yeni Araştırmalar-III. O, Köse ve Y. Ulutürk-Sakarya (Ed.), *İletişim teknolojisinin gelişimi: akıllı telefona giden yol* (ss.345-362). Ankara: Berikan Yayınevi.

Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 1*, 240-255.

Çelik, K. (2019). *Üniversite öğrencilerinin facebook kullanımının umutsuzluk ve depresyon ile ilişkisi.* (Yayın no. 654167) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Çetinel, M., H. ve Gürcüoğlu, S. (2022). Pandemi döneminde üniversite öğrencilerinin akademik motivasyon düzeylerinin incelenmesi. *Optimum Ekonomi ve Yönetim Bilimleri Dergisi, 9*(1), 1-14. https://doi.org/10.17541/optimum.960301

Çoban, A.E ve Karaman, N.G. (2013). Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk, kaygı ve ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi, 2* ,78-88.

Çokparlamış, N. (2018). *Bağlanma stillerinin benlik saygısı ve umutsuzluk düzeyi ile ilişkisi.* (Yayın no 532979) [Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Datareportal İnternet Sitesi. We are Social (2022). Digital in 2020 Global Digital Overview. 24.01.2023 tarihinde https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey adresinden alınmıştır.

Demir, Ö. ve Yurdugül, H. (2015). The exploration of models regarding e-learning readiness: reference model suggestions. *International Journal of Progressive Education, 11*(1), 173–194.

Demir-Güdül, M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin akademik motivasyon profillerinin psikolojik ihtiyaç doyumu, akademik erteleme ve yaşam doyumu ile ilişkisi.* (Yayın no 395182) [Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Demir-Güdül, M., Can, G. ve Ceyhan, A. A. (2021). The role of academic motivation in predicting Turkish undergraduates' life satisfaction and academic procrastination. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 11*(60), 129-146.

Demirci, K., Orhan, H., Demirdaş, A., Akpınar, A. ve Sert, H. (2014). Validity and reliability of the Turkish version of the smartphone addiction scale in a younger population. *Klinik PsikofarmakolojiBülteni 24* (3), 226-234. https://doi.org/10.5455/bcp.20140710040824

Demirci, K., Akgönül, M. ve Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions, 4*(2), 85–92 . https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.010

Demir-Uzun, Z. (2021). *Bağlanma stilleri, ilişki bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide özyeterliliğin aracı rolü.* (Yayın no 675522) [Yüksek Lisans

Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Dereli, F. ve Kabataş, S. (2009). Sağlık yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin iş bulma endişeleri ve umutsuzluk düzeylerinin belirlenmesi. *Yeni Tıp Dergisi, 26*, 31-36.

Deveci, S. E., Ulutaşdemir, N. ve Açık Y. (2011). Bir mesleki eğitim merkezi öğrencilerinde umutsuzluk düzeyi ve etkileyen faktörler. *Dicle Tıp Dergisi, 38* (3), 312-317. https://doi.org/10.5798/diclemedj.0921.2011.03.0039

Dilbaz, N. ve Seber, G. (1993). Umutsuzluk kavramı: depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi 1* (3), 134-138. https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000044

Doğan, A. ve Cebioğlu, S. (2011). Beliren yetişkinlik: ergenlikten yetişkinliğe uzanan bir dönem. *Türk Psikoloji Yazıları,14* (28), 11-21.

Doğan, P. (2012). Resim öğretmeni adaylarının umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi,* 36, 115-127.

Durak-Batıgün, A. ve Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi, 26* (67), 1-10.

Durak, A. ve Palabıyıkoğlu, R. (1994). Beck umutsuzluk ölçeği geçerlilik çalışması. *Kriz Dergisi, 2(*2), 311-319. https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000071

Dünyaoğulları, Ö. (2011). *Üniversite son sınıf öğrencilerinin kendilerini gerçekleştirme engelleriyle genel erteleme eğilimi ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yayın no 296484) [Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Ehtiyar, R. ve Üngüren, E. (2008). Lise ve üniversitede turizm eğitimi alan öğrencilerin demografik değişkenlerinin umutsuzluk ve kaygı düzeylerine etkilerinin araştırılması. *Ticaret ve Turizm Eğitim Fakültesi Dergisi,* 2, 34-51.

Ektiricioğlu, C., Arslantaş, H. ve Yükesl, R.(2020). Ergenlerde çağın hastalığı: teknoloji bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi, 29*(1),51-64. https://doi.org/10.17827/aktd.498947

Elhai, J.D., Dvorak, R. D., Levine, J.C. ve Hall, B.J. (2017). Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of Affective Disorders* , 207. 251-259. https://doi.org/10.1016/j.jad.2016.08.030

Ercan, H. (2016). Üniversite öğrencilerinin aşk stillerinin demografik değişkenler ve ana babaya bağlanma ile ilişkisi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 7*(1), 25-37.

Erdem, H., Kalkın, G., Türen, U. ve Deniz, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde mobil telefon yoksunluğu korkusunun (nomofobi) akademik başarıya etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, .21*(3), 923-936.

Erden, N. (2019*). Lise öğrencilerinin özgüven düzeyinin internet bağımlılığına etkisi üzerine bir araştırma.* (Yayın no. 554496) [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Erdoğdu ,Y., Koçoğlu, F. ve Sevim, C.(2020). COVID-19 pandemisi sürecinde anksiyete ile umutsuzluk düzeylerinin psikososyal ve demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi,23* (Ek 1), 24-37. https://doi.org/10.5505/kpd.2020.35403

Ersoy, E., Küçükkaragöz, H., Deniş, H. ve Karataş, E. (2010). Öğretmen adaylarının umutsuzluk düzeylerinin bazı değişkenlere göre belirlenmesi. *E-Journal of New World Sciences Academy Education Sciences, 5* (4), 1534-1542.

Erzen, E. ve Çıkrıkcı, Ö. (2020, Ocak). *Bağlanma stilleri, akademik güdülenme ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler*. [Konferans sunumu]. 21. Uluslararası PDR Kongresi, Antalya, Türkiye.

Fraley, R. C., Waller, N. G. ve Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of personality and social psychology, 78*(2), 350-365. https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.350

Gençay, Ö. A. ve Gençay, S. (2007). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine ilişkin motivasyon düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* (17) , 241-253.

Gitmez, A. S. (2020). *Sosyal bilim araştırmalarında yöntembilim*. Ankara: Nobel Akademik.

Göçener, D. (2010). *Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiler.* (Yayın no. 273324) [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Göker, M.E. ve Turan, Ş. (2020). COVID-19 pandemisi sürecinde problemli teknoloji kullanımı. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi, 5*(COVID-19 Özel Sayısı),108-114. https://doi.org/10.35232/estudamhsd.767526

Gömleksiz, M. N. ve Serhatlıoğlu, B. (2013). Öğretmen adaylarının akademik motivasyon düzeylerine ilişkin görüşleri. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 17* (3), 99-127.

Görür, B. (2019). *Ergenlerin bağlanma stilleri ve sosyal kaygıları ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. (*Yayın no. 575684) [Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Gözübüyük, A. ve Özbey, S. (2019). Investigation of the relationship between attachment patterns and motivational levels of preschool children. *SDU International Journal of Educational Studies, 6*(2), 101-113. https://doi.org/10.33710/sduijes.60712

Griffin, D. W. ve Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 67* (3), 430-445.https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.3.430

Gula, T.(2016). *Problemli cep telefonu kullanımı, kişilik özellikleri ve sosyodemografik değişkenlere göre sosyal medya kullanım tercihleri: tanımsal bir çalışma*. (Yayın no. 443163) [Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Gültekin, M. ve Aydemir, H. (2021). İlkokul ve ortaokul son sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi (Adıyaman ili örneği). *Eğitim Ve Toplum Araştırmaları Dergisi (JRES), 8* (1), 103-121. https://doi.org/10.51725/etad.875881

Gülüm, İ. V. ve Dağ, İ. (2013). Yetişkin bağlanma örüntüleri ile psikopatoloji belirtileri arasındaki ilişkide bilişsel özelliklerin aracı rolü: kontrol odağı ve tekrarlayıcı düşünme. *Türk Psikiyatri Dergisi,25*(4), 244 – 252.

Gümüş, A. (2018). *Tıp fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve depresyon durumlarının değerlendirilmesi*. (Yayın no. 503061) [Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Gündoğar, D., Sallan-Gül S., Uskun, E., Demirci, S. ve Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi ,10* (1),14-27.

Gürsel, C. (2017). Demographic factors associated with problematic internet use among Turkish university students. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications, 8*(1) 67-77.

