

Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Telefonsuz Kalma Korkusu Türkay Nuri TOK¹, Özgür ÖZGÜRAY² & Ayşegül ÖZGÜRAY³

Nomophobia of Teachers and School Administrators

Abstract

The aim of this study is to determine the levels of fear of being without a telephone (nomophobia) among teachers and school administrators. In this study, the relational survey model was used, which is one of the quantitative research methods. The population of the study comprised 678 administrators and 5800 teachers working in public schools in Denizli province. The sample was determined using the convenience sampling method. Convenience sampling offers a quick and practical approach to research. The sample consisted of 394 education professionals, including 308 teachers and 86 administrators. In the study, "The Nomophobia Questionnaire" developed by Yıldırım and Correia (2015) and adapted into Turkish by Yıldırım, Şumuer, Adnan and Yıldırım (2016) was used. The scale consists of 20 items. Prior to conducting the analyses, it was assessed whether the data exhibited a normal distribution. The data were determined to be normally distributed and parametric tests were used in the analyses. Upon analysis of teachers' and school administrators' fear levels regarding being without a telephone, it is evident that they experience "a moderate" level of fear. In the sub-dimensions of Not Being Able to Communicate, Not Being Able to Access Information, and Giving Up Convenience, it was determined that they also experienced nomophobia at "moderate" level. They only experience a "mild" level of fear in the dimension of Losing Connectedness. There is no significant difference in nomophobia levels between school administrators and teachers based on their duties. It found that those that were female, younger, less experienced and more familiar with social media are more likely to experience nomophobia. It has been observed that individuals who use their phones more frequently on a daily basis, as well as those with postgraduate degrees, experience this fear to a greater extent than others. To reduce or eliminate these fears, people can get away from their phone and do activities such as reading, sports, meditation, yoga, art or music. It is seen that the studies conducted in the literature are generally on young people and students. Therefore, research on different age and occupational groups can be a contribution to the field. Furthermore, it is possible to investigate the correlation between the levels of nomophobia among teachers and administrators and their work productivity, performance, general cynicism levels, and social well-being.

Keywords: Phone addiction, nomophobia, school principals, teachers

Özet

Bu araştırmanın amacı, öğretmen ve okul yöneticilerinin telefonsuz kalma korku (nomofobi) düzeylerini ortaya çıkarmaktır. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evreni, Denizli ilinde resmi okullarda görev yapan 678 yönetici ve 5800 öğretmenden oluşmaktadır. Örneklemenin belirlenmesinde kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi seçilmiştir. Kolay ulaşılabilir durum örnekleme, araştırmaya hız ve pratiklik kazandırır. 308 öğretmen ve 86 yönetici olmak üzere toplam 394 eğitim çalışanı araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırmada Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen; Yıldırım, Şumuer, Adnan ve Yıldırım (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Nomofobi Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Analizlere geçilmeden verilerin normal dağılım gösterip göstermediği test edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüş ve analizlerde parametrik testler kullanılmıştır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin telefonsuz kalma korku düzeylerine genel anlamda bakıldığında "orta" seviyede

¹ Prof. Dr., İzmir Demokrasi University, Faculty of Education. Responsible Author: turkaytok@gmail.com, 0000-0002-2569-0576

² Sakarya Ortaokulu Okul Müdürü, ozgurozguray@gmail.com, 0000-0001-8772-7736

³ Azime Orhan Galip Demir Anaokulu öğretmeni, aysegulozguray20@gmail.com, 0000-0002-2117-1592

Article/Makalenin; Submission Date / Gönderilme Tarihi: 03 March/Mart 2023

Revised Date / Hakem Atama: 29 April/Nisan 2023

Accepted Date/ Kabul Tarihi: 03 December/Aralık 2023

korkularının olduğu görülmektedir. Alt boyutlardan İletişim Kuramama, Bilgiye Erişememe ve Rahatlıktan Feragat Etme boyutlarında da yine “orta” düzeyde nomofobi yaşadıkları belirlenmiştir. Sadece Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda “hafif” düzeyde korku yaşamaktadırlar. Okul yöneticileri ve öğretmenlerin nomofobi düzeyleri, yaptıkları göreve göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Katılımcılardan kadınlar, gençler, meslekteki görev süresi az olanlar ve daha fazla sosyal ağ kullananlar daha fazla nomofobi yaşamaktadırlar. Ayrıca, telefonu günlük olarak daha çok kullananların ve lisansüstü mezunu olanların da yine bu korkuyu diğerlerine göre daha fazla yaşadıkları görülmektedir. Katılımcılar, bu korkularını azaltabilmek ya da tamamen ortadan kaldırabilmek için, telefonlardan uzak ortamlarda kitap okuma, spor, meditasyon, yoga, sanat, müzik ya da farklı ilgi alanlarına yönelebilirler. Alanyazında yapılan çalışmaların genellikle gençler ve öğrenciler üzerinde olduğu görülmektedir. Dolayısıyla farklı yaş ve meslek grupları üzerinde araştırmalar yapılması alana katkı sağlayabilir. Ayrıca öğretmen ve yöneticilerin nomofobi düzeyleri ile işteki verimi, çalışma performansları, genel sinizm düzeyleri ve sosyal iyilik hali ile arasındaki ilişkiler araştırılabilir.

Anahtar Kelimeler: Telefon bağımlılığı, telefonsuz kalma korkusu, okul yöneticileri, öğretmenler

Problem Statement

The fact that smart phones are multifunctional and catering to their intended use has caused unnecessary usage, deterioration of the daily life, a rise in social and psychological problems, and emergence as a type of addiction. Given that addiction is defined as "the inability to stop using or control a substance or a behavior", it can be stated that mobile phone addiction is a common type of addiction, it is becoming increasingly widespread and reaching a peak. This condition of addiction leads to the uncontrolled and unconscious use of mobile phones, which should be used as a tool in need, resulting in a way that effects the daily life and becoming a prisoner of the mobile phone. Due to the addiction to mobile phones, they have overtaken the center of life, their absence has become a cause of anxiety and has formed the basis of many social and psychological disorders. From this point forth, it has been revealed in researches that in addition to the benefits of mobile phones; excessive, unconscious and excursive usage affects the biological, physiological, psychological and social development of the user in a negative way.

It is seen that a large number of researches have been completed both in Turkey and abroad in recent years around the topic of nomophobia. The researches are mainly based on adolescent, high school and university students, where mobile phone usage is quite common. Although there have been many studies on this subject in recent years, very few studies have been found on education staff. Just like everyone else, cell phones are used very often both by teachers and school administrators. Therefore, it might be crucial to determine the level of their fear of being without a phone (nomophobia). Owing to the limited number of researches carried out on this subject, it is expected that this research done by us will contribute to the literature.

Aim of the research

The aim of the study is to reveal the fear of being without a phone in teachers and school administrators and to determine whether these fears differ depending on individual variables. In this context, answers to the following questions were sought:

1. What is the level of school administrators and teachers' fear of being without a phone?
2. Do school administrators and teachers' fear levels of being without a phone differ depending on individual variables?

Method

In this study, the relational screening method, one of the quantitative research methods, was used. The screening model is the whole of the processes applied for describing a past or present situation as it exists, the realization of learning and the development of desired behaviors in the individual.

The universe of this research consists of 678 administrators and 5800 teachers working in official schools and institutions in Denizli province, Merkezefendi and Pamukkale districts. Convenience sampling method was chosen to determine the sample. Thanks to this sampling method, a total of 394 education employees, including 308 teachers and 86 administrators, were reached.

To collect data on the nomophobia levels of teachers and school administrators; The “Nomophobia Scale” which was developed by Yıldırım and Correia (2015) was used. This scale was adapted into Turkish by Yıldırım, Şumuer, Adnan, and Yıldırım in the year of 2016.

While determining the perception levels of school administrators and teachers regarding the fear of being without a phone, the arithmetic mean and standard deviations were examined. Independent samples t-test was used to examine the nomophobia levels of the participants depending on their gender and education level. Lastly, one-way analysis of variance (one-way ANOVA) method was used to examine according to their age, seniority, number of social networks used, time spent on the phone daily, and job description.

Results

It was found that the fear levels of teachers and school administrators of being without a phone are at the "moderate" level. The reason why nomophobia levels were not high in the study might be in accordance with the high level of education and awareness of school administrators and teachers and their high competencies of self-conscious usage.

Although it was observed that school administrators and teachers' fear levels of being without a phone did not differ depending on their job description, it was found that in some sub-dimension and “general” perceptions of nomophobia were higher in women according to their genders.

Judging from the level of fear of being without a phone depending on the age of the participants, it was determined that in some dimensions and in the "general" perception of nomophobia, the younger ones had a higher level of fear of being without a phone compared to the others. Studies have shown that there is an inverse and significant relationship between age and nomophobia, to make it clear, the duration of phone use and the level of nomophobia in adults decrease compared to young people.

It is seen that school administrators and teachers with less years of service in the profession have more fear of being without a mobile phone than those with 26 years of service or more. In other words, younger participants are more dependent on mobile phones. The result shows that the findings of tenure and age are similar. As the age and tenure increase, the fear of being without a telephone also increases. Young participants perform many tasks such as internet shopping, banking, accessing news and information, using social media, playing online games, communication, paying bills, etc. Therefore, being without a phone can be seen as a much bigger problem for them.

School administrators and teachers' fear levels of being without a phone vary depending on the number of social networks they use, all dimensions and general nomophobia perceptions. The fear of being without a phone was higher for those with a large number of social networks than those with a small number of social networks. This situation shows that those with more social networks experience more fear of being without a phone than those with a small number of social networks.

School administrators and teachers' fear levels of being without a phone show differences in all dimensions and general nomophobia perceptions depending on the daily time they spend on the phone. Those who had a lot of daily time on the phone had higher fear levels of being without a phone than those who had less.

School administrators and teachers' fear levels of being without a phone vary depending on their education level. Administrators and teachers who have graduate degrees in the dimension of “inability to access information” have more fear of being without a phone than who have masters degrees. This may rely on the fact that masters graduates are more prone to develop themselves than other participants, or they want to devote more time to research and examination in their fields of interest. The easiest and shortest way to meet these needs in any environment is the mobile phone, so staying away from the phone can lead to a trauma for them. All these reasons may have caused masters graduates to experience more fear in the dimension of "inability to access information".

In the study, it was concluded that the participants' fear of being without a phone was at the "moderate" level. In order to decrease or completely eliminate the fear of being without a phone, it can be suggested that the participants converge to reading books, sports, meditation, yoga, art, music or other interests away from phones.

Giriş

İletişim; insanların en temel gereksinimlerinden biri olmakla birlikte zaman ve süreç içinde güvencinler, mektuplar, mors alfabesi, telgraf, telefonlar derken teknolojik araçların gelişmesiyle kullanılan araçlar da değişiklik göstermiştir. Günümüzde bu araçların başında cep telefonu gelmektedir. İletişim teknolojilerinde gerçekleşen bu ilerlemelerle çeşitli sistemlerdeki bilgiye anlık erişim imkanı elde edilmiştir. Özellikle 21. yy'da yaşanan gelişmelerle kullanım olanağı elde edilen mobil iletişim araçlarının yaygınlaşması iletişimde köklü

değişiklikler yaratmıştır. İletişimde mobil telefonların gelişmesi ve yaygınlaşmasıyla bunların kullanımının yaygınlaşmasına imkan veren alt yapı hizmetlerinin sunulması cep telefonlarının hem iletişim hem de çok fonksiyonlu kullanımını sağlamıştır (Kayabaş, 2013; Sarıbay ve Durgun, 2019). İletişimde GSM sisteminin ticari olarak yaygınlaşması cep telefonlarının hem fonksiyon hem boyut, hem de donanım olarak çeşitlenmesi ve gelişmesini sağlamıştır. Türkiye’de 1994 yılından beri hızla cep telefonu kullanımının arttığı görülmektedir. Cep telefonu kullanımının yaygınlaşmasının nedeni, sadece mobil iletişim sağlaması olarak görülemez. Cep telefonu kullanımının yaygınlaşmasında, bu telefonların çok fonksiyonlu olarak kullanılabilmesi, internet erişiminin olması, telefonda olan çeşitli uygulamalarla hayatı kolaylaştırması, sosyal medya kullanımı, alışveriş yapabilmek gibi pek çok imkanın sunulması önemli etken olmuştur. Cep telefonu olarak akıllı telefonların çıkması, kullanımının kolay olması, uygulamalarla kişiselleştirilebilmesi, kamera ve diğer donanım özelliklerinin çok iyi derecede olması hem kullanımının yaygınlaşmasına hem de çok fonksiyonlu kullanılmasını sağlamıştır.

