

## Çalışanların Nomofobi Düzeylerinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi Ve Bir Araştırma<sup>1 2</sup>

An Investigation of Employees' Nomophobia Levels in Terms of Demographic Variables and a Research

Bumin Çağatay AKSU<sup>3</sup>  
Altan DOĞAN<sup>4</sup>

Araştırma Makalesi / Research Article  
Geliş Tarihi/ Received: 25.04.2021  
Kabul Tarihi / Accepted: 18.06.2021  
Doi: 10.48146/odusobiad.927638

**Atıf / Citation:** Aksu, B. Ç. ve Doğan, A., (2021). "Çalışanların Nomofobi Düzeylerinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi Ve Bir Araştırma" ODÜSOBİAD 11(2), 483-508, doi: 10.48146/odusobiad.927638

### Öz

Teknolojik gelişmelerle birlikte akıllı telefon kullanımının yaygınlaşması hem iş yerlerinde hem de çalışanlarda birtakım sorunlara yol açabilmektedir. İngilizce no mobile phobia sözcüklerinin kısaltılmasıyla ortaya çıkmış ve cep telefonundan uzak kalma korkusu olarak nitelenen nomofobi bu sorunlardan biridir. Literatürde nomofobi üzerine yapılan çalışmaların genellikle öğrenciler üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. Oysa nomofobi çalışanlar üzerinde olumsuz etkiler yaratarak onların iş performanslarını, verimliliklerini ve iş konsantrasyonlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Bu durum ise örgütsel çıktıları olumsuz etkilemektedir. Bu noktada çalışan bireylerin nomofobi düzeylerinin demografik değişkenler bakımından anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin tespit edilmesi hem nomofobiden daha çok etkilenen çalışan gruplarının ortaya konması hem de nomofobiden daha fazla etkilenen çalışan gruplarına yönelik stratejiler geliştirilmesi için önem taşımaktadır. Çalışanların nomofobi düzeyleri bakımından mevcut durumu ortaya koymak ve çalışan bireylerin nomofobi durumlarının, demografik değişkenler açısından herhangi bir farklılık gösterip göstermediğinin tespit edilmesi araştırmanın temel amacıdır. Bu doğrultuda çalışma kapsamında; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni durum gibi demografik değişkenler ile mevcut durumda çalışılan işletmedeki kıdem ve toplam iş tecrübesi açısından bireylerin nomofobi düzeyleri incelenerek bu değişkenler için nomofobi düzeyleri açısından gruplar arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu doğrultuda çalışma hayatında aktif olarak yer alan 725 kişiye nomofobi düzeylerini belirlemek amacıyla anket çalışması uygulanmıştır. Anket çalışması uygulanmadan önce gerekli etik izinler alınmış olup katılımcılara çalışmaya katılmaya gönüllü olup olmadıkları sorusu yöneltilmiştir. Araştırmada sonuç olarak çalışanların nomofobi düzeylerinin cinsiyet ve eğitim durumu açısından anlamlı bir farklılık göstermediği, yaş, medeni durum, mevcut kurumdaki kıdem ve toplam iş tecrübesi açısından ise anlamlı farklılıklar gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Bağımlılık, Nomofobi, Sosyal Ağlar, Akıllı Telefon, Çalışanlar,

### Abstract

The widespread use of smart phones together with technological developments can cause some problems both in the workplaces and among the employees. Nomophobia, which emerged with the abbreviation of the English words no mobile phobia and defined as the fear of staying away from the mobile phone, is one of these problems. Nomophobia creates negative effects on employees and negatively affects their job performance, productivity and work concentration. This situation negatively affects the organizational outcomes. At this point, testing whether the levels of nomophobia of individuals show a significant difference in terms of demographic variables is important both to reveal the working groups affected by nomophobia and to develop strategies for the working groups who are more affected by nomophobia. The main purpose of the study is to reveal the current situation in terms of the

<sup>1</sup> Bu çalışmada veri toplama sürecinden önce, 16.01.2020 tarihli 2020-01 toplantı sayılı İstanbul Esenyurt Üniversitesi Etik Kurulundan etik kurul onayı alınmıştır.

<sup>2</sup> Bu araştırma 16-17 Kasım ICOAEF'19, VI International Conference on Applied Economics and Finance & EXTENDED WITH SOCIAL SCIENCES Burhaniye/Balıkesir, Turkey Konferansında sunulan ve özeti kongre özetler kitabında yayınlanmış çalışmanın genişletilmiş halidir.

<sup>3</sup> Sorumlu yazar; Arş. Gör., İstanbul Esenyurt Üniversitesi İşletme ve Yönetim Bilimleri Fakültesi İngilizce İşletme Bölümü, İstanbul, cagatayaksu@esenyurt.edu.tr, ORCID ID: 0000-0002-8384-4641

<sup>4</sup> Doç. Dr., İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi İnsan Kaynakları Yönetimi Ana Bilim Dalı, İstanbul, altand@istanbul.edu.tr, ORCID ID: 0000-0002-0370-2513



