DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Üniversite Öğrencilerinde Sosyotelizm (Phubbing) ile Sosyal Kaygı İlişkisinin Değerlendirilmesi

An Evaluation of the Relationship Between Phubbing and Social Anxiety in University Students

İsmail NALBANTOĞLU, Doktora öğrencisi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, ismailnalbantogluu@gmail.com

Sümeyra TURAN, Uzman, sumeyraturan34@gmail.com

Betül KOÇAK, Uzman, betulzkocak1@gmail.com

Betül KOCAMAN, Uzman, yarenkcmn2934@gmail.com

Geliş tarihi - *Received:* 16 Kasım 2024
Kabul tarihi - *Accepted*: 28 Mayıs 2025
Yayın tarihi - *Published*: 28 Ağustos 2025

Nalbantoğlu, İ., Turan, S., Koçak, B. ve Kocaman, B. (2025). Üniversite öğrencilerinde sosyotelizm (phubbing) ile sosyal kaygı ilişkisinin değerlendirilmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi,* 16 (2), 2182-2200.
DOI: 10.51460/baebd.1586296

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Öz. Sosyal ortamda cep telefonuna odaklanarak karşısındakini görmezden gelme davranışı sosyotelizm olarak tanımlanmaktadır. Bu davranış sosyal ilişkilerde sorunlara neden olabilmektedir. Sosyotelizmin potansiyel nedenleri üzerine gerçekleştirilen çalışmalar oldukça sınırlıdır. Bu çalışmada, sosyotelist davranma ile sosyal kaygı arasındaki ilişki incelenmiştir. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı bu araştırma 401 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın verileri "Kişisel Bilgi Formu", "Genel Sosyotelist Olma Ölçeği" ve "Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formu" kullanılarak toplanmıştır. Araştırmanın verileri SPSS 24.0 programı ile analiz edilmiş olup, bağımsız grup karşılaştırmalarında iki kategorili değişkenler için Mann Whitney U testi, üç veya daha fazla kategoriye sahip değişkenler için ise Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Katılımcıların Genel Sosyotelist Olma Ölçeğinden aldıkları puan ortalaması 41,94±15,82 olarak belirlenirken Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formu'ndan alınan puan ortalaması ise 28,79±10,29 olarak belirlenmiştir. Gerçekleştirilen analizler sonucunda katılımcıların Genel Sosyotelist Olma Ölçeği toplam puanı ile Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formu toplam puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki belirlenmiştir (rs: 0,227). Bu bulgular, sosyal kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin daha fazla sosyotelist davranış sergileyebileceğini göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin sosyal etkileşimlerini desteklemek amacıyla sosyal kaygıyı ve sosyotelist davranışı hedef alan müdahalelere gereksinim bulunmaktadır.
Anahtar Kelimeler: Sosyotelizm, Sosyal kaygı, Akıllı telefon, Sosyal etkileşim, İletişim dinamikleri.

Abstract. The behavior of ignoring a person by focusing on a mobile phone in social settings is defined as "phubbing". This behavior can cause problems in social relationships. The studies on the potential causes of phubbing are quite limited. This study examines the relationship between phubbing and social anxiety. Using a relational screening model, the study was carried out with the 401 university student participants. Data collection process of the study were conducted through the "Personal Information Form," "General Phubbing Scale," and " Short Form of Social Anxiety Scale". The data were analyzed through the SPSS 24.0 program, and Mann Whitney U tests were used for two-category variables, while Kruskal-Wallis tests were applied for variables with three or more categories. The mean score of the participants on the General Phubbing Scale was found to be 41.94 ± 15.82, while the mean score on the Social Anxiety Scale Short Form was 28.79 ± 10.29. The analysis revealed a weak positive and statistically significant relationship between the total score of the General Phubbing Scale and the total score of the Social Anxiety Scale Short Form (rs: 0.227). According to the findings, it can be suggested that the individuals with higher social anxiety levels may exhibit more phubbing behavior. There is a need for interventions targeting social anxiety and phubbing to support university students' social interactions.
Keywords: Phubbing, Social anxiety, Smartphone, Social interaction, Communication dynamics.

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Extended Abstract

Introduction. In today's world, globalization and technology, especially the widespread use of smartphones, have made their presence felt in every part of our lives. Smartphones have facilitated many daily activities, such as following news, shopping, obtaining information, and communicating with others, becoming an integral part of individuals' lives (Orhan, 2023). Nevertheless, the excessive use of smartphones has brought about some negative consequences. It has been suggested that excessive smartphone use can lead to behavioral addiction, poor sleep quality, reduced self-esteem, depression, and academic failure (Talan and et al., 2016; Sahin and et al., 2013; Eduardo and et al., 2012; Thomée and et al., 2011; Lepp and et al., 2015; Sánchez-Martínez and Otero, 2009). One such issue is the behavior known as "phubbing," which occurs in social settings. Phubbing refers to prioritizing phone use during face-to-face communication, thereby neglecting social interaction (Chotpitayasunondh and Douglas, 2016). It describes the tendency of individuals to focus on their phones rather than directly engaging with the person before them (Karadağ and et al., 2016). Phubbing can negatively affect the quality of interpersonal communication, increase social isolation, and weaken individuals' real-world relationships. People experiencing this behavior may feel excluded and neglected. Research on the negative impacts of phubbing on mental health suggests a correlation between this behavior and depression (Davey and et al., 2018; Roberts and David, 2016). Additionally, individuals who engage in phubbing are reported to have a tendency toward introversion, loneliness, anxiety, shyness, and technology addiction (Bakır and Dilmaç, 2024). From a gender perspective, while some studies indicate that women engage in phubbing more than men, others suggest that gender does not influence phubbing behavior (Chotpitayasunondh and Douglas, 2016; Al-Saggaf and et al., 2019). There is also evidence suggesting a connection between social anxiety and phubbing (Chu and et al., 2024). Individuals with social anxiety tend to avoid social interactions due to fears of embarrassment or humiliation, which can make daily life activities more challenging, negatively impacting both personal and professional life. Smartphones allow socially anxious individuals to avoid interpersonal contact on digital platforms, while phubbing exacerbates their difficulties with social interactions. Phubbing can worsen already strained social relationships due to social anxiety, making individuals feel isolated and worthless (Hales and et al., 2018). This study examines the relationship between phubbing and social anxiety. It aims to make contributions to the literature by presenting valuable insights into the impact of technology on human relationships.

Method. The study employed a relational screening model as a quantitative research method. The research population was comprised of university students aged 18–24 residing in Turkey, while the sample comprised university students studying in Istanbul. Within the context of the research, 401 participants were reached in total. The widespread use of smartphones among young people influenced the selection of the sample. The research data were collected through the "Personal Information Form," the "General Phubbing Scale", and the "Short Form of the Social Anxiety Scale". The data collection process utilized convenience sampling. Prior to data collection, participants were informed about the scope, purpose, methodology of the study, the amount of the questions in the form, and the type of questions included. Data were collected between October 2023 and February 2024. When the data suitability for normal distribution was assessed through the Kolmogorov-Smirnov test, it was revealed that the data did not demonstrate a normal distribution. Descriptive statistics for continuous variables were given as mean, standard deviation, minimum, maximum, and median

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

values, while descriptive statistics for categorical variables were shown as frequency and percentage. For independent group comparisons, the Mann-Whitney U test was conducted for binary variables, and the Kruskal-Wallis test was carried out regarding the variables with three or more categories. The Bonferroni correction test was used to determine the source of the differences among groups. The significance level was determined as $p<0.05$. Before the data collection process, ethical approval was received from the Ethics Committee for Social and Human Sciences Research of Istinye University.