Cep telefonu kullanımının aşırı boyutlara gelmesi, bağımlılığın bir türü olması, telefonsuz kalma korkusu, günlük yaşam akışının sekteye uğraması, diğer iş ve işlemlerde sorunlar yaşanması gibi nedenler sıklıkla yaşanır hale gelmiş durumdadır (Günlü ve Uz, 2020; Hoşgör, 2020). Bu durumlarda aile içi sorunlardan iş ve çalışma yaşamında sorunlara, sosyal kişilik bozukluklarından psikolojik problemlere kadar birçok sorunlar yaşanmaktadır. Eğitim çalışanlarının da bu sorunlardan uzak olduklarını söylemek oldukça güçtür. Okul whatsapp gruplarından, sosyal medya kullanımına, web ve internet içeriklerinin kullanımından derslerde teknolojinin kullanımına kadar özel ve çalışma yaşamında telefon kullanımlarının yaygın olduğu söylenebilir. Bu noktada telefonu kullanırken esiri olma ya da olmama konusu belirleyicidir. Bundan dolayı öğretmen ve okul yöneticilerinin telefonsuz kalma korkularının olup olmadığı, varsa hangi düzeylerde olduğu bu çalışmanın konusu olarak ele alınmıştır.

Telefonsuz Kalma Korkusu / Nomofobi

Akıllı telefonların çok fonksiyonlu olması ve kullanım amaçlarına hitap etmesi ihtiyaç dışı kullanıma, olağan hayatın seyrinin sekteye uğramasına, sosyal ve psikolojik sorunların artmasına ve bağımlılığın bir türü olarak ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bağımlılığın “bir madde ya da davranışı kullanmayı bırakamama veya kontrol edememe” (Günüç ve Kayri, 2010) şeklinde tanımlandığı göz önüne alındığında cep telefonu bağımlılığının yaygın bir bağımlılık türü olduğu, giderek yaygınlaştığı ve tepe noktaya çıktığı söylenebilir (Çakır ve Kuzucu, 2019, s.184).

Bu bağımlılık durumu, araç olarak ihtiyaç kadar kullanılması gereken cep telefonlarının kontrolsüz ve bilinçsiz biçimde hayatın olağan seyrini bozacak şekilde ve cep telefonunun esiri olacak biçimde kullanılmasına neden olmaktadır. Cep telefonları bağımlılığıyla cep telefonu yaşamın tam merkezine yerleşmiş, yokluğu endişe-kaygı sebebi olmuş, pek çok sosyal ve psikolojik rahatsızlıkların temelini oluşturmuştur. Bu açıdan ele alındığında cep telefonlarının faydalarının yanında fazla, bilinçsiz ve düzensiz kullanılmasıyla kullanıcıyı biyolojik, fizyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan gelişmesine olumsuz etki ettiği araştırmalarda ortaya konulmuştur (Ulutaş, Çilli, Aydın, Muratdağı ve Ekerbiçer, 2020).

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK)’nun “Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması” sonuçları Türkiye’de internet kullanımının 16-74 yaş aralığında 2017’de % 66,8; 2018’de % 72,9 olduğunu göstermektedir (TÜİK, 2018, www.tuik.gov.tr). 2019’da % 81,8 ve 2020’de % 79,0 olduğu görülmüştür (TÜİK, 2020, www.tuik.gov.tr). Yine 2021’de % 82,6 iken bu oran 2022’de % 85,0 olarak tespit edilmiştir (TÜİK, 2022, www.tuik.gov.tr). İnternet kullanımının yaygın olarak daha çok cep telefonu kullanımıyla olduğu bilinmektedir.

Digital in 2018 in Western Asia araştırmasında, Türkiye’de cep telefonu kullanım oranı % 98 iken, akıllı telefon kullanım oranı % 77’dir (www.slideshare.net, 2018). The Deloitte Times araştırmasında Türkiye’de akıllı telefon kullananların 1 günde telefonlarına bakma sayısının Avrupa ortalamasına göre 1,5 katından fazla olduğu belirtilmektedir (The Deloitte Times, 2018). Bu da oldukça yüksek bir orandır.

Akıllı telefon bağımlılığı, “akıllı telefonların aşırı ve kontrolsüz kullanılarak kullanıcıların sosyal ilişkilerine zarar veren bir bağımlılık türü” şeklinde ifade edilmektedir (Fidan, 2016; Çakır ve Kuzucu, 2019). Nomofobi kavramıyla açıklanan akıllı/mobil telefon bağımlılığı modern dünyanın fobisi olarak görülmektedir. Nomofobi; kişinin, akıllı ya da mobil cihaza erişemediğinde ya da cep telefonu kullanmadığı veya bunları kullanamayarak iletişim kuramaması neticesinde korku/endişe duymasıdır (King, Valença, Silva, Baczynski, Carvalho ve Nardi, 2013). İngilizce olarak “nomophobia” ve Türkçe olarak “nomofobi” kavramı kısaca “akıllı telefonsuz kalma korkusu”dur (Akman, 2019). Nomofobi maruzu kişiler telefona erişilemediğinde, kapsama alanından çıktığında, internet erişimi olmadığında ya da telefonunu unuttuğunda; endişe/kaygı, sınırlı olma gibi olumsuz psikolojik sorunlar yaşamaktadırlar (Büyükçolpan, 2019; Akıllı ve Gezgın, 2016; Bragazzi ve Del Puente, 2014). Aşırı ve bilinçsiz akıllı telefon kullanımının endişe/kaygı gibi sosyo-psikolojik sorunları arttırdığı ve bu bağımlılığın artmasıyla bu ve benzer sorunların arttığı araştırmalarda görülmektedir (Akbal, 2018; Yılmaz, Şar ve Civan, 2015; Demirci, Akgönül ve Akpınar, 2015). Araştırmalarda bağımlılığın ilerleyen süreçlerinde kişinin

yanında telefon olmasına rağmen benzer korku ve endişeyi yaşamayı sürdürmesi şeklinde de kendini gösterebilmektedir (Gezgin, Hamutoğlu, Gültekin ve Yıldırım, 2019).

Nomofobi konusunda son yıllarda gerek yurtdışında gerekse Türkiye’de çok fazla sayıda araştırmanın yapıldığı görülmektedir. Yapılan çalışmalar daha çok, cep telefonu kullanımının da yaygın olduğu ergenlik döneminde olanlar ile lise ve üniversite öğrencileri üzerinedir (Gezgin ve Çakır, 2016; Gezgin, Çakır ve Yıldırım, 2018; Eren, Kılıç, Günel, Kırçalı, Öznacar ve Topuzoğlu, 2020; Buctot, Kim ve Kim, 2020). Bu çalışmalardan Gezgin, Hatumoğlu, Sezen-Gültekin ve Ayaş (2018) ve Yıldız Durak (2018) tarafından yapılan çalışmalarda, ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ve nomofobi düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırmalar sonucunda akıllı telefon bağımlılığıyla nomofobi arasında pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Buctot, Kim ve Kim (2020) de ergenlerin nomofobi ve akıllı telefon bağımlılığıyla, yaşam tarzı arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırmada nomofobi düzeyi yüksek olanların bağımlılık düzeylerinin de yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca nomofobi ve akıllı telefon bağımlılığı, ergenlerin yaşam tarzının önemli yordayıcıları olarak tespit edilmiştir. Yine ergenler üzerinde Yılmaz, Şar ve Civan, (2015) ve Louraglı ve diğerleri (2018) tarafından, mobil telefon bağımlılığı konusunda yapılan çalışmaların yanı sıra, X, Y ve Z kuşağında nomofobi konusunda yapılan çalışmalar (Bak, 2019) da bulunmaktadır. Önal’ın (2019) çalışmasında öğrencilerin geneli, akıllı telefonlarının kapanması, bataryalarının ya da internetlerinin bitmesi halinde tedirgin, gergin, stresli ve üzgün olduklarını; akıllı telefonlarının kendileri için hayati öneme sahip olduğunu ve telefonları olmadığında hayatın kaybı olduğunu veya olumsuz duygular yaşadıklarını belirtmişlerdir. Yine Lin, Griffiths ve Pakpour (2018) tarafından yapılan araştırmada lise öğrencilerinin orta seviyede nomofobiye sahip olduğu, cep telefonu kullanımının kaygı ile yüksek, stresle orta düzeyde ilişkisi olduğu saptanmıştır.

Gezgin ve Çakır (2016) lise öğrencilerinin en fazla sosyal medya kullanımı, müzik dinleme ve iletişim kurma amaçlı telefon kullandıkları görülmüştür. Hoşgör, Taşkın Tandoğan, Gündüz Hoşgör’ün (2017) çalışmasında lise öğrencilerinin nomofobi düzeyinin günlük akıllı telefon kullanımı ve okul başarılarına etkileri araştırılmıştır. Gezgin, Çakır ve Yıldırım (2018) tarafından yapılan çalışmada lise öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin ortalamasının üstünde olduğu, problemlerle internet kullanımıyla nomofobi arasında orta düzeyli pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Kız öğrencilerin daha fazla nomofobik davranışlar sergiledikleri, akıllı telefon kullanma ve internet kullanım süresi arttıkça nomofobik davranış riskinin arttığı görülmüştür. Öğrencilerin telefonlarını genellikle “sosyal medya kullanımı, müzik dinleme, iletişim, fotoğraf paylaşma veya görüntüleme” amaçlarla kullandıkları tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin telefon bağımlılığı ile akademik başarı, sosyal fobi, yalnızlaşma, kaygı, anksiyete, depresyon, yaşam kalitesi gibi farklı değişkenler arasındaki ilişkilerin ele alındığı birçok çalışmaya rastlanmaktadır (Demirci, Akgönül ve Akpınar, 2015; Akıllı ve Gezgin, 2016; Kaplan Akıllı ve Mertkan Gezgin, 2016; Yıldırım, Sumuer, Adnan ve Yıldırım, 2016; Türen, Erdem ve Kalkın, 2017; Konan, Durmuş, Ağiroğlu Bakır ve Türkoğlu, 2018; Konan, Durmuş, Türkoğlu ve Ağiroğlu Bakır, 2018; Yorulmaz, Kıracı, Sabırlı, 2018; Yılmaz, Köse ve Doğru, 2018; Akman, 2019; Apak ve Yaman, 2019; Büyükçolpan, 2019; Çakır ve Kuzucu, 2019; Gezgin, Hamutoğlu, Gültekin ve Yıldırım, 2019; Konan ve Çelik, 2019a; Konan ve Çelik, 2019b; Atılgan, 2020; Gürol, Apay Özdemir, Güven, 2020; Ulutaş, Çilli, Muratdağı ve Ekerbiçer, 2020; Hoşgör, Özsvran, Ayyıldız, 2022). Bu çalışmaların birinde Özsvran ve Ayyıldız (2022), üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin %54.2’sinin orta, %19.8’inin aşırı düzeyde olduğunu tespit etmiştir. Bunun yanında “cinsiyet, akıllı telefonu günlük kontrol etme sıklığı, şarj aletini yanında bulundurma, uyanınca hemen akıllı telefonu kontrol etmeye göre nomofobi ve bazı alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yorulmaz, Kıracı ve Sabırlı (2018) üniversite öğrencilerinde uyku erteleme ve telefon bağımlılığı ilişkisinin güçlü olduğunu ve telefon bağımlılığının artmasının uyku ertelemeyi arttırdığı sonucuna ulaşmıştır. Üniversite öğrencileri ile ilgili bir diğer çalışmada (Kara, Baytemir ve İnceman-Kara, 2019) ergenlerin telefon kullanım sürelerinin artmasıyla kendilerini daha yalnız ve daha kaygılı hissettikleri bunun da nomofobi düzeylerini arttırdığı ortaya konulmuştur. Ayrıca, işletme (Demirci, Kılıç ve Özhasar, 2021; Celep ve Çorumlu, 2022), sağlık (Hoşgör, Taşkın Tandoğan ve Gündüz Hoşgör, 2017; Demirel ve Sarıkoç, 2022) alanında, üniversite idari personellerinin nomofobi, yaşam doyumu ve iş performansları (Kıyak ve Orhan, 2022), sanal ortamlara bağımlılık, sosyal fobi (King, Valença, Silva, Baczynski, Carvalho ve Nardi, 2013), internet, akıllı telefon ve sosyal ağların yoksunluğu ya da bunlardan yoksun kalma düşüncesinin insanlarda ne tür korkular oluşturduğu (Sarıbay ve Durgun, 2020) gibi farklı sektör ve alanlarda yapılan çeşitli çalışmalara rastlamak mümkündür.

