

ERGENLERDE AKILLI TELEFON BAĞIMLILIĞININ YORDAYICISI OLARAK BENLİK SAYGISI VE YAŞAM DOYUMU

SELF-ESTEEM AND LIFE SATISFACTION AS PREDICTORS OF SMARTPHONE ADDICTION IN ADOLESCENTS

Abdullah Ensar UZUN
Millî Eğitim Bakanlığı
Psikolojik Danışma ve Rehberlik
aensaruzun@gmail.com
ORCID: 0000-0001-7809-4789

Habib HAMURCU
Erciyes Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Psikolojik Danışma ve Rehberlik
hamurcu@erciyes.edu.tr
ORCID: 0000-0003-1976-4118

Gülgün UZUN
Erciyes Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Psikolojik Danışma ve Rehberlik
gulgun@erciyes.edu.tr
ORCID: 0000-0003-2421-7725

ÖZ

Geliş Tarihi:

17.01.2024

Kabul Tarihi:

08.05.2024

Yayın Tarihi:

25.06.2024

Anahtar Kelimeler

Akıllı telefon
bağımlılığı,
Benlik saygısı,
Yaşam doyumu

Keywords

Smartphone
addiction,
Self-esteem,
Life satisfaction

Bu çalışmanın amacı ergenlerde akıllı telefon bağımlılığının yordayıcısı olarak benlik saygısı ve yaşam doyumunun incelenmesidir. Bu araştırma tasarlanırken ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu “kolay örnekleme” yöntemi kullanılarak oluşturulmuştur. Araştırmanın örneklem grubunu Millî Eğitim Bakanlığına bağlı liselerde öğrenimini devam ettiren 303 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma İstanbul ilinde yer alan okullarda gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada kullanılan veriler 2022 – 2023 eğitim öğretim dönemi içerisinde toplanmıştır. Veri toplama süreci araştırmacılar tarafından belirlenen okullar ziyaret edilerek yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Veri toplama araçları “Kişisel Bilgi Formu”, “Benlik Saygısı Ölçeği”, “Yaşam Doyumu Ölçeği”, “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formudur”. Araştırmanın veri analizi SPSS paket programı ile yapılmıştır. Araştırma veri analiz sürecinde öncelikle güvenilirlik analizi yapılmıştır. Ardından ortalama ve standart sapma değerleri bulunmuştur. Gerekli koşulların sağlanması sonucunda korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizinin ardından regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, akıllı telefon bağımlılığı ve benlik saygısı arasında ilişkinin anlamlı ve negatif yönde olduğu bulunmuştur. Araştırmada elde edilen diğer sonuç ise akıllı telefon bağımlılığı ile yaşam doyumu arasında anlamlı ve negatif ilişki olduğu bulunmuştur.

ABSTRACT

The aim of this study is to examine self-esteem and life satisfaction as predictors of smartphone addiction in adolescents. Relational screening model was used when designing this research. The study group was formed using the "convenient sampling" method. The sample group of the research consists of 303 students who continue their education in high schools affiliated with the Ministry of National Education. The research was carried out in schools in Istanbul. The data used in this study was collected during the 2022 – 2023 academic period. The data collection process was carried out face to face by visiting the schools determined by the researchers. Data collection tools are "Personal Information Form", "Self-Esteem Scale", "Life Satisfaction Scale", "Smartphone Addiction Scale Short Form". Data analysis of the research was done with the SPSS package program. In the research data analysis process, first of all, reliability analysis was performed. Then, mean and standard deviation values were found. As a result of meeting the necessary conditions, correlation analysis was performed. After the correlation analysis, regression analysis was performed. According to the results obtained in the study, the relationship between smartphone addiction and self-esteem was found to be significant and negative. Another result obtained in the study was that there was a significant and negative relationship between smartphone addiction and life satisfaction.

DOI: <https://doi.org/10.30783/nevsosbilen.1421182>

Atf/Cite as: Uzun, A. E., Hamurcu, H., & Uzun, G. (2024). Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığının yordayıcısı olarak benlik saygısı ve yaşam doyumu. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, 14(2), 625-642.

Giriş

Dijital çağda her alanda yaşanan gelişmelere paralel olarak teknolojik araçlar hızlı bir şekilde yaygınlaşmıştır. Akıllı telefonlar da gelişen bu teknolojik araçlar arasında önemli bir yer tutmaktadır (Sferir vd., 2023; Şata vd., 2016; Ting ve Chen, 2020). Akıllı telefonlar ile görüntülü konuşma, sosyal medya ve mobil programlara ulaşım gibi birçok alternatif işlem yapılabilmektedir (Çakır ve Oğuz, 2017; Haug vd., 2015). İşlevselliği sürekli artan akıllı telefonlar günden güne yaygınlaşmakta ve insanların yaşamlarında vazgeçilmez bir parça haline gelmektedir (Adnan ve Gezgın, 2016). Akıllı telefonlar, insanlara olumlu katkıların yanı sıra kullanma zamanının fazla görülmesi durumunda sosyal, fizyolojik ve psikolojik yönden olumsuz etkilere sebep olabilmektedir (Bulduklı ve Özer, 2016; Chun vd., 2023; Yücelten, 2016; Zhang vd., 2023). Akıllı telefonların sınır koyulmadan kullanılması sonucunda bağımlılık sorunu söz konusu olabilir (Kalen, 2018; Ratan vd., 2021). Akıllı telefon bağımlılığı, kullanıcılar tarafından günlük hayatını aktif şekilde devam etmesini engelleyecek şekilde yoğun kullanımı ve akıllı telefon kullanılmadığı takdirde birtakım olumsuz duygu ve tepkilerin ortaya çıkması olarak tanımlanmaktadır (Lee vd., 2014; Süler, 2016; Ting ve Chen, 2020). Akıllı telefonlar ile geçirilen sürenin artması ile birlikte akıllı telefon bağımlılığının daha zararlı etkilere neden olabileceği çeşitli araştırma sonuçlarında belirtilmiştir (Lee vd., 2014; Lin vd., 2015; Ratan vd., 2021; Sferir vd., 2023). İnsan yaşamında akıllı telefonların kullanımı ve bireyler üzerindeki etkilerini inceleyen çalışmaların yapılması sorunun topluma olan etkilerinin görülmesi için önemli bir gerekliliktir. Araştırma bu nedenle planlanmış ve gerçekleştirilmiştir.

Literatür incelendiğinde akıllı telefon bağımlılığının ergenler üzerindeki etkilerini araştıran çalışmalar dikkat çekmekte olup bu çalışmalarda akıllı telefon kullanımının özellikle ergenlik döneminde olan bireyler üzerinde daha yoğun olduğu görülmektedir (Çakır ve Oğuz, 2017; Deniz, 2014; Lin ve Tsai, 2002). Akıllı cep telefonuna sahip olmanın saygınlık aracı olarak görülmesi, keyifli vakit geçirme imkânı sunması, kişilerarası ilişkilerin kurulması ve devam ettirilmesini sağlaması gibi sosyal ve duygusal fonksiyonlar ergenlerin akıllı telefon kullanma nedenleri arasında gösterilebilir (Choliz, 2010; Gong vd., 2022; Malinauskas ve Mašinauskiene, 2019). Ergenlerin olması gerekenden fazla akıllı telefonları kullanması psikososyal ve davranış problemlerine neden olmaktadır. İlgili alan yazında depresyon ve uyku bozukluğu (Dewald-Kaufmann ve Grob, 2015; Zou vd., 2019; Yang vd., 2022), yalnızlık ve sosyal kaygı (Doğan ve Tosun, 2016), saldırganlık davranışı (Ting ve Chen, 2020), utangaçlık (Kalen, 2018), stres (Chun vd., 2023) gibi durumların sürekli ve yoğun akıllı telefon kullanımı sonucunda görülebileceği belirtilmiştir. Akıllı telefon bağımlılığı kavramının ayrıca düşük benlik saygısı ile ilişkisinin olduğu yapılan araştırmalar sonucunda belirtilmiştir (Yang, 2016; Ding vd., 2022; You vd., 2019).

Akıllı telefon bağımlılığı kavramı ile benlik saygısı kavramı arasında anlamlı ilişki olduğu farklı araştırma sonuçlarında gözlemlenmiştir (Casale vd., 2022; Sfeir, 2023). Yani benlik saygısı akıllı telefon bağımlılığını etkileyen değişkenlerden birisidir (Sfeir, 2023; Yang vd., 2010). Benlik saygısı, kişinin kendi özelliklerini fark edip kabul etmesi, kendisi ile barışık olması ve kendisini değerli hissetmesi durumudur (Rosenberg, 1986). Baumeister (1997), düşük benlik saygısının insanların farkındalıktan kaçmak için kendi kendilerini engelleyen davranışlarda bulunabileceğini ileri sürmüştür. Kaçınma davranışının pek çok yolu vardır. Bunlardan bir tanesi akıllı telefon bağımlılığıdır (Khoo, 2021; Geng, vd., 2021). Bireyler tarafından akıllı telefonlar da rahatsız edici bulunan durumlardan kaçış şekli olarak kullanılabilirliğinden bağımlılık yapabileceği düşünülmüştür (Khoo, 2021). Hong vd., (2012) tarafından yapılan araştırmada düşük benlik saygısının akıllı telefon kullanımının nedenlerinden birisi olduğu belirtilmiştir.