Results. The mean age of the participants was found to be 21.18. It was revealed that the majority of the participants were female (81.3%) and 40.1% had a grade point average between 3.00 and 3.49. Additionally, 31.4% of the participants' mothers were primary school graduates, 30.4% of their fathers were high school graduates, 26.4% were senior students, and 72.8% had a medium income level. The participants' mean total score on the Social Anxiety Scale (SAS) was 28.79±10.29, while the mean total score on the General Phubbing Scale (GPS) was 41.94±15.82. Statistically significant differences were detected between gender and the total SAS score, fear of negative evaluation, and the sub-dimensions of social fear and discomfort in new situations; between academic achievement and the SAS sub-dimension of social fear and discomfort in new situations and the GPS sub-dimension of self-isolation; between the father's educational level and the GPS sub-dimension of problem awareness; and between the students' year of study and both the total GPS score and its problem awareness sub-dimension ($p<0.05$). Nevertheless, no statistically significant difference was observed between gender and the total or sub-dimension scores of the GPS ($p>0.05$). A relationship between the total SAS and GPS scores was identified. A weak but statistically significant positive correlation was identified between the total SAS and GPS scores ($p<0.05$). Accordingly, as students' levels of social anxiety increase, their tendency to exhibit phubbing behavior in social environments also rises.

Discussion and Conclusion. This study demonstrates a positive relationship between phubbing behavior and social anxiety among university students. While phubbing behavior may provide a short-term escape from social anxiety, it can lead to issues such as loneliness and weak social bonds in the long term, negatively affecting young people's social skills. The increase in social anxiety has created a need to balance digital media use, emphasizing the importance of developing strategies that support meaningful face-to-face communication. Additionally, it is recommended to organize workshops and seminars on the reduction of social anxiety among university students. Finally, examining the psychological and social health impacts of excessive smartphone use could provide contribution to the development of policies in public health.

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Giriş

Günümüzde hızla gelişen küreselleşme ile birlikte, teknolojinin hayatımızın tüm noktalarında yer aldığı görülmektedir. Akıllı telefonların hayatımıza girmesiyle, teknolojiyi yanımızda taşımak artık mümkün hale gelmiştir. Bu sayede güncel haberlere ulaşmak, alışveriş yapmak, merak ettiğimiz bir konu için bilgi edinmek ve insanlarla iletişim kurmak çok daha kolaylaşmıştır (Orhan, 2023). Diğer taraftan akıllı telefonların aşırı kullanımında bazı sorunları beraberinde getirdiği görülmektedir. Bireyler günlük kullanımda fark etmese bile zamanla davranışsal bağımlılıklar (Talan ve ark., 2016), düşük uyku kalitesi (Sahin ve ark., 2013), düşük benlik algısı (Eduardo ve ark., 2012), depresyon (Thomée ve ark., 2011), akademik başarıda düşüş (Lepp ve ark., 2015; Sánchez-Martínez ve Otero, 2009) gibi sorunlarla yüz yüze gelebilmekte ve bu durum sosyal işlevsellikte düşüşe neden olabilmektedir. Bu duruma ek olarak akıllı telefonların bazen sosyal etkileşimleri kolaylaştırmaktan çok azaltabileceği konusunda bazı endişeler bulunmaktadır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016).

Uluslararası alanyazında "phubbing" olarak adlandırılan sosyotelizm davranışı da bu endişeler çerçevesinde kavramsallaştırılmıştır ve sosyal bir ortamda doğrudan biriyle konuşmak yerine telefona odaklanarak karşısındakini görmezden gelme eylemini tasvir etmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016). Başka bir çalışmada ise bireyin diğer bireylerle iletişim halindeyken dikkatini telefona yönelterek kişilerarası iletişimden uzaklaşması "sosyotelizm" olarak tanımlanmıştır (Karadağ ve ark., 2016).

Sosyotelizm, kişilerarası iletişim kalitesini olumsuz etkilerken, sosyal izolasyonun artmasına ve bireylerin gerçek hayattaki bağlarının zayıflamasına neden olabilmektedir. Bu davranışa maruz kalan bireyler kendilerini dışlanmış, önemsiz ya da ihmal edilmiş hissedebilmektedir. Ayrıca sosyotelizmin ruh sağlığını olumsuz bir şekilde etkilediğine dair araştırmalar da mevcuttur (Garrido ve ark., 2024; Wang ve ark., 2017). Yapılan bazı çalışmalar sosyotelizm ile depresyonun ilişkili olduğunu göstermektedir (Davey ve ark., 2018; Roberts ve David, 2016). Bakır ve Dilmaç'ın (2023) araştırmasında sosyotelist davranışlar sergileyen bireylerin içe dönük, yalnız ve terk edilmiş, utangaç, kaygılı, zayıf iletişim becerilerine sahip ve teknoloji bağımlısı olabilecekleri belirtilmektedir. Farklı çalışmalar ise cep telefonu bağımlılığı ile sosyotelizm davranışı arasında pozitif ilişkinin olduğunu göstermektedir (Karadağ ve ark., 2015; Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016).

Sosyal kaygının, sosyotelizm davranışıyla ilişkili faktörler arasında bulunduğu düşünülmektedir (Chu ve ark., 2024). Sosyal kaygı bozukluğu olan bireylerin, utanç veya aşağılanma korkusuyla başkalarının incelemesinden kaçındıkları ve sosyal etkileşime girmekten yoğun rahatsızlık duydukları ifade edilmektedir (Stein ve Stein, 2008). Sosyal kaygı, bir topluluk karşısında konuşma, yemek yeme veya birileriyle tanışma gibi durumlarda genellikle yoğun bir endişe ve sosyal ortamlardan kaçınma davranışı ile kendini gösterebilmektedir. Bu kaygı, bireylerin günlük yaşam aktivitelerine katılmalarını zorlaştırarak hem kişisel hem de profesyonel hayatlarını olumsuz etkileyebilmektedir. Cep telefonlarının kullanımı, sosyal kaçınma davranışlarını güçlendirme ve sosyal kaygıya sahip bireylerin dijital cihazlar aracılığıyla kişilerarası temastan kaçınmalarına olanak tanıyabilmektedir. King ve arkadaşlarının (2013) gerçekleştirdiği çalışmada bireylerin sosyal kaygıyı azaltmak için cep telefonlarını bir kaçış aracı olarak kullandığı belirtilmektedir. Diğer taraftan ise sosyotelist davranışa maruz kalmak,

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

sosyal kaygı nedeniyle halihazırda gergin olan sosyal etkileşimleri daha da zorlaştırarak bireylerin kendilerini izole ve değersiz hissetmesine neden olabilmektedir (Hales ve ark., 2018).

Son yıllarda sosyal medya platformlarının ve akıllı telefon kullanımının yaygınlaşmasıyla birlikte üniversite öğrencilerinin akademik başarı için gereksinim duyduğu bilişsel yetenekler aşırı telefon kullanımı nedeniyle olumsuz şekilde etkilenmekte ve bu durum öğrenme süreçlerinde sorunlara ve genel akademik performansta düşüşe yol açmaktadır (Sunday ve ark., 2021). Ayrıca aşırı telefon kullanımı, öğrencilerin sosyal çevrelerini ihmal ederek sosyotelist davranmalarına da neden olabilmektedir (Franchina ve ark., 2018). Üniversite öğrencilerinin sosyotelist davranış sergilemesinin potansiyel nedenleri arasında sosyal kaygı önemli bir risk faktörü olarak görülmektedir (Chu ve ark., 2024).