Yukarıda da belirtildiği gibi son yıllarda bu konuda çok sayıda araştırma yapılmış olmasına rağmen eğitim işgörenleriyle ilgili yapılan çok az sayıda çalışmaya rastlanılmıştır. Yapılan bir çalışmada öğretmenlerin nomofobi düzeyleri, demografik özelliklerine ve akıllı telefon kullanım alışkanlıklarına göre ele alınmıştır (Yıldız, Çengel ve Alkan, 2020). Ekşi (2020) tarafından yapılan çalışmada, öğretmenlerin nomofobi ve örgütsel hafıza düzeyleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Arslan, Tozkoparan ve Kurt’un (2019) öğretmenlerle yaptıkları çalışmada mobil telefon yoksunluğu korkuları ve gelişmeleri kaçırma korkuları çeşitli değişkenlere göre incelenmiştir. Gezgin, Hamutoğlu, Başarmak ve Dağlı’nın (2020) çalışmasında ise, akıllı telefon kullanım becerisi bağlamında okul

öncesi öğretmenlerinin nomofobi eğilimleri üzerinde durulmuştur. Ancak yapılan alanyazın taramasında nomofobi konusunda okul yöneticilerinin durumunu ortaya koyan herhangi bir çalışmaya ulaşılamamıştır.

Çağın hızına ayak uydurabilmek, gelişmeleri yakından takip edebilmek, aynı zamanda iletişim konusunda en önemli araçlardan biri olan cep telefonlarının birçok yararının yanısıra birçok olumsuzlukları da bulunmaktadır. Cep telefonları herkes gibi gerek öğretmenler gerekse okul yöneticileri tarafından çok sıklıkla kullanılmaktadır. Dolayısıyla onların da nomofobi/telefonsuz kalma korkularının hangi düzeylerde olduğunu saptamak önemli olabilir. Bu konuda yapılan çalışmaların sınırlı sayıda olması nedeniyle tarafımızdan yapılan bu araştırmanın alanyazına katkı sağlaması umulmaktadır.

Araştırmanın amacı öğretmen ve okul yöneticilerinin telefonsuz kalma korkusunun ortaya çıkarılması ve bu korkularının kişisel değişkenlere göre değişiklik gösterip göstermediğinin tespit edilmesidir. Bu çerçevede aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

1. Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korkuları ne düzeydedir?
2. Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku düzeyleri kişisel değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da günümüzdeki bir durumu var olduğu şekliyle betimleyen, öğrenmenin gerçekleşmesi ve bireyde istenen davranışların gelişmesi için uygulanan süreçlerin tümüdür. Genel tarama modelleri, çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile, evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örnekleme üzerinden yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 2011). Bu çalışmada da Denizli ili Merkezefendi ve Pamukkale ilçesindeki resmi okul ve kurumlarda görev yapan öğretmen ve okul yöneticilerinden elde edilen verilerin analizi ile genel bir yargıya varmak amaçlanmıştır.

Evren ve Örneklem

Evren, Denizli ili Merkezefendi ve Pamukkale ilçesinde resmi okul ve kurumlarda görev yapan 678 yönetici ve 5800 öğretmenden oluşmaktadır. Örneklem belirlenmesinde kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi seçilmiştir. Kolay ulaşılabilir durum örnekleme, araştırmaya hız ve pratiklik kazandırır. Araştırmacı yakın olan ve erişilmesi kolay olan bir durumu seçer. Genellikle araştırmacının diğer örnekleme yöntemlerini kullanma olanağının bulunmadığı durumlarda kullanılır (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Bu örneklem seçme yöntemiyle 308 öğretmen ve 86 yönetici olmak üzere toplam 394 eğitim çalışanına ulaşılmıştır. Katılımcılara ilişkin veriler Tablo 2’de yer almaktadır.

Tablo 1.

Araştırmanın Katılımcılarının Kişisel Özellikleri

		<i>f</i>	<i>Yüzde (%)</i>
Cinsiyet	Kadın	239	60,7
	Erkek	155	39,3
Yaş	26-35	61	15,5
	36-40	94	23,9
	41-45	99	25,1
	46-50	62	15,7
	51 ve üstü	78	19,8
Kıdem	1-10 yıl	53	13,5
	11-15 yıl	83	21,1
	16-20 yıl	90	22,8
	21-25 yıl	89	22,6
	26 yıl ve üzeri	79	20,1

Kullandığı Sosyal Ağ Sayısı	1	57	14,5
	2	115	29,2
	3	135	34,3
	4	51	12,9
	5 ve üzeri	36	9,1
Günlük Telefonda Geçirilen Süre	1 saat ve altı	80	20,3
	2 saat	134	34,0
	3 saat	72	18,3
	4 saat	46	11,7
	5 saat ve üstü	62	15,7
Görev	Okul Müdürü	45	11,4
	Müdür Yardımcısı	41	10,4
	Öğretmen	308	78,2
Öğrenim Düzeyi	Lisans	255	64,7
	Lisansüstü	139	35,3

Tablo 1’de görüldüğü gibi katılımcı eğitim çalışanlarının büyük oranda kadınlardan oluştuğu (% 60,7), yaş aralıklarının % 25,1 oranla 41-45 ve % 23,9 oranla 36-40 aralığında olduğu ve orta yaş grubunun yoğun olduğu görülmektedir. Kıdem olarak % 22,8 oranla 16-20 yıl, % 22,6 oranla 21-25 yıl ve % 21,1 oranla 11-15 yıl aralığındakiler yoğundur. Eğitimcilerin % 34,3’ü 3 sosyal ağ kullanırken % 29,2’si 2 sosyal ağ ve % 9,1’i ise 5 ve üzerinde sosyal ağ kullanmaktadır. Telefonda günlük geçirilen süre dağılımının % 34,0 oranla 2 saat, % 20,3’ünün 1 saat ve altında, % 18,3’ünün 3 saat, % 15,7’sinin 5 saat ve üstünde ve 11,7’sinin ise 4 saat olduğu saptanmıştır. Katılımcıların % 78,2’si öğretmen, % 11,4’ü okul müdürü ve % 10,4’ü müdür yardımcısı olarak görev yapmaktadır. Katılımcıların öğrenim düzeyi dağılımının ise % 64,7’sinin lisans ve % 35,3’ünün lisansüstü mezunu olduğu görülmüştür.

Verilerin Toplanması

Veri toplama sürecinde Denizli İl Milli Eğitim Müdürlüğü’nden gerekli izinler alınmıştır. Araştırmaya katılmayı kabul eden okullardaki öğretmenlere araştırmanın amacı, çalışmanın niteliği ve kullanılacak ölçme aracı ile ilgili bilgilendirme yapılmış ve gönüllülük esasına bağlı kalınarak veriler toplanmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizlerinde sosyal bilimlerde kullanılan veri analiz programından yararlanılmıştır. Öğretmen ve yöneticilerin nomofobi düzeyleri ile ilgili verilerin toplanması için; Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen; Yıldırım, Şumuer, Adnan ve Yıldırım (2016) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Nomofobi Ölçeği” kullanılmıştır. 7’li likert tipinde 20 madde, 4 boyuttan (bilgiye erişememe boyutu, rahatlıktan feragat etme boyutu, iletişim kuramama boyutu, çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu) oluşan ve Türkçe’ye uyarlanmış halinin güvenilirlik katsayısı .96 olarak hesaplanmıştır. Ölçekte alınabilecek puanlar 20-140 arasında değişim göstermektedir. Öğretmen ve yöneticilerin nomofobi seviyelerinin tespitinde puan aralıkları şöyledir.

NMP-Q Puanı = 20 Yok (0-1,00);

21 ≤ NMP-Q Puanı < 60 Hafif (1,01-3,00);

60 ≤ NMP-Q Puanı < 100 Orta (3,01-5,00)ve

100 ≤ NMP-Q Puanı ≤ 140 Aşırı (5,01-7,00)

Verilerin Analizi

Analizlere geçilmeden verilerin normal dağılım gösterip göstermediği test edilmiştir. Bu amaçla basıklık (Kurtosis) ve çarpıklık (Skewness) değerlerinden yararlanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterebilmeleri için basıklık ve çarpıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında değişmesi gerektiği ifade edilmektedir (Huck, 2012). Verilerin normallik analizi Basıklık (Kurtosis) ve Çarpıklık (Skewness) Analizi ile yapılarak Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2.

Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutları Verilerinin Basıklık (Kurtosis) ve Çarpıklık (Skewness) Analizi

Ölçekler ve Alt Boyutları	Basıklık (Kurtosis) Değeri	Çarpıklık (Skewness) Değeri
Bilgiye erişememe boyutu	-1,150	-,263
Rahatlıktan feragat etme boyutu	-,990	,090
İletişim kuramama boyutu	-,981	-,410
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu	-,343	,836
Nomofobi genel algı	-,834	,032

Tablo 2 incelendiğinde nomofobi ölçeği ve alt boyutlarının “Basıklık (Kurtosis) ve Çarpıklık (Skewness)” değerlerinin -1,150 ile ,836 aralığında değişiklik gösterdiği görülmüştür. Tabachnik ve Fidell’e (2013) göre skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerleri -1,50 ile +1,50 arasında ise normal dağılım gösterdiği kabul edilmektedir. Bu çerçevede verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiş ve analizlerde parametrik testler kullanılmıştır.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerine ilişkin algı düzeyleri saptanırken aritmetik ortalama, standart sapmalara bakılmış; katılımcıların nomofobi düzeylerinin cinsiyetlerine ve öğrenim düzeylerine göre incelenmesi için bağımsız gruplar t-testi; yaş, kıdem, kullandığı sosyal ağ sayısı, günlük telefonda geçirilen süre ve görev durumuna göre incelenmesi için ise tek yönlü varyans analizi (one-way ANOVA) yöntemleri kullanılmıştır.

Bulgular

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku düzeylerine ilişkin bulgular

Araştırmanın ilk alt probleminde yanıt aranan, okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku düzeylerine ilişkin bulgular Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3.

Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Telefonsuz Kalma Korku Seviyelerine İlişkin Görüşleri

Maddeler	n	\bar{X}	s	Düzeyi
1. Akıllı telefonumdan sürekli olarak bilgiye erişemediğimde kendimi rahatsız hissedirim.	394	4,26	,82	Orta
2. Akıllı telefonumdan istediğim her an bilgiye bakamadığımda canım sıkılır.	394	4,09	,87	Orta
3. Haberlere (örneğin neler olup bittiğine, hava durumuna ve diğer haberlere) akıllı telefonumdan ulaşamamak beni huzursuz yapar.	394	3,97	,92	Orta
4. Akıllı telefonumu ve telefonumun özelliklerini istediğim her an kullanamadığımda rahatsız olurum.	394	3,98	,86	Orta
5. Akıllı telefonumun şarjının bitmesinden korkarım.	394	4,27	,90	Orta
6. Kontörüm (TL kredim) bittiğinde veya aylık kota sınırimi aştığımda paniğe kapılırım.	394	3,51	,91	Orta
7. Telefonum çekmediğinde veya kablosuz Internet bağlantısına erişemediğimde sürekli olarak sinyal olup olmadığını veya kablosuz erişim bağlantısı bulup bulamayacağımı kontrol ederim.	394	3,63	,83	Orta
8. Akıllı telefonumu kullanamadığımda, bir yerlerde mahsur kalacağımdan korkarım.	394	2,95	,78	Hafif
9. Akıllı telefonuma bir süre bakamadıysam, bakmak için güçlü bir istek hissedirim.	394	3,70	,84	Orta
10. Ailemle ve/veya arkadaşlarımla hemen iletişim kuramayacağım için kaygı duyarım.	394	4,29	,88	Orta
11. Ailem ve/veya arkadaşlarımla bana ulaşamayacakları için endişelenirim.	394	4,62	,83	Orta
12. Gelen aramaları ve mesajları alamayacağım için kendimi huzursuz hissedirim.	394	4,32	,84	Orta
13. Ailemle ve/veya arkadaşlarımla iletişim halinde olamadığım için endişelenirim.	394	4,47	,78	Orta
14. Birinin bana ulaşmaya çalışıp çalışmadığını bilemediğim için gerilirim.	394	4,02	,87	Orta
15. Ailem ve arkadaşlarımla olan bağlantım kesileceği için kendimi huzursuz hissedirim.	394	4,35	,80	Orta
16. Çevrimiçi kimliğinden kopacağım için gergin olurum.	394	2,79	,68	Hafif
17. Sosyal medya ve diğer çevrimiçi ağlarda güncel kalamadığım için rahatsızlık duyarım.	394	2,66	,67	Hafif
18. Bağlantılarımdan ve çevrimiçi ağlardan gelen güncelleme bildirimlerini takip edemediğim için kendimi tuhaf hissedirim.	394	2,59	,64	Hafif