Benlik saygısı gibi yaşam doyumu da akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkilidir (Lepp vd., 2014; Zhao, 2023). Yaşam doyumu, bireyin yaşamından memnun olma derecesini (Lucas vd.,1996) mantıksal çerçevede süzgeçten geçirdiği bir süreçtir (Pavot ve Diener, 1993). Yaşam doyumu kavramının (Diener, 1984) hoşnutluk içerdiği, bireyin yaşamından, sahip olduklarından memnun olmasını belirttiği araştırmalar sonucunda ortaya çıkarılmıştır (Aydın, 2011). Meral (2017) yapmış olduğu araştırmada yaşam doyumunun ergenlerin akıllı telefon bağımlılığını negatif yönde yordadığını bulmuştur. Song vd., (2019) Güney Kore’de yaşayan ergenler üzerinde yaptıkları araştırma sonucunda yaşam doyumu ile akıllı telefon bağımlılığının anlamlı bir ilişki içerisinde olduğunu bulmuştur. Hong vd. (2012) Tayvan’da yaşayan kadın üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu araştırma sonucunda oluşan modelde benlik saygısı ve akıllı telefon bağımlılığının ilişkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Mathuravala (2022) üniversite öğrencilerine yönelik yapmış olduğu araştırma sonucunda benzer şekilde benlik saygısı ile akıllı telefon bağımlılığının ilişkili olduğunu bulmuştur.

Akıllı telefon bağımlılığı üzerinde durulması gereken önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmakta ve bu konuda yapılacak araştırmaların risk grubu olan ergenler üzerinde artması gerektiği araştırmacılar tarafından

düşünülmektedir. Araştırma konusu için akıllı telefon bağımlılığının seçilmesi bu amaca yönelik olarak düşünülmüştür. Benlik saygısı ve yaşam doyumu giriş bölümünde yer alan araştırmalarda belirtildiği gibi akıllı telefon bağımlılığı ile ilişki olan iki önemli kavramdır. Bu çalışma ile benlik saygısı kavramı ve yaşam doyumu kavramının akıllı telefon bağımlılığı kavramı ile olan ilişkisi ortaya çıkarılarak alanyazına yeni verilerin kazanılması amaçlanmıştır. Bu amaçla araştırma kapsamında aşağıda yer alan araştırma sorularının sınanması hedeflenmiştir.

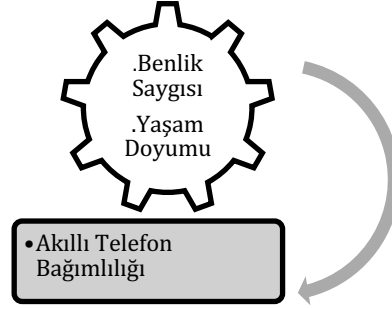
- Akıllı telefon bağımlılığı, benlik saygısını etkiliyor mudur?
- Akıllı telefon bağımlılığı, yaşam doyumunu etkiliyor mudur?

Akıllı telefon bağımlılığı kavramı ile benlik saygısı kavramı ve yaşam doyumu kavramlarının bir arada ele alındığı literatürde sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Araştırma bu açıdan alan yazında araştırmacılar tarafından tespit edilen bir eksikliği giderecektir. Araştırma sonuçları ile sınanan hipotezler ile ayrıca akıllı telefon bağımlılığını etkileyen değişkenlerin belirlenerek sorunun azaltılması konusunda çözüm önerileri sunmak amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu çalışmada model olarak ilişki tarama tercih edilmiştir. Bu tercih edilen model, iki veya çok daha fazla sayıdaki değişkenler arasında beraber değişimin olup olmadığını tespit etmek hedefi ile araştırmacılar tarafından kullanılmaktadır. Araştırmada kullanılan değişkenlerin beraber değişip değişmediği; eğer mevcut bir değişim varsa bu değişimin nasıl olduğu bu modelde saptanmaya çalışılır (Karasar, 2011; Oral ve Çoban, 2020).



Şekil 1. Akıllı Telefon Bağımlılığının Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Yaşama Doyumuna Yönelik Oluşturulan Model

Örneklem Grubu

Araştırmanın örneklem grubunu Millî Eğitim Bakanlığına bağlı olan farklı lise türlerinde öğrenim gören 112 kadın ve 191 erkek olmak üzere toplam 303 ergen oluşturmaktadır. 97 öğrenci lise 9. sınıf, 108 öğrenci lise 10. sınıf, 98 öğrenci 11. sınıfta öğrenimini devam ettirmektedir. 113 öğrencinin annesi ilkököl mezunu, 98 öğrencimizin annesi ortaokul kademe mezunu, 53 öğrencimizin annesi ise lise kademesi mezunu ve 39 öğrencinin annesi ise üniversite kademesi mezunudur. Baba öğrenim durumunda ise 63 öğrencimizin babası ilkököl kademesi mezunu, 90 öğrencimizin babası ortaokul kademesi mezunu, 82 öğrencimizin babası lise kademesi mezunu ve 68 öğrencimizin babası ise üniversite mezunudur. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 15,7 olarak hesaplanmıştır. Çalışma grubu “kolay örnekleme” yöntemi kullanılarak oluşturulmuştur (Oral ve Çoban, 2020). Bu örnekleme, ana kütlede seçilecek ve ana kütle temsil edebilecek örneklem grubunun araştırmacının veya araştırmacıların değerlendirmeleri sonucunda belirlendiği tesadüfi süreçlerin söz konusu olmadığı süreçleri içerir. Bu örnekleme sürecinde araştırmada kullanılan veriler oldukça kolay, hızlı ve ekonomik biçimde toplanır (Malhotra, 2004).

Verilerin Toplanması

Araştırma için öncelikle Yıldız Teknik Üniversitesinden 2023.03 sayılı toplantı sonucunda etik kurul raporu araştırmacılar tarafından alınmıştır. Ardından araştırma için kullanılacak veri toplama araçları kitapçık haline getirilerek öğrenci sayısı kadar çoğaltılmıştır. Kitapçıkların kontrolü araştırmacılar tarafından yapılarak uygulamaya hazır hale getirilmiştir. Daha sonra veri toplanacak okulların tek tek ziyaret edilmesi sağlanmıştır. Öğrencilere çoğaltılan ölçme araçlarının yer aldığı form araştırmacılar tarafından dağıtılarak katılımcıların doldurmaları istenmiştir. Araştırmacılar tarafından verilerin toplanacağı okullardan verilerin toplanması öncesinde gerekli olan izinler alınmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan bireyler 18 yaşından küçük olduğu için ailelerinden ayrıca onam formu alınmıştır. 2022 – 2023 Eğitim Öğretim yılı ikinci döneminde verilerin toplanması işlemi gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda çalışmaya dahil olan ve örneklem grubunda yer alan kişilerin kaç yaşında olduğu, cinsiyetinin ne olduğu, anneleri ile babalarının eğitim düzeyinin ne olduğu ve aylık gelir düzeylerinin ne olduğu ile ilgili bilgilerin edinilmesini sağlamayı amaçlayan sorular bulunmaktadır.

Benlik Saygısı Ölçeği

Ölçek, Rosenberg (1965) isimli bilim insanı tarafından geliştirilmiştir. Ayrıca Çuhadaroğlu (1986) ve Tuğrul (1994) Türkçe diline uyarlama işlemi gerçekleştirmiştir. 10 maddeden oluşmaktadır. Bunlardan 5 tanesi olumlu 5 tanesi ise olumsuz ifadelerden oluşmaktadır. Ölçme aracı 4'lü likert tipinde derecelendirilmiştir. Katılımcıların benlik saygısı puanı sadece toplam puan üzerinden değerlendirilmiştir. Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .76 bulunmuştur. Test-tekrar test yöntemi aracılığı ile güvenilirlik katsayısı .71 olarak bulunmuştur. Ölçme aracından elde edilen puan düzeyinin yüksek olması benlik saygısı seviyesinin yüksek olduğunu göstermektedir. Toplam puanın düşük olması düşük benlik saygısını göstermektedir (Corwyn, 2000).

Yaşam Doyumu Ölçeği

Diener vd., (1985) tarafından ölçme aracının geliştirilme işlemi gerçekleştirilmiştir. Ölçme aracının Türkçe diline uyarlanma çalışmaları Durak vd., (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçme aracı toplam 5 maddeden oluşmaktadır. Ölçme aracından en düşük elde edilecek puan 5 ve en yüksek elde edilecek puan 35 olarak belirlenmiştir. Ölçme aracı 7'li olarak derecelendirilmiştir. Ölçme aracının test-tekrar test güvenilirlik değeri $r=.85,-$ olarak hesaplanmıştır. Ayrıca madde-test korelasyonları ise .71 ile .80 değerlerinin arasında olduğu araştırmacılar tarafından tespit edilmiştir. Katılımcıların ölçek puanlarının artması yaşam doyum düzeyinin yüksek olduğunu ifade etmektedir.

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (Kısa Form)

Kwon vd., (2013) tarafından literatüre kazandırılmıştır. Türkçe diline uyarlama çalışmasını Noyan vd., (2015) gerçekleştirmiştir. Ölçme aracında toplamda 10 madde bulunmakta olup en düşük alınacak puan 10 iken en yüksek puan 60 olarak belirtilmiştir. Ölçek 6'lı likert tipinde derecelendirilmiştir. Ölçme aracının Cronbach's Alpha katsayısı 0.872 bulunmuştur. Ölçme aracından elde edilen puanlar arttıkça bağımlılık düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Ayrıca ölçme aracından alınan puanlar azaldıkça bağımlılık düzeyinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Güvenilirlik Analizi

Anket uygulamasının güvenilirliğini test etmek ve çalışmada yer alan ölçek maddelerinin homojen yapı oluşturup oluşturmadığını tespit etmek amacıyla Cronbach's Alpha tekniği uygulanmış olup ortaya çıkan veriler Tablo 1' de sunulmuştur.