Bu çalışmada sosyotelizm davranışı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Alanyazın incelendiğinde sosyotelizmin görece yeni ortaya çıkmış bir kavram olmasından dolayı konuyla ilgili fazla araştırma bulunmadığı görülmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016; Garrido ve ark., 2021; Karadağ ve ark., 2015). Özellikle sosyotelizm ve sosyal kaygı konularını odak alan çalışmalar oldukça sınırlıdır (Chu ve ark., 2024; Oral ve Karakurt, 2025; Venugopal ve Fenn, 2021) ve konuyla ilgili yeni çalışmalara gereksinim bulunmaktadır. Bu sebeple özellikle gençler arasında yaygın olan akıllı telefon kullanımıyla doğrudan ilişkili sosyotelizm davranışı ile iletişimi olumsuz yönde etkileyen sosyal kaygı araştırmanın odak noktasında bulunmaktadır. Çalışmanın, özellikle son 10 yıldır hem ulusal hem de uluslararası alanyazında araştırmalara konu olmaya başlamış ve gelecekte de temel araştırma konuları arasında yer alması beklenen teknolojinin insan ilişkileri üzerindeki etkisine dair bilimsel veri sağlayacağı ve alanyazına katkı sunacağı beklenmektedir. Bu kapsamda belli sorulara araştırmada cevap aranacaktır:

- Katılımcıların sosyotelizm ve sosyal kaygı düzeyleri nedir?
- Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine göre sosyotelizm davranışı sergileme durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark var mıdır?
- Katılımcıların sosyotelizm ve sosyal kaygı düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

Yöntem

Bu araştırma çerçevesinde, İstanbul'da yaşayan üniversite öğrencilerinin sosyotelizm davranışı ile sosyal kaygıları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda, nicel araştırma yöntemine ait alt modellerden biri olan ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Bu model kullanılarak birden fazla değişken arasındaki ilişkilerin varlığı, şiddeti ve yönü tespit edilmeye çalışılmıştır. Araştırmada cinsiyet, yaş, akademik başarı, sınıf düzeyi ve sosyal kaygı düzeyi bağımsız değişken olarak kullanılırken sosyotelist davranış düzeyi bağımlı değişken olarak ele alınmıştır.

Katılımcılar

Yükseköğretim Kurulu'nun 2022-2023 eğitim öğretim yılı verilerine göre mevcut 208 üniversitede 6.950.142 üniversite öğrencisi bulunmaktadır (YÖK, 2023). Araştırmanın evrenini 18-24 yaş arası Türkiye'de yaşayan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklemini ise İstanbul'da

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

öğrenim görmekte olan üniversite öğrencileri oluşturmuştur. %95 güven düzeyinde araştırmanın örneklem büyüklüğü en az 384 olarak belirlenmiştir (Şahin, 2014). Bu doğrultuda 401 katılımcıya ulaşılmıştır. Akıllı telefon kullanımının gençler arasında yaygın olması örneklem seçiminde etkili olmuştur.

Veri toplama araçları

Bu araştırma kapsamında "Kişisel Bilgi Formu", Genel Sosyotelist Olma Ölçeği" ve "Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formu" olmak üzere toplamda 3 adet veri toplama formu kullanılmıştır. Veri toplama araçlarıyla ilgili bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından oluşturulan bu form aracılığıyla katılımcıların yaş, cinsiyet, akademik başarı, gelir düzeyi ve ebeveyn eğitim durumu gibi sosyodemografik özellikleri hakkında bilgiler elde edilmiştir.

Genel Sosyotelist Olma Ölçeği (GSOÖ)

Bu ölçek, bireylerin sosyal ortamlarında sosyotelizm davranışı sergileyip sergilemediğini anlayabilmek amacıyla geliştirilmiştir. Genel Sosyotelist Olma Ölçeği (GSOÖ) Chotpitayasunondh ve Douglas (2018) tarafından geliştirilmiş ve Orhan-Göksun, (2019) tarafından Türkçeleştirilmiştir. 15 sorudan oluşan bu ölçek yedili likert tipindedir. (1) asla, (2) nadiren, (3) ara sıra, (4) bazen, (5) sık sık, (6) genellikle, (7) daima olarak kodlanmaktadır. 15 sorudan ve dört unsurdan oluşması ile sosyalist olma durumunu %52,56 açıklayan ve Cronbach Alfa katsayısı 0,86 düzeyinde olan ölçektir (Orhan-Göksun, 2019). Ölçekten alınan puanlar arttıkça sosyotelist davranış sergileme özelliği de artmaktadır. Bu çalışmada Cronbach Alfa katsayısı 0,893 olarak hesaplanmıştır.

Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formu (SKÖ)

Sosyal kaygı ölçeği formu, La Greca ve arkadaşları (2015) tarafından geliştirilmiş ve sonrasında Nunes ve ark. (2018) tarafından 18 maddelik form yenilenerek 12 madde şeklinde kısaltılarak hazırlanmıştır. Bu çalışmada 12 maddelik kısa form kullanılmıştır. Sosyal Kaygı Ölçeği Kısa Formu, *"olumsuz değerlendirme korkusu", "yeni durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk", "genel durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk"* olmak üzere üç alt boyut ve 12 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek 5'li likert tipindedir. (1) kesinlikle katılmıyorum, (2) katılmıyorum, (3) kararsızım, (4) katılıyorum, (5) kesinlikle katılıyorum şeklinde kodlanmaktadır. Ölçeğin Türkçeleştirilmiş versiyonunda Cronbach Alfa katsayısı 0,90 düzeyinde olduğu belirlenmiştir (Can ve Bozgün, 2021). Bu çalışmada Cronbach Alfa katsayısı 0,914 olarak hesaplanmıştır.

Veri toplama süreci

Araştırmanın verileri, kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak toplanmıştır. Veriler toplamadan önce katılımcılara çalışmanın kapsamı, amacı, uygulanma yöntemi, kullanılan formun kaç

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

sorudan oluştuğu, ne tarz soruları içerdiği hakkında bilgiler verilmiştir. Katılımcılardan bu bilgileri barındıran bilgilendirilmiş onam formu alınmıştır. Çevrimiçi olarak toplanacak veriler için Google Forms düzenlenmiştir. Oluşturulan Google Forms bağlantısı katılımcılara WhatsApp ve sosyal medya üzerinden katılımcılara gönderilmiştir. Yüz yüze toplanacak veriler için QR kod oluşturulmuş ve bu QR kod aracılığıyla katılımcılara ulaştırılmıştır. Veriler, 2023 Ekim ile 2024 Şubat tarihleri arasında toplanmıştır.

Verilerin istatistiksel analizi

Araştırmanın verileri, SPSS 24.0 bilgisayar programı kullanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen verilerin normallik analizi Kolmogorov-Smirnov dağılım testi ile değerlendirilmiş ve verilerin normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. Çalışmadaki sürekli değişkenler minimum değer, maksimum değer, ortalama değer, standart sapma ve ortanca değerleriyle gösterilirken kategorik değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri frekans ve yüzde olarak gösterilmiştir. Bağımsız grupların karşılaştırılması analizinde ise iki kategorili değişkenlerde Mann Whitney U, üç ve üzeri kategorisi bulunan değişkenlerde Kruskal Wallis testinden faydalanılmıştır. Gruplar arasında belirlenen farkın hangi gruplardan kaynaklandığını tespit etmek için Bonferrroni düzeltme testi kullanılmıştır. Verilerin anlamlılığı $p<0,05$ düzeyinde değerlendirilmiştir.