Güzeller C.O. ve Coşguner, T. (2012). Development of a problematic mobile phone use scale for Turkish adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking15* (4), 205-211. https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0210

Hadley, S. A. ve MacLeod, A. K. (2010). Conditional goal-setting, personal goals and hopelessness about the future. *Cognition and Emotion, 24* (7), 1191-1198. https://doi.org/10.1080/02699930903122521

Hadlington, L. J. (2015). Cognitive failures in daily life: Exploring the link with Internet addiction and problematic mobile phone use. *Computers in Human Behavior,51* (A),75-81. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.04.036

Hazan, C. ve Shaver, P.R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(3), 511–524. https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511

Hazan, C. ve Shaver, P.R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry, 5*(1), 1–22.https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1

Hızarcı, Ö. (2018). *Problemli cep telefonu kullanımı, sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (gkk), yaşam doyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin demografik değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayın no. 504716) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Hong, W., Liu, R.-D., Oei, T.-P., Zhen, R., Jiang, S. ve Sheng, X. (2019). The mediating and moderating roles of social anxiety and relatedness need satisfaction on the relationship between shyness and problematic mobile phone use among adolescents. *Computers in Human Behavior, 93*, 301–308. https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.020

Işık, M. ve Kaptangil, İ. (2018). Akıllı telefon bağımlılığının sosyal medya kullanımı ve beş faktör kişilik özelliği ile ilişkisi: üniversite öğrencileri üzerinden bir araştırma. *İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi 7* (2), 695-717. https://doi.org/10.15869/itobiad.361081

Kaçar, S. (2017). *Ergenlerin problemli internet kullanımının bağlanma stilleri ve bazı sosyo-değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayın no. 486380) [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Kaçar, S. ve Can, F. (2021). Yetişkin bağlanma stillerinin benlik saygısı, boyun eğici davranış ve karakter özellikleri ile ilişkisi . *International Journal of Economics Administrative and Social Sciences , 4* (1) , 74-98.

Kanak, M., Bilbay, A. ve Balta, D. (2017). Ergenlerin akrana bağlanma stillerinin umutsuzluk düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi. *Journal of History Culture and Art Research, 6* (6), 492-503. http://dx.doi.org/10.7596/taksad.v6i6.1221

Karaca, Ö. (2019). *Farklı okul türlerinde öğrenim gören lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ile akademik güdülenme ilişkisinin incelenmesi.* (Yayın no. 590492)

[Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Karadeniz, C. (2016). *Çocukluk çağı istismarına uğramış bireylerin yakın ilişkideki (romantik) bağlanma stilleri açısından incelenmesi.* (Yayın no. 478789) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Karadeniz, Ö. (2020). *Ortaöğretim öğrencilerinde çocukluk depresyonu ile akademik motivasyon ve akademik erteleme arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yayın no. 617220) [Yüksek Lisans Tezi, Bayburt Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Karahancı, P. (2018*). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki.* (Yayın no. 541297) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınevi.

Kartal, M.(2021). *Bilsem'de öğrenim gören ortaokul öğrencilerinin akademik motivasyonlarının incelenmesi.* (Yayın no. 673626) [Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Kaya, F., Bostancı- Daştan, N. ve Durar, E. (2021). Smart phone usage, sleep quality and depression in university students. *International Journal of Social Psychiatry, 67*(5), 407-414. https://doi.org/10.1177/0020764020960207

Kaysi, F., Aydemir, E. ve Yavuz, M. (2021). Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığına yönelik görüşlerinin incelenmesi, *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 8* (1), 79-92. https://dx.doi.org/10.17336/igusbd.680085

Kemer, G. ve Atik, G. (2005). Kırsal ve il merkezinde yaşayan lise öğrencilerinin umut düzeylerinin aileden algılanan sosyal destek düzeyine göre karşılaştırılması. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi ,* 21, 161-168.

Kereçin, D. (2021). *Üniversite öğrencilerinde problemli cep telefonu kullanımının yordayıcısı olarak psikopatolojik semptomların incelenmesi.* (Yayın no. 668193)

[Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Keskin-Aktan, A. ve Kutlay, Ö. (2020). Tıp fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı, depresyon ve anksiyete arasındaki ilişki. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilim Dergisi, 12*(2), 176-182. https://doi.org/10.31067/acusaglik.852109

Keskin, G. ve Çam, O. (2007). Bağlanma süreci: ruh sağlığı açısından literatürün gözden geçirilmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi, 23* (2) , 145-158.

Keskin. Ö. ve Korkutata, A. (2018). Reviewing academic motivation levels of students study in different faculties in terms of certain variables (sakarya university case*). Journal of Education and e-Learning Research, 5*(3), 208-216. https://doi.org/10.20448/journal.509.2018.53.208.216

Kılıç, S. (2014). *Kitle iletişim araçlarının gelişimi ve sosyal medyanın siyasal iletişimi etkileme rolü.* (Yayın no.381158) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Kızılgeçit, M. (2011). *Yalnızlık umutsuzluk ve dindarlık ilişkisi*. (Yayın no. 339857) [Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Kim, H. (2013). Exercise rehabilitation for smartphone addiction. *Journal of Exercise Rehabilitation, 9*(6), 500-505. https://doi.org/10.12965/jer.130080

Kiraly, O., Potenza, M. N., Stein, D. J., King, D. L., Hodgins, D. C., Saunders, J. B., vd. (2020). Preventing problematic internet use during the COVID-19 pandemic: Consensus guidance. *Comprehensive Psychiatry, 100*, 1–4. https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2020.152180

Koç, M.N.(2022*). Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile akademik motivasyonları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi.* (Yayın no. 765796) [Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Kodan, S. (2013). Üniversite öğrencilerinde umutsuzluk ve akılcı olmayan inanışlar arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi, 11* (2), 175-190.

Konok, V., Gigler, D., Bereczky, B. M. ve Miklosi, A. (2016). Humans' attachment to their mobile phones and its relationship with interpersonal attachment style. *Computers in Human Behavior,* 61, 537–547. https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.062

Korkmazer, F. (2020). Üniversite öğrencilerinin akademik motivasyon algılarının incelenmesi üzerine bir alan çalışması. *Dicle Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 10* (20), 502-515.

Köknel, Ö. (2005). *Depresyon: Ruhsal çöküntü*. (5.baskı). İstanbul: Altın Kitapları Yayınevi.

Kuloğlu, M . (2020). Uzaktan eğitim öğrencilerinin akademik başarıları, başarı motivasyonları ve can sıkıntıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Platform Eğitim ve Değişim Dergisi, 3*(1) , 48-60.

Kumcağız, H., Terzi, Ö., Koç, B. ve Terzi, M. (2020). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 9* (1), 13-39. https://doi.org/10.15869/itobiad.629737

Kuyucu, M. (2017). Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: Akıllı telefon (kolik) üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition,7*(14), 328-359.

Kuyumcu, B. (2011). Evli kişilerde gestalt temas biçimleri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 3* (5),57-70.

Küçük, E., Celbek, B. ve Coşkun, G. (2021). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının fiziksel aktivite ve depresyon üzerine etkisi. *Bozok Tıp Dergisi, 11*(3). https://doi.org/10.16919/bozoktip.899029

Laible, D. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: links with emotional competence and social behavior. *Personality and Individual Differences,43*(5), 1185-1197. https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.03.010

Lopez, F. G., Melendez, M. C., Sauer, E. M., Berger, E. ve Wyssmann, J. (1998). Internal working models, self-reported problems, and help-seeking attitudes among college students. *Journal of Counseling Psychology, 45*(1), 79-83. https://doi.org/10.1037/0022-0167.45.1.79

Mach, A., Demkow-Jania, M., Klimkiewicz, A., Jakubczyk, A., Abramowska, M., Kuciak, A., Serafin, P., Szczypinski, J .ve Wojnar, M. (2020) Adaptation and validation of the polish version of the 10-item mobile phone problematic use scale. *Frontiers in Psychiatry, 11*(427), 1-9. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00427

Madenüs, F. (2022). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin geleceğe ilişkin olumsuz beklentileri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Biruni üniversitesi örneği.* (Yayın no. 766719) [Yüksek Lisans Tezi, Biruni Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Malinauskas, R. K. ve Pozeriene, J. (2020). Academic motivation among traditional and online university students. *European Journal of Contemporary Education, 9*(3), 584-591. https://doi.org/10.13187/ejced.2020.3.584

Mikulincer, M., Shaver, P. R. ve Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion, 27*(2), 77–102. https://doi.org/10.1023/A:1024515519160

Minaz, A. ve Çetinkaya-Bozkurt, Ö. (2017). Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ve kullanım amaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 9* (21), 268-286. https://doi.org/10.20875/makusobed.306903

Morsünbül, Ü. (2009). Attachment and risk taking: are they interrelated? . *World Academy of Science, Engineering and Technology, 31,* 764-768.