Tablo 1. Cronbach's Alpha Analizi

Ölçme Araçları	Cronbach's Alpha Katsayısı	Madde Sayısı
1.Akıllı Telefon Bağımlılığı	.87	10
2.Benlik Saygısı	.75	10
3.Yaşam Doyumu	.76	5

Tablo 1'de ölçeklerin güvenilir olduğu görülmektedir (Cevahir, 2020).

Tablo 2. Normallik Testi Sonuçları

Ölçme Araçları	Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)
1.Akıllı Telefon Bağımlılığı	2.68	1.96
2.Benlik Saygısı	1.04	1.52
3.Yaşam Doyumu	0.59	1.94

Tablo 2'den alınan verilere göre verilerin normal bir dağılım gösterdiği görülmektedir (Cevahir, 2020).

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde araştırmacılar tarafından ulaşılan sonuçlar değerlendirilecektir.

Tablo 3. Tüm Ölçeklerin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Ölçme Araçları	N	Ortalama	Standart Sapma
1.Akıllı Telefon Bağımlılığı	303	32.85	1.161
2.Benlik Saygısı	303	23.54	.730
3.Yaşam Doyumu	303	6.34	1.385

Tablo 3'de katılımcıların, söz konusu 3 ölçek ile ilgili olarak ortalama ve standart sapma değerleri belirtilmiştir.

Tablo 4. Akıllı Telefon Bağımlılığı, Benlik Saygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3
1.Akıllı Telefon Bağımlılığı	1,000	-,185	-,163
2.Benlik Saygısı		1,000	-,196
3.Yaşam Doyumu			1,000

*p<0.01; **p<0.05

Tablo 4'ten anlaşılacağı üzere katılımcıların akıllı telefon bağımlılığı ile benlik saygısı puanları arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki vardır. Analiz sonuçlarına göre ayrıca akıllı telefon bağımlılığı ve yaşam doyumu arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki vardır.

Tablo 5. Regresyon Analizi Sonuçları

Faktörler	B	Std. Error	Beta	t	p
1.Sabit	33.700	7.223		4.666	.00**
2.Benlik Saygısı	.185	.064	-.412	-4.322	.00*
3.Yaşam Doyumu	1.096	.149	.11	2.149	.03*

*p<0.01; **p<0.05

Tablo-5 incelendiğinde Akıllı Telefon Bağımlılığı, Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu ölçek toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Değişkenlerin Akıllı Telefon Bağımlılığı ile ilişkisi tek tek ele alındığında Benlik Saygısı ($\beta = -.412$; $p = .00$), Yaşam Doyumu ($\beta = .11$; $p = .03$) toplam puanları ile anlamlı olduğu ortaya çıkmıştır.

Sonuç ve Tartışma

Bu çalışmada elde edilen sonuçlara göre, akıllı telefon bağımlılığı ile benlik saygısı negatif ve anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Başka bir deyişle araştırmaya katılan bireylerin benlik saygısı düzeyi arttıkça akıllı telefon bağımlılığı düzeyleri azalmaktadır. Araştırmanın bir diğer sonucu ise akıllı telefon bağımlılığı ile yaşam doyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğudur. Bu sonuca göre katılımcıların yaşam doyumları arttıkça akıllı telefon bağımlılığı düzeyleri azalmaktadır. Çalışmanın bu bölümünde literatürde yer alan araştırmalar ile bu çalışma bulgularının benzer ve farklı yönleri ele alınacaktır.

Araştırmada ulaşılan ilk sonuca göre örneklem grubunda yer alan bireylerin akıllı telefon bağımlılığı ile benlik saygısı puanları arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki vardır. Literatür incelendiğinde, bu çalışmanın bulguları ile benzer nitelikte olan çalışmalar bulunmaktadır. Gezgin vd., (2020) üniversite öğrencilerine yönelik olarak yapmış oldukları çalışmalarında akıllı telefon bağımlılığında çok boyutlu yalnızlığın yordayıcı rolünü ele almışlardır. Araştırmada akıllı telefon bağımlılığının düşük benlik saygısı ile ilişkili olduğu raporlanmıştır. Sfeir vd., (2023) Lübnan'da yaşayan yetişkinler üzerine yaptıkları araştırmaları sonucunda benlik saygısının akıllı telefon bağımlılığı üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bir başka deyişle, düşük benlik saygısı olan yetişkinlerin akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Tohumcu vd., (2019) bireylerin akıllı telefon- internet bağımlılığı ile benlik saygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonucunda akıllı telefon bağımlılığı ile benlik saygısı ölçeği toplam puanlar arasında negatif, orta düzeyde ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Fakat bu çalışmada iki değişken arasındaki ilişki düzeyi düşük iken Tohumcu vd., (2019) çalışmalarında orta düzeydedir. Mohamed ve Mostafa (2020) hemşirelik lisans programında öğrenim gören öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmada akıllı telefon bağımlılığının depresyon ve benlik saygısı ile anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemiştir. Çalışma sonucunda akıllı telefon bağımlılığı ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Mohamed ve Mostafa (2020)'nın çalışması bu çalışmayı destekler nitelikte iken örneklem grubunun yaşları açısından farklı özelliklere sahiptir. Casale vd., (2022) çalışmalarında benlik saygısı ile problemlili akıllı telefon kullanımı arasındaki ilişkiye dair bir meta-analiz çalışması yapmışlardır. Çalışma sonucunda benlik saygısı ile problemlili akıllı telefon kullanımı arasında güçlü ve negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Fakat ilişki düzeyi bu çalışmada düşük iken Casale vd., (2022) araştırmasında yüksektir. Ding vd., (2022) Çin'de yaşayan ergenler üzerinde yaptıkları araştırma ile akıllı telefon bağımlılığı ve benlik saygısı, öz kontrol ve sosyal destek arasındaki ilişkileri bir meta-analiz yöntemi ile incelemişlerdir. İlgili araştırma sonucunda akıllı telefon bağımlılığını etkileyen en önemli değişkenlerden birinin benlik saygısı olduğunu ifade etmişlerdir. Ko vd., (2022) Kore'de yaşamını devam ettiren gençler üzerinde yaptıkları araştırma ile gençlerde akıllı telefon bağımlılığı sorunlarına yönelik müdahalelerin, gençlerin kaygı, depresyon, dürtüsellik, öz kontrol, benlik saygısı ve akıllı telefon bağımlılığı düzeylerini hafifletmedeki etkinliğini incelemişlerdir. Çalışma sonucunda benlik saygısı akıllı telefon bağımlılığının azaltılmasında etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dhamija vd., (2021) çalışmalarında Tıp Fakültesinde öğrenimine devam eden öğrencilerde akıllı telefon bağımlılığı durumunun yaygınlığı ve bu durumun uyku bozukluğu ile düşük benlik saygısı arasındaki ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda akıllı telefon bağımlılığı ve düşük benlik saygısı arasında anlamlı

ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Rustamov vd., (2023) araştırmalarında benlik saygısı ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki: öz kontrolün aracılık rolünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda benlik saygısının akıllı telefon bağımlılığı ile doğrudan ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu çalışma ile Rustamov vd., (2023) çalışmaları benzer sonuçlara sahiptir. Fakat bu iki çalışmada çalışılan örneklem grubunun yaşları farklıdır. Rustamov vd., (2023) 18 – 63 yaş arası bireyler ile çalışmıştır. Yaş ortalamalarının farklı olmasına rağmen benzer sonuçlara ulaşılması benlik saygısının bağımlılığa yaygın etkisini göstermesi açısından önemlidir. Hassani vd., (2022) bağlanma stilleri ve akıllı telefon bağımlılığı: benlik saygısı ve reddedilmeye karşı duyarlılığın aracı rolünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, benlik saygısı ve reddedilmeye karşı duyarlılığın, güvenli ve kaçınan bağlanma stilleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiğini göstermiştir. Yang (2016) üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve depresyonun akıllı telefon bağımlılığını etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Üniversite öğrencileri ve ergenlerde yapılan iki farklı araştırmanın aynı sonuçlara ulaşılması benlik saygısının akıllı telefon bağımlılığı üzerinde ki etkisini farklı yaş grupları üzerinde göstermiştir. Kim ve Koh (2018) araştırmalarında lise öğrencilerinde akıllı telefon kullanımı ile anksiyete ve benlik saygısı arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Akıllı telefon bağımlılığını etkileyen önemli değişkenlerden birinin benlik saygısı olduğu görülmüştür. Kim ve Koh (2018) araştırmaları bu araştırmanın sonuçlarını benlik saygısının akıllı telefon bağımlılığını etkilemesi yönünden desteklemektedir. Her iki çalışmanın lise düzeyinde öğrenciler üzerinde yapılması farklı kültürlerde yer alan akranların benzer özellikler gösterebileceğini göstermiştir. Ching ve Tak (2017) araştırmalarında ebeveynlik stilleri, bağlanma stilleri, öz düzenleme ve benlik saygısının akıllı telefon bağımlılığı ile olan ilişkisini yapısal model yöntemi ile ele almışlardır. Araştırma sonuçlarına göre akıllı telefon bağımlılığına benlik saygısının aracı etkisi olduğu görülmüştür. Farklı kültürel özelliklere sahip iki örneklem grubunda benzer sonuçlara ulaşılması benlik saygısının akıllı telefon bağımlılığı üzerinde olan etkisini görmek açısından önemli bir veri ortaya çıkarmıştır. Wang vd., (2017) araştırmaları ile akran ilişkisi ve ergenlerin akıllı telefon bağımlılığı: benlik saygısının aracı rolü ve ait olma ihtiyacının düzenleyici rolünü ele almışlardır. Araştırma sonuçlarına göre akıllı telefon bağımlılığı ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yaş grubu ve kültürel özellikleri farklı olsa da ilgili araştırmalar sonucunda benlik saygısının düşük olmasının akıllı telefon bağımlılığını etkilediği hem bu çalışmada hem de farklı araştırmalar sonucunda görülmüştür. Bu çalışmada elde edilen bulgulardan farklı olarak, Totan vd., (2019) araştırmalarında üniversite öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin internet bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisinin olmadığını bulmuşlardır. Başka bir çalışmada, Söyler (2019) ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile kendilik algısı ve okula bağlanma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Kendilik algısının akıllı telefon bağımlılığını anlamlı bir şekilde yordamadığı araştırma sonucunda görülmüştür. Kendilik algısı benlik saygısı ile aynı anlamı ifade eden bir kavram olduğu düşünüldüğünde (Rosenberg, 1986) Söyler (2019) araştırması ile bu çalışma sonuçları açısından farklı özelliklere sahiptir. Aynı yaş grubuna yapılan araştırmalarda farklı sonuçların görülmesi katılımcıların kişilik özelliklerinden kaynaklandığı durumunu araştırmacılara çağırıştırılmıştır