Araştırmaya ilişkin etik bilgiler

Çalışmanın veri toplama sürecinden önce, İstinye Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 2023/08 toplantısında alınan 90 numaralı kararla, araştırmanın etik açıdan uygun olduğu onaylanmıştır. Ayrıca katılımcılara araştırmanın amacı ve gizlilik koşulları hakkında bilgiler sunulmuştur. Bu kapsamda bilgilendirilmiş onam alınmıştır.

Bulgular

Araştırma, 401 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların sosyodemografik özelliklerinin dağılımı Tablo 1'de gösterilmektedir.

Tablo 1.
Katılımcıların Sosyodemografik Özelliklerinin Dağılımı

Özellikler	***Ort.±SS***	***Min.-Max.***
Yaş	21,18±1,71	18-24
	N	***%***
Cinsiyet		
Kadın	326	81,3
Erkek	75	18,7
Akademik Başarı		
0-1,99	23	5,7
2,00-2,99	143	35,7
3,00-3,49	161	40,1

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

3,50-3,99	58	14,5
4,00	16	4
Ebeveyn Eğitim Durumu (Anne)		
Okur yazar değil	10	2,5
İlkokul	126	31,4
Ortaokul	80	20
Lise	97	24,2
Ön Lisans	24	6
Lisans	51	12,7
Lisansüstü	13	3,2
Ebeveyn Eğitim Durumu (Baba)		
Okur yazar değil	2	0,5
İlkokul	95	23,7
Ortaokul	79	19,7
Lise	122	30,4
Ön Lisans	12	3
Lisans	76	19
Lisansüstü	15	3,7
Gelir Düzeyi		
Çok Düşük	7	1,7
Düşük	29	7,2
Orta	292	72,8
Yüksek	67	16,7
Çok Yüksek	6	1,5
Öğrenim Gördüğü Sınıf		
Hazırlık	19	4,7
1. Sınıf	75	18,7
2. Sınıf	84	20,9
3. Sınıf	77	19,2
4. Sınıf	106	26,4
5. Sınıf	3	0,7
6. Sınıf	1	0,2
Lisansüstü	36	9

SS: Standart Sapma

Tablo 1'e bakıldığında, katılımcıların yaş ortalamasının 21,18 olduğu görülmektedir. Katılımcıların çoğunluğunun kadın (%81,3) olduğu ve %40,1'inin 3,00-3,49 arasında bir not ortalamasına sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların %31,4'ünün annesinin ilkokul mezunu, %30,4'ünün babasının lise mezunu olduğu, kendilerinin ise %26,4 oranında 4. Sınıfta öğrenim gördüğü belirlenmiştir. Katılımcıların çoğunluğunun (%72,8) orta düzeyde gelire sahip olduğu görülmektedir.

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Tablo 2.
Öğrencilerin SKÖ ve GSOÖ Toplam ve Alt Boyut Puan Ortalamalarının Dağılımı

Ölçekler	Alt Boyutlar	*Ortalama*	*SS*	*Ortanca*	*Min*	*Maks*
Sosyal Kaygı Ölçeği	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	9,77	4,2	9,00	4,00	20,00
	Yeni Durumlarda Sosyal korku ve Huzursuzluk	10,44	4,32	10,00	4,00	20,00
	Genel Durumlarda Sosyal Korku ve Huzursuzluk	8,57	3,6	8,00	4,00	20,00
	SKÖ Toplam	**28,79**	**10,29**	**28,00**	**12,00**	**60,00**
Genel Sosyotelist Olma Ölçeği	Nomofobi	16,53	6,49	16,00	4,00	28,00
	Kişilerarası Çatışma	8,32	4,82	7,00	4,00	28,00
	Kendini Yalnızlaştırma	8,44	4,72	7,00	4,00	28,00
	Problem Farkındalığı	8,64	4,54	8,00	3,00	21,00
	GSOÖ Toplam	**41,94**	**15,82**	**40,00**	**15,00**	**105,00**

SS: Standart Sapma, Min: Minimum, Maks: Maksimum, SKÖ: Sosyal Kaygı Ölçeği, GSOÖ: Genel Sosyotelist Olma Ölçeği

Tablo 2'ye bakıldığında, katılımcıların SKÖ ve GSOÖ toplam puanları ile alt boyut puan ortalamaları gözlemlenmektedir. Katılımcıların SKÖ toplam puan ortalamasının 28,79±10,29, GSOÖ toplam puan ortalamasının ise 41,94±15,82 olduğu belirlenmiştir (Tablo 2

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Tablo 3.
Öğrencilerin Sosyodemografik Özellikleri ile SKÖ ve GSOÖ Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

Özellikler	Sosyal Kaygı Ölçeği				Genel Sosyotelist Olma Ölçeği				
	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	Yeni Durumlarda Sosyal Korku ve Huzursuzluk	Genel Durumlarda Sosyal Korku ve Huzursuzluk	SKÖ Toplam	Nomofobi	Kişilerarası Çatışma	Kendini Yalnızlaştırma	Problem Farkındalığı	GSOÖ Toplam
	Değer Ortalaması	Değer Ortalaması	Değer Ortalaması	Değer Ortalaması	Değer Ortalaması	Değer Ortalaması	Değer Ortalaması	Değer Ortalaması	Değer Ortalaması
Cinsiyet									
Kadın	210,20	210,21	203,60	209,03	199,22	200,27	197,46	203,12	198,70
Erkek	161,00	160,95	189,72	166,11	208,74	204,19	216,40	191,81	211,01
Z	-3,334	-3,331	-0,94	-2,893	-0,642	-0,267	-1,288	-0,765	-0,83
P	**0,001**	**0,001**	0,347	**0,004**	0,521	0,789	0,198	0,445	0,407
Akademik Başarı									
0-1,99[a]	172,37	214,15	213,72	198,93	202,39	203,04	172,02	181,72	185,63
2,00-2,99[b]	190,48	191,30	201,34	192,00	199,26	201,83	207,76	207,18	202,88
3,00-3,49[c]	206,42	214,30	199,49	208,61	211,28	205,74	210,67	208,36	212,32
3,50-3,99[d]	232,89	205,49	205,05	217,99	178,47	176,58	158,84	174,34	165,41
4[e]	166,06	118,66	180,22	146,25	192,75	231,53	237,78	196,09	221,38
χ2	8,877	11,662	0,901	6,391	3,584	4,051	12,564	4,821	7,944
P	0,064	**0,02, c-e**	0,924	0,172	0,465	0,399	**0,014, c-d**	0,306	0,094
Ebeveyn Eğitim Durumu (Anne)									
Okur yazar değil	247,00	214,80	243,55	237,05	180,60	210,45	227,80	208,30	190,45
İlkokul	211,23	211,31	209,93	211,89	191,64	194,93	197,52	194,25	192,65
Ortaokul	187,11	219,03	203,47	205,13	212,72	175,79	186,04	191,38	191,16
Lise	200,28	189,75	195,23	191,48	203,18	213,82	205,84	207,43	208,98
Ön Lisans	175,02	158,69	177,88	170,25	192,92	235,77	241,04	212,88	227,00
Lisans	200,65	178,69	176,07	184,29	201,92	203,90	200,65	203,97	201,84
Lisansüstü	206,65	229,19	250,04	235,65	230,38	236,42	197,54	238,46	239,69
χ2	5,004	9,913	8,110	6,755	2,947	8,974	5,121	2,981	4,435
P	0,543	0,128	0,23	0,344	0,815	0,175	0,528	0,811	0,618
Ebeveyn Eğitim Durumu (Baba)									