Morsünbül, Ü. (2014) . İnternet bağımlılığının bağlanma stilleri, kişilik özellikleri, yalnızlık ve yaşam doyumu ile ilişkisi. *International Journal of Human Sciences, 11*(1), 357-372. https://doi.org/10.14687/ijhs.v11i1.2727

Noyan, C. O., Enez-Darçın, A., Nurmedov, S., Yılmaz, O. ve Dilbaz, N. (2015). Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinin kısa formunun üniversite öğrencilerinde Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 16*(1), 73-81. https://doi.org/10.5455/apd.176101

Orhan, B. ve Demir, S. (2022). Uzaktan eğitimin öğrencilerin Türkçe derslerine yönelik akademik motivasyonlarına yansımaları. F.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi, 32 (3), 933-949. https://doi.org/10.18069/firatsbed.1129645

Ottekin, N. (2009). *Ailelerinden ayrı olarak öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi*. (Yayın no. 234902) [Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Oviedo-Trespalacios, O., Nandavar, S., Newton, J.D.A., Demant, D. ve Phillips, J.G. (2019) Problematic use of mobile phones in Australia…ıs ıt getting worse? *Frontiers in Psychiatry, 10* (105), 1-15. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00105

Özcan, Z. ve Karaca, F. "A study on relationship between academic motivation and psychological well-being in students of teology faculty. *İlahiyat Tetkikleri Dergisi, 2* (50), 321-341. https://doi.org/10.29288/ilted.447368

Özdemir, Y. ve İlhan, T. (2012). Benlik kurgusu, bağlanma ve yalnızlık üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi, I* ,157-180.

Özer, Ö. (2020). Smartphone addiction and fear of missing out: does smartphone use matter for students' academic performance?. *Journal of Computer and Education Research, 8* (15), 344- 355. https://doi.org/10.18009/jcer.696481

Özkan, K. ve Bartan, M. (2020). Okul öncesi eğitimine devam eden 5-6 yaş grubu çocuklarda bağlanma ve anne-baba-çocuk ilişkisi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, 41,* 101-118. https://doi.org/10.33418/ataunikkefd.728923

Özsavran, M. ve Kuzlu-Ayyıldız, T. (2022). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile okul başarısı arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi, 23*(2):130-138. https://doi.org/10.51982/bagimli.929464

Öztürk, M.(2021). Öğrencilerin Akıllı Telefon Bağımlılığı ve İnterneti Kullanma Durumlarının İncelenmesi. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 23*(41), 266-278.

Pamuk, M. ve Atlı, A. (2016). Üniversite öğrencileri için problemli cep telefonu kullanım ölçeği'nin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik analizleri. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 29*(1), 49-59. https://doi.org/10.5350/DAJPN2016290105

Pamuk, M ve Kutlu, M. (2017). *Türkiye'de cep telefonunun problemli kullanımına ilişkin yapılan çalışmaların incelenmesi.* [Konferans sunumu, ss.400-407]. Internatıonal Academıc Research Congress (INES2017), Antalya, Türkiye.

Pamuk, M., Kutlu, M. ve Kuloğlu, A. (2016). *Üniversite öğrencilerinde cep telefonunun problemli kullanımı ve öğrenci tükenmişliği*. [Konferans sunumu, ss.1545-1549]. Internatıonal Academıc Research Congress (INES2016), Antalya, Türkiye.

Park, I., Kim,S. ve Suh,Y.(2020). The mediating effect of insecure adult attachment on the relationship between smartphone addiction and self-directed learning in university students. *Nursing Reports,10*(2), 124-134. https://doi.org/10.3390/nursrep10020016

Persaud, A. ve Azhar, I. (2012). Innovative mobile marketing via smartphones: Are consumers ready?. *Marketing Intelligence and Planning, 30*(4), 418-443. https://doi.org/10.1108/02634501211231883

Pietromonaco, P.R. ve Barrett, L.F.(2000). The internal working models concept: what do we really know about the self in relation to others?. *Review of General Psychology, 4*(2), 155-175. https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.155

Rao, G. ve Madan, A. (2013). A study exploring the link between attachment styles and social networking habits of adolescents in urban bangalore. *International Journal of Scientific and Research Publications, 3*(1),1-12.

Reis, S. ve Grenyer, B.F.S. (2004). Fearful attachment, working alliance and treatment response for individuals with major depression. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 11*(6), 414–424. https://doi.org/10.1002/cpp.428

Roser, K., Schoeni, A., Foerster, M. ve Röösli, M. (2016). Problematic mobile phone use of Swiss adolescents: is it linked with mental health or behaviour?. *International Journal of Public Health ,61*(3), 307-315. https://doi.org/10.1007/s00038-015-0751-2

Rudnytsky, P. L. (1997). The personal origins of attachment theory , an interview with Mary Salter Ainsworth . *The Psychoanalytic Study Of The Child, 52* (1), 386-405. https://doi.org/10.1080/00797308.1997.11822469

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology, 25*(1), 54–67. https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020

Sağır, A. ve Eraslan, H. (2019). Akıllı telefonların gençlerin gündelik hayatlarına etkisi: Türkiye'de üniversite gençliği örneği. *OPUS- Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 10* (17), 48-78. https://doi.org/10.26466/opus.515339

Saltürk, A. ve Güngör, C. (2020). Üniversite öğrencilerinin gözünden covıd-19 pandemi döneminde uzaktan eğitime geçiş deneyimi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,13* (36), 137-174. https://doi.org/10.14520/adyusbd.788716

Samaha, M. ve Hawi, N.S.(2016). Relationships among smart phone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior,* 57, 321-325. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.045

Saracaloğlu, A.S., Üstündağ-Kocakuşak, N. ve Eken, M. (2020). Öğretmen adaylarının akademik güdülenme becerilerinin, çalışma alışkanlıklarının, sınav kaygılarının ve başarı güdülerinin incelenmesi. *Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi, 14* (31), 241-265. https://doi.org/10.29329/mjer.2020.234.12

Sarıçiçek, M. (2018). *Akıllı telefon bağımlılığının bağlanma biçimleri ile ilişkisi: Tunceli ili örneği.* (Yayın no. 486053) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Sarıtaş, S. ve Bozkurt, A. (2020). Annelik deneyimleri üzerine nitel bir araştırma. *International Journal of Humanities and Research, 4*(4), 40-47.

Savcı, M. ve Aysan, F. (2016). The role of attachment styles, peer relations, and affections in predicting Internet addiction. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 3* (3),416–432. http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0028

Savcı, M. ve Aysan, F. (2017). Technological addictions and social connectedness: predictor effect of internet addiction, social media addiction, digital game addiction and smartphone addiction on social connectedness. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences,* 30, 202-216. https://doi.org/10.5350/DAJPN2017300304

Sayıl, M., Güre, A., Uçanok, Z. ve Puhn-Pungello, E. (2009). Çalışan ve ilk kez anne olan kadınların bebeklerinin bakımı ve işe geri dönme süreci: İleriye dönük çoklu etkiler. *Türk Psikoloji Dergisi, 24* (64), 1-18.

Seber, G., Dilbaz, N., Kaptanoğlu, C. ve Tekin, D. (1993). Umutsuzluk ölçeği: geçerlilik ve güvenirliği. *Kriz Dergisi, 1*(3), 139-142. https://doi.org/10.1501/Kriz_0000000045

Seker, S. E. (2015) Motivasyon teorisi (motivation theory) .*YBS Ansiklopedi, 2*(1), 23-27.

Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları, 8*(16), 1-11.

Selen, S. (2022). *Psikolojik ihtiyaç doyumu, yaşam doyumu ve tükenmişliğin üniversite öğrencilerinin akademik motivasyonlarıyla ilişkisi.* (Yayın no. 740479) [Yüksek Lisans Tezi, Ufuk Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Sevi-Tok, E. S. ve Güzel, H. Ş. (2020). Akıllı telefon bağımlılığı, bağlanma ve duygu düzenlemenin ilişkisi: Mizaç ve karakter özelliklerinin aracı rolü. *Klinik Psikoloji Dergisi, 4*(1), 48-62. https://doi.org/10.5455/kpd.26024438m000020

Sevilmiş, A. ve Şirin, E. F. (2016). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde akademik başarı: Üniversite yaşam kalitesi, akademik güdülenme ve akademik öz-yeterliğin rolü. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi , 14* (1), 31-44. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000282

Sevingil, F. N.(2018). *7-12 yaş çocuklarının bağlanma stilleri ile okul başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi : Tarsus ilçesi uygulaması*. (Yayın no. 489076) [Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Sıcak A. ve Başören, M. (2015). Ortaöğretim öğrencilerinin akademik motivasyonlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (Bartın örneği). *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi ,4* (2), 548-560. https:/doi.org/10.14686/buefad.v4i2.1082000239

Soygüt, G. (2004). Bir düzeltici bağlanma ilişkisi olarak psikoterapi: psikoterapi süreçlerinde bağlanma ve terapötik ittifak. *Türk Psikoloji Yazıları,7* (13), 63-77.