Araştırmacılar tarafından yapılan analiz sonuçlarına göre son olarak akıllı telefon bağımlılığı ve yaşam doyumu arasında düşük düzeyde negatif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde, bu araştırmanın bulguları ile benzer nitelikte olan çalışmalar bulunmaktadır. Eisanazar vd., (2021) araştırmaları ile Tıp eğitime devam eden öğrencilerde akıllı telefon bağımlılığı ile stres ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonucunda akıllı telefon bağımlılığı ve yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Fischer-Grote (2021) çalışmalarında sorunlu akıllı telefon kullanımının çocuk ve ergenlerin yaşam kalitesi üzerindeki etkisini sistematik bir inceleme ile ele almışlardır. Çalışma sonucunda sorunlu akıllı telefon kullanımı ve yaşam kalitesi arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kusuma vd., (2019) çalışmalarında üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Araştırma sonucunda akıllı telefon bağımlılığı ile yaşam doyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Peng vd., (2020) akıllı telefon kullanım bozukluğu ile ilgili Çinli ergenler üzerinde yaptıkları araştırma sonucuna göre yaşam doyumunun akıllı telefon kullanımına arabuluculuk ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Özellikle her iki çalışmanın ergenler üzerinde gerçekleşmesi ve katılımcıların yaş gruplarının benzerliği bu durum üzerinde etkili olabilir. Wan Ismail vd., (2020) çalışmalarında üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık süreçlerini ele almışlardır. Çalışma sonucunda akıllı telefon bağımlılığının yaşam doyumunu azaltıcı etkileri olan anksiyete, stres ve depresyon ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. İlgili araştırmanın yaşam doyumu ile akıllı telefon bağımlılığı arasında ilişkisinin bulunması açısından bu çalışma ile benzer sonuçlara sahip olduğu araştırmacılar tarafından tespit edilmiştir. Bu benzerliğin sebebi olarak akıllı telefon bağımlılığı açısından potansiyel risk taşıyan genç

yetişkinlerde psikolojik rahatsızlıkları rutin olarak benzer özellikler taşıdığı durumu araştırmacılar tarafından değerlendirilmektedir. Chen (2020), Asya kıtasının genelinde farklı kültürler üzerine yapmış olduğu araştırması sonucunda akıllı telefon bağımlılığının psikolojik ve sosyal faktörlerini incelemiştir. Araştırma sonucunda yaşam doyumunun düşük olmasının akıllı telefon bağımlılığının gelişmesinde önemli bir etken olduğu görülmüştür. Bu çalışma ile Chen (2020) araştırmasının bu benzerliğinin ergenlik ve yetişkinlik döneminde yaşamlarından tatmin olmayan bireylerin yaşadıkları eksiklik duygusunu telafi etmek için akıllı telefon bağımlılığının geliştiği araştırmacılar tarafından değerlendirilmektedir. Talan vd., (2023) çalışmalarında üniversite lisans eğitimine devam eden öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı, akademik performans, yaşam doyumuna, umutsuzluk ve siber zorbalık arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Çalışma sonucunda akıllı telefon bağımlılığının yaşam doyumundan etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır. Talan vd., (2023) çalışmaları bu sonucu araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Song vd., (2019) yapmış oldukları araştırma sonucunda yaşam doyumuna, akıllı telefon bağımlılığı ve annenin ebeveynlik davranışı arasında ilişki bulmuştur. Annenin psikolojik iyi oluşunun (yaşam memnuniyeti) ve akıllı telefon bağımlılığı eğiliminin, olumlu anne ebeveynlik davranışı için öncü faktörler olduğunu doğrulamaktadır. Çocukların yaşamın çok erken dönemlerinden itibaren sağlıklı gelişimini desteklemek için ebeveynlerin yaşam doyumuna oldukça önemlidir. Song vd. (2019) çalışması ile bu çalışma farklı yaş grupları üzerine yapılmış olmasına rağmen insanın yaşamının hangi döneminde olursa olsun yaşam doyumunun akıllı telefon bağımlılığı üzerinde ciddi bir belirleyici olduğunu göstermektedir. Vietnam'da yaşayan üniversite öğrencileri arasında yapılan bir araştırma sonucuna göre akıllı telefon bağımlılığı riski ile yaşam memnuniyeti arasındaki bağlantıda esnekliğin aracı rolü olduğu bulunmuştur (Quynh vd., 2023). Yaşam memnuniyeti ve yaşam doyumuna kavramlarının birçok noktada örtüştüğü göz önüne alınarak (Akman, 2021) her iki araştırma sonuçları da akıllı telefon bağımlılığını etkileyen önemli bir değişkeni tespit etmiştir. Lachmann vd., (2023) Çin ve Almanya'da yetişkin bireylere yönelik olarak gerçekleştirdikleri araştırmaları ile internet ve akıllı telefon kullanım bozukluğunda empati ve yaşam memnuniyetinin rolünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda akıllı telefon bağımlılığına yaşam doyumunun aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Pearson vd., (2023) araştırmaları ile üniversite eğitimine devam eden öğrenciler arasında akıllı telefon kullanımının sorunlu olması ile yaşadıkları akış eksikliğinin, yaşam doyumunun azalmasına katkıda bulunduğunu sonucuna ulaşılmıştır. Shahrestanaki vd., (2020) çalışmalarında Tahran Tıp Bilimleri Üniversitesi öğrencileri arasında akıllı telefon bağımlılığı ve yaşam kalitesi arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Akıllı telefon bağımlılığı puanları ile yaşam kalitesi puanları arasında anlamlı ters ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Vujić ve Szabo, (2022) çalışmalarında akıllı telefon bağımlılığının yordayıcıları olarak hedonik kullanım, algılanan yaşam stresi ve yaşam doyumuna kavramlarının ilişkisini değerlendirmiştir. Araştırma sonucuna göre akıllı telefon bağımlılığı ve yaşam doyumuna arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Samaha ve Hawi (2016) çalışmalarında akıllı telefon bağımlılığı, stres, akademik performans ve yaşam doyumuna arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Araştırma sonucunda yaşam doyumuna değişkeninin akıllı telefon bağımlılığının oluşmasında düşük düzeyde etkili olduğu sonucu raporlanmıştır. Chui (2015) araştırmasında Hong Kong'lu üniversite öğrencilerinin akıllı telefon kullanımı, sosyal ilişkileri ve yaşam doyumları arasındaki anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını incelemiştir. Çalışma sonucunda akıllı telefon bağımlılığı sürecinde yaşam doyumuna düşük olan bireylerin daha dezavantajlı olduğu görülmüştür. Sabharwal ve Sran (2021) akıllı telefon bağımlılığı ve ruh sağlığı: depresyon, kaygı, stres, benlik saygısı ve yaşam doyumuna üzerine kesitsel karşılaştırmalı bir çalışma yapmıştır. Araştırma sonuçlarına göre akıllı telefon bağımlılığı ve yaşam doyumuna arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Son olarak Gao vd., (2017) çalışmalarında nevroz ile yaşam kalitesi: akıllı telefon bağımlılığı ile depresyonun çoklu aracılık etkilerini ele almışlardır. Çalışma sonucunda akıllı telefon bağımlılığı ve yaşam kalitesinin ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yaşam kalitesi kavramının pek çok noktada yaşam doyumuna ile örtüştüğü söylemek mümkündür (Top vd., 2023). Literatür incelendiğinde, bu çalışmanın bulguları ile paralellik göstermeyen bir çalışmaya rastlanmıştır. Zhao vd., (2023) çalışmasında, yaşlı Çinli göçmenlerin mobil telefon kullanımının sosyal bütünleşme ve yaşam doyumuna etkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda mobil telefonların sürekli ve yoğun kullanılmasının yaşlı bireylerin yaşam doyumlarına etkisinin olmadığı görülmüştür. Yani bu çalışma ile Zhao vd. (2023) çalışması farklı sonuçlar ortaya koymuştur. Söz konusu farklılığın örneklem gruplarının yaş farklarından kaynaklandığı araştırmacılar tarafından düşünülmektedir.