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Okur yazar değil[a]	149,75	262,00	309,00	239,00	306,25	244,75	201,25	326,50	304,50
İlkokul[b]	199,56	189,58	200,84	195,80	189,30	189,58	203,14	186,33	191,43
Ortaokul[c]	177,77	207,75	185,20	188,10	198,47	182,55	188,70	168,80	179,72
Lise[d]	209,32	208,01	202,30	207,19	205,53	209,42	200,91	208,60	205,09
Ön Lisans[e]	274,96	237,50	241,38	258,08	219,08	191,29	217,00	251,25	230,38
Lisans[f]	196,86	179,29	197,35	190,47	207,37	222,02	213,63	228,84	221,93
Lisansüstü[g]	233,40	253,43	246,50	254,17	190,80	197,43	176,17	203,73	197,13
χ2	10,482	9,180	7,147	8,439	3,489	6,585	2,794	17,255	8,329
P	0,106	0,164	0,307	0,208	0,745	0,361	0,834	**0,008, c-f**	0,215
Gelir Düzeyi									
Çok Düşük	157,14	217,14	246,29	206,71	271,43	236,07	236,50	212,29	264,64
Düşük	200,62	195,86	208,26	197,84	214,69	216,07	220,93	232,72	218,97
Orta	205,52	208,12	202,18	206,06	195,97	195,45	195,26	196,45	194,28
Yüksek	194,15	179,63	194,84	188,78	210,21	212,96	211,30	207,99	214,50
Çok Yüksek	110,33	99,00	124,50	99,75	194,67	223,67	227,58	177,75	216,08
χ2	5,414	8,275	4,064	5,928	3,991	2,800	3,133	3,196	4,802
P	0,247	0,082	0,397	0,205	0,407	0,592	0,536	0,526	0,308
Öğrenim Gördüğü Sınıf									
Hazırlık[a]	242,21	212,97	216,79	229,82	166,61	191,18	160,32	202,66	171,55
1. Sınıf[b]	204,73	204,00	205,67	206,09	228,84	218,39	236,31	226,12	237,25
2. Sınıf[c]	198,27	210,82	199,25	205,27	208,85	201,53	189,77	187,33	198,80
3. Sınıf[d]	205,95	211,92	207,53	208,67	185,64	196,05	198,77	195,92	190,06
4. Sınıf[e]	209,89	198,33	201,67	202,26	198,87	196,81	198,91	212,46	199,78
5. Sınıf[f]	124,67	142,50	175,67	148,00	82,50	303,83	295,83	326,33	256,50
6. Sınıf[g]	154,00	76,50	203,00	105,00	26,00	124,50	155,50	69,50	28,50
Lisansüstü[h]	148,72	158,36	173,13	152,18	196,72	185,19	179,42	150,03	173,32
χ2	12,219	8,442	3,003	9,497	13,275	5,688	13,822	17,761	14,254
P	0,094	0,295	0,885	0,219	0,066	0,577	0,054	**0,013, a-h**	**0,047**

p<0,05, Z: Mann Whitney U Testi, χ2: Kruskal Wallis Te

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Katılımcıların sosyodemografik özellikleri ile SKÖ ve GSOÖ toplam ve alt boyut puanlarının karşılaştırılması Tablo 3'te verilmiştir. Katılımcıların cinsiyeti ile SKÖ toplam puanı, olumsuz değerlendirilme korkusu ve yeni durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk alt boyutları arasında; akademik başarı durumları ile SKÖ yeni durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk alt boyutu ve GSOÖ kendini yalnızlaştırma alt boyutu arasında; babanın eğitim durumu ile GSOÖ problem farkındalığı alt boyutu arasında; öğrencinin öğrenim gördüğü sınıf ile GSOÖ toplam ve problem farkındalığı alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$, Tablo 3). Katılımcıların cinsiyeti ile GSOÖ toplam ya da alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanamamıştır ($p>0,05$, Tablo 3).

Analizler sonucunda elde edilen farkın grupların hangisinden kaynaklandığını belirlemek için, çoklu karşılaştırmaların etkisini azaltarak güvenilir sonuçlar elde etmek amacıyla Bonferroni düzeltme testi uygulanmıştır. Bu bağlamda kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden SKÖ toplam, olumsuz değerlendirilme korkusu ve yeni durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk alt boyut puanlarının anlamlı şekilde daha yüksek olduğu, not ortalaması 3,00-3,49 arasında olanların 3,50-3,99 arasında olanlardan kendini yalnızlaştırma puanlarının, not ortalaması 4,00 olanlardan ise yeni durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk puanlarının anlamlı şekilde daha yüksek olduğu, babasının öğrenim durumu lisans olanların ortaokul olanlardan problem farkındalığı puanlarının anlamlı şekilde daha yüksek olduğu, hazırlık sınıfında öğrenim görenlerin lisansüstü eğitim alanlardan problem farkındalığı puanlarının anlamlı şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$, Tablo 3). Öğrencilerin öğrenim gördüğü sınıf ile GSOÖ toplam puanı arasında anlamlı bir fark saptanmış ancak yapılan benforroni düzeltme testinde bu farkın hangi gruptan kaynaklandığı belirlenememiştir. Anne eğitim durumu ve gelir düzeyi ile SKÖ ve GSOÖ ölçek toplam ve alt boyut puanları incelendiğinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık elde edilememiştir ($p>0,05$, Tablo 3).

Tablo 4.
SKÖ Toplam ve GSOÖ Toplam Puanları Arasındaki İlişki

		SKÖ Toplam	GSOÖ Toplam
SKÖ Toplam	rs	1,000	0,227**
	p	.	**<0,001**
GSOÖ Toplam	rs	**0,227****	1,000
	p	<0,001	.

p<0,05, rs: Spearman Korelasyon Analizi, SKÖ: Sosyal Kaygı Ölçeği, GSOÖ: Genel Sosyotelist Olma Ölçeği

Tablo 4'te SKÖ toplam puanı ve GSOÖ toplam puanı arasındaki istatistiksel analizler bulunmaktadır. SKÖ toplam puanı ile GSOÖ toplam puanı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki belirlenmiştir ($p<0,05$, Tablo 4). Buna göre, öğrencilerin sosyal kaygı düzeyi arttıkça, sosyal ortamlarda sosyotelizm davranışı sergileme düzeyleri de artmaktadır.

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Günümüzde teknolojinin, internetin ve akıllı telefonların sosyalleşme ve iletişim için daha fazla kullanıldığı bilinmektedir. Akıllı telefonlar ile kullanılan sosyal medyanın, özellikle gençler arasında günlük yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline geldiği görülmektedir. Teknoloji, hayatı daha pratik hale getirip toplumsal ilerlemeye ve çağdaşlaşmaya destek sağlarken, aşırı kullanımının yol açtığı çeşitli davranışsal sorunlar da bulunmaktadır (Kliesener ve ark., 2022).

