

Bilişötesi Farkındalığın Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Akademik Başarı Üzerine Etkisi

Effect of Metacognitive Awareness on Smartphone Addiction and Academic Success

Ayşe SÜLÜN*
Emriye Hilal YAYAN**
Maksude YILDIRIM***

ÖZET

Amaç: Bu çalışma hemşirelik birinci sınıf öğrencilerinin bilişötesi farkındalığının akıllı telefon bağımlılığı ve akademik başarı düzeylerine etkisini incelemek amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Tanımlayıcı tipte olan araştırma, 107 hemşirelik birinci sınıf öğrencisi ile anket formu kullanılarak yürütülmüştür. Verilerin analizinde; tanımlayıcı istatistikler (sayı- yüzde, ortalama, minimum-maksimum), Anova testi, korelasyon ve regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 19.23 ± 0.41 yıl'dır. Öğrencilerin %77.6'sı kadın ve %22.4'ü erkektir. Öğrencilerin %22.4'ü kendini akademik olarak başarılı algılamakta, %65.4'ü kendini orta olarak, %12.1'i başarısız olarak değerlendirmiştir. Toplam ölçek puanlarına bakıldığında akıllı telefon bağımlılığı 28.07 ± 10.90 ve bilişötesi farkındalık 187.86 ± 31.78 'dir. Bilişötesi Farkındalık Envanteri (BFE) prosedürel bilgi alt boyutu ile Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (ATBÖ-KF) toplam puanı arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=0.107$, $p<0.05$). Çalışmaya katılan öğrencilerin ATBÖ-KF toplam puanı ile BFE toplam puanı arasında ilişki olmadığı saptanmıştır. Yapılan regresyon analizi sonucunda BFE değişkeni akıllı telefon bağımlılığındaki değişimin %6'sını açıklamaktadır.

Sonuç: Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşadığı yer ile Bilişötesi Farkındalık Ölçeği'nin toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki olduğu ancak Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Çalışmamızdan elde edilen sonuçlara göre hemşirelik birinci sınıf öğrencilerinde bilişötesi farkındalık ile akıllı telefon bağımlılığı arasında ilişki saptanamamıştır. Akıllı telefon bağımlılığı birçok alanı etkilemektedir. Ayrıca akıllı telefon bağımlılığı sonucu olarak olumsuz sonuçlarla karşılaşılmakta olup bilişötesi farkındalık düzeyinde etkili olmadığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Bilişötesi, akademik başarı, akıllı telefon bağımlılığı, hemşirelik

ABSTRACT

Objective: The aim of this study to examine the effect of metacognitive awareness of first year nursing students on smartphone addiction and academic achievement.

Method: The descriptive study was conducted with 107 first year nursing students using a questionnaire.

In the analysis of the data; descriptive statistics (number-percentage, average, minimum-maximum), Anova test was used. In addition, correlation and regression analysis was performed.

Results: The average age of the students participating in the study was 19.23 ± 0.41 years. 77.6% of the students were female and 22.4% were male. 22.4% of the students considered themselves academically successful, while 65.4% rated themselves as moderate and 12.1% as unsuccessful. Considering the total scale scores, smartphone addiction is 28.07 ± 10.90 and metacognitive awareness is 187.86 ± 31.78 . It was found that there was a low positive correlation between the Metacognitive Awareness Inventory (MAI) procedural knowledge sub-dimension and the Smartphone Addiction (SAS-SF) total score ($r = 0.107$, $p < 0.05$). It was found that there was no relationship between the SAS-SF total score of the students participating in the study and the total MAI score.

Conclusions: It was determined that there is a significant relationship between the place where the students participating in the study live and the total score of the Metacognitive Awareness Scale, but there is no significant relationship between the total score of the Smartphone Addiction Scale. According to the results obtained from our study, no relationship was found between metacognitive awareness and smartphone addiction in first year nursing students. Smartphone addiction affects many areas. In addition, negative consequences are encountered as a result of smartphone addiction and it has been observed that it is not effective at the metacognitive awareness level.