19. Elektronik postalarımı kontrol edemediğim için kendimi huzursuz hissedirim.	394	2,76	,75	Hafif
20. Ne yapacağımı bilemiyor olacağımdan kendimi tuhaf hissedirim.	394	2,71	,62	Hafif
TOPLAM	394	3,68	0,36	Orta

Tablo 3'te öğretmen ve okul yöneticilerinin telefonsuz kalma korku düzeylerinin "Orta" seviyede ($\bar{X}=3,68$) olduğu görülmektedir. En yüksek ortalama "Ailem ve/veya arkadaşlarım bana ulaşamayacakları için endişelenirim." maddesine ($\bar{X}=4,62$) ortalama ile "Orta" ve "Ailemle ve/veya arkadaşlarımla iletişim halinde olmadığım için endişelenirim." ($\bar{X}=4,47$) ortalama ile "Orta" seviyelerinde iken en düşük ortalama ise "Bağlantılarımdan ve çevrimiçi ağlardan gelen güncelleme bildirimlerini takip edemediğim için kendimi tuhaf hissedirim." maddesine ve ($\bar{X}=2,59$) ortalama ile "Hafif" düzeyindedir. Diğer maddelere katılım ise "Ailem ve arkadaşlarımla olan bağlantım kesileceği için kendimi huzursuz hissedirim." maddesine ($\bar{X}=4,35$), "Gelen aramaları ve mesajları alamayacağım için kendimi huzursuz hissedirim." maddesine ($\bar{X}=4,32$), "Ailemle ve/veya arkadaşlarımla hemen iletişim kuramayacağım için kaygı duyarım." maddesine ($\bar{X}=4,29$), "Akıllı telefonumun şarjının bitmesinden korkarım." maddesine ($\bar{X}=4,27$), "Akıllı telefonumdan sürekli olarak bilgiye erişemediğimde kendimi rahatsız hissedirim." maddesine ($\bar{X}=4,26$), "Akıllı telefonumdan istediğim her an bilgiye bakamadığımda canım sıkılır." maddesine ($\bar{X}=4,09$), "Birinin bana ulaşmaya çalışıp çalışmadığını bilemediğim için gerilirim." maddesine ($\bar{X}=4,02$), "Akıllı telefonumu ve telefonumun özelliklerini istediğim her an kullanamadığımda rahatsız olurum." maddesine ($\bar{X}=3,98$), "Haberlere (örneğin neler olup bittiğine, hava durumuna ve diğer haberlere) akıllı telefonumdan ulaşmamak beni huzursuz yapar." maddesine ($\bar{X}=3,97$), "Akıllı telefona bir süre bakmadıysam, bakmak için güçlü bir istek hissedirim." maddesine ($\bar{X}=3,70$), "Telefonum çekmediğinde veya kablosuz İnternet bağlantısına erişemediğimde sürekli olarak sinyal olup olmadığını veya kablosuz erişim bağlantısı bulup bulamayacağımı kontrol ederim." maddesine ($\bar{X}=3,63$) ve "Kontörüm (TL kredim) bittiğinde veya aylık kota sınırimi aştığımda paniğe kapılırım." maddesine ($\bar{X}=3,51$) Ortalamalarla "Orta" seviyelerinde telefonsuz kalma korkusu yaşadıkları görülmüştür. Bununla birlikte "Akıllı telefonumu kullanamadığımda, bir yerlerde mahsur kalacağımdan korkarım." maddesine ($\bar{X}=2,95$), "Çevrimiçi kimliğinden kopacağım için gergin olurum." maddesine ($\bar{X}=2,79$), "Elektronik postalarımı kontrol edemediğim için kendimi huzursuz hissedirim." maddesine ($\bar{X}=2,76$), "Ne yapacağımı bilemiyor olacağımdan kendimi tuhaf hissedirim." maddesine ($\bar{X}=2,71$) ve "Sosyal medya ve diğer çevrimiçi ağlarda güncel kalamadığım için rahatsızlık duyarım." maddesine ($\bar{X}=2,66$) ortalamalarla "Hafif" düzeyde telefonsuz kalma korkuları yaşamaktadırlar.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin alt boyutlara ve genel olarak durumuna ilişkin bulgular Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4.

Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Telefonsuz Kalma Korku Seviyeleri Alt Boyutlar ve Genel Algıları

	<i>n</i>	\bar{X}	<i>s</i>	Düzeyi
Bilgiye erişememe boyutu	394	4,07	,67	Orta
Rahatlıktan feragat etme boyutu	394	3,61	,48	Orta
İletişim kuramama boyutu	394	4,34	,66	Orta
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu	394	2,70	,50	Hafif
Nomofobi Genel	394	3,68	,36	Orta

Tablo 4'te öğretmen ve okul yöneticilerinin telefonsuz kalma korku düzeylerinin alt boyutlarda ve genel olarak hangi seviyelerde olduğuna yer verilmiştir. En yüksek ortalamanın "iletişim kuramama" boyutunda ($\bar{X}=4,34$) olduğu görülmektedir. Bunu sırasıyla "Bilgiye erişememe" ($\bar{X}=4,07$), "Rahatlıktan feragat etme" ($\bar{X}=3,61$) boyutları izlemektedir. Bu boyutlarda "orta" düzeyde bir nomofobi yaşadıkları anlaşılmaktadır. En düşük ortalamanın ($\bar{X}=2,70$) "Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme" boyutunda olduğu tespit edilmiştir. Bu boyutta "hafif" düzeyde telefonsuz kalma korkusu yaşanmaktadır. Genel olarak telefonsuz kalma korkusunun ise "orta" seviyede ($\bar{X}=3,68$) olduğu görülmektedir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin kişisel değişkenlerine göre telefonsuz kalma korku düzeyleri

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin cinsiyetlerine göre analiz sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5.

Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Telefonsuz Kalma Korku Seviyelerinin Cinsiyetlerine Göre Analiz Sonuçları

Ölçek ve alt boyutları	Cinsiyet	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Bilgiye erişememe boyutu	Kadın	239	4,11	,64	392	,56	,57
	Erkek	155	4,01	,73			
Rahatlıktan feragat etme boyutu	Kadın	239	3,77	,46	392	2,81	,00*
	Erkek	155	3,35	,49			
İletişim kuramama boyutu	Kadın	239	4,61	,60	392	4,10	,00*
	Erkek	155	3,92	,68			
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu	Kadın	239	2,79	,48	392	1,60	,11
	Erkek	155	2,55	,52			
Nomofobi genel algı	Kadın	239	3,85	,31	392	2,83	,00*
	Erkek	155	3,45	,41			

* $p < 0,05$

Tablo 5'te görüldüğü gibi Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin cinsiyetlerine göre analizi sonucunda Bilgiye Erişememe boyutunda ($t_{(392)} = ,56; p > 0,05$) ve Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda ($t_{(392)} = 1,60; p > 0,05$) anlamlı farklılık göstermediği ancak Rahatlıktan Feragat Etme boyutunda ($t_{(392)} = 2,81; p < 0,05$), İletişim Kuramama boyutunda ($t_{(392)} = 4,10; p < 0,05$) ve Nomofobi genel algılarının ($t_{(392)} = 2,83; p < 0,05$) ise anlamlı farklılık göstermektedir. Ortalamalar incelendiğinde kadınların ortalamalarının daha yüksek olduğu ve telefonsuz kalma korkusunu erkeklere göre rahatlıktan feragat etme, iletişim kuramama ve genel olarak daha fazla yaşadıkları tespit edilmiştir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin yaşlarına göre analiz sonuçları Tablo 6'da verilmiştir.

Tablo 6.

Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Telefonsuz Kalma Korku Seviyelerinin Yaşlarına Göre Analiz Sonuçları

	Yaş	N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Bilgiye erişememe boyutu	26-35	61	4,43	,56	Gruplararası	43,39	4	10,848	3,96	,00*	1-5;
	36-40	94	4,34	,59	Grupiçi	1064,42	389	2,736			
	41-45	99	4,18	,65	Toplam	1107,81	393				
	46-50	62	3,81	,71							
	51>	78	3,53	,73							
Rahatlıktan feragat etme boyutu	26-35	61	3,86	,43	Gruplararası	36,59	4	9,148	4,26	,00*	1-5;
	36-40	94	3,84	,49	Grupiçi	835,40	389	2,148			
	41-45	99	3,75	,52	Toplam	871,99	393				
	46-50	62	3,45	,39							
	51>	78	3,05	,42							
İletişim kuramama boyutu	26-35	61	4,59	,55	Gruplararası	50,35	4	12,587	4,70	,00*	1-5;
	36-40	94	4,39	,63	Grupiçi	1041,55	389	2,678			
	41-45	99	4,73	,60	Toplam	1091,90	393				
	46-50	62	4,17	,75							
	51>	78	3,73	,63							
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu	26-35	61	2,71	,32	Gruplararası	13,16	4	3,291	1,46	,21	Yok
	36-40	94	2,88	,67	Grupiçi	871,65	389	2,241			
	41-45	99	2,84	,54	Toplam	884,82	393				
	46-50	62	2,53	,45							
	51>	78	2,41	,35							
Nomofobi genel algı	26-35	61	3,91	,17	Gruplararası	31,88	4	7,970	4,42	,00*	1-5;
	36-40	94	3,87	,39	Grupiçi	700,30	389	1,800			
	41-45	99	3,90	,37	Toplam	732,18	393				
	46-50	62	3,51	,38							
	51>	78	3,19	,31							

* $p < 0,05$ 1.26-35 2.36-40 3.41-45 4.46-50 5. 51>

Tablo 6'da görüldüğü gibi katılımcıların telefonsuz kalma korku seviyelerinin yaşlarına göre analizi sonucunda Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutunda ($F_{(4-389)} = 1,46; p > 0,05$) anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür. Ancak Bilgiye erişememe boyutunda ($F_{(4-389)} = 3,96; p < 0,05$), Rahatlıktan feragat etme boyutunda ($F_{(4-389)} = 4,26; p < 0,05$), İletişim kuramama boyutunda ($F_{(4-389)} = 4,70; p < 0,05$) ve Nomofobi genel algıları ($F_{(4-389)} = 4,42; p < 0,05$) ise anlamlı farklılık göstermektedir. Farklılık gösteren grupların tespiti için yapılan Post Hoc

TUKEY analizi sonucunda Bilgiye erişememe boyutunda yaşları 26-35 olanlarla ($\bar{X}_{26-35 \text{ yaş}}=4,43$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,53$) olanlar arasında ve yaşları 36-40 olanlarla ($\bar{X}_{36-40 \text{ yaş}}=4,34$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,53$) olanlar arasında ve 51 > yaş olanlar aleyhine düşük nomofobi algısına sahip oldukları saptanmıştır. Rahatlıktan feragat etme boyutunda yaşları 26-35 olanlarla ($\bar{X}_{26-35 \text{ yaş}}=3,86$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,05$) olanlar arasında, yaşları 36-40 olanlarla ($\bar{X}_{36-40 \text{ yaş}}=3,84$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,05$) olanlar arasında ve yaşları 41-45 olanlarla ($\bar{X}_{41-45 \text{ yaş}}=3,75$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,05$) olanlar arasında ve 51> yaşlardakiler aleyhine düşük nomofobi algısına sahip oldukları saptanmıştır. İletişim kuramama boyutunda yaşları 26-35 olanlarla ($\bar{X}_{26-35 \text{ yaş}}=4,59$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,73$) olanlar arasında ve yaşları 41-45 olanlarla ($\bar{X}_{41-45 \text{ yaş}}=4,73$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,73$) olanlar arasında ve 51> yaşlardakiler aleyhine düşük nomofobi algısına sahip oldukları saptanmıştır. Nomofobi genel algılarının yaşları 26-35 olanlarla ($\bar{X}_{26-35 \text{ yaş}}=3,91$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,19$) olanlar arasında, yaşları 36-40 olanlarla ($\bar{X}_{36-40 \text{ yaş}}=3,87$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,19$) olanlar arasında ve yaşları 41-45 olanlarla ($\bar{X}_{41-45 \text{ yaş}}=3,90$) yaşları 51> ($\bar{X}_{51> \text{ yaş}}=3,19$) olanlar arasında ve 51> yaşlardakiler aleyhine düşük nomofobi algısına sahip oldukları saptanmıştır.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin yaşlarına göre telefonsuz kalma korku seviyeleri Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda anlamlı bir fark göstermemektedir. Bilgiye Erişememe, Rahatlıktan Feragat Etme, İletişim Kuramama boyutlarıyla Nomofobi genel algılarının yaşları genç olanlarla yaşlı olanlar arasında genç olanlar lehine yüksek düzeyde telefonsuz kalma korkusu taşıdıkları tespit edilmiştir. Bu durum, telefonsuz kalma korkusunu gençlerin daha yüksek yaşadıklarını göstermektedir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin kıdemlerine göre analiz sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7.

Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Telefonsuz Kalma Korku Seviyelerinin Kıdemlerine Göre Analiz Sonuçları

	Kıdem	N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark	
Bilgiye erişememe boyutu	1-10	53	4,40	,59	Gruplararası	57,52	4	14,38	5,32	,00*	1-5;	
	11-15	83	4,56	,53	Grupiçi	1050,28	389	2,70				2-5
	16-20	90	4,09	,67	Toplam	1107,81	393					
	21-25	89	3,95	,73								
	26>	79	3,45	,64								
Rahatlıktan feragat etme boyutu	1-10	53	3,72	,43	Gruplararası	42,04	4	10,51	4,92	,00*	1-5;	
	11-15	83	3,97	,46	Grupiçi	829,95	389	2,13				2-5;
	16-20	90	3,74	,60	Toplam	871,99	393					3-5
	21-25	89	3,59	,41								
	26>	79	3,01	,34								
İletişim kuramama boyutu	1-10	53	4,51	,55	Gruplararası	52,51	4	13,12	4,91	,00*	1-5;	
	11-15	83	4,63	,53	Grupiçi	1039,39	389	2,67				2-5;
	16-20	90	4,42	,69	Toplam	1091,90	393					3-5;
	21-25	89	4,54	,74								4-5
	26>	79	3,63	,59								
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu	1-10	53	2,67	,35	Gruplararası	32,69	4	8,17	3,73	,00*	2-5;	
	11-15	83	2,94	,58	Grupiçi	852,12	389	2,19				3-5
	16-20	90	2,98	,67	Toplam	884,82	393					
	21-25	89	2,65	,45								
	26>	79	2,19	,21								
Nomofobi genel algı	1-10	53	3,83	,26	Gruplararası	41,98	4	10,49	5,91	,00*	1-5;	
	11-15	83	4,03	,26	Grupiçi	690,19	389	1,77				2-5;
	16-20	90	3,82	,47	Toplam	732,18	393					3-5;
	21-25	89	3,71	,36								4-5
	26>	79	3,08	,22								
*p<0,05	1.1-10 yıl		2.11-15 yıl		3.16-20 yıl		4.21-25 yıl		5. 26>			

Tablo 7'de görüldüğü gibi katılımcıların kıdemlerine göre telefonsuz kalma korku seviyelerinin analizi sonucunda Bilgiye Erişememe boyutunda ($F_{(4-389)}= 5,32$; $p<0,05$), Rahatlıktan Feragat Etme boyutunda ($F_{(4-389)}= 4,92$; $p<0,05$), İletişim Kuramama boyutunda ($F_{(4-389)}= 4,91$; $p<0,05$), Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda ($F_{(4-389)}= 3,73$; $p<0,05$) ve Nomofobi genel algıları ($F_{(4-389)}= 5,91$; $p<0,05$) anlamlı farklılık göstermektedir. Farklılık gösteren grupların tespiti amacıyla Post Hoc TUKEY analizi yapılarak Bilgiye Erişememe boyutunda kıdemleri 1-10 yıl olanlarla ($\bar{X}_{1-10 \text{ yıl}}=4,40$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26> \text{ yıl}}=3,45$) arasında ve kıdemleri 11-15 yıl

olanlarla ($\bar{X}_{11-15 \text{ yıl}}=4,56$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,45$) arasında ve kıdemi 1-10 ve 11-15 yıl olanlar lehine yüksektir.

Rahatlıktan Feragat Etme boyutunda kıdemleri 1-10 yıl olanlarla ($\bar{X}_{1-10 \text{ yıl}}=3,72$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,01$) arasında, kıdemleri 11-15 yıl olanlarla ($\bar{X}_{11-15 \text{ yıl}}=3,97$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,01$) arasında, kıdemleri 16-20 yıl olanlarla ($\bar{X}_{16-20 \text{ yıl}}=3,74$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,01$) arasında ve kıdemi az olanlar lehine yüksektir. İletişim Kuramama boyutunda kıdemleri 1-10 yıl olanlarla ($\bar{X}_{1-10 \text{ yıl}}=4,51$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,63$) arasında, kıdemleri 11-15 yıl olanlarla ($\bar{X}_{11-15 \text{ yıl}}=4,63$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,63$) arasında, kıdemleri 16-20 yıl olanlarla ($\bar{X}_{16-20 \text{ yıl}}=4,42$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,63$) arasında kıdemleri 21-25 yıl olanlarla ($\bar{X}_{21-25 \text{ yıl}}=4,54$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,63$) arasında ve kıdemi az olanlar lehine yüksektir. Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda kıdemleri 11-15 yıl olanlarla ($\bar{X}_{11-15 \text{ yıl}}=2,94$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=2,19$) arasında, kıdemleri 16-20 yıl olanlarla ($\bar{X}_{16-20 \text{ yıl}}=2,98$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=2,19$) arasında ve kıdemi az olanlar lehine yüksektir. Nomofobi genel algılarının kıdemleri 1-10 yıl olanlarla ($\bar{X}_{1-10 \text{ yıl}}=3,83$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,08$) arasında, kıdemleri 11-15 yıl olanlarla ($\bar{X}_{11-15 \text{ yıl}}=4,03$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,08$) arasında, kıdemleri 16-20 yıl olanlarla ($\bar{X}_{16-20 \text{ yıl}}=3,82$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,08$) arasında kıdemleri 21-25 yıl olanlarla ($\bar{X}_{21-25 \text{ yıl}}=3,71$) 26> fazla kıdemliler ($\bar{X}_{26 > \text{ yıl}}=3,08$) arasında ve kıdemi az olanlar lehine yüksektir. Meslekteki görev süreleri daha az olan katılımcıların telefonsuz kalma korkularının, 26 yıl ve üzeri görev yapanlara göre daha fazla olduğu görülmektedir. Bir başka deyişle, genç öğretmenlerin telefona olan bağımlılığı daha fazladır.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin kullandıkları sosyal ağ sayısına göre analiz sonuçları Tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8.

Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Telefonsuz Kalma Korku Seviyelerinin Kullandıkları Sosyal Ağ Sayısına Göre Analiz Sonuçları

	Sosyal Ağ Sayısı	N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Bilgiye erişememe boyutu	1	57	3,42	,51	Gruplararası	92,65	4	23,163	8,87	,00*	1-3; 1-4; 1-5; 2-3; 2-4; 2-5
	2	115	3,60	,71	Grupiçi	1015,16	389	2,610			
	3	135	4,41	,52	Toplam	1107,81	393				
	4	51	4,40	,70							
	5>	36	4,86	,62							
Rahatlıktan feragat etme boyutu	1	57	3,15	,36	Gruplararası	43,92	4	10,981	5,15	,00*	1-3; 1-4; 1-5; 2-3; 2-5
	2	115	3,29	,58	Grupiçi	828,06	389	2,129			
	3	135	3,81	,36	Toplam	871,99	393				
	4	51	3,95	,30							
	5>	36	4,10	,69							
İletişim kuramama boyutu	1	57	3,88	,60	Gruplararası	63,20	4	15,800	5,97	,00*	1-3; 1-4; 1-5; 2-3; 2-4; 2-5
	2	115	3,91	,80	Grupiçi	1028,70	389	2,644			
	3	135	4,61	,55	Toplam	1091,90	393				
	4	51	4,75	,36							
	5>	36	4,88	,67							
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu	1	57	2,30	,24	Gruplararası	30,86	4	7,716	3,51	,00*	1-4; 1-5; 2-4; 2-5
	2	115	2,42	,50	Grupiçi	853,95	389	2,195			
	3	135	2,92	,49	Toplam	884,82	393				
	4	51	2,98	,48							
	5>	36	2,97	,66							
Nomofobi genel algı	1	57	3,21	,21	Gruplararası	53,50	4	13,376	7,66	,00*	1-3; 1-4; 1-5; 2-3; 2-4; 2-5
	2	115	3,32	,46	Grupiçi	678,67	389	1,745			
	3	135	3,95	,23	Toplam	732,18	393				
	4	51	4,04	,20							
	5>	36	4,20	,46							

*p<0,05 1.1 2.2 3.3 4.4 5. 5>

Tablo 8'de görüldüğü gibi okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin kullandıkları sosyal ağ sayısına göre analizi sonucunda Bilgiye Erişememe boyutunda ($F_{(4-389)}= 8,87$; $p<0,05$), Rahatlıktan Feragat Etme boyutunda ($F_{(4-389)}= 5,15$; $p<0,05$), İletişim Kuramama boyutunda ($F_{(4-389)}= 5,97$;

$p<0,05$), Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda ($F_{(4,389)}= 3,51$; $p<0,05$) ve Nomofobi genel algıları ($F_{(4,389)}= 7,66$; $p<0,05$) anlamlı farklılık göstermektedir. Farklılık gösteren grupların tespiti amacıyla Post Hoc TUKEY analizi yapılarak Bilgiye Erişememe boyutunda kullandıkları sosyal ağ sayısı 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,42$) 3 olanlar ($\bar{X}_3=4,41$) arasında, 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,42$) 4 olanlar ($\bar{X}_4=4,40$) arasında, 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,42$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=4,86$) arasında, 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,60$) 3 olanlar ($\bar{X}_3=4,41$) arasında, 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,60$) 4 olanlar ($\bar{X}_4=4,40$) arasında ve 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,60$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=4,86$) arasında anlamlı farklılık vardır ve bu farklılık sosyal ağ sayısı fazla olanlar lehinedir.

Rahatlıktan Feragat Etme boyutunda kullandıkları sosyal ağ sayısı 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,15$) 3 olanlar ($\bar{X}_3=3,81$) arasında, 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,15$) 4 olanlar ($\bar{X}_4=3,95$) arasında, 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,15$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=4,10$) arasında, 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,29$) 3 olanlar ($\bar{X}_3=3,81$) arasında, 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,29$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=4,10$) arasında anlamlı farklılık vardır ve bu farklılık sosyal ağ sayısı fazla olanlar lehinedir.

İletişim Kuramama boyutunda kullandıkları sosyal ağ sayısı 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,88$) 3 olanlar ($\bar{X}_3=3,81$) arasında, 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,88$) 4 olanlar ($\bar{X}_4=4,75$) arasında, 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,88$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=4,88$) arasında, 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,91$) 3 olanlar ($\bar{X}_3=4,61$) arasında, 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,91$) 4 olanlar ($\bar{X}_4=4,75$) arasında ve 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,91$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=4,88$) arasında anlamlı farklılık vardır ve bu farklılık sosyal ağ sayısı fazla olanlar lehinedir.

Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda kullandıkları sosyal ağ sayısı 1 olanlarla ($\bar{X}_1=2,30$) 4 olanlar ($\bar{X}_4=2,98$) arasında, 1 olanlarla ($\bar{X}_1=2,30$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=2,97$) arasında, 2 olanlarla ($\bar{X}_2=2,42$) 4 olanlar ($\bar{X}_4=2,98$) arasında ve 2 olanlarla ($\bar{X}_2=2,42$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=2,97$) arasında anlamlı farklılık vardır ve bu farklılık sosyal ağ sayısı fazla olanlar lehinedir.