Bu sorunlardan biri de sosyotelizm olarak kavramsallaştırılmıştır. Sosyal bir ortamda doğrudan iletişim kurmak yerine birinin telefonuna yoğunlaşarak diğer kişiyi ihmal etme davranışı sosyotelizm olarak tanımlanmaktadır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016). Sosyotelizm bireyler arasında sosyal kopukluğun yaşanmasına neden olabilmektedir (Ang ve ark., 2019). Ayrıca sosyotelizmin ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkilere sahip olabileceğine dair çalışmalar bulunmaktadır (Davey ve ark., 2018). Ulusal ve uluslararası literatür incelendiğinde, sosyotelizm ile sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi doğrudan ele alan araştırmaların sayısının oldukça sınırlı olduğu dikkat çekmektedir (Oral ve Karakurt, 2025; Venugopal ve Fenn, 2021). Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde gözlemlenen sosyotelizm davranışının sosyal kaygıyla olan ilişkisini incelemek ve bu kapsamda bireylerin sosyodemografik özelliklerinin etkisini ayrıntılı olarak değerlendirmektir.

Alanyazın incelendiğinde, sosyotelizm konulu çalışmaların genellikle ergenler veya üniversite öğrencilerini kapsayan araştırmalar üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Uyar ve Ayar'ın (2024) üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmada katılımcıların sosyotelist olma puanlarının ortalama 44,07±17,13 düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Sönmez Sarı ve arkadaşlarının (2023) yine üniversite öğrencilerini kapsayacak şekilde gerçekleştirdikleri çalışmada katılımcıların sosyotelist olma puanlarının ortalama 48,48±18,52 olduğu görülmektedir. Aydoğdu ve Yaşar'ın (2022) ergenler üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada ise katılımcıların sosyotelist olma puan ortalamalarının 44,24±18,88 olduğu belirlenmiştir. Bu araştırmada ise katılımcıların sosyotelist olma puan ortalamalarının 41,94±15,82 olduğu görülmektedir. Bulgular incelendiğinde, sosyotelist olma puanlarının bu çalışmada diğer çalışmalara kıyasla görece düşük olduğu, ancak değerlerin birbirine oldukça yakın olduğu görülmektedir. Bu kapsamda gerçekleştirilen çalışmalar birbirini desteklemekte ve ergenler ile üniversite öğrencilerinin sosyotelist davranışları hakkında tutarlı bilgiler sunmaktadır.

Cinsiyet perspektifinden bakıldığında, Chotpitayasunondh ve Douglas (2016) ile Karadağ ve arkadaşları (2015) tarafından yapılan araştırmalar, sosyotelizm davranışında belirgin bir cinsiyet farkı olduğunu göstermektedir. Bu araştırmalar, kadınlarda sosyotelist davranışın erkeklere göre daha fazla gerçekleştiğini ortaya koymuştur. Diğer taraftan ise cinsiyet değişkeninin sosyotelizm davranışında farklılaşmaya neden olmadığını gösteren araştırma sonuçları bulunmaktadır (Al-Saggaf ve ark., 2019). Dolayısıyla cinsiyet faktörü çerçevesinde elde edilen bulgularda farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Bu çalışmada sosyotelizm davranışı ile cinsiyet değişkeni analizleri incelendiğinde bu iki değişken arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark belirlenememiştir. Bu sonuç, cinsiyet ile sosyotelizm davranışı arasında anlamlı farkın bulunmadığı diğer çalışmalarla tutarlıdır (Al-Saggaf ve ark., 2019; Turasan Alpaslan ve Önal, 2024). Katılımcıların sosyal kaygı düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre analizleri incelendiğinde ise istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Kadınların sosyal kaygı

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

toplam puanı ve alt boyutları olan olumsuz değerlendirme korkusu ve yeni durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk için aldıkları puanların erkeklere göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu sosyal kaygıyı cinsiyet perspektifinden ele alan önceki çalışmalarla uyumludur (Dell'Osso ve ark., 2015).

Araştırma bulguları incelendiğinde akademik başarıyla sosyotelizmin "kendini yalnızlaştırma" alt boyutu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Verilere göre, 3,00-3,49 ortalamaya sahip katılımcıların 3,50-3,99 arasında not ortalamasına sahip katılımcılara göre kendini yalnızlaştırma düzeyinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu durum 3,00-3,49 not aralığına sahip katılımcıların genel sosyotelist olma puanını da artırmaktadır. Bu bulgular, sosyotelizmin belirli alt boyutlarının akademik performansla ilişkili olduğunu ve düşük not ortalamasına sahip öğrencilerin sosyotelizm düzeyinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Baranova ve arkadaşlarının (2022) gerçekleştirdiği çalışmada sosyotelizmin öğrencilerin akademik performansı üzerinde olumsuz etkiler yarattığı tespit edilmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın bulguları ile alanyazındaki çalışmaların tutarlı olduğu görülmektedir. Sosyotelizmin, öğrencilerin derslere odaklanmalarını zorlaştırabileceği ve dikkatlerini dağıtarak akademik başarılarını düşürebileceği düşünülmektedir. Bu bulgulara ek olarak yine 3,00-3,49 not aralığına sahip öğrencilerin sosyal kaygı ölçeğinin yeni durumlarda sosyal korku ve huzursuzluk alt boyutundan aldıkları puanın 4,00 ortalamaya sahip öğrencilere göre anlamlı şekilde farklılık göstererek daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular akademik başarı düzeyi düşük öğrencilerin hem akıllı cihazlarına yönelerek kendilerini yalnızlaştırma eğiliminde olduklarını hem de sosyal ortamlarda daha fazla kaygı yaşayabileceklerini göstermektedir.

Çalışmada sınıf düzeyi ile sosyotelizm davranışının alt boyutları arasında yer alan problem farkındalığı arasında anlamlı bir fark belirlenmiştir. Hazırlık sınıfında öğrenim gören katılımcıların problem farkındalığı düzeyinin lisansüstü eğitim gören katılımcılardan istatistiksel açıdan anlamlı şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Veriler, hazırlık sınıfında öğrenim gören katılımcıların problem farkındalığının yüksek olduğunu gösterse de sosyotelizm davranışını sergilemedeki toplam puanını artırmaktadır. Han ve arkadaşlarının (2022) çalışmasında da birinci sınıfta öğrenim gören katılımcıların diğer sınıftakilere göre daha fazla sosyotelist davrandığı görülmektedir. Bu durum çalışmanın bulgularını desteklemektedir. Diğer taraftan Sönmez Sarı ve arkadaşlarının (2023) gerçekleştirdiği çalışmada ise sınıf düzeyi arttıkça sosyotelist olma davranışının da arttığı belirtilmektedir. Bu çalışmada da sınıf düzeyi ile sosyotelizm toplam puanı arasında anlamlı fark saptanmış fakat farkın hangi gruptan kaynaklandığı tespit edilememiştir.

Bu çalışmada, sosyotelizm ile sosyal kaygı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Araştırma bulgularının daha önce gerçekleştirilmiş diğer çalışmaları desteklediği görülmektedir (Guazzini ve ark., 2019; Parmaksız, 2021; Sun ve Samp, 2021). Bu durumun sosyal kaygıya sahip bireylerin yüz yüze iletişim yerine çevrimiçi ortamda iletişim kurma isteğiyle ilgili olabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla sosyotelizm davranışı sosyal kaygının beraberinde getirdiği olumsuz duygulardan kaçmak için kullanılan bir başa çıkma stratejisi haline gelebilmektedir. Sosyal kaygı yaşayan bireylerin, yüz yüze iletişimdeki gerilimi azaltmak amacıyla telefonlarına yöneldikleri ve bu durumun sosyal etkileşimlerden kaçınmaya yol açtığı gözlemlenmektedir. Farklı bir çalışmada ise akran sosyotelizmi ile sosyal medya bağımlılığı arasındaki

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

ilişkiye sosyal kaygının aracılık ettiği belirlenmiştir (Chu ve ark., 2021). Bu durum, sosyal kaygı yaşayan bireylerin çevrimiçi etkileşimlere daha fazla yönelerek, sosyal medya platformlarında daha fazla vakit geçirmelerine ve dolayısıyla bağımlılık riskinin arttığına işaret etmektedir.