*nomophobia of the employees and to determine whether the nomophobia status of the working individuals differs in terms of demographic variables. Within the scope of the study; by examining the nomophobia levels of the individuals in terms of demographic variables such as gender, age, educational status, marital status, seniority in the current company and total work experience, it was tried to determine whether there was a significant difference between the groups' nomophobia levels. In this direction a questionnaire was applied to 725 working people in order to determine their nomophobia levels. As a result of the study, it was found that the nomophobia levels of the employees did not show a significant difference in terms of gender and educational status. On the other hand it was found that the nomophobia levels of the employees show a significant differences in terms of age, marital status, seniority in the current institution and total work experience.*

**Keywords:** Addiction, Nomophobia, Social Networks, Smartphone, Employees

## Giriş

Çalışma hayatı geçmişten günümüze literatürde endüstri 1.0, 2.0, 3.0 ve 4.0 olarak adlandırılan dört temel evre geçirmiştir (Can ve Kıymaz, 2016; Sayer ve Ülker, 2014; Witkowski, 2014; Yang, 2017). Endüstri 1.0, 2.0 ve 3.0 aşamaları sonucunda insana ve kas gücüne dayalı üretime otomasyon sistemleri ve bilgi teknolojileri de eklenmiştir (Jian vd., 2016; Yıldız, 2018). Ayrıca 1960'lı yılların sonlarında kullanılmaya başlanan ve 21.yy'ın ilk çeyreğinde giderek yaygınlaşan internet, bireylerin sosyal hayatlarını değiştirmenin yanı sıra iş hayatında da önemli değişim ve dönüşümlere yol açmıştır (Erdem vd., 2017).

Son çeyrek asırda bilgi teknolojilerindeki ilerlemeler, otomasyon sistemlerinin iş hayatında yoğun olarak kullanılmaya başlanması, personel işlemleri ile üretim süreçlerinde teknoloji odaklı bir yaklaşımın benimsenmesi ve internetin yaygın kullanım alanı bulması sonucunda masaüstü bilgisayar, diz üstü bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi araçlar iş yaşamının vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Özellikle son yıllarda ortaya çıkan akıllı cep telefonları, klasik telefonların özellikleri ile bilgisayarların özelliklerini tek cihazda toplayarak kullanıcılarına büyük faydalar sağlamıştır (Erdem vd., 2017). Akıllı telefonların, kullanıcılarına sağladığı faydalar arasında; sesli ve görüntülü mesajlaşma imkanı sunmaları (Adnan ve Gezgin, 2017), internette her türlü bilgiye kolaylıkla erişim, sosyal ağlara ulaşma, video ve fotoğraf çekme ve paylaşma, mobil oyunlara katılma ve online oyun oynama olanakları olması (Lepp vd., 2013; Krajewska-Kulak vd., 2012: 46; King vd. 2014), diğer cihazlara göre daha kolay taşınabilme özelliklerinin olması (Chinnery, 2006), zaman ve mekan kısıtı olmaksızın diğer kişilerle iletişim kurabilmeye, internet aracılığıyla sosyalleşmeye (Lepp vd., 2013), bluetooth teknolojisi ile anında paylaşım yapmaya, online kütüphane ve içeriklere erişebilmeye, bilgileri hafızaları aracılığıyla depolamaya, görüntü ve ses kaydedebilmeye, iş hayatında zaman ve mekan tasarrufu sağlayarak mailer, e-konferans ve toplantılar düzenleyebilme ve bunlara katılabilmeye ve konum belirleyebilmeye (Yurdagül, 2011; Ada ve Tatlı, 2013) olanak sağlaması yer alır.

Bireylere sağladığı birçok fayda ile kullanımı artan ve kişilerin yaşamında giderek daha fazla yer kaplayan akıllı telefonlara ilişkin istatistiklere bakıldığında 2020 verilerine göre 7.75 milyarlık Dünya nüfusunun 5.19 milyarı cep telefonu ve 4.54 milyarı internet kullanmaktadır. Türkiye'de ise 2020 yılı verilerine göre 83,88 milyonluk nüfusun % 90'ı cep telefonu kullanıcısı iken akıllı telefon kullanıcısı ise toplam nüfusun % 89'udur. Bu oran, bilgisayar kullanıcısı oranı olan %67 ve tablet kullanım oranı olan % 45'in oldukça üzerindedir (Dijital, 2020). Verilere bakarak akıllı telefonların bilgisayarlara nazaran daha fazla kullanıldığı ve bu nedenle akıllı telefon kullanımının sosyal yaşam ve iş yaşamı üzerindeki etkilerinin daha fazla olduğu söylenebilir.

Akıllı telefonların yoğun kullanımının iş yaşamını kolaylaştırması ve bireylere sağladığı faydaların yanı sıra çalışanlar üzerinde olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Akıllı telefonlar zaman ve mekan kısıtı olmaksızın bir araya gelebilme, mesafe fark etmeksizin yerel ve global toplantılar düzenleyebilme, tüm işleri tek merkezden kontrol edebilme gibi kolaylıklar sağlamaktadır. Bununla birlikte akıllı telefonların aşırı ve bilinçsizce kullanımı kişilerin fiziksel sağlıklarını (göz, sırt ve bilek rahatsızlıkları, uyku bozukluğu ve işitme sorunları, ev ve iş kazaları) ve psikolojik sağlıklarını (stres, huzursuzluk hali, dikkat dağınıklıkları, çevre ile ilişkilerin bozulması, sosyal kaygı, duygu durum bozukluğu, kaygı, gündelik işleri aksatma) olumsuz yönde etkileyebilmekte; işe yönelik konsantrasyonlarını bozabilmekte (Pavithra ve Madhukumar, 2015; Yusufoglu, 2017; Gezgin vd., 2017; Yıldırım vd., 2019; Kaur ve Sharma, 2015; WHO, 2014; Kwon vd., 2013; Broughton, 2015; Nayak, 2018; Soni vd., 2017; Aslan ve Aylaz, 2014; Kuss ve Griffiths, 2011; Chin vd., 2008), sosyal ilişkileri zayıflatarak bireyler arası yakın ilişkileri güçleştirebilmekte ve bireyleri