Soykan, F. (2021). *Üniversite öğrencilerinin akademik umutsuzluk düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi.* (Yayın no. 663494) [Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E. ve Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri ,8*, 88-99.

Söyler, İ. (2019). *Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile kendilik algısı ve okula bağlanma arasındaki ilişki.* (Yayın no. 553482) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Söyler, S. ve Yıldırım- Kaptanoğlu, A. (2018). Sanal uyuşturucu: internet. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 7*(2), 37 -46.

Süler, M. (2016). *Akıllı telefon bağımlılığının öznel mutluluk düzeyine etkisinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*.(Yayın no. 431349) [Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Sülün, A., Günay, U., Sarman, A. ve Dertli, S. (2020). Akıllı telefon kullanan adölesanlarda gündüz uykululuğu. *Bağımlılık Dergisi, 21*(2), 129-136.

Sümer, N. ve Anafarta-Şendağ, M. (2009). Orta çocukluk döneminde ebeveynlere bağlanma, benlik algısı ve kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi, 24 (*63), 86-101.

Sümer, N. ve Güngör, D. (1999), Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemi Üzerinde Psikometrik Değerlendirilmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma, *Türk Psikoloji Dergisi, 14* (43), 71-106.

Şahin, A. (2002). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri üzerine bir araştırma. *İlahiyat Dergisi, 13,* 143-157.

Şanlı-Kula, K. ve Saraç, T. (2017). Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi: Ahi Evran üniversitesi örneği. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 18*(1), 1-16. https://doi.org/10.17494/ogusbd.330620

Şar, A.H. ve Işıklar, A. (2012). Problemli mobil telefon kullanım ölçeğinin Türkçeye uyarlaması. *International Journal of Human,9* (2), 264-275.

Şenormancı, Ö., Şenormancı, G., Güçlü, O. ve Kokan, R. (2014). Attachment and family functioning in patients with Internet addiction. *General Hospital Psychiatry, 36* (2), 203-207. https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2013.10.012

Şimşek, T. (2012). *Modern kent toplumunda Facebook ile yalnızlaşan gençlik: İstanbul Üniversitesi örneği.* (Yayın no. 317778) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Şimşek, N., Kılıç-Akça, N. ve Şimşek, M. (2015). Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve internet bağımlılığı. *TAF Preventive Medicine Bulletin,14* (1), 7-14. https://doi.org/10.5455/pmb 1-1393401116

Tabachnick, B.G., Fidell, L.S. (2013).*Using multivariate statistics.* (6.Baskı). Pearson.

Taluy, N. (2021). Sosyal medya bağımlılığı ile bağlanma tarzları ilişkisi üzerine bir derleme. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 31* (2), 989-1002. https://doi.org/10.18069/firatsbed.816537

Tanaka, E., Sakamoto, S., Ono, Y., Fujihara, S. ve Kitamura, T. (1998). Hopelessness in a community population: factorial structure and psychosocial correlates, *The Journal of Social Psychology*, *138* (5), 581-590. https://doi.org/10.1080/00224549809600413

Tanç, S. (1999). *Benlik değeri umutsuzluk ve kariyer beklentileri.* (Yayın no. 82394) [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Taner, D. (2008). *Öğretmenlerin umutsuzluk düzeyi ile okul kültürü arasındaki ilişki.* (Yayın no. 219576) [Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Tanlı, A. (2019). *Üniversite öğrencilerinde algılanan stres, umutsuzluk düzeyi ve yeme tutumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi.* (Yayın no. 626762) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Tarcan, N. (2021). *Akıllı telefon kullanımı ve bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayın no. 668330) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Taslak, S. ve Sakal, M. (2016, Kasım). *Öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığının akademik motivasyona etkisi.* [Konferans sunumu]. 3.Uluslararası Yönetim Bilişim Sistemleri Konferansı, İzmir, Türkiye.

Tekin, Ç. (2012). *Cep telefonu problemli kullanım (PU) ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. (Yayın no. 324132) [Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Tekin, Ç., Güneş, G. ve Çolak, C. (2014). Cep telefonu problemli kullanım (pu) ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Medicine Science, 3*(3), 1361-1381. http://dx.doi.org/10.5455/medscience.2014.03.8138

Tekin, M. ve Filiz, K. (2008). Beden eğitimi ve spor yüksekokullarının antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 6* (1), 27-37.

Temiz, Ö. (2020). *Algılanan anne ve baba tutumunun bağlanma stilleri, öz-şefkat ve benlik saygısı üzerine etkisi.* (Yayın no. 649721) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Terzi, Ş. ve Cihangir-Çankaya, Z. (2009). Bağlanma stillerinin öznel iyi olmayı ve stresle başa çıkma tutumlarını yordama gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4* (31), 1-11.

Titrek, O., Çetin, C., Kaymak, E. ve Kaşıkçı, M.M. (2018). Academic Motivation and Academic Self-efficacy of Prospective Teachers. Journal of Education and Training Studies, 6(11), 77-87. https://doi.org/10.11114/jets.v6i11a.3803

Tolunay-Oflu, A. ve Bükülmez, A. (2022). Tıp öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve uyku problemleri arasındaki ilişki. *Kocatepe Tıp Dergisi,* 23:140-145. https://doi.org/10.18229/kocatepetip.834982

Tonga, E., Özgül, B., Timurtaş, E., Can, M., Hasırcı, Y.ve Polat, M. G.(2017). Evaluation of musculoskeletal complaints associated with smartphone use among university students and related risk factors. *Ann Rheum Dis*, 76, 1504. https://doi.org/10.1136/annrheumdis-2017-eular.6607

Tucker, C. M., Zayco, R. A. ve Herman, K. C. (2002). Teacher child variables as predictors of academic engagement among low-income African American children. *Psychology in the School,39*(4), 477-488. https://doi.org/10.1002/pits.10038

Tulunay-Ateş, Ö. (2021). Motivasyon ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide problem çözme becerilerinin aracı rolü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi,41*(3), 1465-1487.

Turan-Akdağ, S. (2011). *Ergenlerin bağlanma stilleri ile ebeveynlerinin bağlanma stilleri arasındaki ilişki.* (Yayın no. 307917) [Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Turanlı, P. (2010). *Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması*. (Yayın no. 278776) [Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Turgay, T. ve Yılbaş, B. (2022). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ile kas-iskelet ağrısı, depresyon ve uyku kalitesi arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi,23*(2), 153-161. https://doi.org/10.51982/bagimli.992606

Türen, U., Erdem, H. ve Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) yayılımı: Türkiye'den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örneklemi. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, *10* (1), 2-12. https://doi.org/10.17671/btd.30223

Türk Dil Kurumu (TDK). (2021). Güncel Türkçe Sözlük. 11.09.2022 tarihinde https://www.tdk.gov.tr/ adresinden alınmıştır.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2018,2020). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım İstatistikleri Raporu, Türkiye İstatistik Kurumu. 13.11.2022 tarihinde https://www.tuik.gov.tr/ adresinden alınmıştır.

Tüzün, O. ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam, 19* (1), 24-39.

Uluışık, V., Beyleroğlu, M., Suna, G. ve Yalçın, S. (2016). Ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumları ve akademik güdülenme düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi (Burdur il merkezi örneği). *Journal of Human Sciences, 13*(3), 5092-5106. https://doi.org/10.14687/jhs.v13i3.4026

Ustaosman, N.N. (2019). *Bağlanma stillerinin anksiyete ve umutsuzluk düzeyi ile ilişkisi.* (Yayın no. 626744) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Uz-Baş, A. ve Kabasakal, Z. (2013). Öğretmen adaylarında umutsuzluk ve algılanan sosyal destek. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 2* (1), 19-26.

Uz-Baş, A. (2009). Okul psikolojik danışmanlarının okulda saldırganlık ve şiddete yönelik görüşlerinin değerlendirilmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, *0*(18), 90-110.

Ünal M. H. (2015). *Ankara Yıldırım Beyazıt üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin belirlenmesi*. (Yayın no. 412717) [Yüksek Lisans Tezi, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Ünal, A. (2006). *İlköğretim öğrencilerinin gelecek ile ilgili umutlarının yapısal eşitlik modelleriyle belirlenmesi* .(Yayın no. 184124) [Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Üngüren, E. (2007*). Lise ve üniversitelerde turizm eğitimi alan öğrencilerin umutsuzluk ve kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi: Antalya'da bir uygulama.* (Yayın no. 229336) [Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Üngüren, E. ve Ehtiyar, R. (2009). Türk ve Alman öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin karşılaştırılması ve umutsuzluk düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi: turizm eğitimi alan öğrenciler üzerinde bir araştırma. *Journal of Yasar University, 4* (14), 2093-2127.

Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Briere, N. M., Senecal, C. ve Vallieres, E. F. (1992). The academic motivation scale: a measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement, 52*(4), 1003–1017. https://doi.org/10.1177/0013164492052004025

We Are Socail (2021). *Digital 2021 Turkey.* 10.01.2023 tarihinde https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey adresinden alınmıştır.

We are Social (2021). *Digital in 2021 Global Digital Overview*. 24.10.2022 tarihinde https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey adresinden alınmıştır.

Yakymenko, I., Sidorik, E., Henshel, D. ve Kyrylenko, S. (2014). Low intensity radiofrequency radiation: a new oxidant for living cells. *Oxidants and Antioxidants in Medical Science,3* (1).1-3. https://doi.org/10.5455/OAMS.240314.ED.002

Yaman, Y. (2019). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin umutsuzluk düzeyi ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi.* (Yayın no. 572569) [Yüksek Lisans Tezi, Biruni Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Yay, M. (2019). *Problemli akıllı telefon kullanımı ve kendini sabotaj ilişkisinde öz düzenlemenin aracı rolünün incelenmesi.* (Yayın no. 541809) [Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Yay, M. ve Arıcak, O.T. (2019). Problemli akıllı telefon kullanımı ve kendini sabotaj ilişkisinde öz düzenlemenin aracı rolünün incelenmesi. *Psikoloji Araştırmaları,4*(7),6-16.

Yay, M. (2019). *Dijital ebeveynlik.* (2. Baskı). İstanbul:Yeşilay Yayınları.

Yazıcı-Çelebi, G. ve Çelebi, B. (2020). Ergenlerin bağlanma stilleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *AÇÜ Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi, 6* (2), 37-48. https://doi.org/10.22466/acusbd.770305

Yen, C.F., Tang, T.C., Yen, J.Y., Lin, H.C, Huang, C.F., Liu, S.C. ve Ko, C.H. (2009). Symptoms of problematic cellular phone use, functional impairment and its association with depression among adolescents in Southern Taiwan . *Journal of Adolescence, 32*(4), 863-873. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.10.006

Yıldırım, B. ve Keskinkılıç-Kara, S.B. (2017). Öğretmenlerin umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Ulakbilge, 5* (11), 571-587.https://doi.org/10.7816/ulakbilge05.1104

Yıldırım, S. (2018). *Ergenlerin öznel iyi oluş ve anne baba tutumu ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi.* (Yayın no. 511250) [Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Yıldız, E.R. (2021). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin yeme tutumları üzerine etkisinin incelenmesi.* (Yayın no. 709654) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Yıldız, S. (2005). *Depresyon ve anksiyete tanısı almış çocuklar ile kontrol grubunun anne-babalarının bağlanma stillerine göre evlilik uyumlarının incelenmesi.* (Yayın no. 194256) [Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Yılmaz, B. (2017). *Ortaokul öğrencilerinin problemli cep telefonu kullanımlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi.* (Yayın no. 469586) [Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Yılmaz, İ.A. ve Dursun, B. (2014). Genç bireylerin umutsuzluk düzeylerinin sosyo-demografik özellikleri ile ilişkisi: Kırklareli üniversitesi Pınarhisar MYO örneği. *Gençlik Araştırmaları Dergisi, 2*(4), 48-79.

Yılmaz, E., Güner, B., Mutlu, H. ve Arın-Yılmaz, D. (2020). Farklı öğrenim kademelerindeki öğrencilere verilen uzaktan eğitim hizmetinin veli görüşlerine göre değerlendirilmesi. *Milli Eğitim Dergisi ,49* (Özel Sayı 1), 477-503. https://doi.org/10.37669/milliegitim.777353

Yolalan, H. (2013). *Ergenlerde depresyon ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayın no. 358153) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Yücelten, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi.* (Yayın no. 441648) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp

Zafer, C. (2019). Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk nedenleri. *Adam Akademi SosyalBilimlerDergisi,9*(2),547-569. https://doi.org/10.31679/adamakademi.492973

Zeanah, C. H., Boris, N. W. ve Larrieu, J. A. (1997). Infant development and developmental risk: A review of the past 10 yeras. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry,36*(2),165 178. https://doi.org/10.1097/00004583-199702000-00007

Zeyrek, E.Y., Gencoz, F., Bergman, Y. ve Lester, D. (2009). Suicidality, problem-solving skills, attachment style, and hopelessness in Turkish students. *Death Studies , 33*, 815-827. https://doi.org/10.1080/07481180903142407

Zhang, F. ve Hazan, C. (2002). Working models of attachment and person perception processes.*PersonalRelationships, 9,* (2), 225–235. https://doi.org/10.1111/1475-6811.00015

EKLER

Ek-1: Tablo 20. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Tablo 20.MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Değişken	***Gruplar***		***Ort.***	***ss***	***p***
	18	19	-.18	.233	.995
		20	-.22	.222	.973
		21	-.35	.220	.752
		22	-.31	.225	.876
		23	-.89*	.234	.004
		24	-.45	.264	.681
		25	-.88*	.253	.013
	19	18	.18	.233	.995
		20	-.05	.177	1.00
		21	-.18	.174	.974
		22	-.13	.181	.997
		23	-.72*	.191	.005
		24	-.27	.227	.930
		25	-.71*	.214	.024
	20	18	.22	.222	.973
		19	.05	.177	1.00
		21	-.13	.160	.993
		22	-.08	.167	1.00
		23	-.67*	.178	.005
Kendini		24	-.23	.216	.966
Aşma		25	-.66*	.202	.027
	21	18	.35	.220	.752
		19	.18	.175	.974
		20	.13	.160	.993
		22	.05	.164	1.00
		23	-.54*	.175	.047
		24	-.10	.214	1.00
		25	-.53	.200	.143
	22	18	.31	.225	.876
		19	.13	.181	.997
		20	.08	.167	1.00
		21	-.05	.164	1.00
		23	-.59*	.182	.030
		24	-.15	.219	.998
		25	-.58	.206	.097
	23	18	.89*	.234	.004
		19	.72*	.191	.005
		20	.67*	.178	.005
		21	.54*	.176	.047
		22	.59*	.182	.030

		24	.44	.228	.523
		25	.01	.215	1.00
	24	18	.45	.264	.681
		19	.27	.227	.930
		20	.23	.216	.966
		21	.10	.214	1.00
		22	.14	.219	.998
		23	-.44	.228	.523
		25	-.43	.247	.654
	25	18	.88*	.253	.013
		19	.71*	.214	.024
		20	.66*	.202	.027
		21	.53	.200	.143
		22	.58	.206	.097
		23	-.01	.215	1.00
		24	.43	.247	.654
	18	19	-.59*	.187	.039
		20	-.66*	.179	.006
		21	-.65*	.177	.007
		22	-.63*	.181	.014
		23	-.89*	.188	.000
		24	-.56	.212	.141
		25	-.95*	.203	.000
	19	18	.59*	.187	.039
		20	-.07	.142	1.00
		21	-.06	.141	1.00
		22	-.04	.145	1.00
		23	-.31	.154	.495
		24	.02	.182	1.00
		25	-.36	.172	.428
Bilgiyi	20	18	.66*	.179	.006
		19	.07	.142	1.00
Kullanma		21	.01	.129	1.00
		22	.03	.134	1.00
		23	-.23	.143	.744
		24	.10	.173	.999
		25	-.28	.163	.656
	21	18	.65*	.177	.007
		19	.06	.141	1.00
		20	-.01	.129	1.00
		22	.02	.132	1.00
		23	-.24	.141	.684
		24	.09	.172	1.00
		25	-.29	.161	.601
	22	18	.63*	.181	.014
		19	.04	.145	1.00
		20	-.03	.134	1.00
		21	-.02	.132	1.00

		23	-.26	.146	.620
		24	.07	.176	1.00
		25	-.32	.166	.540
	23	18	.89*	.188	.000
		19	.31	.154	.495
		20	.23	.143	.744
		21	.24	.141	.684
		22	.26	.146	.620
		24	.33	.183	.620
		25	-.05	.173	1.00
	24	18	.56	.212	.141
		19	-.02	.182	1.00
		20	-.10	.173	.999
		21	-.09	.172	1.00
		22	-.07	.176	1.00
		23	-.33	.183	.620
		25	-.38	.199	.532
	25	18	.95*	.203	.000
		19	.36	.172	.428
		20	.28	.163	.656
		21	.29	.161	.601
		22	.32	.166	.540
		23	.05	.173	1.00
		24	.38	.199	.532
	18	19	.10	.185	1.00
		20	.11	.177	.999
		21	.03	.175	1.00
		22	.06	.179	1.00
		23	-.49	.186	.146
		24	-.14	.209	.997
		25	-.32	.201	.743
	19	18	-.10	.185	1.00
		20	.01	.141	1.00
		21	-.07	.139	1.00
		22	-.04	.144	1.00
Keşif		23	-.59*	.152	.003
		24	-.24	.180	.886
		25	-.42	.170	.212
	20	18	-.11	.177	.999
		19	-.01	.141	1.00
		21	-.08	.127	.999
		22	-.05	.132	1.00
		23	-.60*	.141	.001
		24	-.25	.171	.832
		25	-.43	.161	.136
	21	18	-.03	.175	1.00
		19	.07	.139	1.00
		21	.08	.128	.999