Üniversite öğrencilerinin katılımıyla gerçekleştirilen bu çalışmanın sonuçları, sosyotelizm davranışı ile sosyal kaygı arasında pozitif bir ilişki bulunduğunu göstermektedir. Araştırma verileri, sosyotelist davranışın anlamlandırılması konusunda yeni bir bakış açısı geliştirilmesine kritik katkılar sunmaktadır. Sosyotelist davranmak, bireylerin geçici olarak sosyal kaygılarından kaçmalarına yardımcı olabilirken, uzun vadede yalnızlık ve sosyal bağların zayıflaması gibi daha ciddi sorunlara yol açabilmektedir. Özellikle genç bireyler üzerinde bu durum, sosyal becerilerin gelişimi açısından önemli bir risk faktörü oluşturmaktadır. Zayıflayan sosyal bağlar, bireylerde izolasyon ve yalnızlığın pekişmesine, sosyal kaygı düzeyinin daha da derinleşmesine neden olabilmektedir. Sosyotelizm, sosyal kaygının bir sonucu ya da kaygıyı tetikleyen bir faktör olarak bireylerin ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceği düşünülmektedir.

Bu bağlamda, dijital medya kullanımının artan etkisi göz önüne alındığında, bireylerin yüz yüze iletişim kurma becerilerini koruyabilmeleri ve sağlıklı sosyal ilişkiler sürdürebilmeleri için dijital medya ile sosyal etkileşim arasındaki dengenin nasıl sağlanabileceğine dair stratejilerin geliştirilmesine gereksinim duyulmaktadır. Bu stratejiler, bireylerin dijital cihazları kullanırken çevrelerindeki insanlarla anlamlı bağlar kurmalarına imkân tanıyacak bilinçli medya kullanım alışkanlıklarını odağına almalıdır. Bu sayede sosyal ilişkilerde kopukluk, iletişim sorunları ve sosyal kaygı gibi olumsuz etkilerin azaltılması hedeflenebilir. Ayrıca üniversite öğrencileri için sosyal kaygıyı azaltmak ve sosyotelist davranışları engellemek amacıyla çeşitli atölye çalışmaları ve seminerler düzenlenebilir. Böylece öğrencilerin etkili iletişim becerileri kazanması desteklenebilir. Bu müdahaleler, öğrencilerin sosyal ilişkilerini iyileştirerek daha sağlıklı bir üniversite deneyimi yaşamalarına katkı sağlayabilir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırmanın örneklemi üniversite öğrencilerini kapsadığı için elde edilen sonuçlar farklı yaş veya sosyoekonomik düzeydeki bireyler için genellenememektedir. Bununla birlikte yöntemsel sınırlılıklar da bulunmaktadır. Bu araştırmada nicel yöntem kullanılmıştır. Diğer taraftan nitel yöntemlerin kullanılması, bireylerin sosyotelist davranışlarının arkasındaki motivasyonları ve deneyimlerini daha derinlemesine anlamaya katkı sağlayabilirdi. Dolayısıyla gelecek çalışmalarda nitel yöntemlerin kullanılması konuyla ilgili yeni pencerelerin açılmasına olanak sağlayacaktır. Ayrıca sosyotelizm kavramının çeşitli fenomenlerle olan ilişkisi, daha kapsamlı ve ayrıntılı bir şekilde incelenmelidir. Bu doğrultuda, gelecekte yapılacak araştırmalar, sosyotelizmin sosyal ilişkilerdeki uzun vadeli etkilerini ve bu davranışı azaltmaya yönelik müdahaleleri de kapsamlı biçimde ele almalıdır. Aşırı cep telefonu kullanımının bireylerin psikososyal sağlığı üzerindeki uzun vadeli etkilerini araştıran çalışmaların yapılması, toplumsal sağlık politikalarının oluşturulmasına katkı sağlayacaktır.

Not
Bu araştırma TUBİTAK tarafından desteklenmiştir. Bu çalışmanın gerçekleşmesindeki desteklerinden ötürü araştırmacılar TUBİTAK'a teşekkür etmektedirler. (Proje numarası: 1919B012310369)

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Kaynakça

Al-Saggaf, Y., MacCulloch, R., and Wiener, K. (2019). Trait boredom is a predictor of phubbing frequency. *Journal of Technology in Behavioral Science, 4*(3), 245-252.

Ang, C. S., Teo, K. M., Ong, Y. L., and Siak, S. L. (2019). Investigation of a preliminary mixed method of phubbing and social connectedness in adolescents. *Addiction and Health*, *11*(1), 1–10. https://doi.org/10.22122/ahj.v11i1.539

Aydoğdu, F., ve Yaşar, S. (2022). Ergen sosyotelist davranışlarının (phubbing) yordayıcıları olarak ebeveyn sosyotelizmine maruz kalma ve empati. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (56), 401-425. https://doi.org/10.9779/pauefd.1042303

Bakır, V., and Dilmaç, B. (2023). Examining the relationship between phubbing and mental health among university students: A mixed study. *Research on Education and Psychology, 7*(3), 602-621. https://doi.org/10.54535/rep.1331114

Baranova, T., Kobicheva, A., and Tokareva, E. (2022). Effect of Phubbing on Students' Performance. In *International School on Neural Networks, Initiated by IIASS and EMFCSC* (pp. 849-856). Cham: Springer International Publishing.

Can, F., ve Bozgün, K. (2021). Sosyal kaygı ölçeği kısa formunun Türkçeye uyarlanarak psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Muallim Rıfat Eğitim Fakültesi Dergisi, 3*(2), 156-168.

Chotpitayasunondh, V., and Douglas, K. M. (2016). How "phubbing" becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior, 63,* 9-18. https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018

Chotpitayasunondh, V., and Douglas, K. M. (2018). Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in human behavior*, *88*, 5-17. https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020

Chu, X., Chen, Y., Litifu, A., Zhou, Y., Xie, X., Wei, X., and Lei, L. (2024). Social anxiety and phubbing: the mediating role of problematic social networking and the moderating role of family socioeconomic status. *Psychology in the Schools*, *61*(2), 553-567. https://doi.org/10.1002/pits.23067

Chu, X., Ji, S., Wang, X., Yu, J., Chen, Y., and Lei, L. (2021). Peer phubbing and social networking site addiction: the mediating role of social anxiety and the moderating role of family financial difficulty. *Frontiers in psychology*, *12*, 670065. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.670065

Davey, S., Davey, A., Raghav, S., Singh, J., Singh, N., Blachnio, A., and Przepiórkaa, A. (2018). Predictors and consequences of "phubbing" among adolescents and youth in India: an impact evaluation study. Journal of Family and Community Medicine, 25(1), 35-42 https://doi.org/10.4103/jfcm.JFCM_71_17

Dell'Osso, L., Abelli, M., Pini, S., Carpita, B., Carlini, M., Mengali, F., ... and Massimetti, G. (2015). The influence of gender on social anxiety spectrum symptoms in a sample of university students. *Rivista di psichiatria, 50*(6), 295-301. https://doi.org/10.1708/2098.22688

Eduardo, P. P., Teresa, M., Monje, R., María, J., Sanchez, R., and León, D. (2012). Mobile phone abuse or addiction. A review of the literature. *Adicciones*, *24*(2), 139-152.