yalnızlaştırabilmektedir (Kuşay, 2013). Akıllı telefonların bahsedilen olumsuz etkilerini ortaya çıkaran nedenlerin başında ise kişilerin telefonlarına aşırı şekilde bağlanmaları ve cep telefonlarından uzak kalma korkusu biçiminde literatüre geçmiş nomofobiklik gelmektedir (Sungur, 1997).

Nomofobi ile ilgili olarak yapılan daha önceki çalışmaların birçoğu öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu noktada literatürde nomofobi konusunda çalışanlar üzerine gerçekleştirilen araştırma sayısının oldukça az olduğu söylenebilir. Oysa nomofobinin çalışma hayatına önemli etkileri olabilir ve bu etkilerin araştırılması literatüre önemli bir katkı sağlayabilir. Bu etkileri gözlemleyebilmek için de çalışanların nomofobi düzeylerini belirlemek ve nomofobi düzeylerinin hangi demografik değişkenlere göre farklılaştığını tespit etmek önemli bir başlangıç noktası olabilir. Bu dorultuda bu araştırma ile çalışanların nomofobi düzeylerinin ne seviyede olduğunun ve nomofobi düzeylerinin demografik değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya konması amaçlanmıştır. Böylece hem çalışan kişilerin nomofobi düzeylerine ilişkin mevcut durum ortaya konacak hem de hangi grupların nomofobi düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilerek önleyici stratejiler geliştirilebilecektir. Çalışanların mevcut nomofobi düzeylerinin ortaya konmasının, durum tespiti yapılması açısından önemli olduğu düşünülmektedir çünkü çalışan bireylerin nomofobi düzeylerinin belirlenmesinin ardından ortaya çıkan sonuçlara göre yeni araştırmalar tasarlanabilecek ve işletmeler tarafından uygun politikalar geliştirilebilecektir.

### **Kavramsal Çerçeve**

Türk Dil Kurumu'na göre bağımlılık, bağımlı olma durumunu; bağımlı ise bir kimseye veya bir şeye karşı maddi veya manevi yönden aşırı bağlı olma durumunu ifade etmektedir. Bağımlılık, bireylerin biyolojik veya genetik yatkınlıklarına, psikolojik durumlarına, sosyal çevrelerine vb. birçok farklı etkene bağlı olarak ortaya çıkabilmektedir (Griffiths, 2003). Bağımlılık yalnızca bir ilaca, uyuşturucuya veya alkole karşı değildir. Günümüzde birçok farklı bağımlılık türü ortaya çıkmıştır. Akıllı telefon bağımlılığı da özellikle teknolojik gelişmelerle birlikte ortaya çıkmış bağımlılık türlerinden biri olup uzun vadede nomofobikliğe yol açmaktadır (Kwon vd., 2013:1, Lee,2006).

Akıllı telefon kullanımındaki artışa paralel olarak son yıllarda literatürde sıkça tartışılabilen nomofobi kavramı, ilk kez 2008'de İngiltere Posta İdaresi'nce yapılan bir araştırmada kullanılmıştır. Araştırma neticesinde katılımcıların yarısından çoğunun akıllı telefonlarını gün içerisinde hiç kapatmadıkları ve sürekli telefonlarını kontrol ettikleri tespit edilmiştir (Kocabaş ve Korucu, 2008; Dailymail, 2008; Bahl ve Deluliis, 2015). Nomofobi kavramı İngilizce "nomophobia" kelimesinden Türkçeye uyarlanmış olup kişinin akıllı telefonundan uzak kaldığında ve onun özelliklerini kullanamadığında yaşadığı korku ve endişe hali olarak tanımlanmıştır (Dixit vd., 2010; King vd., 2013; Yıldırım ve Correia, 2015).

Nomofobi, genellikle akıllı telefon bağımlılığı yüksek kişilerde ortaya çıkmaktadır. Akıllı telefon bağımlılığı; telefonun bilinçsizce ve aşırı bir şekilde kullanılması, kişinin telefonunu değil telefonunun kişiyi kontrol etmesi, sürekli telefona bakma arzusu ve bunun neticesinde gündelik işlerin aksatılması ve sosyal hayatın olumsuz etkilenmesi durumudur (Melek, 2016). Akıllı telefonlara olan bu bağlılığın temelinde akıllı telefonların kişilere sağladığı kolaylıklar, fırsatlar ve avantajlar yatmaktadır. Bu kolaylıklardan sürekli yararlanan kişi zamanla akıllı telefonunu yaşamının vazgeçilmez bir parçası haline getirerek akıllı telefonuna bağımlı hale gelmekte ve bu durum da kişinin telefonu yanında olmadığında yaşadığı huzursuzluk, kaygı ve korku durum olan nomofobinin ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Yıldırım ve Kışioğlu, 2018). Nomofobik bireyler akıllı telefonlarıyla vakit geçiremediklerinde ya da akıllı telefonları yanlarında olmadıklarında stres ve panik yaşayıp huzursuz olurlar. Bu kişiler telefonlarıyla vakit geçirirken kendilerini mutlu hissederlerken bunun tersi durumda ise mutsuzlaşırlar (Polat,2017).