Keywords: metacognitive awareness, academic achievement, smartphone addiction, academic achievement, nursing students

Sorumlu Yazar:

Adı Soyadı: Arş. Gör. Ayşe SÜLÜN

Adres İnönü Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Malatya, Türkiye

e-mail: aysearic09@gmail.com

* Arş. Gör., İnönü Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Malatya, Türkiye

** Doç. Dr., İnönü Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Malatya, Türkiye

*** Arş. Gör., İnönü Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Malatya, Türkiye

GİRİŞ

Akıllı telefonlar çok fazla fonksiyonu olan popüler kitle iletişim araçlarından biridir. Birçok özelliği ile bilgisayar gibi elektronik cihazların yerine kullanılmaktadır. ⁽¹⁾ Akıllı telefon ile bir kişiyi arayabilir, mail gönderebilir, oyun oynayabilir, video, fotoğraf paylaşabilir, internet ve sosyal ağlara erişim sağlayabilir, çevrimiçi bankacılık gibi faaliyetlere kadar birçok yaşamı kolaylaştıran etkinlik gerçekleştirilebilir. ⁽²⁾ Sunulan bu olanaklar ile akıllı telefonların kullanım alanları ve süreleri giderek artmaktadır. ⁽³⁾

Günümüzde tüm yaş gruplarında akıllı telefonlar yaşamın bir parçası haline gelmiştir. 2015 yılında tüm dünyada akıllı telefon kullanımının 1.5 milyarın üzerinde olduğu ⁽⁴⁾, 2016 yılında ise bu sayının 2.1 milyara ulaştığı düşünülmektedir. ⁽⁵⁾ 2019 yılında ise yaklaşık 2.5 milyar akıllı telefon kullanıcısının olduğu tahmin edilmektedir. Türkiye’de ise akıllı telefon kullanıcı oranının %98.7 olduğu rapor edilmektedir. ⁽⁵⁾ Bu durum akıllı telefon bağımlılığını gündeme getirmektedir.

Bağımlılık sadece madde kullanımına bağlı değil, ayrıca davranışsal bağımlılıklar olarak da görülmektedir. ⁽⁶⁾ Akıllı telefonlar, bireyi mutlu ve iyi hissettirmesi nedeni ile tercih edilebilir. ⁽²⁾ Bu yüzden bağımlılık oluşturma açısından risk taşımaktadırlar. Akıllı telefon bağımlılığı, akıllı telefonun sık ve aşırı kullanımına bağlı ortaya çıkan davranışsal bağımlılık türüdür. ⁽⁴⁾ Bu nedenle akıllı telefon bağımlılığı ile yakından ilişkili kavramlardan birisi kişinin bilişsel süreçlerinin kontrolü olan bilişötesi farkındalıktır. ⁽⁷⁾

Bilişötesi (Metacognition) kavramı, düşünme hakkında düşünme faaliyetleri olarak tanımlanmaktadır. ⁽⁸⁾ Flavell bilişötesi farkındalığı; kişinin kendi bilişsel süreçleri ve bu süreçlerle ilgili bilgi sahibi olması ve bu süreçlerin izlenerek sonuçlarının düzenlenmesi olarak ifade etmiş ve literatüre kazandırmıştır. ⁽⁹⁾ Karmaşık ve soyut bir kavram olan bilişötesi çok tanımlıdır. Bunun en önemli nedeni aynı kavrama işaret eden birçok

terimin (öz-düzenleme, öz-yeterlik, meta-kavrama, biliş, yansıtma, metaönsellik, motivasyon, eleştirel düşünme, bilişötesi, metakognitif bilgi, bilişsel farkındalık, üstbiliş, metabiliş, bilişüstü, bilişötesi farkındalık, metabellek, üstbilişsel inanç, üstbilişsel farkındalık) bulunmasıdır. ⁽¹⁰⁾