	22	.03	.131	1.00
	23	-.52*	.140	.006
	24	-.17	.170	.971
	25	-.35	.159	.341
22	18	-.06	.179	1.00
	19	.04	.144	1.00
	20	.05	.132	1.00
	21	-.03	.131	1.00
	23	-.55*	.145	.004
	24	-.20	.174	.944
	25	-.38	.163	.281
23	18	.49	.186	.146
	19	.59*	.152	.003
	20	.60*	.141	.001
	21	.52*	.140	.006
	22	.55*	.145	.004
	24	.35	.181	.540
	25	.17	.171	.978
24	18	.14	.209	.997
	19	.24	.180	.886
	20	.25	.171	.832
	21	.17	.170	.971
	22	.20	.174	.944
	23	-.35	.182	.540
	25	-.18	.196	.984
25	18	.32	.201	743
	19	.42	.170	.212
	20	.43	.161	.136
	21	.35	.159	.341
	22	.38	.163	.281
	23	-.17	.171	.978
	24	.18	.196	.984

Ek-2: Tablo 21..MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Tablo 21. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Değişken	*Gruplar*		*Ort.*	*ss*	*p*
Kendini Aşma	Hazırlık	1.sınıf	-.38	.244	.621
		2.sınıf	-.36	.255	.714
		3.sınıf	-.38	.255	.682
		4.sınıf	-.59	.261	.215
		Yüksek Lisans	-1.15*	.279	.001
	1.sınıf	Hazırlık	.38	.243	.621
		2.sınıf	.02	.140	1.00
		3.sınıf	.01	.140	1.00
		4.sınıf	-.21	.151	.742
		Yüksek Lisans	-.77*	.180	.000
	2.sınıf	Hazırlık	.36	.255	.714
		1.sınıf	-.02	.140	1.00
		3.sınıf	-.01	.159	1.00
		4.sınıf	-.23	.169	.758
		Yüksek Lisans	-.79*	.195	.001
	3.sınıf	Hazırlık	.38	.255	.682
		1.sınıf	-.01	.140	1.00
		2.sınıf	.01	.159	1.00
		4.sınıf	-.21	.169	.800
		Yüksek Lisans	-.78*	.195	.001
	4.sınıf	Hazırlık	.59	.261	.215
		1.sınıf	.21	.151	.742
		2.sınıf	.23	.169	.758
		3.sınıf	.21	.169	.800
		Yüksek Lisans	-.56	.203	.065
	Yüksek Lisans	Hazırlık	1.15*	.279	.001
		1.sınıf	.77*	.180	.000
		2.sınıf	.79*	.195	.001
		3.sınıf	.78*	.195	.001
		4.sınıf	.56	.203	.065
Bilgiyi Kullanma	Hazırlık	1.sınıf	-.45	.197	.193
		2.sınıf	-.51	.206	.140
		3.sınıf	-.52	.206	.119
		4.sınıf	-.62*	.211	.043
		Yüksek Lisans	-.94*	.225	.001
	1.sınıf	Hazırlık	.45	.197	.193
		2.sınıf	-.05	.113	.998
		3.sınıf	-.07	.113	.992
		4.sınıf	-.16	.122	.769
		Yüksek Lisans	-.48*	.145	.013

	2.sınıf	Hazırlık	.51	.206	.140
		1.sınıf	.05	.113	.998
		3.sınıf	-.01	.128	1.00
		4.sınıf	-.11	.136	.964
		Yüksek Lisans	.43	.157	.071
	3.sınıf	Hazırlık	.52	.206	.119
		1.sınıf	.07	.113	.992
		2.sınıf	.01	.128	1.00
		4.sınıf	-.10	.136	.981
		Yüksek Lisans	-.42	.157	.090
	4.sınıf	Hazırlık	.62*	.211	.043
		1.sınıf	.16	.122	.769
		2.sınıf	.11	.136	.964
		3.sınıf	.10	.136	.981
		Yüksek Lisans	-.32	.164	.375
	Yüksek Lisans	Hazırlık	.94*	.225	.001
		1.sınıf	.48*	.146	.013
		2.sınıf	.43	.157	.071
		3.sınıf	.42	.157	.090
		4.sınıf	.32	.164	.375
	Hazırlık	1.sınıf	.07	.196	.999
		2.sınıf	-.02	.205	1.00
		3.sınıf	.10	.205	.997
		5.sınıf	-.19	.210	.944
		Yüksek Lisans	-.39	.224	.516
	1.sınıf	Hazırlık	-.07	.196	.999
		2.sınıf	-.09	.112	.960
		3.sınıf	.03	.112	1.00
		4.sınıf	-.26	.121	.263
		Yüksek Lisans	-.46*	.144	.021
	2.sınıf	Hazırlık	.03	.205	1.00
		1.sınıf	.09	.112	.960
		3.sınıf	.12	.127	.926
Keşif		4.sınıf	-.17	.135	.819
		Yüksek Lisans	-.36	.157	.189
	3.sınıf	Hazırlık	-.10	.205	.997
		1.sınıf	-.03	.112	1.00
		2.sınıf	-.12	.127	.926
		4.sınıf	-.29	.135	.264
		Yüksek Lisans	-.49*	.157	.025
	4.sınıf	Hazırlık	.19	.210	.944
		1.sınıf	.26	.121	.263
		2.sınıf	.17	.135	.819
		3.sınıf	.29	.135	.264
		Yüksek Lisans	-.20	.163	.837
	Yüksek Lisans	Hazırlık	.39	.224	.516
		1.sınıf	.46*	.145	.021
		2.sınıf	.36	.157	.189

	3.sınıf	.49*	.157	.025
	4.sınıf	.20	.163	.837

Ek-3: Tablo 22. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Tablo 22. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Değişken	*Gruplar*		*Ort.*	*ss*	*p*
	Hazırlık	1.sınıf	-.21	.283	.978
		2.sınıf	.15	.296	.996
		3.sınıf	-.09	.296	1.00
		4.sınıf	.08	.303	1.00
		Yüksek Lisans	.55	.324	.527
	1.sınıf	Hazırlık	.21	.283	.978
		2.sınıf	.35	.162	.252
		3.sınıf	.12	.162	.978
		4.sınıf	.29	.175	.581
		Yüksek Lisans	.76*	.209	.004
	2.sınıf	Hazırlık	-.15	.296	.996
		1.sınıf	-.35	.162	.252
		3.sınıf	-.23	.184	.799
		4.sınıf	-.07	.195	.999
		Yüksek Lisans	.41	.226	.465
Kaygı	3.sınıf	Hazırlık	.09	.296	1.00
		1.sınıf	-.12	.162	.978
		2.sınıf	.23	.184	.799
		4.sınıf	.17	.195	.957
		Yüksek Lisans	.64	.126	.054
	4.sınıf	Hazırlık	-.08	.303	1.00
		1.sınıf	-.27	.175	.581
		2.sınıf	.07	.195	.999
		3.sınıf	-.17	.195	.957
		Yüksek Lisans	.48	.236	.336
	Yüksek Lisans	Hazırlık	-.55	.324	.527
		1.sınıf	-.76*	.209	.004
		2.sınıf	-.41	.226	.465
		3.sınıf	-.64	.226	.054
		4.sınıf	-.48	.237	.336
Kaçınma	Hazırlık	1.sınıf	-.15	.277	.994
		2.sınıf	-.26	.290	.948
		3.sınıf	-.03	.290	1.00
		5.sınıf	-.35	.297	.849
		Yüksek Lisans	.67	.317	.287
	1.sınıf	Hazırlık	.15	.277	.994
		2.sınıf	-.11	.159	.984
		3.sınıf	.12	.159	.970
		4.sınıf	-.20	.172	.860
		Yüksek Lisans	.82*	.205	.001
	2.sınıf	Hazırlık	.26	.290	.948
		1.sınıf	.11	.159	.994