Öneriler

Bu çalışmanın sonuçları değerlendirilerek araştırmacılar tarafından birtakım öneriler getirilmiştir. Bu araştırma sonucunda benlik saygısı ve yaşam doyumunun akıllı telefon bağımlılığı üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Akıllı telefon bağımlılığı kavramının geniş bir içeriğe sahip olduğu ve farklı pek çok kavram ile ilişkisi olduğu göz önünde bulunduğu yeni çalışmalara ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Örneğin akıllı telefon bağımlılığı ile farklı kavramların ilişkisinin belirlenmesi için, psikolojik olgunluk, yaşama anlam yükleme, umut, öz anlayış, duygu düzenleme, esneklik, iyimserlik, özsaygı, psikolojik dayanıklılık, ihtiyaç doyumu ve yaşamın anlamı gibi konuların çalışılması literatürde yer alan boşluğu giderecektir. Ayrıca bu araştırmanın bağımsız değişkeninin derinlemesine incelenmesi ancak yeni çalışmaların yapılması ile mümkün olacaktır.

Çalışmanın örneklem grubunu 303 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmacılar tarafından örneklem grubunun sayısı artırılarak yeni çalışmalar planlanabilir. Ayrıca ergenlik döneminin tüm yaş aralığını incelemek için ortaokul döneminde olan öğrencilerin akıllı telefon kullanımlarına ilişkin yeni araştırmalar planlanabilir. Yaşam doyumu ve benlik saygısı kavramlarının akıllı telefon bağımlılığına etkisi özellikle 35 yaş üstü bireylerde sınanabilir. Yani daha büyük yaş gruplarında yeni çalışmalar planlanıp uygulanabilir. Araştırma sadece İstanbul ilinde gerçekleştirilmiştir. Farklı illerde veya farklı coğrafi bölgelerde yaşayan öğrencilere, yetişkinlere yönelik yeni çalışmalar planlanabilir. Bu şekilde bölgeler arası farklılıklar ve benzerlikler değerlendirilmiş olup ülke geneline ilişkin çıkarımlar yapılabilir.

Ülkemizdeki ergenlerin ve yetişkinlerin akıllı telefon bağımlılığı kavramına ilişkin mevcut durumu tespit etmek ve çözüm önerileri ortaya koyabilmek için ortaokuldan yetişkinlik dönemine kadar bireylerin akıllı telefon bağımlılığı konusunda farklı değişkenler ile yeni bilimsel veriler ortaya koyabilmek için sadece ilişkisel tarama değil boyamsal ve deneysel çalışmalar planlanabilir. Özellikle okulların içerisinde bulunduğu sosyal, kültürel ve ekonomik koşullar dikkate alınarak araştırmacılar tarafından bölgesel ihtiyaçları karşılayacak olan okul temelli müdahale programları planlanıp uygulanabilir. Müdahale programları kapsamında grupla psikolojik danışma, psiko eğitim, grup rehberliği etkinlikleri, sınıf rehberliği etkinlikleri uygulanabilir. Bu kapsamda hem deneysel çalışmalar ile uygulanan programların etkililiği sınanmış olur hem de alanda çalışan okul psikolojik danışmanlarının uygulayabileceği müdahale programlarının sayısı artırılabilir. Çalışmaların yaygınlaşması çağımızın büyük tehlikesi olan akıllı telefon bağımlılığına ilişkin alınan önlemleri güçlendirecektir.

Sınırlılıklar

Araştırmanın çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. Bunlardan bir tanesi araştırma örneklem grubudur. Bu çalışma örneklem grubunda yer alan ve yaşamına İstanbul ilinde devan eden 303 öğrenci ile sınırlıdır. Araştırma, yalnızca lise eğitimine örgün olarak devam eden öğrenciler ile sınırlıdır ve yaygın eğitime devam eden lise öğrencileri araştırmaya dahil edilmemiştir. Ayrıca bu çalışma dokuzuncu sınıf, onuncu sınıf ve on birinci sınıf öğrencileri ile sınırlıdır. Araştırmaya on ikinci sınıf öğrencileri dahil edilmemiştir. On ikinci sınıf öğrencilerinin sınavlara (TYT, AYT, YKS) hazırlık sürecinde olmasından dolayı çalışmaya katılmayı zaman kaybı olarak görmeleri nedeni ile gönülsüz olmaları araştırmacıların bu yönde karar almasını etkilemiştir. Son olarak bu araştırma, Yaşam Doyumu Ölçeği, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeğinin ölçebildiği verileri ile sınırlıdır.

Kaynakça

- Adnan, M. ve Gezgin, D.M. (2016) Modern Çağın Yeni Fobisi: Üniversite Öğrencileri Arasında Nomofobi Prevalansı. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 49(1), 141-158. <https://app.trdizin.gov.tr//makale/TWpNMk9UWTVPUT09>
- Akhtar, F., Patel, P. K., Heyat, M. B. B., Yousaf, S., Baig, A. A., Mohona, R. A., ... & Wu, K. (2023). Smartphone addiction among students and its harmful effects on mental health, oxidative stress, and neurodegeneration towards future modulation of anti-addiction therapies: a comprehensive survey based on slr, Research questions, and network visualization techniques. *CNS & Neurological Disorders-Drug Targets (Formerly Current Drug Targets-CNS & Neurological Disorders)*, 22(7), 1070-1089. <https://doi.org/10.2174/1871527321666220614121439>

- Akman, S. U. (2021). Mutluluk ve yaşam memnuniyetinin belirleyicileri: Türkiye İstatistik Kurumu Yaşam memnuniyeti araştırması üzerine analizler. In *Journal of Social Policy Conferences* (No. 81). <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1937807>
- Aktaş, H., & Yılmaz, N. (2017). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 85-100. <https://pdfs.semanticscholar.org/ce13/9340af97befff5530f80685d8ac8b3ac0397.pdf>
- Alinejad, V., Parizad, N., Yarmohammadi, M., & Radfar, M. (2022). Loneliness and academic performance mediates the relationship between fear of missing out and smartphone addiction among Iranian university students. *BMC psychiatry*, 22(1), 1-13. <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-022-04186-6>
- Aydiner, B. B. (2011). Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlik yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi. <https://www.proquest.com/docview/2700374778?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true>
- Aydoğdu, F., & Koçtürk, N. (2023). Ebeveyn sosyotelizminin ergenlerdeki olumsuz yansımaları: sistematik bir derleme. *Türk J Child Adolesc Ment Health*, 30(1), 11-9. <http://doi.org/10.4274/tjcamh.galenos.2022.05925>
- Balcı, Ş., & Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Seçuk İletişim*, 6(1), 5-22. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/177851>
- Baumeister, R.F. (1997). Identity, self-concept and self-esteem: the self lost and found. In: Hogan, R., Johnson, J., & Briggs (eds.), *Handbook of personality and psychology*. San Francisco: Academic Press, pp. 681–710.
- Belli, M. (2018). *Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumu, akıllı telefon kullanımı ve sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi) Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi. Kütahya.
- Bianchi, A. & Phillips, J. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyberpsychology & Behaviour*. 8(1), 39-51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Branje, S. (2022). Adolescent identity development in context. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101286. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.11.006>
- Bulduklu, Y. & Ozer N.P. (2016). Gençlerin akıllı telefon kullanım motivasyonları. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 5 (8) 2963- 2986. <https://doi.org/10.15869/itobiad.265374>
- Butkovic, A., Tomas, J., Spanic, A. M., Vukasovic Hlupic, T., & Bratko, D. (2020). Emerging adults versus middle-aged adults: Do they differ in psychological needs, self-esteem and life satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, 21(3), 779-798. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-019-00106-w>
- Carbonell, X., Oberst, U., & Beranuy, M. (2013). The cell phone in the twenty-first century: A risk for addiction or a necessary tool. *Principles of addiction*, 1(1), 901-909.
- Casale, S., Fioravanti, G., Benucci, S. B., Falone, A., Ricca, V., & Rotella, F. (2022). A meta-analysis on the association between self-esteem and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 134, 107302. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107302>
- Cevahir, E. (2020). *SPSS ile nicel veri analizi rehberi*. Kibe.
- Chen, C. Y. (2020). Smartphone addiction: psychological and social factors predict the use and abuse of a social mobile application. *Information, Communication & Society*, 23(3), 454-467. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2018.1518469>
- Ching, K. H., & Tak, L. M. (2017). The structural model in parenting style, attachment style, self-regulation and self-esteem for smartphone addiction. *LAFOR Journal of Psychology & the Behavioral Sciences*, 3(1), 85-103.