Bilişötesi farkındalık, bireyin içsel tepkilerini değiştirmesi, düzenlemesi, istenmeyen davranışları gerçekleştirme yeteneği olarak tanımlanmıştır. ⁽¹¹⁾ Bilişötesi farkındalık bireyin dürtülerini, hazlarını değiştirme yeteneği olarak da ifade edilebilir. ⁽⁸⁾ Bilişötesi farkındalık ile bireyler hazlarını erteleyip, dürtülerini baskılayabilmektedirler. ⁽⁸⁾ Bu durum sonucunda bağımlılık oluşması önlenemez. ⁽¹¹⁾ Diğer bir ifade ile bireylerin bilişötesi farkındalığının düşük olması bağımlılık açısından risk faktörü olabilir. ^(12,13)

Hemşirelik mesleği doğası gereği zorlayıcı ve yorucu olduğundan, hemşirelik öğrencilerinin lisans eğitimi süreci de duygusal ve fiziksel olarak zor olabilmektedir. Bu süreçte hangi stratejileri kullanabileceklerini bilmeleri önem arz etmektedir. ⁽¹⁴⁾ Bu nedenle hemşirelik eğitiminde öğrencilere bilişötesi farkındalık becerileri kazandırılması önerilmektedir. ⁽¹⁵⁾ Bilişötesi farkındalık becerilerinin kazandırılması için hemşirelik eğitiminde, öğrencilerin çoklu kavramların karşılaştırılması gibi (kavram haritası, bakım planı vb.) bilişötesi yönlerini geliştiren eğitim materyalleri sıklıkla kullanılmaktadır. ^(14,16) Bu çalışma hemşirelik birinci sınıf öğrencilerinin bilişötesi farkındalığının akıllı telefon bağımlılığı ve akademik başarı düzeylerine etkisini incelemeyi amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Tipi

Tanımlayıcı ve ilişki arayıcı çalışmanın evrenini Doğu Anadolu’da bulunan bir üniversitenin Hemşirelik Fakültesi birinci sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem seçimine gidilmemiştir. Verilerin toplandığı günlerde okulda bulunmayan ve bilgilendirme son-

rası çalışmayı kabul etmeyen öğrenciler örnekleme alınmamıştır. Bu nedenlerle araştırmanın örneklemini 107 öğrenci oluşturmuştur.

Veri toplama araçları

Araştırma verileri “Bilişötesi Farkındalık Envanteri (BFE)”, “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği- Kısa Formu (ATBÖ-KF)” ve “Tanıtıcı Özellikler Formu” kullanılarak toplanmıştır.

Tanıtıcı Özellikler Formu

Bu form öğrencilerin yaş, cinsiyet, anne ve baba eğitim durumu, gelir durumu, akademik başarı algısı gibi 13 sorudan oluşmaktadır.

Bilişötesi Farkındalık Envanteri (BFE)

Bilişötesi Farkındalık Envanteri (BFE), 1994 yılında Schraw ve Dennison tarafından tasarlanan ve test edilen beşli likert tipi ve 52 maddelik bir öz değerlendirme ölçeğidir. Bu ölçeğin Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışması Akın, Abacı ve Çetin (2007) tarafından yapılmıştır. Yetişkin ve ergenlere uygun olan bu envanter 15-20 dakikada doldurulabilmektedir. Alınabilecek en yüksek puan 260 iken en düşük puan ise 52'dir. Toplam puan, madde sayısı olan 52'ye bölüldüğünde kişinin bilişötesi farkındalık düzeyi ile ilgili değer ortaya çıkmaktadır. Burada bölme işlemi sonunda 2.5 puanın üzerinde alanların yüksek, düşük alanların düşük bilişötesi farkındalığa sahip olduğu ifade edilmektedir. Envanterin güvenilirlik katsayısı 0.95'tir. Bu çalışmadaki güvenilirlik katsayısı ise 0.87'dir.