Nomofobinin belirtileri arasında; çok sayıda akıllı cihaza sahip olma ve bu cihazlarla çok fazla zaman geçirme, bu cihazların şarj aletlerini sürekli yanında taşıma, akıllı telefona ulaşamama, şarj düşüklüğü, kontör azlığı gibi düşüncelerin kişiyi endişeye sevk etmesi, akıllı telefonu çok kısa aralıklarla kontrol etme, kişinin günün çok büyük bir kısmını akıllı telefonuyla birlikte geçirmesi, kişinin sürekli akıllı telefonuyla ilgilenmesi dolayısıyla sosyal hayatının sekteye uğraması, akıllı telefon sebebi ile büyük miktarlarda paralar harcama ve kişinin akıllı telefonuyla birlikte olmadığında bir şeyleri kaçıracağına dair yaşanan sübjektif korku sayılabilir (Yıldırım ve Kışioğlu, 2018; Bragazzi vd., 2014; Polat, 2017; Cheever, 2014). Nomofobik bireyler akıllı telefonlarıyla vakit



geçirmediklerinde, yeni bilgilerden haberdar olamama ve diğer kişilerle iletişim kuramama gibi nedenlerle korku duyabilir, endişe ve stres yaşayabilirler (King vd.,2010).

Nomofobi hakkında daha önce yapılan çalışmalar daha çok üniversite öğrencileri üzerine yoğunlaşmıştır. Bu çalışmalarda genellikle üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin demografik değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığı ve nomofobi düzeylerinin akademik başarı üzerindeki etkileri ele alınmıştır (Ahmed vd., 2019; Bahl ve Delulius, 2015; Gezgin vd., 2019; Bivin vd., 2013; Dixit vd., 2010; Güler ve Veysikarani, 2019; Erdem, Türen ve Kalkın, 2017; Adnan ve Gezgin, 2016; Akkuş; 2019; Tavolacci vd., 2015; Öz ve Tortop; 2018; Erdem, Türen, Kalkın ve Deniz, 2016; Hoşgör; 2018; Yıldırım vd., 2016; Pourrazavi vd., 2014; Çelik ve Atilla 2018; King vd., 2014; Sharma vd., 2015; Hoşgör vd., 2017; Pavithra, Madhukumar ve Murty, 2015; Akman, 2019; Akıllı ve Gezgin; 2016).

Literatürde nomofobi ile ilişkisi incelenen değişkenler ise ; depresyon ve algılanan sosyal destek (Višnjić vd., 2018; Sharma vd., 2019; Tran, 2016, Büyükçolpan, 2019; Çağan, 2019); sosyal fobi (Apak ve Yaman, 2019); kişilik tipleri (Prasetyo ve Atika, 2016; Öz ve Tortop, 2018; Işık, 2018; Kadioğlu ve Koşar, 2019); kuşaklar (Yıldız, 2019; Civek ve Ulusoy, 2020; Biber, 2020); akıllı telefon kullanım sıklığı (Dağlı ve Hamutoğlu, 2017); motivasyon (Taslak ve Sakal; Bayram vd., 2019); dikkat eksikliği (Kıraç; 2019); yaşam tatmini (Yanqing ve Fan; 2019, Sharma vd., 2019; Özarlan; 2019; Yıldırım ve Sezer; 2020; Kaçık ve Fusun; 2020) ve yalnızlaşma seviyeleri (Çelebi; 2020; Aktaş ve Yılmaz, 2017; Bardak ve Yalçınkaya; 2016; Bayram vd., 2018) şeklinde sayılabilir.

Nomofobi ile ilgili çalışmalar genel olarak öğrenciler üzerine yoğunlaşmış olmakla birlikte nomofobinin iş yaşamı üzerine de ciddi etkileri vardır. Nomofobinin neden olduğu psikolojik ve fiziksel rahatsızlıklar (dikkat dağınıklığı, stres, uykusuzluk, el ve bileklerde ağrı vb.) iş kazalarına yol açabilmekte, çalışanların performans ve verimliliklerini olumsuz etkileyebilmektedir. (Tamura vd., 2017; Augner ve Hacker, 2012; Zarghami vd., 2015; Demirci vd., 2015; Romano, 2004). İşyerinde nomofobik bireylerin telefonlarıyla aşırı vakit geçirmeleri, onların çalışma arkadaşlarıyla olan sosyal ilişkilerine zarar verebilmekte ve kişilerin örgütsel bağlılığı ve iş tatmini olumsuz yönde etkilenebilmektedir (Aşık, 2018). Yapılan araştırmalar kişilerin nomofobi düzeyleri arttıkça işyerinde yalnızlık duygusunu daha fazla hissettiklerini ortaya koymaktadır (Güzeller ve Coşguner, 2012; Tan vd., 2013; Jin, ve Park, 2012; Çelebi vd.,2020; Reid ve Reid, 2007; Şar, 2013; Takao vd., 2009; Wei ve Lo, 2006). Yalnızlık duygusu hisseden bireyin ise takım çalışmalarında uyumsuzluk göstermesi, örgütsel bağlılık ve iş bağlılığının azalması muhtemeldir. Nomofobinin iş hayatına etkilerini inceleyen araştırmalarda nomofobinin, iş tatminini ve işe bağlılığı azaltma (Ertan, 2019), öznel iyi oluş halini olumsuz yönde etkileme (Güllüce vd., 2018), iş yükü fazlalığı algısı oluşturma (Erdem vd.,2017); erteleme davranışı sergileme (Engin ve Genç, 2020) gibi örgütsel sonuçlara yol açtığı tespit edilmiştir. Nomofobi ve akıllı telefon bağımlılığının iş hayatına etkileri düşünüldüğünde bireylerin nomofobi seviyelerinin tespit edilmesi ve nomofobi düzeylerinin hangi değişkenler açısından farklılık gösterdiğinin belirlenmesi önem taşımaktadır. Bu nedenle bu araştırmada demografik değişkenler açısından bireylerin nomofobi düzeyleri ele alınmıştır. Nomofobi düzeylerinin hangi değişkenler açısından farklılaştığı (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, kıdem vb) tespit edilebilirse bireyler ve işletmeler buna yönelik önleyici veya tedavi edici çözümler geliştirebilecekler ve nomofobinin olumsuz etkilerini en aza indirebileceklerdir.