<https://iafor.org/archives/journals/iafor-journal-of-psychology-and-the-behavioral-sciences/10.22492.ijpbs.3.1.06.pdf>

- Choliz, M. (2010). Mobile phone addiction: A point of Issue. *Society for the Study of Addiction*, 105, 373-375. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02854.x>
- Chui, R. C. F. (2015). Smartphone usage, social relations and life satisfaction of Hong Kong college students. In *New Media, Knowledge Practices and Multiliteracies: HKAECT 2014 International Conference* (pp. 171-178). Springer Singapore. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-981-287-209-8_16
- Chun, J., Lee, H. K., Jeon, H., Kim, J., & Lee, S. (2023). Impact of COVID-19 on Adolescents' Smartphone Addiction in South Korea. *Social Work in Public Health*, 38(4), 268-280. <https://doi.org/10.1080/19371918.2022.2134252>
- Coffey, J. K., & Warren, M. T. (2020). Comparing adolescent positive affect and self-esteem as precursors to adult self-esteem and life satisfaction. *Motivation and emotion*, 44(5), 707-718. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11031-020-09825-7>
- Corwyn, R. F. (2000). The factor structure of global self-esteem among adolescents and adults. *Journal of Research in Personality*, 34(4), 357-379. <https://doi.org/10.1006/jrpe.2000.2291>
- Çakır, Ö., & Oğuz, E. (2017). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 418-429. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/274396>
- Çetin, İ. (2021). *Engelli kadınların toplumsal cinsiyet algısı, yaşam doyumu ve benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi) Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli.
- Çınar, Ç. Y., & Mutlu, E. (2019). İnternet bağımlılığının benlik saygısı, dikkat, gelişmeleri kaçırma korkusu, yaşam doyumu ve kişilik özellikleri ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 20(3), 133-142. <https://dergipark.org.tr/en/pub/bagimli/issue/45814/577995>
- Çuhadaroğlu, F. (1986). Adölesanlarda benlik saygısı. (Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi) Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Deniz, S. (2014). Ergenlerin Problemlili Mobil Telefon Kullanımının Utangaçlık ve Sosyal Anksiyete ile İlişkisinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Deursen, A., V. Bolle, C. L., Hegner, S.M. ve Kommers, P.A.M. (2015). Modeling Habitual and Addictive Smartphone Behavior The Role of Smartphone Usage Types, Emotional Intelligence, Social Stress, Self-Regulation, Age, and Gender. *Computers in Human Behavior*. 45, 411-420. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039>
- Dhamija, S., Shailaja, B., Chaudhari, B., Chaudhury, S., & Saldanha, D. (2021). Prevalence of smartphone addiction and its relation with sleep disturbance and low self-esteem among medical college students. *Industrial Psychiatry Journal*, 30(Suppl 1), S189. <https://doi.org/10.4103%2F0972-6748.328813>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Ding, Y., Wan, X., Lu, G., Huang, H., Liang, Y., Yu, J., & Chen, C. (2022). The associations between smartphone addiction and self-esteem, self-control, and social support among Chinese adolescents: A meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 1029323. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1029323>
- Dirik, K. (2016). Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile öz-güven arasındaki ilişkilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (Yüksel Lisans Tezi) İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

- Doğan, U. & Tosun, N. I. (2016). Lise öğrencilerinde problemlili akıllı telefon kullanımının sosyal kaygı ve sosyal ağların kullanımına aracılık etkisi. *Adyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(22), 99-128. <http://acikerisim.mu.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12809/6567/do%c4%9fan.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Dost, M. T., Aytaç, M., & Uysal, N. K. (2019). Ebeveynlik biçiminin kişilik özellikleri, benlik saygısı ve yaşam doyumunu yordama gücü. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(71), 1146-1165. <https://doi.org/10.17755/esosder.472964>
- Durak Batıgün, A., & Kılıç, N. (2011). İnternet Bağımlılığı İle Kişilik Özellikleri, Sosyal Destek , Psikolojik Belirtiler ve Bazı Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Türk Psikolojisi Dergisi*, 26(67), 1-10. <http://www.psikolog.org.tr/tr/yayinlar/dergiler/1031828/tpd1300443320110000m000093.pdf>
- Durak, H. & Seferoğlu, S.S., (2018). Ortaokul öğrencilerinin akıllı telefon kullanımları ve bağımlılık düzeyleriyle ilgili bir inceleme. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama* Cilt:8 Sayı:1. <http://dergipark.gov.tr/etku/issue/34630/288822>
- Durak, M., Senol-Durak, E., & Gencoz, T. (2010). Psychometric properties of the satisfaction with life scale among Turkish university students, correctional officers, and elderly adults. *Social indicators research*, 99, 413-429. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-010-9589-4>
- Eisanazar, A., Najafi, K., Mohammadi, A., Sarlak, C., & Mirfarhadi, N. (2021). Relationship between smartphone addiction and stress and life satisfaction in medical students. *Journal of Guilan University of Medical Sciences*, 30(2), 144-155. <https://doi.org/10.32598/JGUMS.30.2.1742.1>
- Fischer-Grote, L., Kothgassner, O. D., & Felnhof, A. (2021). The impact of problematic smartphone use on children's and adolescents' quality of life: A systematic review. *Acta Paediatrica*, 110(5), 1417-1424. <https://doi.org/10.1111/apa.15714>
- Friedman, L. J. (2000). *Identity's architect: A biography of Erik H. Erikson*. Harvard University Press.
- Gao, T., Xiang, Y. T., Zhang, H., Zhang, Z., & Mei, S. (2017). Neuroticism and quality of life: Multiple mediating effects of smartphone addiction and depression. *Psychiatry Research*, 258, 457-461. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.08.074>
- Geng, Y., Gu, J., Wang, J., & Zhang, R. (2021). Smartphone addiction and depression, anxiety: The role of bedtime procrastination and self-control. *Journal of affective disorders*, 293, 415-421. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.06.062>
- Gezgin, D. M., Ümmet, D. & Hamutoğlu, N. B. (2020). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı: çok boyutlu yalnızlığın yordayıcı rolü. *Trakya Eğitim Dergisi*, 10 (2), 317-329. DOI: 10.24315/tred.553035
- Gong, J., Zhou, Y., Wang, Y., Liang, Z., Hao, J., Su, L., ... & Wang, Y. (2022). How parental smartphone addiction affects adolescent smartphone addiction: The effect of the parent-child relationship and parental bonding. *Journal of Affective Disorders*, 307, 271-277. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.04.014>
- Gökçearslan, Ş., & Günbatar, M. S. (2012). Ortaöğrenim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2), 10-24. <https://dergipark.org.tr/en/pub/etku/issue/6271/84223>
- Guasp Coll, M., Navarro-Mateu, D., Giménez-Espert, M. D. C., & Prado-Gascó, V. J. (2020). Emotional intelligence, empathy, self-esteem, and life satisfaction in Spanish adolescents: regression vs. QCA models. *Frontiers in psychology*, 11, 1629. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.01629/full>
- Hassani, B., Khodabakhsh Pirkhani, R., & Ahadi, B. (2022). Attachment styles and smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and sensitivity to rejection. *Journal of psychological science*, 21(113), 971-986. <http://psychologicalscience.ir/article-1-1499->

- Haug, S., Castro, R. P., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., & Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of behavioral addictions*, 4(4), 299-307. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.037>
- Heo, Y., & Lee, K. (2018). Smartphone addiction and school life adjustment among high school students: The mediating effect of self-control. *Journal of psychosocial nursing and mental health services*, 56(11), 28-36. <https://doi.org/10.3928/02793695-20180503-06>
- Hong, F. Y., Chiu, S. I., & Huang, D. H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2152-2159. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.06.020>
- Kahyaoglu-Sut, H., Kurt, S., Uzal, O. & Özdilek, S. (2016). Effects of smartphone addiction level on social and educational life in health sciences students. *Eurasian Journal of Family Medicine*. 5(1), 13-9. <https://scholar.google.com/>
- Kalen, S. (2018). *Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile algılanan anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Dokuz Eylül Üniversitesi. İzmir.
- Khoo, S. S., & Yang, H. (2021). Smartphone addiction and checking Behaviors Predict Aggression: a structural equation modeling Approach. *International journal of environmental research and public health*, 18(24), 13020. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/24/13020>
- Kim, E., & Koh, E. (2018). Avoidant attachment and smartphone addiction in college students: The mediating effects of anxiety and self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 84, 264-271. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.037>
- Ko, Y., Kim, S., & Park, S. (2022). A systematic review and meta-analytic study of programs for the problems of smartphone addiction in Korean youth: focusing on anxiety, depression, impulsiveness, self-control, self-esteem and smartphone addiction. *Journal of Korean Public Health Nursing*, 36(1), 5-19. <https://doi.org/10.5932/JKPHN.2021.36.1.5>
- Kusuma, J. F., Sahede, I., Sunaryo, A. T., Fahmi, A. Z., & Nurtjahjo, F. E. (2019). Smartphone Addiction and Life Satisfaction among College Students. In *14th International Conference on Language, Innovation, Culture and Education (ICLICE) & 3rd International Research Conference on Management, Leadership & Social Sciences (IRCMALS) 14th & 15th June* (pp. 29-35). <https://icsai.org/procarch/14iclice3ircmals/14ICLICE-025-019.pdf>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS one*, 8(12), e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558.t002>
- Lachmann, B., Sindermann, C., Sariyska, R. Y., Luo, R., Melchers, M. C., Becker, B., ... & Montag, C. (2018). The role of empathy and life satisfaction in internet and smartphone use disorder. *Frontiers in psychology*, 9, 398. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00398>
- Lee, H., Ahn, H., Choi, S., & Choi, W. (2014). The SAMS: Smartphone addiction management system and verification. *Journal of medical systems*, 38(1), 1-10. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10916-013-0001-1>
- Lemola, S., Perkinson-Gloor, N., Brand, S., Dewald-Kaufmann, J. F. & Grob, A. (2015). Adolescents' electronic media use at night, sleep disturbance, and depressive symptoms in the smartphone age. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(2), 405-418. https://link.springer.com/article/10.1007/s10964-014-0176-x?r=1&error=cookies_not_supported&code=2113bdb7-e543-4482-b530-8e86e50b7683
- Lepp, A., Barkley, J. & Karpinski, A. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety and satisfaction with life in college students. *Computers in Human Behavior*. 31, 343-350. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.049>