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği- Kısa Form (ATBÖ-KF)

Kwon ve arkadaşları tarafından ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı riskini ölçmek için geliştirilen, 10 mad-

deden oluşan ve altılı likert dereceleme ile değerlendirilen ATBÖ-KF'nin Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik uyarlaması Noyan ve ark. (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçek maddeleri 1'den 6'ya doğru puanlandırılmıştır. Ölçek puanları 10-60 arasında değişmektedir. Testten elde edilen puan arttıkça bağımlılık için riskin arttığı değerlendirilmektedir. Türkçe ATBÖ-KF'nin Cronbach alfa katsayısı 0.867 olarak saptanmıştır, ölçeğin özgün formunun Cronbach alfa katsayısı ise 0.91'dir. Ölçeğin bizim çalışmamızdaki güvenilirlik katsayısı ise 0.90'dır.

Araştırmanın Analizi

Veriler; tanımlayıcı istatistikler (sayı- yüzde, ortalama, minimum-maksimum), ANOVA, spearman/pearson korelasyon testi ve regresyon analizi ile değerlendirilmiştir. İstatistiksel anlamlılık $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Bu araştırmaya katılan hemşirelik öğrencilerinin yaş ortalaması 19.23 ± 0.41 yıldır. Öğrencilerin %77.6'sının kadın, %78.5'inin gelir durumunun orta, %76.6'sının geniş aileye sahip olduğu, %60.8'inin büyükşehirde yaşadığı belirlenmiştir. Öğrencilerin annelerinin %37.4'ü ilkokul, babalarının ise %36.4'ü ilkokul mezunudur. Öğrencilerin %22.4'ü kendini akademik olarak başarılı algılarken, %65.4'ü kendini akademik olarak orta olarak değerlendirmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Öğrencilere ilişkin sosyodemografik bulgular

	Minimum	Maximum	Mean	Sd
Yaş	17	26	19.23	0.41
Baba Yaşı	36	67	49.55	7.54
Anne Yaşı	36	62	45.22	5.42
Cinsiyet		N		%
Kadın		83		77.6
Erkek		24		22.4
Gelir Durumu				
Düşük		13		12.1
Orta		84		78.5
İyi		10		8.4
Aile Tipi				
Geniş		82		76.6
Çekirdek		21		19.6
Tek Ebeveynli		4		3.8
Yaşanılan Yer				
Köy		13		12.1
Kasaba		5		4.7
İlçe		24		22.4
İl		65		60.8
Anne Eğitim Durumu				
Okur-Yazar Değil		28		26.2
İlkokul		40		37.4
Ortaokul		17		15.9
Lise		13		12.1
Lisans ve Lisansüstü		9		8.4
Baba Eğitim Durumu				
Okur-Yazar Değil		3		2.8
İlkokul		39		36.4
Ortaokul		17		15.9
Lise		25		23.4
Lisans ve Lisansüstü		22		21.5

Tablo 1. Öğrencilere ilişkin sosyodemografik bulgular (Devamı)

Akademik Başarı Algısı		
Başarılı	24	22.4
Orta Düzey	70	65.4
Başarısız	13	12.2
Mezun Olduğu Lise		
Anadolu Lisesi	87	81.2
Sağlık Meslek Lisesi	5	4.7
Düz Lise	5	4.7
Meslek Lisesi	10	9.4

Öğrencilerin BFE ve ATBÖ-KF puan ortalamaları karşılaştırıldığında; öğrencilerin gelir durumları, akademik başarıları ile ATBÖ-KF ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı, ancak gelir durumu yetersiz olan ve köyde yaşayan öğrencilerin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca akademik olarak kendini orta düzeyde başarılı kabul eden öğrencilerin de puan ortalamalarının yüksek olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşadığı yer ile BFE'nin toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki olduğu, ancak ATBÖ toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Akademik başarı algıları değişkeni açısından ise ATBÖ-KF ile BFE arasında bir fark bulunamamıştır (Tablo 2).