## **Yöntem**

### ***Araştırmanın Amacı ve Önemi***

Literatürde nomofobiyle ilgili yapılan çalışmalar genellikle üniversite ve lise öğrencileri üzerine yoğunlaşmış olmakla birlikte akıllı telefon bağımlılığı ve nomofobinin iş yaşamına etkilerini ortaya koyan az sayıda çalışma da bulunmaktadır. Nomofobinin literatürde özellikle iş kazaları, çalışan performans ve verimliliği, işyerinde yalnızlaşma, iş tatmini ve işe bağlılık gibi unsurlarla ilişkilerini inceleyen çalışmalar yer almaktadır. Nomofobinin örgütsel çıktılar üzerindeki etkileri düşünüldüğünde cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni hal, işyerindeki çalışma süresi, toplam kıdem gibi değişkenler açısından nomofobi düzeylerindeki farklılaşmaları bilmek ve bu doğrultuda stratejiler geliştirmek önem kazanmaktadır. Bu açıdan bu araştırma cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni hal, işyerindeki çalışma süresi, toplam kıdem açısından nomofobi düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını araştırması bakımından önemlidir. Kişilerin demografik özelliklerine göre

nomofobi düzeylerini bilmek hangi gruplara yönelik ne tür stratejiler geliştirileceği, önleyici önlemler alınacağı ve destekler verileceğinin tespitinde önem taşımaktadır.

### **Örneklem ve Veri Toplama Yöntemi**

Araştırmanın evrenini Türkiye’de çalışma hayatında aktif olarak rol alan bireyler oluşturmaktadır. TÜİK verilerine göre Türkiye’de 2020 yılı Nisan ayı itibariyle istihdam edilenlerin sayısı 25 milyon 614 bin kişidir. Bu kapsamda değişik meslek ve sektörlerden ana kütleyi temsil ettiği düşünülen 725 kişilik örneklem grubu üzerinde anket çalışması uygulanmıştır. Ankette demografik sorular ile Yıldırım ve Correira (2015) tarafından geliştirilen ve Yıldırım vd. (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan nomofobi ölçeği soruları kullanılmıştır. Araştırmada kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Örneklem büyüklüğünün belirlenmesi konusunda literatür taraması yapıldığında 725 kişilik örneklem büyüklüğünün ana kütleyi temsil ettiği sonucuna ulaşılabilir.

+0.05 örnekleme hatası (d)

Evren Büyüklüğü	p=0.5 q=0.5	p=0.8 q= 0.2	p=0.3 q=0.7
100	80	71	77
500	217	165	196
750	254	185	226
1000	278	198	244
2500	333	224	286
5000	357	234	303
10000	370	240	313
25000	378	244	319
50000	381	245	321
100000	383	245	322
1000000	384	246	323
10000000	384	245	323

**Görsel 1:** Belirli Evrenler İçin Kabul Edilebilir Örnek Büyüklükleri (Altunışık vd., 2012; Yazıcıoğlu ve Erdoğan,2004)

Araştırmada veri toplama yöntemi olarak anket yöntemi kullanılmıştır. Anketin birinci bölümünde cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni hal, çalışılan kurumdaki kıdem, toplam iş tecrübesi gibi bilgilere ilişkin sorulara yer verilmiştir. Anketin ikinci kısmında ise Yıldırım ve Correira (2015) tarafından geliştirilen ve Yıldırım vd. (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan Nomofobi Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçek; bilgiye erişememe, rahatlıktan feragat etme, iletişim kuramama ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme olmak üzere 4 alt boyut ve 20 ifadeden oluşmaktadır. Ölçek birçok çalışmada kullanılmış olup ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliği bu çalışmalarda tatmin edici seviyede bulunmuştur (Adnan ve Yıldırım, 2016; Erdem vd., 2016; Burucuoğlu, 2017; Kırac, 2019; Güllüce vd., 2019). Ölçek 7’li Likert (1. Hiçbir Zaman/Asla, 7. Her zaman) şeklinde tasarlanmıştır.