	3.sınıf	.23	.180	.790
	4.sınıf	-.09	.191	.997
	Yüksek Lisans	.93*	.221	.001
3.sınıf	Hazırlık	.03	.290	1.00
	1.sınıf	-.12	.159	.970
	2.sınıf	-.23	.180	.790
	4.sınıf	-.32	.191	.544
	Yüksek Lisans	.69*	.221	.023
4.sınıf	Hazırlık	.32	.297	.849
	1.sınıf	.20	.172	.860
	2.sınıf	.09	.191	.997
	3.sınıf	.32	.191	.544
	Yüksek Lisans	1.02*	.231	.000
Yüksek Lisans	Hazırlık	-.67	.317	.287
	1.sınıf	-.82*	.205	.001
	2.sınıf	-.93*	.221	.001
	3.sınıf	-.69*	.221	.023
	4.sınıf	-1.02*	.231	.000

Ek-4: Tablo 23. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Tablo 23. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Değişken	**Gruplar**	***Ort.***	***ss***	***p***
Kendini Aşma	Sosyal medyada gezinmek	İletişim kurmak-haberleşmek	-.62*	.119
		İnternette gezinmek	-.04	.169
		diğer	-.22	.167
	İletişim kurmak-haberleşmek	Sosyal medyada gezinmek	.62*	.119
		İnternette gezinmek	.58*	.186
		diğer	.40	.183
	İnternette gezinmek	Sosyal medyada gezinmek	.04	.169
		İletişim kurmak-haberleşmek	-.58*	.186
		diğer	-.18	.220
	Diğer	Sosyal medyada gezinmek	.22	.167
		İletişim kurmak-haberleşmek	-.40	.184
		İnternette gezinmek	.18	.220
Bilgiyi Kullanma	Sosyal medyada gezinmek	İletişim kurmak-haberleşmek	-.48*	.095
		İnternette gezinmek	-.04	.136
		diğer	-.20	.134
	İletişim kurmak-haberleşmek	Sosyal medyada gezinmek	.48*	.095
		İnternette gezinmek	.44*	.149
		diğer	.28	.148
	İnternette gezinmek	Sosyal medyada gezinmek	.04	.136
		İletişim kurmak-haberleşmek	-.44*	.149
		diğer	-.16	.176
	Diğer	Sosyal medyada gezinmek	.20	.134

		İletişim kurmak-haberleşmek	-.28	.148
		İnternette gezinmek	.16	.176
Keşif	Sosyal medyada gezinmek	İletişim kurmak-haberleşmek	-.54*	.093
		İnternette gezinmek	-.13	.132
		diğer	-.13	.131
	İletişim kurmak-haberleşmek	Sosyal medyada gezinmek	-.54*	.093
		İnternette gezinmek	.41*	.146
		diğer	.41*	.144
	İnternette gezinmek	Sosyal medyada gezinmek	.12	.133
		İletişim kurmak-haberleşmek	-.41*	.146
		diğer	-.01	.172
	Diğer	Sosyal medyada gezinmek	.13	.131
		İletişim kurmak-haberleşmek	-.41*	.144
		İnternette gezinmek	.01	.172

Ek-5: Tablo 24. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Tablo 24. MANOVA Analizi Post-Hoc Sonuçları

Değişken	***Gruplar***		***Ort.***	***ss***	***p***
Kendini Aşma	1-2 saat	3-4 saat	-.17	.162	.722
		5-6 saat	.24	.168	.470
		7 saat ve fazlası	.48*	.183	.049
	3-4 saat	1-2 saat	.17	.162	.722
		5-6 saat	.41*	.116	.003
		7 saat ve fazlası	.64*	.138	.000
	5-6 saat	1-2 saat	-.24	.168	.470
		3-4 saat	-.41*	.116	.003
		7 saat ve fazlası	.23	.145	.377
	7 saat ve fazlası	1-2 saat	-.48*	.183	.049
		3-4 saat	-.65*	.138	.000
		5-6 saat	-.23	.145	.377
Bilgiyi Kullanma	1-2 saat	3-4 saat	-.12	.132	.804
		5-6 saat	.14	.137	.754
		7 saat ve fazlası	.17	.150	.664
	3-4 saat	1-2 saat	.12	.132	.804
		5-6 saat	.26*	.095	.038
		7 saat ve fazlası	.29	.113	.051
	5-6 saat	1-2 saat	-.14	.137	.754
		3-4 saat	-.26*	.095	.038
		7 saat ve fazlası	.04	.119	.991
	7 saat ve fazlası	1-2 saat	-.17	.150	.664
		3-4 saat	-.29	.113	.051
Keşif	1-2 saat	3-4 saat	.00	.129	1.00
		5-6 saat	.33	.134	.064
		7 saat ve fazlası	.37	.147	.059
	3-4 saat	1-2 saat	-.00	.129	1.00
		5-6 saat	. 33*	.093	.002
		7 saat ve fazlası	.37*	.110	.005
	5-6 saat	1-2 saat	-.33	.134	.064
		3-4 saat	-.33*	.093	.002
		7 saat ve fazlası	.04	.116	.990

7 saat ve fazlası	1-2 saat	-.37	.146	.059
	3-4 saat	-.37*	.110	.005
	5-6 saat	-.04	.116	.990
1-2 saat	3-4 saat	.00	.129	1.00

Ek-6: Ölçek İzinleri

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

Ek-7: Bilgilendirilmiş Onam Formu

Bu belge, Yükseköğretim Kurulu tarafından 19.01.2021 tarihli "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" ile bildirilen 6689 Sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanunu kapsamında gizlenmiştir.

Ek-8: Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyet: ○ Kadın ○ Erkek

Yaş: ○18 ○19 ○20 ○21 ○22 ○23 ○24 ○25

Öğrenim gördüğünüz üniversitenin adı:…….

Öğrenim gördüğünüz bölüm:…….

Öğrenim gördüğünüz sınıf:…….

Medeni durumunuz: ○Evli ○Bekar

Çalışma durumunuz nedir?

○ Çalışmıyorum ○Geçici işlerde düzensiz çalışıyorum

○Yarı zamanlı çalışıyorum ○Tam zamanlı çalışıyorum

Bir gün içerisinde akıllı telefonunuzda kaç saat vakit geçirirsiniz?

○1 saatten az ○1-2 saat ○3-4 saat ○5-6 saat ○7 saat ve fazlası

Akıllı telefonunuzu en çok hangi amaç için kullanırsınız?

○İletişim kurmak-haberleşmek ○Sosyal medyada gezinmek ○İnternette gezinmek
○Fotoğraf-video çekmek ○Müzik dinlemek ○Oyun oynamak

Diğer……

Akıllı telefonunuzda en çok kullandığınız uygulama nedir?

○Sosyal medya uygulamaları ○Oyun uygulamaları ○Fotoğraf-video uygulamaları

○Alışveriş uygulamaları ○Harita uygulamaları Diğer:……

Ek-9: Problemli Cep Telefonu Kullanım Ölçeği

Madde No	Hiç Uygun Değil	Nadiren Uygun	Biraz	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun
1. Cep telefonum kapsama alanı dışında kaldığında kendimi huzursuz hissederim.	1	2	3	4	5
2. Cep telefonumun şarjı bittiğinde kendimi huzursuz hissederim.	1	2	3	4	5
3. Cep telefonum bozulduğunda kendimi huzursuz hissederim.	1	2	3	4	5
4. Cep telefonum olmadığında kendimi güvende hissetmem.	1	2	3	4	5
5. Cep telefonum yanımda olmazsa kendimi boşlukta hissederim.	1	2	3	4	5
6. Cep telefonum yanımda olmadan uyuyamam.	1	2	3	4	5
7. Cep telefonum yanımda olmadığında kendimi yalnız hissederim.	1	2	3	4	5
8 Cep telefonum yanımda olmadığında bir yanımın eksik olduğunu hissederim.	1	2	3	4	5
9. Cep telefonum ile ilgilenmekten günlük işlerim aksar.	1	2	3	4	5
10. Cep telefonu ile ilgilenmekten dolayı yemek yemeyle ilgili sorunlar yaşarım.	1	2	3	4	5
11. Cep telefonu kullanmamdan dolayı uyku ile ilgili sorunlar yaşarım.	1	2	3	4	5
12. Cep telefonu kullanmamdan dolayı önemli ilişki, iş veya kariyerle ilgili fırsatlara ilişkin sorunlar yaşarım.	1	2	3	4	5
13. Cep telefonu kullanmamdan dolayı akademik hayatımda sorunlar yaşarım.	1	2	3	4	5
14. Cep telefonu kullanmamdan dolayı çevremdeki yakın insanlara daha az vakit ayırırım.	1	2	3	4	5
15. Cep telefonu kullanmamdan dolayı çevremdeki yakın insanlarla çatışma yaşarım.	1	2	3	4	5
16. Cep telefonumu elimden bırakmak konusunda kendime hakim olamıyorum.	1	2	3	4	5
17. Cep telefonu kullanım sürem planladığım süreyi aşar.	1	2	3	4	5
18. Kendimi sürekli cep telefonumu kontrol ederken buluyorum.	1	2	3	4	5

19. Cep telefonumu kullanırken zaman su gibi akıp geçiyor.	1	2	3	4	5
20. Uyandığımda ilk yaptığım şey cep telefonumu kontrol etmek olur.	1	2	3	4	5
21. Cep telefonumu kullanmayı bıraktıktan hemen sonra tekrar cep telefonumu kullanmak istiyorum.	1	2	3	4	5
22. Çevremdeki insanlarla ilgilenmek yerine cep telefonumla ilgilenmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
23. Arkadaşlarımla yüz yüze görüşmek yerine cep telefonuyla görüşürüm.	1	2	3	4	5
24. Cep telefonumu kullanmak için insanlarla beraber olmaktansa onlardan uzaklaşmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
25. Arkadaşlarımla yüz yüze görüşmek yerine cep telefonumdan mesaj atmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
26. Arkadaşlıklarımı gerçek yaşamda sürdürmek yerine, cep telefonuyla sürdürmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5

Ek-10: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Lütfen, maddelerin size uygunluğuna göre Evet/ Hayır şeklinde doldurunuz.