Nomofobi genel algıları kullandıkları sosyal ağ sayısı 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,21$) 3 olanlar ($\bar{X}_3=3,95$) arasında, 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,21$) 4 olanlar ($\bar{X}_4=4,04$) arasında, 1 olanlarla ($\bar{X}_1=3,21$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=4,20$) arasında, 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,32$) 3 olanlar ($\bar{X}_3=3,95$) arasında, 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,32$) 4 olanlar ($\bar{X}_4=4,04$) arasında ve 2 olanlarla ($\bar{X}_2=3,32$) 5 olanlar ($\bar{X}_5=4,20$) arasında anlamlı farklılık vardır ve bu farklılık sosyal ağ sayısı fazla olanlar lehinedir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin kullandıkları sosyal ağ sayısına göre bütün boyutlar ve genel nomofobi algılarının sosyal ağ sayısı çok olanların az olanlardan daha yüksek çıkmıştır. Bu durum sosyal ağ sayısı fazla olanların az olanlara göre daha çok telefonsuz kalma korkusu yaşadıkları görülmektedir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin telefonda geçirdikleri günlük süreye göre analiz sonuçları Tablo 9'da verilmiştir.

Tablo 9.

Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Telefonsuz Kalma Korku Seviyelerinin Telefonda Geçirdikleri Günlük Süreye Göre Analiz Sonuçları

	Süre	N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Bilgiye erişememe boyutu	1<	80	3,55	,74	Gruplararası	133,87	4	33,46	8,36	,00*	1-4;
	2	134	3,64	,68	Grupiçi	973,94	389	2,50			
	3	72	4,13	,51	Toplam	1107,81	393				
	4	46	4,71	,32							
	5>	62	5,12	,38							
Rahatlıktan feragat etme boyutu	1<	80	3,21	,46	Gruplararası	70,37	4	17,59	8,53	,00*	1-4;
	2	134	3,38	,47	Grupiçi	801,61	389	2,06			
	3	72	3,49	,44	Toplam	871,99	393				
	4	46	3,99	,40							
	5>	62	4,44	,31							
İletişim kuramama boyutu	1<	80	4,02	,70	Gruplararası	56,27	4	14,06	5,28	,00*	1-5;
	2	134	4,12	,71	Grupiçi	1035,62	389	2,66			
	3	72	4,26	,61	Toplam	1091,90	393				
	4	46	4,67	,65							
	5>	62	5,10	,34							

Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu	1<	80	2,45	,43	Gruplararası	53,01	4	13,25	6,19	,00*	1-5;
	2	134	2,54	,40	Grupiçi	831,80	389	2,13			2-5;
	3	72	2,49	,34	Toplam	884,82	393				3-5
	4	46	2,79	,39							
	5>	62	3,51	,76							
Nomofobi genel algı	1<	80	3,33	,38	Gruplararası	69,71	4	17,42	7,23	,00*	1-4;
	2	134	3,45	,37	Grupiçi	662,46	389	1,70			1-5;
	3	72	3,60	,22	Toplam	732,18	393				2-5;
	4	46	4,04	,22							3-5
	5>	62	4,54	,17							
*p<0,05	1.1<		2.2		3.3		4.4		5. 5>		

Tablo 9’da görüldüğü gibi okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin günlük telefon kullanım süresine göre bakıldığında Bilgiye Erişememe boyutunda ($F_{(4-389)}= 8,36$; $p<0,05$), Rahatlıktan Feragat Etme boyutunda ($F_{(4-389)}= 8,53$; $p<0,05$), İletişim kuramama boyutunda ($F_{(4-389)}= 5,28$; $p<0,05$), Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda ($F_{(4-389)}= 6,19$; $p<0,05$) ve Nomofobi genel algıları ($F_{(4-389)}= 7,23$; $p<0,05$) anlamlı farklılık göstermektedir. Farklılık gösteren grupların tespiti amacıyla Post Hoc TUKEY analizi yapılarak Bilgiye Erişememe boyutunda telefonda geçirdikleri günlük süre 1 saatten az olanlarla ($\bar{X}_{1<}=3,55$) 4 saat ($\bar{X}_4=4,71$) olanlar arasında, 1 saatten az olanlarla ($\bar{X}_{1<}=3,55$) 5 saat ve üzerinde ($\bar{X}_5=5,12$) olanlar arasında, 2 saat olanlarla ($\bar{X}_2=3,64$) 4 saat ($\bar{X}_4=4,71$) olanlar arasında ve 3 saat olanlarla ($\bar{X}_3=4,13$) 5 saat ve üstünde ($\bar{X}_5=5,12$) olanlar arasında ve günlük telefon kullanımı süresi fazla olanlar lehine yüksektir.

Rahatlıktan Feragat Etme boyutunda telefonda geçirdikleri günlük süre 1 saatten az olanlarla ($\bar{X}_{1<}=3,21$) 4 saat ($\bar{X}_4=3,99$) olanlar arasında, 1 saatten az olanlarla ($\bar{X}_{1<}=3,21$) 5 saat ve üzerinde ($\bar{X}_5=4,44$) olanlar arasında, 2 saat olanlarla ($\bar{X}_2=3,38$) 5 saat ve üstünde ($\bar{X}_5=4,44$) olanlar arasında, 3 saat olanlarla ($\bar{X}_3=3,49$) 5 saat ve üstünde ($\bar{X}_5=4,44$) olanlar arasında ve günlük telefon kullanımı süresi fazla olanlar lehine yüksektir.

İletişim Kuramama boyutunda telefonda geçirdikleri günlük süre 1 saatten az olanlarla ($\bar{X}_{1<}=4,02$) 5 saat ve üzerinde ($\bar{X}_5=5,10$) olanlar arasında, 2 saat olanlarla ($\bar{X}_2=4,12$) 5 saat ve üstünde ($\bar{X}_5=5,10$) olanlar arasında, 3 saat olanlarla ($\bar{X}_3=4,26$) 5 saat ve üstünde ($\bar{X}_5=5,10$) olanlar arasında ve günlük telefon kullanımı süresi fazla olanlar lehine yüksektir.

Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda telefonda geçirdikleri günlük süre 1 saatten az olanlarla ($\bar{X}_{1<}=2,45$) 5 saat ve üzerinde ($\bar{X}_5=3,51$) olanlar arasında, 2 saat olanlarla ($\bar{X}_2=2,54$) 5 saat ve üstünde ($\bar{X}_5=3,51$) olanlar arasında, 3 saat olanlarla ($\bar{X}_3=2,49$) 5 saat ve üstünde ($\bar{X}_5=3,51$) olanlar arasında ve günlük telefon kullanımı süresi fazla olanlar lehine yüksektir.

Nomofobi genel algıları telefonda geçirdikleri günlük süre 1 saatten az olanlarla ($\bar{X}_{1<}=3,33$) 4 saat ($\bar{X}_4=4,04$) olanlar arasında, 1 saatten az olanlarla ($\bar{X}_{1<}=3,33$) 5 saat ve üzerinde ($\bar{X}_5=4,54$) olanlar arasında, 2 saat olanlarla ($\bar{X}_2=3,45$) 5 saat ve üstünde ($\bar{X}_5=4,54$) olanlar arasında, 3 saat olanlarla ($\bar{X}_3=3,60$) 5 saat ve üstünde ($\bar{X}_5=4,54$) olanlar arasında ve günlük telefon kullanımı süresi fazla olanlar lehine yüksektir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin telefonda geçirdikleri günlük süreye göre bütün boyutlar ve genel Nomofobi algılarının telefonda geçirdikleri günlük süresi çok olanların az olanlardan daha yüksek çıkmıştır. Bu durum sosyal ağ sayısı fazla olanların az olanlara göre daha çok telefonsuz kalma korkusu yaşadıkları görülmektedir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin görevlerine göre analiz sonuçları Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10.

Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Telefonsuz Kalma Korku Seviyelerinin Görevlerine Göre Analiz Sonuçları

	Görev	N	\bar{X}	ss	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
Bilgiye erişememe boyutu	Müdür	45	4,45	,59	Gruplararası	11,02	2	5,514	1,96	,14	Yok
	M.Yard.	41	4,31	,67	Grupiçi	1096,78	391	2,805			
	Öğretmen	308	3,98	,68	Toplam	1107,81	393				
Rahatlıktan feragat etme boyutu	Müdür	45	3,78	,38	Gruplararası	3,66	2	1,831	,82	,43	Yok
	M.Yard.	41	3,80	,69	Grupiçi	868,33	391	2,221			
	Öğretmen	308	3,55	,47	Toplam	871,99	393				

İletişim kuramama boyutu	Müdür	45	4,44	,53	Gruplararası	8,30	2	4,150	1,49	,22	Yok
	M.Yard.	41	4,74	,69	Grupiçi	1083,60	391	2,771			
	Öğretmen	308	4,27	,67	Toplam	1091,90	393				
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu	Müdür	45	2,76	,52	Gruplararası	1,63	2	,817	,36	,69	Yok
	M.Yard.	41	2,86	,75	Grupiçi	883,18	391	2,259			
	Öğretmen	308	2,66	,46	Toplam	884,82	393				
Nomofobi genel algı	Müdür	45	3,86	,24	Gruplararası	4,95	2	2,478	1,33	,26	Yok
	M.Yard.	41	3,95	,46	Grupiçi	727,22	391	1,860			
	Öğretmen	308	3,63	,36	Toplam	732,18	393				
*p<0,05	1. Müdür				2. Müdür Yardımcısı				3. Öğretmen		

Tablo 10’da görüldüğü gibi okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin görev durumuna göre analizi sonucunda Bilgiye erişememe boyutunda ($F_{(2,391)}= 1,96$; $p>0,05$), Rahatlıktan feragat etme boyutunda ($F_{(2,391)}= ,82$; $p>0,05$), İletişim Kuramama boyutunda ($F_{(2,391)}= 1,49$; $p>0,05$), Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda ($F_{(2,391)}= ,36$; $p>0,05$) ve Nomofobi genel algıları ($F_{(2,391)}= 1,33$; $p>0,05$) anlamlı farklılık göstermemektedir. Bulgular okul yöneticileri ve öğretmenlerin nomofobi algılarının yaptıkları göreve göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermediği ve katılımcıların telefonsuz kalma korkularının benzer olduğunu ortaya koymaktadır.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin öğrenim düzeylerine göre analiz sonuçları Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11.

Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin Telefonsuz Kalma Korku Seviyelerinin Öğrenim Düzeylerine Göre Analiz Sonuçları

Ölçek ve alt boyutları	Öğrenim düzeyi	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Bilgiye erişememe boyutu	Lisans	255	3,95	,71	392	-2,00	,04*
	Lisansüstü	139	4,30	,58			
Rahatlıktan feragat etme boyutu	Lisans	255	3,52	,47	392	-1,59	,11
	Lisansüstü	139	3,77	,49			
İletişim kuramama boyutu	Lisans	255	4,27	,63	392	-1,15	,25
	Lisansüstü	139	4,47	,71			
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutu	Lisans	255	2,62	,45	392	-1,41	,15
	Lisansüstü	139	2,84	,57			
Nomofobi genel algı	Lisans	255	3,60	,34	392	-1,74	,08
	Lisansüstü	139	3,85	,39			

* $p<0,05$

Tablo 11’de görüldüğü gibi okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin öğrenim düzeylerine göre analizi sonucunda Bilgiye Erişememe boyutunda ($t_{(392)}= -2,00$; $p<0,05$) farklılık gösterirken Rahatlıktan Feragat Etme boyutunda ($t_{(392)}= -1,59$; $p>0,05$), İletişim Kuramama boyutunda ($t_{(392)}= -1,15$; $p>0,05$), Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme boyutunda ($t_{(392)}= -1,41$; $p>0,05$) ve Nomofobi genel algılarının ($t_{(392)}= -1,74$; $p>0,05$) anlamlı farklılık göstermemektedir. Bilgiye Erişememe boyutunda ortalamalar incelendiğinde lisansüstü mezunu olan katılımcıların lisans mezunlarından daha fazla telefonsuz kalma korkusu yaşadıkları görülmektedir.

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu bölümde, öğretmen ve okul yöneticilerinin telefonsuz kalma korkusunun ortaya çıkarılması ve bu korkularının kişisel değişkenlere göre değişiklik gösterip göstermediğinin saptanması amacıyla yapılan bu çalışmada ulaşılan sonuçlar tartışılmış, elde edilen sonuçlar doğrultusunda önerilerde bulunulmuştur.