Ölçekte yer alan bilgiye erişememe alt boyutuna ilişkin bazı ifadeler, “Akıllı telefonumdan sürekli olarak bilgiye erişemediğimde kendimi rahatsız hissederim” ve “Akıllı telefonumu ve telefonumun özelliklerini istediğim her an kullanamadığımda rahatsız olurum” şeklinde; rahatlıktan feragat etme alt boyutuna ilişkin bazı ifadeler, “Akıllı telefonumun şarjının bitmesinden korkarım” ve “Telefonum çekmediğinde veya kablosuz internet bağlantısına erişemediğimde sürekli olarak sinyal olup olmadığını veya kablosuz erişim bağlantısı bulup bulamayacağımı kontrol ederim” şeklinde; iletişim kuramama





alt boyutuna ilişkin bazı ifadeler, "Eğer akıllı telefonum yanımda değilse ailem ve/veya arkadaşlarım bana ulaşamayacakları için endişelenirim" ve "Gelen aramaları ve mesajları alamayacağım için kendimi huzursuz hissederim" şeklinde ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutuna ilişkin bazı ifadeler, "Eğer akıllı telefonum yanımda değilse çevrimiçi kimliğimden kopacağım için gergin olurum" ve "Eğer akıllı telefonum yanımda değilse elektronik postalarımı kontrol edemediğim için kendimi huzursuz hissederim" şeklindedir.

### **Veri Analizi Teknikleri**

Araştırma verilerinin analizi için, SPSS. 22 istatistik yazılım programı kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeğin geçerlilik ve güvenilirliğini tespit etmek amacıyla güvenilirlik analizi (cronbach alpha) ve tanımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. Çalışanların nomofobi düzeylerinin cinsiyet ve medeni durum değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için bağımsız örneklem t testi, çalışanların nomofobi düzeylerinin yaş, eğitim durumu, mevcut kurumdaki kıdem ve toplam iş tecrübesi değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

### **Araştırmanın Etik Boyutu**

Araştırmaya başlamadan önce, 16.01.2020 tarihli 2020-01 toplantı sayılı İstanbul Esenyurt Üniversitesi Etik Kurulundan etik kurul onayı alınmıştır. Ayrıca katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilmiş, kişisel bilgilerin gizli tutulacağı ve istedikleri zaman araştırmadan çekilebilecekleri belirtilerek bilgilendirilmiş gönüllü olur onam formu seçeneği araştırmanın girişinde yer alarak gönüllü olanlar araştırmaya dâhil edilmiştir.

### **Bulgular**

#### **Nomofobi Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirlik Sonuçları**

Araştırmada kullanılan ölçeğin güvenilirlik sonuçlarına bakıldığında ölçeğin tümü için cronbach alpha değeri ,951; nomofobi ölçeğinin alt boyutlarından bilgiye erişememe alt boyutu için cronbach alpha değeri ,889; rahatlıktan feragat etme alt boyutu için cronbach alpha değeri ,847; iletişim kuramama alt boyutu için cronbach alpha değeri ,948; çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu için cronbach alpha değeri ,904' tür. Bu sonuçlara bakıldığında gerek nomofobi ölçeğinin gerekse alt boyutlarının ( $\alpha > 0.60$ ) oldukça güvenilir olduğu söylenebilir.

<b>Ölçek ve Alt Boyutları</b>	<b>İfade Sayısı</b>	<b>Cronbach Alpha Değeri</b>
Nomofobi Ölçeği	20	<b>,951</b>
Bilgiye Erişememe	4	<b>,889</b>
Rahatlıktan Feragat Etme	5	<b>,847</b>
İletişim Kuramama	6	<b>,948</b>
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	5	<b>,904</b>

#### **Görsel 2: Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutlarına İlişkin Güvenilirlik Sonuçları**

Araştırmada nomofobi düzeylerinin ölçülmesi için kullanılan ve Yıldırım ve Correira (2015) tarafından geliştirilen nomofobi ölçeğinin geçerliliği ve güvenilirliği pek çok araştırma ile kanıtlanmıştır. Nomofobi ölçeğinin geçerliliğini test etmek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Bu doğrultuda öncelikle araştırma verilerinin faktör analizine uygun olup olmadığını tespit etmek için KMO ve Barlett testi yapılmış olup test sonuçlarına göre KMO değeri ,952 ve Barlett testi sonucu ,000 çıkmıştır. KMO değeri 0.50 den büyük ve Barlett testi sonucu ( $\text{sig} < 0,05$ ) olduğundan veri setinin geçerlilik analizi yapmak için yüksek düzeyde uygun olduğu söylenebilir (Akgül,2003).

**KMO ve Barlett Testi Sonuçları**

Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)	<b>,952</b>
Barlett Testi (p)	<b>,000</b>

**Görsel 3: Nomofobi Ölçeği İçin KMO ve Barlett Testi Sonuçları**

Nomofobi ölçeğine ilişkin yapılan tanımlayıcı faktör analizi sonucunda nomofobi ölçeğinin Yıldırım ve Correira (2015)'nin ve Yıldırım vd. (2015)'nin çalışmalarındaki gibi özdeğeri 1'den büyük olan dört faktör altında toplandığı görülmüştür. Faktör yüklerine göre Madde1 (.845), Madde2 (.833), Madde3 (.759) ve Madde4 (.751) bilgiye erişememe; Madde5 (.675), Madde 6 (.760), Madde 7 (.643), Madde8 (.504) ve Madde9 (.446) rahatlıktan feragat etme; Madde10 (.801), Madde11 (.862), Madde12 (.754), Madde13 (.848), Madde 14 (.740) ve Madde 15 (.792) iletişim kuramama; Madde16 (.753), Madde17 (.839), Madde18 (.837), Madde19 (.730) ve Madde 20 (.666) çevrimiçi bağlantıyı kaybetme faktörünü oluşturmaktadır.