Franchina, V., Vanden Abeele, M., Van Rooij, A. J., Lo Coco, G., and De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 15*(10), 2319. https://doi.org/10.3390/ijerph15102319

Garrido, E. C., Delgado, S. C., and Esteban, P. G. (2024). Phubbing and its impact on the individual's psychological well-being. *Acta Psychologica, 248*, 104388. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104388

Garrido, E. C., Issa, T., Esteban, P. G., and Delgado, S. C. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon, 7*(5), e07037. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037

Guazzini, A., Duradoni, M., Capelli, A., and Meringolo, P. (2019). An explorative model to assess individuals' phubbing risk. *Future Internet*, *11*(1), 21. https://doi.org/10.3390/fi11010021

Nalbantoğlu, İ., Turan, S., Koçak, B. ve Kocaman, B. (2025). Üniversite öğrencilerinde sosyotelizm (phubbing) ile sosyal kaygı ilişkisinin değerlendirilmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi,* 16 (2), 2182-2200.
DOI: 10.51460/baebd.1586296

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Hales, A. H., Dvir, M., Wesselmann, E. D., Kruger, D. J., and Finkenauer, C. (2018). Cell phone-induced ostracism threatens fundamental needs. *The Journal of Social Psychology*, *158*(4), 460-473. https://doi.org/10.1080/00224545.2018.1439877

Han, J. H., Park, S. J., and Kim, Y. (2022). Phubbing as a millennials' new addiction and relating factors among nursing students. *Psychiatry investigation, 19*(2), 135–145. https://doi.org/10.30773/pi.2021.0163

Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., ... and Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, *4*(2), 60-74. https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005

Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak-Şahin, B., ... and Babadağ, B. (2016). Sanal dünyanın kronolojik bağımlılığı: Sosyotelizm (phubbing). *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, *3*(2), 223-269 https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013

King, A. L. S., Valenca, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., and Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia?. *Computers in Human Behavior*, *29*(1), 140-144. https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025

Kliesener, T., Meigen, C., Kiess, W., and Poulain, T. (2022). Associations between problematic smartphone use and behavioural difficulties, quality of life, and school performance among children and adolescents. *BMC psychiatry, 22*(1), 195. https://doi.org/10.1186/s12888-022-03815-4

La Greca, A. M., Ingles, C. J., Lai, B. S., and Marzo, J. C. (2015). Social anxiety scale for adolescents: factorial invariance across gender and age in Hispanic American adolescents. *Assessment, 22*(2), 224-232.

Lepp, A., Barkley, J. E., and Karpinski, A. C. (2015). The Relationship Between Cell Phone Use and Academic Performance in a Sample of U.S. College Students. Sage Open, 5(1). https://doi.org/10.1177/2158244015573169

Nunes, C., Ayala-Nunes, L., Pechorro, P., and La Greca, A. M. (2018). Short form of the social anxiety scale for adolescents among community and institutionalized Portuguese youths. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, *18*(3), 273-282.

Oral, M., and Karakurt, N. (2025). Mediating role of social anxiety in the relationship between phubbing and social media addiction among higher education students. *International Journal of Human–Computer Interaction*, 1–10. https://doi.org/10.1080/10447318.2024.2445098

Orhan, A. T. (2023). Teorik yaklaşımlar çerçevesinde phubbing. *Business, Economics and Management Research Journal,* 6(2), 218-232. https://doi.org/10.58308/bemarej.1260128

Orhan Göksün, D. (2019). Sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma ölçeklerinin Türkçe'ye uyarlanması. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 21*(3), 657-671.

Parmaksız, İ. (2021). The mediating role of social anxiety in the relationship between phubbing and mindfulness. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, *22*(2), 1387-1420. https://doi.org/10.17679/inuefd.904379

Roberts, J. A. and David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior, 54*, 134-141. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058

Sahin, S., Ozdemir, K., Unsal, A., and Temiz, N. (2013). Evaluation of mobile phone addiction level and sleep quality in university students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, *29*(4), 913–918. https://doi.org/10.12669/pjms.294.3686

Sánchez-Martínez, M., and Otero, A. (2009). Factors associated with cell phone use in adolescents in the community of Madrid (Spain). *CyberPsychology and Behavior*, *12*(2), 131-137. https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0164

Sönmez Sarı, E., Kırbaş, Z. Ö., Güneş, H., Akeren, Z., v diğ. (2023). Üniversite öğrencilerinin sosyotelizme maruz kalma ve sosyotelist olma durumlarının incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 16*(2), 209-218.

Nalbantoğlu, İ., Turan, S., Koçak, B. ve Kocaman, B. (2025). Üniversite öğrencilerinde sosyotelizm (phubbing) ile sosyal kaygı ilişkisinin değerlendirilmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi,* 16 (2), 2182-2200.
DOI: 10.51460/baebd.1586296

Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Western Anatolia Journal of Educational Sciences, (2025), 16 (2), 2182-2200.
Araştırma Makalesi / Research Paper

Stein, M. B., and Stein, D. J. (2008). Social anxiety disorder. *The Lancet*, *371*(9618), 1115-1125. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(08)60488-2

Sunday, O. J., Adesope, O. O., and Maarhuis, P. L. (2021). The effects of smartphone addiction on learning: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior Reports, 4*, 100114. https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100114

Sun, J., and Samp, J. A. (2021). 'Phubbing is happening to you': examining predictors and effects of phubbing behaviour in friendships. *Behaviour and Information Technology, 41*(12), 2691–2704. https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1943711

Şahin, B. (2014). Metodoloji. Bilimsel araştırma yöntemleri, İçinde: Tanrıöğen, A. (Ed.), 4. bs., Ankara: Anı Yayıncılık

Talan, T., Korkmaz, A., ve Gezer, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin mobil telefon bağımlılık düzeylerinin incelenmesi üzerine bir çalışma: Kilis 7 Aralık Üniversitesi örneği. *Uluslararası Çağdaş Eğitim Araştırmaları Kongresi*, *29*, 424-434

Thomée, S., Härenstam, A., and Hagberg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances, and symptoms of depression among young adults-a prospective cohort study. *BMC Public Health*, *11*, 1-11. https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-66

Turasan Alpaslan, D., and Önal, N. (2024). Investıgatıon of high school students' exposure to phubbing behavior. *Educational Technology Theory and Practice 14*(2), 244-259. https://doi.org/10.17943/etku.1399059

Uyar, P., ve Ayar, D. (2024). Hemşirelik öğrencilerinin sosyal medya kullanımı ve aile iletişiminin sosyotelist olma ve sosyotelizme maruz kalma durumlarına etkisi. *Sağlık Bilimlerinde Değer*, *14*(1), 83-89. https://doi.org/10.33631/sabd.1206855

Venugopal A. and Fenn J. (2021). Social anxiety, coping and phubbing among young adults. *International Journal of Indian Psychology, 9*(3), 21672172.

Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., and Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences, 110*, 12–17. https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014

YÖK (Yükseköğretim Kurulu). (2023). Yükseköğretimde yeni istatistikler. https://www.yok.gov.tr/Sayfalar/Haberler/2023/yuksekogretimde-yeni-istatistikler.aspx (E. T.: 28.04.2025)