Öğretmen ve okul yöneticilerinin telefonsuz kalma korku düzeylerinin “orta” seviyede olduğu görülmektedir. Yıldız ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan çalışmada da öğretmenlerin orta düzeyde nomofobik oldukları görülmektedir. Dolayısıyla her iki çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Öğretmen ve okul yöneticilerinin telefonsuz kalma korku düzeylerinin alt boyutlar olarak en yüksek düzeyden itibaren sırasıyla “iletişim kuramama”, “bilgiye erişememe” ve “rahatlıktan feragat etme” boyutlarıyla genel nomofobi seviyeleri “orta” düzeyde iken, en düşük ortalama “çevrimiçi bağlantıyı kaybetme” boyutunda “hafif” düzeydedir. Araştırmada nomofobi seviyelerinin yüksek çıkmamasının nedeni okul yöneticileri ve öğretmenlerin eğitim ve farkındalıklarının yüksek olması ve bilinçli kullanım yeterliklerinin yüksek olmasıyla ilgili olabilir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin yaptıkları **göreve** göre farklılık göstermediği görülürken, **cinsiyetlerine** göre “rahatlıktan feragat etme”, “iletişim kuramama” boyutlarıyla nomofobi “genel” algılarının kadınlarda daha yüksek olduğu ve telefonsuz kalma korkusunu erkeklere göre “rahatlıktan feragat etme”, “iletişim kuramama” ve “genel” olarak daha fazla nomofobi yaşadıkları tespit edilmiştir. Araştırma bulgularının benzeri, Buctot ve diğ. (2020), Gezgin ve Çakır (2016), Eren vd. (2020), Hoşgör, Tandoğan vd. (2017), Louragli vd. (2018) ve Yıldız Durak (2018) tarafından yapılan çalışmalarda da görülmektedir. Bu çalışmalarda da kızların nomofobi seviyeleri erkeklerden yüksek olarak ölçülmüştür. Literatürde benzer bulguların olması ve araştırma sonuçlarını desteklemesi, kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde nomofobi yaşadıklarını teyit etmektedir. Friebel ve Seabright (2011) tarafından yapılan çalışmada kadınların erkeklere göre telefonla daha fazla vakit geçirdiği görülmektedir. Telefonla fazla vakit geçirilmiş olması, bir yandan telefon bağımlılığını artırırken, diğer taraftan nomofobi düzeylerini de artırıyor olabilir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyelerinin **yaşlarına** göre “çevrimiçi bağlantıyı kaybetme” boyutunda farklılık görülmez iken, “bilgiye erişememe”, “rahatlıktan feragat etme”, “iletişim kuramama” boyutlarıyla nomofobi “genel” algılarının, yaşları genç olanlarla yaşlı olanlar arasında ve genç olanlar lehine yüksek düzeyde telefonsuz kalma korkusu taşıdıkları tespit edilmiştir. Bulgular, Akıllı ve Gezgin (2016), Yıldırım ve diğerleri (2016) ve Türen, Erdem ve Kalkın (2017) araştırmalarında elde ettiği gençlerin daha yüksek nomofobi düzeylerine sahip oldukları bulgusuyla benzerlik göstermektedir. Yıldız ve diğerlerinin (2020), öğretmenlerin nomofobi düzeylerini saptamaya yönelik çalışmasında da 21-25 yaş arasındaki öğretmenlerin nomofobi düzeylerinin 40 yaş ve üzeri öğretmenlerin nomofobi düzeyinden yüksek olduğu görülmektedir. Arslan ve arkadaşlarının (2019) yaptığı çalışmada da öğretmenlerin yaşları arttıkça nomofobi düzeyleri azalmaktadır. Bir başka anlatımla genç öğretmenlerin nomofobi düzeyleri yaşlı öğretmenlere göre daha fazladır. Bragazzi ve Del Puente (2014) ve Yılmaz, Köse ve Doğru (2018) tarafından yapılan araştırmalarda da yaş ile nomofobi arasında ters yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu, bir başka deyişle gençlere göre yetişkinlerde telefon kullanımının süresinin ve nomofobi düzeylerinin azaldığı saptanmıştır. Bunun nedeni, gençlerin teknolojiyi daha aktif kullanmaları ya da teknolojik aletleri kullanmaya daha yatkın olmaları, cep telefonlarının yaşamlarının merkezinde olması, daha sıklıkla ve daha etkin sosyal ağları kullanmaları, sonrasında bunun bir alışkanlığa ve bağımlılığa dönüşmesi olarak düşünülebilir. Bağımlılığa sahip olan birinin bağımlılığa neden olan unsurdan yoksun kalması, korkuyu da beraberinde getirecektir. Bütün bu nedenler, genç katılımcıların nomofobi düzeylerinin yüksek çıkmasına neden olabilir.

Meslekteki görev süreleri daha az olan okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korkularının, 26 yıl ve üzeri görev yapanlara göre daha fazla olduğu görülmektedir. Bir başka deyişle, genç öğretmenlerin telefona olan bağımlılığı daha fazladır. Ortaya çıkan sonuç, görev süresi ile yaş bulgularının da benzer olduğunu göstermektedir. Yaş ve görev süresi arttıkça telefonsuz kalma korkusu da artmaktadır. Araştırma bulgularının Gürbüz ve Özkan (2020) ve Çırak ve İslim (2020) çalışma bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Nomofobinin, kidedi az olan ve gençlerde daha yüksek olduğu bulgusuyla benzerdir. Tarafımızdan yapılan çalışmada ve diğer çalışmalarda kidedi az olanların nomofobik eğilimi, bağımlılık ve korkuları daha yüksektir. Genç katılımcılar, daha kidedi ve yaşları daha büyük olanlara oranla, internet alışverişi, bankacılık, haber ve bilgiye erişim, sosyal medya kullanımı, çevrim içi oyun oynama, iletişim, fatura ödeme gibi birçok işlerini akıllı telefonlarla gerçekleştirmektedir. Dolayısıyla, telefonsuz kalmak, onlar için çok daha büyük sorun olarak görülebilmektedir. Bütün bu nedenlerden dolayı, genç eğitim çalışanlarının nomofobik eğilim, bağımlılık ve korkuları daha yüksek çıkmış olabilir.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyeleri, kullandıkları **sosyal ağ sayısına** göre bütün boyutlar ve genel nomofobi algılarına göre farklılıklar göstermektedir. Sosyal ağ sayısı çok olanların telefonsuz kalma korku seviyeleri, az olanlardan daha yüksek çıkmıştır. Bu durum sosyal ağ sayısı fazla olanların az olanlara göre daha çok telefonsuz kalma korkusu yaşadıklarını ortaya koymaktadır. Araştırma bulgularının, başka çalışmalardan (Eren vd., 2020; Torrejon vd., 2020) elde edilen sonuçlarla benzer olduğu, yani nomofobi düzeyleri yüksek olan kişilerin daha fazla sosyal ağ kullandıkları görülmektedir. Louragli, Ahami, Khadmaoui, Mammad ve Lamrani'nin (2018) çalışmasında da katılımcıların genellikle “Facebook, WhatsApp ve Instagram” uygulamalarını çok kullandıkları ve bu sıklık arttıkça nomofobi düzeylerinin de yükseldiği saptanmıştır. Akıllı telefon kullanımının çok olmasının nomofobiyi tetiklediği Daei, Ashrafi ve Soleymani'nin (2019) çalışmasında da elde edilen bulgular arasındadır. Dolayısıyla sosyal ağ sayısı daha çok olanların telefonu kullanma süreleri arttığı gibi, nomofobi düzeyleri de buna paralel olarak daha çok artacaktır.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyeleri, onların **telefonda geçirdikleri günlük süreye** göre bütün boyutlar ve genel nomofobi algılarında farklılıklar göstermektedirler. Telefonda geçirdikleri günlük süresi çok olanların telefonsuz kalma korku seviyeleri, az olanlardan daha yüksek çıkmıştır. Yıldız Durak'ın (2018) ve Arslan ve arkadaşlarının (2019) araştırmalarında da günlük telefon kullanım sıklığı arttıkça nomofobi seviyelerinin arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Yine Mir ve Akhtar (2020), Kaviani, Robards,

Young ve Koppel (2020) ile Sırakaya (2018), çalışmalarında nomofobiyle sorunlu cep telefonu kullanma ilişkisini anlamlı ve pozitif yönlü olarak saptamışlardır. Bu durum cep telefonu günlük kullanım süresi fazla olanların az olanlardan daha yüksek çıkmasını destekler niteliktedir. Yine telefonda geçirilen sürenin fazla olmasıyla birlikte nomofobi düzeyinin artmasında etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Okul yöneticileri ve öğretmenlerin telefonsuz kalma korku seviyeleri, **öğrenim düzeylerine** göre değişmektedir. “Bilgiye erişememe” boyutunda lisansüstü mezunu olan yönetici ve öğretmenler, lisans mezunlarından daha fazla telefonsuz kalma korkusu yaşamaktadırlar. Bunun nedeni, lisansüstü mezunlarının diğer katılımcılara göre daha fazla kendini geliştirmeye yatkın olmalarından ya da ilgi duydukları alanlarda araştırma, incelemeye daha fazla zaman ayırma isteklerinden kaynaklı olabilir. Bu ihtiyaçlarını her ortamda karşılayabilecekleri en kolay ve en kestirme yol cep telefonu olmakta, dolayısıyla telefonda uzak kalmak onlar için bir travmaya dönüştürmektedir. Bütün bu nedenler, “bilgiye erişememe” boyutunda lisansüstü mezunlarının daha fazla korku yaşamasına neden olmuş olabilir.

Öneriler

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlara yönelik öneriler:

1. Araştırmada katılımcıların telefonsuz kalma korku düzeylerinin “orta” seviyede olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Telefonsuz kalma korkusunun azaltılabilmesi ya da tamamen ortadan kaldırılabilmesi için katılımcıların, telefonlardan uzak ortamlarda kitap okuma, spor, meditasyon, yoga, sanat, müzik ya da farklı ilgi alanlarına yönelmesi önerilebilir.
2. Yaşı daha genç ve kıdemi daha az olan katılımcıların bu konudaki duyarlılıkları ve farkındalıklarını ortaya çıkarmaya ve bunun olası olumsuzluklarını yansıtmaya yönelik çeşitli etkinlikler yapılabilir.
3. Kullanılan sosyal ağ sayısı ve sosyal ağların aktif kullanma süresinin sınırlandırılmasına yönelik bilinçlendirmeler yapılabilir ve bu konuda yakın çevresinden destek alınabilir.
4. Küçük yaşlardan itibaren akıllı telefon ve buna benzer teknolojik gereçlerin kullanımına yönelik eğitimler verilebilir.

Araştırmacılara yönelik öneriler:

5. Alanyazında yapılan çalışmaların genellikle gençler ve öğrenciler üzerinde olduğu görülmekte, dolayısıyla farklı yaş ve meslek grupları üzerinde araştırmalar yapılması alana katkı sağlayabilir.
6. Öğretmen ve yöneticilerin nomofobi düzeyleri ile işteki verimi, çalışma performansları, genel sinizm düzeyleri ve sosyal iyilik hali araştırılabilir.
7. Öğretmen ve okul yöneticilerinden kadınların nomofobi düzeylerinin erkeklerden daha yüksek çıkma nedenleri nitel çalışmalarla derinlemesine araştırılabilir.

Katkı Beyanı

Yazarlar çalışmaya eşit düzeyde katkıda bulunmuşlardır.

Çatışma Beyanı

Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Kaynakça

- Akbal, S. (2018). *Sosyal Anksiyete Bozukluğu ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Akıllı, G. & Gezgin, D. M. (2016). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile farklı davranış örüntülerinin arasındaki ilişkilerin incelenmesi Examination of the Relationship Between Nomophobia Levels and Different Behavior Patterns of University Students. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1 (40), 0-0. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/26849/282358>
- Akman, E. (2019). Akıllı telefonsuz kalma korkusunun (nomofobi) akademik başarıya etkisi: Süleyman Demirel Üniversitesi Siyaset Bilimi ve Kamu Yönetimi öğrencileri üzerinden bir değerlendirme. *AVRASYA Uluslararası Araştırma Dergisi*, 7(16), 256–275. doi:10.33692/avrasyad.543756
- Apak, E. ve Yaman, Ö. M. (2019). Üniversite öğrencilerinde nomofobi yaygınlığı ve nomofobi ile sosyal fobi arasındaki ilişki: Bingöl Üniversitesi örnekleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6, 611–629. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2019.6.3.0078>.