Tablo 2. Bazı değişkenler ile bilişötesi farkındalık ölçeği ve akıllı telefon bağımlılığı ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılması

Bilişötesi Farkındalık Ölçeği											Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği
N	Açıklayıcı Bilgi	Prosedürel Bilgi	Durumsal Bilgi	Planlama	İzleme	Değerlendirme	Hata Ayıklama	Bilgi Yönetme	Toplam Puan	Toplam Puan	
	Mean±Sd	Mean±Sd	Mean±Sd	Mean±Sd	Mean±Sd	Mean±Sd	Mean±Sd	Mean±Sd	Mean±Sd	Mean±Sd	
Gelir Durumu											
Yetersiz	13	30.69 ±6.142	15.92±2.46	18.07±3.59	28.00±2.85	30.38±4.90	22.15±3.10	18.76±2.80	34.38±3.90	198.38±26.19	28.30±10.56
Orta	84	29.42±7.34	14.45±5.53	18.95±5.73	23.92±4.77	27.55±5.78	21.39±4.27	18.05±3.65	18.05±3.65	186.43±33.72	28.10±11.17
İyi	10	29.300±2.98	14.70±2.54	17.30±3.19	25.20±3.19	29.00±4.33	20.00±4.61	17.50±3.10	17.50±3.10	185.80±20.62	27.50±10.00
F		1.48	0.53	0.59	0.72	1.25	0.47	0.65	0.57	1.38	0.77
p		0.96	0.90	0.89	0.78	0.21	0.97	0.82	0.93	0.15	0.79
Yaşanılan Yer											
Köy	13	30.30±4.95	14.69±2.81	19.76±3.08	24.53±4.87	28.00±6.08	23.00±4.69	18.30±3.17	32.76±5.41	192.91±30.97	30.92±12.86
Kasaba	5	29.00±4.00	13.80±2.38	19.00±3.39	23.60±3.57	27.50±2.38	22.25±2.87	16.40±2.19	31.80±4.38	188.66±16.25	23.40±6.54
İlçe	24	27.95±5.36	14.08±3.14	18.41±6.69	24.37±4.03	27.41±4.65	20.87±3.88	17.75±2.98	32.00±5.32	182.87±27.94	28.79±9.22
İl	65	30.00±7.87	14.87±6.07	18.51±5.30	24.57±4.91	28.18±5.98	21.09±4.24	18.28±3.84	32.64±6.41	188.17±34.12	27.50±11.41
F		0.32	0.46	0.50	0.83	1.19	0.47	0.45	0.49	16.85	0.62
p		0.99	0.94	0.94	0.66	0.26	0.96	0.95	0.97	0.00	0.93
Akademik Başarı Algısı											
Başarılı	24	31.16±5.38	15.33±2.49	20.95±6.32	26.12±4.08	30.00±4.78	21.75±5.12	18.70±3.82	33.79±4.88	197.83±27.51	26.37±9.69
Orta Düzey	70	29.35±7.38	14.67±5.84	18.28±4.95	24.37±4.54	27.89±5.68	21.41±3.82	18.01±3.62	32.64±6.19	187.22±32.84	28.90±11.65
Başarısız	13	27.76±6.40	13.30±3.70	16.69±3.96	22.53±5.67	20.30±4.19	17.38±1.89	19.03±3.48	29.53±5.48	172.46±29.90	26.76±8.85
F		0.88	1.16	1.57	1.35	1.16	159	0.82	1.22	0.97	1.01
p		0.62	0.31	0.08	0.17	0.30	0.07	0.64	0.24	0.55	0.46

Tablo 3'te görüldüğü gibi "BFE prosedürel bilgi alt boyutu ile ATBÖ-KF toplam puanı arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir

($r=0.107$, $p<0.05$). Ayrıca çalışmaya katılan öğrencilerin ATBÖ-KF toplam puanı ile BFE toplam puanı arasında ilişki olmadığı saptanmıştır (Tablo 3).