Madde	İletişim Kuramama	Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	Bilgiye Erişememe	Rahatlıktan Feragat Etme
1	,183	,126	<b>,845</b>	,094
2	,188	,227	<b>,833</b>	,195
3	,201	,212	<b>,759</b>	,225
4	,200	,179	<b>,751</b>	,296
5	,300	,215	,304	<b>,675</b>
6	,213	,208	,220	<b>,760</b>
7	,336	,247	,278	<b>,643</b>
8	,336	,426	,107	<b>,504</b>
9	,412	,274	,358	<b>,446</b>
10	<b>,801</b>	,199	,187	,206
11	<b>,862</b>	,134	,159	,187
12	<b>,754</b>	,342	,214	,237
13	<b>,848</b>	,250	,172	,234
14	<b>,740</b>	,322	,202	,273
15	<b>,792</b>	,273	,220	,209
16	,303	<b>,753</b>	,204	,209
17	,204	<b>,839</b>	,224	,205
18	,202	<b>,837</b>	,192	,202
19	,242	<b>,730</b>	,153	,075
20	,248	<b>,666</b>	,135	,370

**Görsel 4: Nomofobi Ölçeği Tanımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları**



### ***Katılımcılara İlişkin Demografik Bulgular***

Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler incelendiğinde katılımcıların 374'ü kadın (%51,37) ve 354'ü (%48,63) erkektir. Katılımcıların cinsiyet açısından dengeli dağılım gösterdiği söylenebilir. Araştırmaya katılanların yaşlarına göre dağılımları incelendiğinde katılımcıların 395'i (%54,25) 18-30 yaş, 167'si (%22,94) 31-40 yaş, 76'sı (%10,45) 41-50 yaş ve 90'ı (%12,36) 51 yaş ve üzeri yaş aralıklarındadır. Araştırmaya katılanların medeni durumlarına bakıldığında; 431 kişinin bekâr (%59,20), 297 kişinin evli (%40,80) olduğu görülmektedir. Araştırmaya katılanların eğitim durumları incelendiğinde katılımcıların; 296'sının ön lisans ve öncesi (%40,66), 242'sinin lisans (%32,24), 190'ının (%26,10) lisansüstü mezunu olduğu görülmektedir. Katılımcıların mevcut kurumdaki çalışma sürelerine bakıldığında katılımcıların 248'inin (% 34,07) 1 yıldan az, 187'sinin (% 25,69) 1-3 yıl aralığında, 128'inin (% 17,58) 4-9 yıl aralığında, 165'inin (%22,66) 10 yıl ve üzerinde mevcut kurumlarında çalışma süresine sahip olduğu görülmektedir. Katılımcıların çalışma hayatındaki toplam iş tecrübesine bakıldığında katılımcıların 150'sinin (% 20,60) 1 yıldan az, 162'sinin (% 22,25) 1-3 yıl aralığında, 155'inin (% 21,30) 4-9 yıl aralığında, 261'inin (% 35,85) 10 yıl ve üzerinde iş tecrübesine sahip olduğu görülmektedir.

Demografik Değişkenler		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	374	51,37
	Erkek	354	48,63
	<b>Toplam</b>	<b>728</b>	<b>100</b>
Yaş	18-30 yaş	395	54,25
	31-40 yaş	167	22,94
	41-50 yaş	76	10,45
	51 ve üzeri	90	12,36
	<b>Toplam</b>	<b>728</b>	<b>100</b>
Medeni Durum	Bekâr	431	59,20
	Evli	297	40,80
	<b>Toplam</b>	<b>728</b>	<b>100</b>
Eğitim Düzeyi	Önlisans ve Öncesi	296	40,66
	Lisans	242	33,24
	Lisansüstü	190	26,10
	<b>Toplam</b>	<b>728</b>	<b>100</b>
Mevcut Kurumdaki Çalışma Süresi	1 Yıldan Az	248	34,07
	1-3 Yıl	187	25,69
	4-9 Yıl	128	17,58
	10 Yıl ve Üzeri	165	22,66



	<b>Toplam</b>	<b>728</b>	<b>100</b>
<b>Toplam İş Tecrübesi</b>	1 Yıldan Az	150	20,60
	1-3 Yıl	162	22,25
	4-9 Yıl	155	21,30
	10 Yıl ve Üzeri	261	35,85
	<b>Toplam</b>	<b>728</b>	<b>100</b>

**Görsel 5:** Katılımcıların Demografik Durumlarına Göre İncelenmesi

Araştırmaya katılan bireylerin genel nomofobi düzeyleri ve nomofobi ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin ortalamaları incelendiğinde ise katılımcıların genel nomofobi düzeyinin 3,21 olduğu görülmektedir. Bu değerlere göre katılımcıların nomofobi ölçeğine ilişkin ifadelerine verdikleri cevaplarında genellikle ne katılıyorum ne katılmıyorum ve katılıyorum ifadelerine yöneldikleri ve genel nomofobi düzeylerinin ortalama seviyede olduğu söylenebilir. Nomofobi ölçeğinin alt boyutları incelendiği ise katılımcıların en yüksek nomofobi düzeyi ortalamaları bilgiye erişememe alt boyutunda, en düşük nomofobi düzeyi ortalamaları ise çevrim içi bağlantıyı kaybetme alt boyutunda gözlemlenmiştir. Bir başka ifade ile katılımcılar en çok bilgiye erişememeleri durumlarda telefona ihtiyaç duymakta ve nomofobiklik davranışı göstermektedirler.