- Arslan, H., Tozkoparan, S. B. & Kurt, A. A. (2019). Öğretmenlerde mobil telefon yoksunluğu korkusunun ve gelişmeleri kaçırma korkusunun incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21 (3), 237-256. DOI: 10.17556/erziefd.512074
- Atılğan, S. S. (2020). Akıllı telefon kullanan üniversite öğrencileri arasında nomofobi düzeyinin belirlenmesi. *Elektronik Cumhuriyet İletişim Dergisi*, 2 (2), 6-23. Retrieved from <http://ecider.cumhuriyet.edu.tr/tr/pub/issue/59151/833641>.
- Bak, G. (2019). X, Y ve Z Kuşağında Nomofobi: Nitel Bir Araştırma. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 2(5): 288-302.
- Bragazzi, N. L., and Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management* (7), 155–160. doi:10.2147/PRBM.S41386
- Buctot, D. B., Kim, N., & Kim, S. H. (2020). The role of nomophobia and smartphone addiction in the lifestyle profiles of junior and senior high school students in the philippines. *Social Sciences & Humanities Open*, 2(1), 1-14. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3571366>
- Büyükçolpan, H. (2019). *Üniversite öğrencilerinde nomofobi, bağlanma biçimleri, depresyon ve algılanan sosyal destek* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara.
- Celep, E., & Çorumlu, B. (2022). Nomofobik eğilimler ve sosyal medya kullanım yoğunluğunun kompulsif çevrimiçi satın alma davranışı ile olan ilişkisinin belirlenmesi: Bir uygulama. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 1339–1359. Geliş tarihi gönderen <https://www.isarder.org/index.php/isarder/article/view/1710>.
- Cırak, S. N. ve İslim, O. F. (2021). Investigation into Nomophobia amongst Turkish pre-service teachers. *Education and Information Technologies*, 26(2), 1877-1895.
- Çakır, M. A. ve Kuzucu, A. (2019). Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, *Researcher*, 7(1), ss. 181-199.
- Daei, A., Ashrafi-Rizi, H. ve Soleymani, M. R. (2019). Nomophobia and health hazards: Smartphone use and addiction among university students. *International Journal of Preventive Medicine*, 10(1), 1-5. DOI: 10.4103/ijpvm.IJPVM_184_19
- Demirci, B., Kılıç, Ö. ve Özhasar, Y. (2021). Yiyecek içecek işletmelerinde nomofobinin işgören verimliliğine etkisi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*. 13(4), 3514-3524.
- 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. doi:10.1556/2006.4.2015.010
- Demirel, B. R. ve Sarıkoç, G. (2022). Hemşirelerde Nomofobi ile Sosyal İyilik Hâli Arasındaki İlişki: Tanımlayıcı Araştırma. *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi*. file:///C:/Users/User/Downloads/nurses.2022-89121.pdf
- Ekşi, N. N. (2020). *Öğretmenlerin Nomofobi ve Örgütsel Hafıza Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Eren, B., Kılıç, Z. N., Günal, S. E., Kırçalı, M. F., Öznacar, B. B., ve Topuzoğlu, A. (2020). Lise öğrencilerinde nomofobinin ve ilişkili etkenlerin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(2), 133-140. <https://doi.org/10.5455/apd.56124>
- Fidan, H. (2016). Mobil Bağımlılık Ölçeği'nin geliştirilmesi ve geçerliliği: Bileşenler modeli yaklaşımı. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* (3), 433–469. doi:10.15805/addicta.2016.3.0118
- Friebel, G. ve Searbright, P. (2011). Do women have longer conversations telephone evidence of gendered communication strategies. *Journal of Economic Psychology*, 32(3), 348-356.
- Fu, S., Chen, X. ve Zheng, H. (2020). Exploring an adverse impact of smartphone overuse on academic performance via health issues: a stimulus-organism-response perspective. *Behaviour & Information Technology*, 40(7), 663-675.

- Gezgin, D. M., Hamutoğlu, N. B., Sezen Gültekin, G. & Yıldırım, S. (2019). Öğretmen adaylarının akıllı telefon, mobil telefonsuz kalma korkusu (nomofobi) ve gelişmeleri kaçırma korkusuna (fomo) ilişkin algılarının metafor kullanılarak belirlenmesi. *Bartın University Journal of Faculty of Education*, 8(2), 733-783. DOI: 10.14686/buefad.516540
- Gezgin, D. M., & Çakır, Ö. (2016). Analysis of nomofobic behaviors of adolescents regarding various factors. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2504-2519. <https://doi.org/10.14687/jhs.v13i2.3797>
- Gezgin, D. M., Çakır, Ö., & Yıldırım, S. (2018). The relationship between levels of nomophobia prevalence and internet addiction among high school students: The factors influencing Nomophobia. *International Journal of Research in Education and Science*, 4(1), 215-225. <https://doi.org/10.21890/ijres.383153>
- Gezgin, D., Hamutoğlu, N., Başarmak, U., ve Dağlı, E. (2020). Akıllı telefon kullanım becerisi bağlamında okul öncesi öğretmenlerinin nomofobi eğilimlerinin incelenmesi. *Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 14(32), 1-16. 10.29329/mjer.2020.258.1
- Günlü, A., ve Uz Baş, A. (2020). Genişletilmiş benlik kuramı bağlamında nomofobi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(5), 3853-3873. Retrieved from <http://www.itobiad.com/tr/pub/issue/57287/778313>.
- Günüç, S. ve Kayri, M. (2010). Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-güvenirlilik çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 220-232.
- Gürol, A., Ejder Apay, S., Özdemir, S., Uslu, S. ve Güven, R. (2020). Üniversite öğrencilerinde nomofobi ve sosyal anksiyete düzeylerinin karşılaştırılması. *ACU Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(4):701-705.
- Hoşgör, H. (2020). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyini etkileyen faktörler ve ders performansları üzerinde nomofobinin etkisi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15 (25), 3169-3197.
- Hoşgör, H., Tandoğan, Ö., ve Gündüz-Hoşgör, D. (2017). Nomofobinin günlük akıllı telefon kullanım süresi ve okul başarısı üzerindeki etkisi: sağlık personeli adayları örneği. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(46), 573-595. <https://doi.org/10.16992/ASOS.12266>
- Huck, S. W. (2012). *Reading statistics and research* (6th ed). Boston: Pearson.
- Kaplan Akıllı, G. ve Gezgin, D. M (2016). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile farklı davranış örüntülerinin arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 51-69.
- Kara, M., Baytemir, K., & İnceman-Kara, F. (2019). Duration of daily smartphone usage as an antecedent of nomophobia: exploring multiple mediation of loneliness and anxiety. *Behaviour & Information Technology*, 1-14. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2019.1673485>
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kaviani, F., Robards, B., Young, K. L. ve Koppel, S. (2020). Nomophobia: Is the Fear of Being without a Smartphone Associated with Problematic Use?. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 6024.
- Kayabaş, B., (2013). *Mobil Yaşam* (Editör: T. Volkan Yüzer ve Mehmet Emin Mutlu), *Yeni İletişim Teknolojileri*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları.
- Kıyak, G. N., & Orhan, M. (2022). Çalışanların nomofobi, yaşam doyumu ve iş performansları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Bilimlerde Nicel Araştırmalar Dergisi*, 1(2). <http://www.sobinarder.com/index.php/sbd/article/view/17>.
- King, A. L. S., Valença, 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. doi:10.1016/j.chb.2012.07.025
- Konan, N. ve Çelik, O. T. (2019). The mediator role of interaction anxiety in the relationship between social support perception and smartphone addiction, *Journal of Education and Future*, 15, 63-75.
- Konan, N. ve Çelik, O.T. (2019, 21-24 Mart). Öğretmenlerde akıllı telefon bağımlılığı, III. *International Congress on Science and Education*, s. 807-901, Afyonkarahisar.

- Konan, N., Durmuş, E., Ağiroğlu Bakır, A. ve Türkoğlu, D. (2018). The relationship between smartphone addiction and perceived social support of university students', *International Online Journal of Educational Sciences*, 10(5), 244-256, DOI: <https://doi.org/10.15345/iojes.2018.05.016>
- Konan, N., Durmuş, E., Türkoğlu, D. ve Ağiroğlu Bakır, A. (2018). How is smartphone addiction related to interaction anxiety of prospective teachers?, *Education Sciences*, 8(186), 1-11. DOI:10.3390/educsci 8040186
- Lin, C. Y., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2018). Psychometric evaluation of Persian Nomophobia Questionnaire: Differential item functioning and measurement invariance across gender. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 100-108. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.11>
- Louragli, I., Ahami, A., Khadmaoui, A., Mammad, K., & Lamrani, A. C. (2018). Evaluation of the nomophobia's prevalence and its impact on school performance among adolescents in morocco. *Problems of Psychology in the 21st Century*, 12(2), 84-94. <https://doi.org/10.33225/ppc/18.12.84>
- Mir, R. ve Akhtar, M. (2020). Effect of nomophobia on the anxiety levels of undergraduate students. *JPMA*, 70(9), 1492-1497.
- Önal, N. (2019). Metaphoric perceptions of high school students about nomophobia. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)*, 5(2), 437-449. <https://www.ijres.net/index.php/ijres/article/view/528>
- Özsavran M. ve Ayyıldız, T. (2022). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile okul başarısı arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*. 23(2): 130-138.
- Prasad, M., Patthi, B., Singla, A., Gupta, R., Saha, S., Kumar, J. K., ... ve Pandita, V. (2017). Nomophobia: A cross-sectional study to assess mobile phone usage among dental students. *Journal of clinical and diagnostic research: JCDR*, 11(2), 34-39. DOI: 10.7860/JCDR/2017/20858.9341
- Sarıbay, B. & Durgun, G. (2020). Dokunmatik toplumların fobileri: Netlessfobi, Nomofobi ve Fomo kavramları üzerine bir içerik analizi çalışması. *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, Special Issue on Business and Operations Research - March , 280-294 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/jyasar/issue/53734/630583>
- Sırakaya, M. (2018). Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanım durumlarına göre incelenmesi. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*. 14(2), 714-727.
- Tabachnik, B. G. ve Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics* (6e éd.). Boston, É.-U. U.: Pearson
- Torrejon, Molina ve Manchego (2020). Nomophobia in university students. international journal of early childhood special education, *INT. International Journal of Early Childhood*, 12(1), 488-495.
- Türen, U., Erdem, H. & Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) yayılımı: Türkiye'den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örnekleme. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 10(1), 1-12. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gazibtd/issue/27536/289670>.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2018). *Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması*. <http://www.tuik.gov.tr>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2020). *Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması*. <http://www.tuik.gov.tr>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) (2022). *Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması*. <http://www.tuik.gov.tr>
- Türkiye İstatistik Kurumu. (TÜİK) (2016). *Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması*. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21779>
- Ulutaş, E., Çilli, A. S., Aydın, A., Muratdağı, G., & Ekerbiçer, H. Ç. (2020). Sakarya Üniversitesi öğrencilerinin akıllı telefon kullanma düzeyleri ve yaşam kalitesi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sakarya Tıp Dergisi*, 10(Özel Sayı), 24–32. doi:10.31832/smj.739137
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (11. baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık

- Yıldırım, C. ve Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137.
- Yıldırım, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yıldırım, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322-1331. <https://doi.org/10.1177/0266666915599025>
- Yıldız, E. P., Çengel, M. ve Alkan, A. (2020). Öğretmenlerin nomofobi düzeylerinin demografik özelliklerine ve akıllı telefon kullanım alışkanlıklarına göre incelenmesi. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(10. Yıl Özel Sayısı), 5096-5120. DOI: 10.26466- /opus.676329
- Yıldız Durak, H. (2018). Investigation of nomophobia and smartphone addiction predictors among adolescents in Turkey: Demographic variables and academic performance. *The Social Science Journal*, 56(4), 492-517. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2018.09.003>
- Yılmaz, G., Şar, A. H., ve Civan, S. (2015). Ergenlerde mobil telefon bağımlılığı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 2(2), 20-37. https://dergipark.org.tr/tr/pub/ojtac/issue/28470/303439#article_cite adresinden alındı.
- Yılmaz, M., Köse, A. ve Doğru. Y. B., (2018). Akıllı telefondan yoksun kalmak: Nomofobi üzerine bir araştırma. *AJIT-e: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi*. 9(35), 31-47.
- Yorulmaz, M, Kırac, R. ve Sabırlı, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde nomofobinin uyku ertelemeye etkisi, *Journal of Social And Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 5(27), pp:2988-2996.