Tablo 3. Bilişötesi farkındalık ölçeği ile akıllı telefon bağımlılığı ölçeği arasındaki ilişki

		Bilişötesi Farkındalık Ölçeği								
Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği	Toplam Puan	Açıklayıcı Bilgi	Prosedürel Bilgi	Durumsal Bilgi	Planlama	İzleme	Değerlendirme	Hata Ayıklama	Bilgi Yönetme	Toplam Puan
		r	-0.117	0.107	-0.117	-0.082	-0.143	-0.070	-0.037	-0.123
p	0.231	0.004	0.229	0.402	0.146	0.477	0.702	0.206	0.222	

Bilişötesi farkındalık düzeyindeki değişimin akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkisini incelemek amacıyla çalışılan regresyon modeli anlamlı bulunmuştur ($F=3.38$ $p<0.05$). Bağımlı değişken olan akıllı telefon bağımlılığı düzeyini açıklamada bilişötesi farkındalık düzeyi bu model için önemli bir faktör olarak bulunmuştur. Regresyon (Beta) katsayısına ilişkin değerler ($t=-2.27$, $p<0.05$) istatistiksel olarak anlamlıdır. BFE artması

akıllı telefon bağımlılığını 0.22 ($\beta=-0.22$) kat azaltmaktadır. Bu modelde BFE değişkeni akıllı telefon bağımlılığındaki değişimin %6'sını ($R^2=0.06$) açıklamakla birlikte bu değer istatistiksel açıdan anlamlı bir katkı olduğunu söylemek mümkündür. Bilişötesi farkındalık düzeyindeki değişimin akademik başarı ile ilişkisini incelemek amacıyla oluşturulan model ise anlamlı bulunmamıştır ($p>0.05$) (Tablo 4).

Tablo 4. Bilişötesi farkındalık düzeyindeki değişimin akademik başarıyı ve akıllı telefon bağımlılığını yordaması

	B	SE	β	t	P	R	R^2
Sabit	-	12.80	-	-	-		
Akademik Başarı	-11.92	5.23	-0.11	-1.17	0.24	0.25	0.06
Akıllı Telefon Toplam Puanı	-0.32	0.28	-0.22	-2.27	0.02		
	F=3.38	p<0.05					

TARTIŞMA

Bireylerin bilişsel süreçlerinin farkında olması, haz ve dürtülerinin azaltılması ya da baskılanması gibi kontrol mekanizması olan bilişötesi farkındalık, öğrencilerin akıllı telefon bağımlılık durumları ve akademik başarılarında rol oynamaktadır. (12) Bu nedenle bu çalışmada bilişötesi farkındalık, akademik başarı, akıllı telefon

bağımlılığı kavramları üzerine odaklanılmıştır. Araştırma bulguları değerlendirildiğinde öğrencilerin gelir durumlarının akıllı telefon bağımlılık durumlarını ve bilişötesi farkındalıklarını etkilemediği tespit edilmiştir. Bakioğlu ve arkadaşları çalışmamıza benzer olarak günümüzde insanların gelir durumunun akıllı telefon sahibi olmalarını etkilemediğini saptamıştır. (17) Günümüzde tüm bireylerin akıllı telefona kolay bir şekilde sahip olmasından dolayı gelir durumunun akıllı telefon

bağımlılığını etkilemediği söylenebilir. Bilişötesi farkındalık ise soyut ve çok boyutlu bir kavram olduğu için pek çok faktörden etkilenilmektedir. Bilişötesi farkındalığın incelendiği çalışmalarda, demografik verilerin özellikle bilişötesi farkındalık durumu üzerine etkisinin incelenmesi yararlı olabilir.