- Lin, S. S. J., Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18(4), 411–426. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(01\)00056-5](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(01)00056-5)
- Lin, Y. H., Chang, L. R., Lee, Y. H., Tseng, H. W., Kuo, T. B. & Chen, S. H. (2014). Development and validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PloS One*, 9(6), e98312. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0098312>
- Lin, Y. H., Lin, Y. C., Lee, Y. H., Lin, P. H., Lin, S. H., Chang, L. R., Tseng, H. W., Yen, L. Y., Yang, C. C. & Kuo, T. B. (2015). Time distortion associated with smartphone addiction: Identifying smartphone addiction via a mobile application (App). *Journal of Psychiatric Research*, 65, 139–145. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2015.04.003>
- Lucas, R. E., Diener, E., & Suh, E. M. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616–628. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.71.3.616>
- Malinauskas, R., & Malinauskiene, V. (2019). A meta-analysis of psychological interventions for Internet/smartphone addiction among adolescents. *Journal of behavioral addictions*, 8(4), 613-624. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.72>
- Marcia, J. E., Waterman, A. S., Matteson, D. R., Archer, S. L., Orlofsky, J. L., & Marcia, J. E. (1993). The status of the statuses: Research review. *Ego identity: A handbook for psychosocial research*, 22-41.
- Maree, J. G. (2022). The psychosocial development theory of Erik Erikson: critical overview. *The Influence of Theorists and Pioneers on Early Childhood Education*, 119-133. <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781003120216-11/psychosocial-development-theory-erik-erikson-critical-overview-jacobus-maree>
- Mathurawala, M. S. (2022). Smartphone Addiction, Loneliness and Life Satisfaction Among Undergraduate Students. *International Journal of Indian Psychology*, 10(2). <https://doi.org/10.25215/1002.124>
- Meral, D. (2017). *Ortaöğretim öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının yalnızlık, yaşam doyumu ve bazı kişisel özellikler bakımından incelenmesi.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Erzincan Üniversitesi, Erzincan.
- Minaz, A., ve Bozkurt, Ö. Ç. (2017). Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ve kullanım amaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(21), 268-286. <https://doi.org/10.20875/makusobed.306903>
- Mohamed, S. M., & Mostafa, M. H. (2020). Impact of smartphone addiction on depression and self-esteem among nursing students. *Nursing Open*, 7(5), 1346-1353. <https://doi.org/10.1002/nop2.506>
- Noyan, C. O., Darcin, A. E., Nurmedov, S., Yilmaz, O., & Dilbaz, N. (2015). Validity and reliability of the Turkish version of the Smartphone Addiction Scale-Short version among university students/Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Kısa Formunun üniversite öğrencilerinde Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(S1), 73-82. <https://go.gale.com/ps/i.do?id=GALE%7CA558814592&sid=googleScholar&v=2.1&it=r&linkaccess=abs&issn=13026631&p=AONE&sw=w&userGroupName=izutr&aty=ip>
- Oral, B., & Çoban, A. (2020). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri.* Pegem Akademi.
- Özer, Ş. (2013). Problemlı internet kullanımının benlik saygısı ve öznel iyi oluş ile açıklanabilirliğı. (Yüksek Lisans Tezi)K aradeniz Teknik Üniversitesi. Trabzon.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 5(2),164–172. <https://psycnet.apa.org/record/1993-35863-001>
- Pearson, A. D., Young, C. M., Shank, F., & Neighbors, C. (2023). Flow mediates the relationship between problematic smartphone use and satisfaction with life among college students. *Journal of American College Health*, 71(4), 1018-1026. <https://doi.org/10.1080/07448481.2021.1910274>

- Peng, S., Zhou, B., Wang, X., Zhang, H., & Hu, X. (2020). Does high teacher autonomy support reduce smartphone use disorder in Chinese adolescents? A moderated mediation model. *Addictive Behaviors*, 105, 106319. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0306460319303703>
- Povedano-Diaz, A., Muñiz-Rivas, M., & Vera-Perea, M. (2020). Adolescents' life satisfaction: The role of classroom, family, self-concept and gender. *International journal of environmental research and public health*, 17(1), 19. <https://doi.org/10.3390/ijerph17010019>
- Quynh Ho, T. T., Nguyen, B. P., Nguyen, V. B., & Tran, T. K. L. (2023). Resilience fully mediated in the link between risk of smartphone addiction and life satisfaction among college students. *Advances in Mental Health*, 1-10. <https://doi.org/10.1080/18387357.2023.2200009>
- Rahardjo, W., & Mulyani, I. (2020). Instagram addiction in teenagers: The role of type D personality, self-esteem, and fear of missing out. *Psikohumaniora: Jurnal penelitian psikologi*, 5(1), 29-44. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.4916>
- Ratan, Z. A., Parrish, A. M., Zaman, S. B., Alotaibi, M. S., & Hosseinzadeh, H. (2021). Smartphone addiction and associated health outcomes in adult populations: a systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(22), 12257. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/22/12257>
- Rathakrishnan, B., Bikar Singh, S. S., Kamaluddin, M. R., Yahaya, A., Mohd Nasir, M. A., Ibrahim, F., & Ab Rahman, Z. (2021). Smartphone addiction and sleep quality on academic performance of university students: An exploratory research. *International journal of environmental research and public health*, 18(16), 8291. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168291>
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and commitment therapy. Measures package*, 61(52), 18. <https://integrativehealthpartners.org/downloads/ACTmeasures.pdf#page=61>
- Rosenberg, M. (1986). *Conceiving the self*. New York: RE Krieger.
- Rustamov, E., Musayev, T., Xalilova, X., Ismayilova, G., & Nahmatova, U. (2023). Association between Self-Esteem and Smartphone Addiction: The Mediation Role of Self-Control. *Technium Soc. Sci. J.*, 46, 256. <https://heionline.org/HOL/LandingPage?handle=hein.journals/techssj46&div=21&id=&page=>
- Sabharwal, K., & Sran, S. K. (2021). Smartphone Addiction and Mental Health: A Cross Sectional Comparative Study on Depression, Anxiety, Stress, Self-Esteem and Satisfaction with Life. *International Journal of Indian Psychology*, 9(2). DOI: 10.25215.0902.058
- Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in human behavior*, 57, 321-325. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.045>
- Schachter, E. P. (2005). Erikson meets the postmodern: Can classic identity theory rise to the challenge? *Identity*, 5(2), 137-160. http://dx.doi.org/10.1207/s1532706xid0502_4
- Schwartz SJ. A (2005) New identity for identity research: Recommendations for expanding and refocusing the identity literature. *J Adolesc Res*; 20:293-308. <https://doi.org/10.1177/0743558405274890>
- Sfeir, E., Hallit, S., Akel, M., Salameh, P., & Obeid, S. (2023). Smartphone addiction and personality traits among Lebanese adults: the mediating role of self-esteem. *Psychology, Health & Medicine*, 28(5), 1190-1200. <https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1995886>
- Shahrestanaki, E., Maajani, K., Safarpour, M., Ghahremanlou, H. H., Tiyuri, A., & Sahebkar, M. (2020). The relationship between smartphone addiction and quality of life among students at Tehran University of medical sciences. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 7(1), 23-32. [https://www.addicta.com.tr/Content/files/sayilar/22/61-66\(2\).pdf](https://www.addicta.com.tr/Content/files/sayilar/22/61-66(2).pdf)
- Shinse, O. & Baek, S. (2013). The Influence of Adolescents Smart Phone Addiction on Aggression. *Korean Review of Crisis and Emergency Management*, 9(11), 345-362.

- Song, S. M., Park, B., Kim, J. E., Kim, J. E., & Park, N. S. (2019). Examining the relationship between life satisfaction, smartphone addiction, and maternal parenting behavior: A south Korean example of mothers with infants. *Child Indicators Research*, 12, 1221-1241. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12187-018-9581-0>
- Söyler, İ. (2019). *Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ile kendilik algısı ve okula bağlanma arasındaki ilişki*. (Yüksek Lisans Tezi) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi. İstanbul
- Süler, M. (2016). *Akıllı Telefon Bağımlılığının Öznel Mutluluk Düzeyine Etkisinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sakarya Üniversitesi. Sakarya.
- Şata, M., Çelik, İ., Ertürk, Z., & Taş, E. U. (2016). Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği'nin (ATBÖ) Türk Lise Öğrencileri İçin Uyarlama Çalışması. *Eğitim ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 7(1), 156-169. <https://doi.org/10.21031/epod.95432>
- Talan, T., Doğan, Y., & Kalinkara, Y. (2023). Relationships between Smartphone Addiction, Academic Performance, Life Satisfaction, Hopelessness and Cyberloafing among University Undergraduate Students. *i-Manager's Journal of Educational Technology*, 19(4), 24. DOI:10.26634/jet.19.4.19429
- Thai, M. (2020). Sexual racism is associated with lower self-esteem and life satisfaction in men who have sex with men. *Archives of Sexual Behavior*, 49(1), 347-353.
- Thomée, S., Härenstam, A., & Hagberg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances, and symptoms of depression among young adults—a prospective cohort study. *BMC public health*, 11(1), 66. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31407193/>
- Ting, C. H., & Chen, Y. Y. (2020). Smartphone addiction. In *Adolescent addiction* (pp. 215-240). Academic Press. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780128186268000086>
- Tohumcu, M. U., Karlı, T. A., Bahadır, E., & Kalender, B. (2019). İnternet ve akıllı telefon bağımlılığı ile benlik saygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 21.2: 773-787. <https://dSPACE.trakya.edu.tr/xmlui/handle/trakya/6780>
- Top, M. Ş., Özden, S. Y., & Sevim, M. E. (2003). Psikiyatride yaşam kalitesi. *Düşünen Adam Dergisi*, 16(1), 18-23. https://arsiv.dusunenadamdergisi.org/ing/DergiPdf/DUSUNEN_ADAM_DERGISI_9ef43f6a8afc4d7cab5ba66918f96fc3.pdf
- Totan, T., Ercan, B., & Öztürk, E. (2019). Mutluluk ve benlik saygısının yalnızlıkla internet bağımlılığına etkilerinin incelenmesi. *Edu 7: Yeditepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(10), 20-35. <https://dergipark.org.tr/en/pub/edu7/issue/51553/611381>
- Toy, A. B., Toros, T., Gündoğan, U., Öğraş, E., & Cetin, M. (2020). İşitme engelli bireyler ile işitme engelli sedanter bireylerin bazı değişkenler açısından benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportive*, 3(2), 48-61. <https://dergipark.org.tr/en/pub/sportive/issue/53615/703421>
- Tugrul, C. (1994). Alkoliklerin çocuklarının aile ortamlarındaki stres kaynakları, etkileri ve stresle başa çıkma yolları. *Türk Psikoloji Dergisi*. <https://psycnet.apa.org/record/1997-86725-001>
- Uram, P., & Skalski, S. (2022). Still logged in? The link between Facebook addiction, FoMO, self-esteem, life satisfaction and loneliness in social media users. *Psychological Reports*, 125(1), 218-231. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0033294120980970>
- Ürün, Ö. D., & Öztürk, C. Ş. (2020). Yetişkin bireylerde sosyal görünüş kaygısı ile sosyal kaygı, benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler. *Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 4(1), 37-45. <https://dergipark.org.tr/pub/amusbfd/issue/52200/590746>
- Vujić, A., & Szabo, A. (2022). Hedonic use, stress, and life satisfaction as predictors of smartphone addiction. *Addictive Behaviors Reports*, 15, 100411. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2022.100411>
- Wan Ismail, W., Sim, S. T., Tan, K. A., Bahar, N., Ibrahim, N., Mahadevan, R., ... & Abdul Aziz, M. (2020). The relations of internet and smartphone addictions to depression, anxiety, stress, and suicidality among