___1- Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum .
___2- Kendim ile ilgili şeyleri düzeltemediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur.
___3- İşler kötüye giderken bile her şeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor.
___4- Gelecek on yıl içinde hayatimin nasıl olacağını hayal bile edemiyorum.
___5- Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var.
___6- Benim için çok önemli konularda ileride başarılı olacağımı umuyorum.
___7- Geleceğimi karanlık görüyorum.
___8- Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı umuyorum.
___9- İyi fırsatlar yakalayamıyorum. Gelecekte yakalayacağıma inanmam için de hiçbir neden yok.
___10-Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı.
___11-Gelecek benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu görünüyor .
___12-Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi ummuyorum .
___13-Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.
___14-İşler bir turlu benim istediğim gibi gitmiyor.
___15-Geleceğe büyük inancım var.
___16-Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur.
___17-Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi.
___18-Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünüyor.
___19-Kotu günlerden çok , iyi günler bekliyorum.
___20-İstediğim her şeyi elde etmek için çaba göstermenin gerçekten yararı yok, nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.

Ek-11: Akademik Güdülenme Ölçeği

Aşağıda öğrencilerin öğrenme ve okulla ilgili olarak kendilerini tanımladıkları bazı cümleler verilmiştir. Her cümleyi dikkatlice okuyup uygun olanı işaretleyin.

Madde No	Kesinlikle Uygun Değil	Uygun Değil	Kararsızım	Uygun	Kesinlikle Uygun
1. Öğrendiğim şeyleri okulun dışında da kullanabilmek için fırsatlar ararım.	1	2	3	4	5
2. Öğrendiğim her şey, daha fazlasını öğrenme merakı doğurur.	1	2	3	4	5
3. Derse başlar başlamaz, dikkatimi derse veririm.	1	2	3	4	5
4. Okulda öğretilen şeyler benim ilgilimi çekmiyor.	1	2	3	4	5
5. Geriye dönüp baktığımda ne kadar çok şey öğrendiğimi görünce sevinirim.	1	2	3	4	5
6. Dersler ve öğrenme konusunda sınıfımdaki diğer öğrencilerden daha istekli olduğumu düşünürüm.	1	2	3	4	5
7. Seçme şansım olduğunda genellikle beni uğraştıracak ödevleri seçerim.	1	2	3	4	5
8. Beni düşünmeye zorlayan konuları daha çok severim.	1	2	3	4	5
9. Kendime koyduğum hedefler çok çalışma ve uzun zaman isteyen hedeflerdir.	1	2	3	4	5
10. Biraz zor olan konularda çalışmak daha çok hoşuma gitmiştir.	1	2	3	4	5
11. Bazen derse kendimi öyle kaptırırım ki, teneffüs zilinin neden bu kadar erken çaldığına şaşırırım.	1	2	3	4	5
12. Yeni ve farklı konular çalışmak hep hoşuma gitmiştir.	1	2	3	4	5
13. Sırf daha fazla öğrenmek için öğretmenin istediğinden daha kapsamlı ödevler hazırlarım.	1	2	3	4	5
14. Yeni bir şey öğrenmek beni heyecanlandırır.	1	2	3	4	5

15. Öğrendiklerimle başkalarına yardım etmek hoşuma gider.	1	2	3	4	5
16. Zor bir konuyla karşılaştığımda, bunu anlamak için uğraşmak bana keyif verir.	1	2	3	4	5
17. Karşılığında not verilmeyecek olsa da bir şeyi öğrenmek için çokça çalıştığım olur.	1	2	3	4	5
18. Bir şey öğrenirken saatlerin nasıl geçtiğini fark etmediğim çok zaman olmuştur.	1	2	3	4	5
19. Eğer ders kitabımda herhangi bir konuyla ilgili yeterli bilgi bulamamışsam hemen başka kitaplara da bakarım.	1	2	3	4	5
20. Çoğu zaman sınavlarda zevkli bir bulmaca çözüyormuş gibi hissederim.	1	2	3	4	5

Ek-12: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri II

Maddelerde sözü geçen "birlikte olduğum kişi" ifadesi ile romantik ilişkide bulunduğunuz kişi kastedilmektedir. Eğer bir romantik ilişki içerisinde değilseniz, maddeleri bir ilişki içinde olduğunuzu varsayarak cevaplandırınız. Her bir maddenin karşısındaki 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

1----------2----------3----------4----------5----------6----------7

Hiç Katılmıyorum Kararsızım Tamamen Katılıyorum

1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
2. Gerçekte ne hissettiğimi birlikte olduğum kişiye göstermemeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5	6	7
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
5. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin beni gerçekten sevmediği kaygısına kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanmak konusunda kendimi rahat bırakmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
7. Romantik ilişkide olduğum kişilerin beni, benim onları önemsediğim kadar önemsemeyeceklerinden endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
8. Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin bana duyduğu hislerin benim ona duyduğum hisler kadar güçlü olmasını isterim.	1	2	3	4	5	6	7
10. Romantik ilişkide olduğum kişilere açılma konusunda kendimi rahat hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
11. İlişkilerimi kafama çok takarım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Romantik ilişkide olduğum kişilere fazla yakın olmamayı tercih ederim	1	2	3	4	5	6	7
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.	1	2	3	4	5	6	7
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.	1	2	3	4	5	6	7
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
19. Romantik ilişkide olduğum kişi kendimden şüphe etmeme neden olur.	1	2	3	4	5	6	7

20. Genellikle, birlikte olduğum kişiyle sorunlarımı ve kaygılarımı tartışırım.	1	2	3	4	5	6	7
21. Terk edilmekten pek korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
22. Zor zamanlarımda, romantik ilişkide olduğum kişiden yardım istemek bana iyi gelir.	1	2	3	4	5	6	7
23. Birlikte olduğum kişinin, bana benim istediğim kadar yakınlaşmak istemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
24.Birlikte olduğum kişiye hemen hemen her şeyi anlatırım.	1	2	3	4	5	6	7
25. Romantik ilişkide olduğum kişiler bazen bana olan duygularını sebepsiz yere değiştirirler.	1	2	3	4	5	6	7
26. Başımdan geçenleri birlikte olduğum kişiyle konuşurum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Çok yakın olma arzum bazen insanları korkutup uzaklaştırır.	1	2	3	4	5	6	7
28. Birlikte olduğum kişiler benimle çok yakınlaştığında gergin hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
29. Romantik ilişkide olduğum bir kişi beni yakından tanıdıkça, “gerçek ben ”den hoşlanmayacağından korkarım.	1	2	3	4	5	6	7
30. Romantik ilişkide olduğum kişilere güvenip inanma konusunda rahatımdır	1	2	3	4	5	6	7
31. Birlikte olduğum kişiden ihtiyaç duyduğum şefkat ve desteği görememek beni öfkelendirir.	1	2	3	4	5	6	7
32. Romantik ilişkide olduğum kişiye güvenip inanmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
33. Başka insanlara denk olamamaktan endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
34.Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.	1	2	3	4	5	6	7
35.Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda önemser.	1	2	3	4	5	6	7
36.Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyaçlarımı gerçekten anlar.	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

Fatma İzel ŞAHİN

Eğitim

Derece	*Yıl*	*Üniversite, Enstitü, Anabilim/Anasanat Dalı*
Y.Ls.	2020-2022	Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Gelişim Psikolojisi Tezli Yüksek Lisans Programı
Ls.	2015-2020	İstanbul 29 Mayıs Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Anabilim Dalı

İş/İstihdam

Yıl	*Görev*
2022-	Psikolog. Kabartma Düşler Özel Rehabilitasyon Merkezi