Araştırmamızda köyde yaşadığını belirten öğrencilerin bilişötesi farkındalık puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum, köy hayatının bilinç farkındalığını olumlu yönde etkileyen olanakları daha çok sunmasından kaynaklanıyor olabileceği düşünülebilmekle beraber yaşanılan yer ve bilişötesi farkındalığı inceleyen çalışmalara rastlanılmamıştır.

Öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ile bilişötesi farkındalıkları arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmamızda, BFE prosedürel bilgi alt boyutu ile ATBÖ-KF toplam puanı arasında pozitif yönlü düşük düzeyde bir korelasyon tespit edilmiştir. Dos'un üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, çalışmamıza benzer olarak cep telefonu kullanımı ile bilişötesi farkındalık arasında ilişki olmadığı saptanmıştır. ⁽¹⁸⁾ Yapılan araştırmalarda bilişötesi farkındalık ile akıllı telefon bağımlılığının ilişkisi incelenmemiş, akıllı telefon bağımlılığı bağımsız bir kavram olarak ele alınmıştır. Bu nedenle her ne kadar bu iki puan arasında düşük bir ilişki olsa da, bu düşük ilişki oldukça önemlidir. Üniversite öğrencilerinin bilişötesi farkındalıklarının artırılması ve akıllı telefon kullanımı ile ilgili olumlu davranışlar geliştirmeleri yönünde desteklenmelidirler. ⁽¹⁹⁾

Bu çalışmada, öğrencilerin akademik başarı durumlarının akıllı telefon bağımlılık ve bilişötesi farkındalıklarını etkilemediği tespit edilmiştir. Bulgumuzun aksine Erdem ve arkadaşlarının üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada akıllı telefon kullanımından yoksun olma korkusu yaşayan öğrencilerin akademik başarı durumlarının kötü olduğu saptanmıştır. ⁽²⁰⁾ Bu duruma örneklemimizin sadece birinci sınıf öğrencilerinin olması sebep olabileceği ihtimal dahilinde görülmektedir.

Çalışmamızda bilişötesi farkındalık değişkeni akıllı telefon bağımlılığındaki değişimin %6'sını açıklamaktadır. Her ne kadar bu oran küçük olsa da, örneklem dikkate alındığında önemli sayılabilir. Bağımlılık ve bilişötesi farkındalık doğrudan ilişkili kavramlardır. Çünkü bilişötesi, bireylerin kendi duygu durumları ve düşüncelerinde farkındalık sahibi olmalarını sağlamaktadır. Çalışmamızın sonucu bu durumu kanıtlar niteliktedir. Bu kavramlara ilişkin çalışmalar incelendiğinde, akıllı telefon bağımlılığı üzerinde bilişötesi farkındalığın etkili olduğu bildirilmektedir. ^(7,12)

SONUÇ

Çalışma bilişötesi farkındalık, akademik başarı, akıllı telefon bağımlılığı kavramları üzerine odaklanmıştır. Çalışmada bilişötesi farkındalık değişkeni akıllı telefon bağımlılığındaki değişimin %6'sını açıklamaktadır. Bu oran örneklem dikkate alındığında oldukça önemlidir. Bulgulara bakıldığında öğrencilerin akademik başarı algılarının akıllı telefon bağımlılığı ve bilişötesi farkındalıklarında anlamlı bir fark oluşturmadığı görülmektedir. Bu sebeple ilerideki çalışmaların derinlemesine, nitel ve boyamsal çalışmalar yapılması önerilir.