- public university students in Klang Valley, Malaysia. *Perspectives in psychiatric care*, 56(4), 949-955. <https://doi.org/10.1111/ppc.12517>
- Wang, P., Zhao, M., Wang, X., Xie, X., Wang, Y., & Lei, L. (2017). Peer relationship and adolescent smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong. *Journal of behavioral addictions*, 6(4), 708-717. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.079>
- Yang, K. M. (2016). The effect of self-esteem and depression on smartphone addiction among university students. *Journal of the Korea Convergence Society*, 7(1), 113-123. <https://doi.org/10.15207/JKCS.2016.7.1.113>
- Yang, S. Y., Wang, Y. C., Lee, Y. C., Lin, Y. L., Hsieh, P. L., & Lin, P. H. (2022, May). Does smartphone addiction, social media addiction, and/or internet game addiction affect adolescents' interpersonal interactions? In *Healthcare* (Vol. 10, No. 5, p. 963). <https://doi.org/10.3390/healthcare10050963>
- Yang, Y.S., Yen, J.Y., Ko, C.H., Cheng, C.P. & Yen, C.F. (2010). The association between problematic cellular phone use and risky behaviors and low self- esteem among Taiwanese adolescents. *BMC Public Health*. 10:217.1-8 <https://link.springer.com/article/10.1186/1471-2458-10-217>
- Yıldırım, S. (2018). Ergenlerin öznel iyi oluş ve anne baba tutumu ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Sakarya Üniversitesi. Sakarya.
- Yıldız, M. A., & Baytemir, K. (2016). Evli bireylerde evlilik doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1). <https://dergipark.org.tr/tr/pub/inuefd/issue/26707/280931>
- Yılmaz, G., Şar, A.H. & Civan, S. (2015). Ergenlerde Mobil Telefon Bağımlılığı İle Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*. 2(2), 20-37. <https://dergipark.org.tr/en/pub/ojtac/issue/28470/303439>
- Yiğit, Y.E. (2019). Ergenlerde Akıllı Telefon Bağımlılığının Yalnızlık Üzerine Etkisi. (Yüksek Lisans Tezi) Biruni Üniversitesi. İstanbul.
- You, Z., Zhang, Y., Zhang, L., Xu, Y., & Chen, X. (2019). How does self-esteem affect mobile phone addiction? The mediating role of social anxiety and interpersonal sensitivity. *Psychiatry research*, 271, 526-531. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.040>
- Yücelten, E. (2016). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Uskudar Üniversitesi. İstanbul.
- Zhang, K., Guo, H., Wang, T., Zhang, J., Yuan, G., Ren, J., ... & Zhang, Z. (2023). A bidirectional association between smartphone addiction and depression among college students: A cross-lagged panel model. *Frontiers in Public Health*, 11, 1083856. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1083856>
- Zhao, L. (2023). The effects of mobile social media use on older migrants' social integration and life satisfaction: use types and self-esteem perspective. *Social Science Computer Review*, 41(1), 249-264. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/08944393211042545>
- Zhao, L. (2023). The effects of mobile social media use on older migrants' social integration and life satisfaction: use types and self-esteem perspective. *Social Science Computer Review*, 41(1), 249-264. <https://doi.org/10.1177/08944393211042545>
- Zou, Y., Xia, N., Zou, Y., Chen, Z., & Wen, Y. (2019). Smartphone addiction may be associated with adolescent hypertension: a cross-sectional study among junior school students in China. *BMC pediatrics*, 19, 1-8. <https://link.springer.com/article/10.1186/s12887-019-1699-9>

EXTENDED SUMMARY

In parallel with the developments in every field in the digital age, technological tools have become widespread rapidly. Smartphones also hold an important place among these developing technological tools (Sferir et al., 2023; Şata et al., 2016; Ting and Chen, 2020). Many alternative operations such as video calls, social media and access to mobile programs can be performed with smartphones (Çakır and Oğuz, 2017; Haug et al., 2015). Smartphones, whose functionality is constantly increasing, are becoming more widespread day by day and are becoming an indispensable part of people's lives (Adnan and Gezgin, 2016). In addition to their positive contributions to people, smartphones can cause psychological, physiological and social negative effects if they are used for a long time (Bulduklu and Özer, 2016; Chun et al., 2023; Yücelten, 2016; Zhang et al., 2023). An addiction problem may arise as a result of using smartphones without limits (Kalen, 2018; Ratan et al., 2021). Smartphone addiction is defined as intense use by users that prevents them from continuing their daily lives actively and the emergence of some negative emotions and reactions if the smartphone is not used (Lee et al., 2014; Süler, 2016; Ting and Chen, 2020). It has been stated in various research results that increasing the time spent with smartphones may cause more harmful effects of smartphone addiction (Lee et al., 2014; Lin et al., 2015; Ratan et al., 2021; Sferir et al., 2023). Conducting studies examining the use of smartphones, which have become an integral part of human life, and their effects on individuals is an important necessity to see the effects of the problem on society.

When the literature is examined, studies investigating the effects of smartphone addiction on adolescents attract attention, and in these studies, it is seen that smartphone use is more intense, especially on individuals in adolescence (Çakır and Oğuz, 2017; Deniz, 2014; Lin and Tsai, 2002). Adolescents' use of smartphones more than they should cause psychosocial and behavioral problems. In the relevant literature, depression and sleep disorder (Dewald-Kaufmann and Grob, 2015; Zou et al., 2019; Yang et al., 2022), loneliness and social anxiety (Doğan and Tosun, 2016), aggressive behavior (Ting and Chen, 2020). It has been stated that conditions such as anxiety, shyness (Kalen, 2018) and stress (Chun et al., 2023) may occur as a result of continuous and intense smartphone use. Studies have shown that smartphone addiction is also associated with low self-esteem (Yang, 2016; Ding et al., 2022; You et al., 2019). It has been seen in different research results that there is a significant relationship between smartphone addiction and self-esteem (Casale et al., 2022; Sfeir, 2023). In other words, self-esteem is one of the variables affecting smartphone addiction (Sfeir, 2023; Yang et al., 2010). Self-esteem is the state in which a person recognizes and accepts his own characteristics, is at peace with himself and feels valuable (Rosenberg, 1986). Baumeister (1997) suggested that low self-esteem may cause people to engage in self-defeating behaviors to escape awareness. There are many ways to avoid awareness. One of these is smartphone addiction (Khoo, 2021; Geng, et al., 2021). Like self-esteem, life satisfaction is also associated with smartphone addiction (Lepp et al., 2014; Zhao, 2023). Life satisfaction is a process that filters the individual's degree of satisfaction with his life (Lucas et al., 1996) within a logical framework (Pavot and Diener, 1993). It has been revealed as a result of research that the concept of life satisfaction (Diener, 1984) includes contentment and indicates that the individual is satisfied with his life and what he has (Aydiner, 2011). In his study, Meral (2017) found that life satisfaction negatively predicted adolescents' smartphone addiction. As a result of their study, Song et al., (2019) found a significant relationship between life satisfaction and smartphone addiction. Smartphone addiction is an important concept that should be emphasized, and researchers think that research on this subject should be increased on adolescents, who are in the risk group. Choosing smartphone addiction as the research topic was considered for this purpose. Self-esteem and life satisfaction are two important concepts that are related to smartphone addiction, as stated in the studies in the introduction section. This study aimed to gain new data in the literature by revealing the relationship between self-esteem and life satisfaction and smartphone addiction.

Relational screening model was used in this study. Relational screening model is a screening approach that aims to determine the existence of co-variation between two or more variables. In the relational screening model, whether the variables change together or not; If there is a change, it is tried to determine how it happened (Karasar, 2011; Oral and Çoban, 2020).