KAYNAKLAR

1. Samaha M, Hawi NS. Computers in human behavior relationships among smartphone addiction , stress , academic performance , and satisfaction with life. *Comput Human Behav [Internet]*. 2016;57:321–5.
2. Sağır A, Eraslan H. Akıllı telefonların gençlerin gündelik hayatlarına etkisi: türkiye'de üniversite gençliği örneği. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Derg.* 2019; 2.
3. Kaeun K, George RM, Bahl S. Smart phone addiction and mindfulness: an intergenerational comparison. *Int J Pharm Healthc Mark.* 2018;12(1).
4. Bian M, Leung L. Linking loneliness , shyness , smartphone addiction symptoms , and patterns of smartphone use to social capital. *Soc Sci Comput Rev.* 2015;33(1):61–79.
5. Yıldız K, Ağaoğlu PM, Dineri Y, Beyoğlu E, Erdoğan A, Okyay RA. Üçüncü basamak bir çocuk ve ergen ruh sağlığı ve hastalıkları polikliniğine başvuran 11-17 yaş arası adölesanlarda akıllı telefon bağımlılığının değerlendirilmesi. *Kocaeli Med J.* 2019;8(3):34–40.

6. Kuang-Tsan C, Fu-Yuan H. Study on relationship among university students' life stress, smart mobile phone addiction, and life satisfaction. *J Adult Dev.* 2017;24(2):109–18.
7. Yüksel M. Akıllı telefon bağımlılığını azaltmaya yönelik bilinçli farkındalık temelli tasarım. *Tasarım Enformatiği.* 2020;01(02):67–75.
8. Schraw G, Dennison RS. Assessing metacognitive awareness. Vol. 19, *Contemporary Educational Psychology.* 1994. p. 460–75.
9. John H Flavell. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *Am Psychol.* 1979;34(10):906–11.
10. Hamonniere T, Varescon I. Implication of metacognitive beliefs in addictive behavior: Current knowledge. *J Ther Comport Cogn.* 2018 Jun 1;28(2):80–92.
11. Wilcockson TDW, Mcelhatton CM, Fawcett AJ, The likelihood of substance abuse for dyslexics may be influenced by socioeconomic background and metacognition. [cited 2019 Dec 11]; Available from: <https://doi.org/10.1007/s11469-018-0044-0>
12. Kaymaz E, Şakiroğlu M. Bilinçli farkındalık ve bilişsel esnekliğin problemlı akıllı telefon kullanım üzerindeki etkisi: Öz-kontrolün aracı rolü. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sos Bilim Derg.* 2020;21(38):79–108.
13. Spada MM, Caselli G, Nikčević A V, Wells A. Metacognition in addictive behaviors. 2014.
14. Çıkrıkçı Ö, Gençdoğan B. Ergenlerde bilişötesi becerilerin eğitsel strese etkisi : yapısal eşitlik modellemesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehb Derg.* 2015;5(44):61–71.
15. Gözüm S, Bağ B. Etkin sağlık eğitiminde sosyal bilişsel öğrenme kuramının kullanımı. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilim Derg [Internet].* 2010 Feb 17 [cited 2018 Oct 30];1(2).
16. Safari Y, Meskini H. The effect of metacognitive instruction on problem solving skills in Iranian students of health sciences. *Glob J Health Sci.* 2016;8(1):150–6.
17. Bakioğlu B, Küçükaydin MA, Karamustafaoğlu O. Öğretmen adaylarının bilişötesi farkındalık düzeyi, problem çözme becerileri ve teknoloji tutumlarının incelenmesi. *Trak Üniversitesi Eğitim Fakültesi Derg.* 2015;5(1):22–33.
18. Dos B. The relationship between mobile phone use, metacognitive awareness and academic achievement. *European Journal of Educational Research.* 2014;3(4):192-200.
19. Tambağ H. Hatay sağlık yüksekokul öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimi davranışları ve etkileyen faktörler. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi.* 2011;18(2):47-58.
20. Erdem H., Kalkın G., Türen U.& Deniz M. Üniversite öğrencilerinde mobil telefon yoksunluğu korkusunun akademik başarıya etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi.* 2016;21(3).