<b>Değişken</b>	<b>Ortalama</b>
Genel Nomofobi Düzeyleri	<b>3,21</b>
Bilgiye Erişememe	<b>3,78</b>
Rahatlıktan Feragat Etme	<b>3,29</b>
İletişim Kuramama	<b>3,51</b>
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	<b>2,33</b>

**Görsel 6:** Katılımcıların Nomofobi Düzeyi Ortalamaları

### ***Katılımcıların Demografik Değişkenlere Göre Nomofobi Düzeylerinin İncelenmesi***

#### ***Katılımcıların Nomofobi Düzeylerinin ve Alt Boyut Ortalamalarının Cinsiyet Değişkenine Göre İrdelenmesi***

Katılımcıların genel nomofobi ve alt boyut ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Bağımsız örneklem t testi levne sonuçlarına göre genel nomofobi ortalamaları ve nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe, iletişim kuramama ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları için ( $\text{sig} > 0,05$ ) varyanslar homojen iken rahatlıktan feragat etme boyutu için ( $\text{sig} < 0,05$ ) varyanslar homojen değildir. Bu nedenle rahatlıktan feragat etme alt boyutunda varyansların eşit olmaması durumundaki t değeri, diğer alt boyutlar açısından varyansların eşit olduğu durumdaki t testi sonuçları dikkate alınmıştır. Buna göre anlamlılık düzeyi ( $\text{sig} > 0,05$ ) olduğundan gerek genel nomofobi ortalamaları gerekse nomofobinin alt boyutları açısından erkek ve kadın katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Nomofobi ölçeğinin alt boyutlarından yalnızca çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutunda erkeklerin ortalamaları kadınların ortalamalarından daha yüksek çıkarken, diğer boyutlarda ise kadınlar daha yüksek ortalama değere sahiptir. Ancak ortalamalar arasındaki bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı değildir.



Değişken	Levene Değeri (Sig)	Ortalama (Erkek) $\bar{X}$	Ortalama (Kadın) $\bar{X}$	Standart Sapma (Erkek)	Standart Sapma (Kadın)	Anlamlılık Düzeyi (Sig)
Genel Nomofobi Düzeyleri	,280	3,17	3,25	1,27	1,35	,379
Bilgiye Erişememe	,659	3,71	3,86	1,58	1,61	,202
Rahatlıktan Feragat Etme	,030	3,24	3,34	1,42	1,58	,352
İletişim Kuramama	,253	3,40	3,61	1,62	1,69	,079
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	,660	2,40	2,26	1,43	1,42	,181

**Görsel 7:** Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Nomofobi Düzeyleri Ortalamalarının İncelenmesi

### ***Katılımcıların Nomofobi Düzeylerinin ve Alt Boyut Ortalamalarının Yaş Değişkenine Göre İrdelenmesi***

Katılımcıların nomofobi ve alt boyut ortalamalarının yaş değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla Anova testi uygulanmıştır. Anova testi levne sonuçlarına göre gerek genel nomofobi ortalamaları gerek nomofobinin alt boyutları için (sig > 0,05) varyanslar homojendir. Bu nedenle gruplar arası farklılıkları tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi kullanılmıştır.

Yaş değişkeni için nomofobi düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla ANOVA tablosu anlamlılık düzeylerine bakıldığında iletişim kuramama alt boyutu için (sig 404 > 0,05) yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemek; genel nomofobi düzeyleri ortalamaları ve diğer alt boyutlar için (sig < 0,05) yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Guruplar arası farklılıklar incelendiğinde genel nomofobi düzeyleri ve nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları için 18-30 yaş grubu ile 51 ve üzeri, yaş grubu arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Buna göre 18-30 yaş aralığındaki kişilerin genel nomofobi ortalamaları ile nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları ortalamalarının 51 ve üzeri yaş grubundakilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu söylenebilir. Bu doğrultuda 18-30 yaş arasındaki bireylerin telefonları yanlarında olmadığı anlık bilgileri takip edemeyecekleri ve diğer kişilerle çevrimiçi bağlantı sağlayamayacakları için yaşadıkları telefonda uzak kalma korkusunun 51 yaş ve üzerindekiilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu söylenebilir.

Nomofobinin diğer bir alt boyutu olan rahatlıktan feragat etme alt boyutunda 18-30 yaş grubu ile diğer tüm yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Buna göre 18-30 yaş aralığındaki kişilerin rahatlıktan feragat etme alt boyutuna ilişkin ortalamalarının diğer yaş grubundakilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu söylenebilir. Bir başka ifadeyle telefonun bireylere sağladığı rahatlık dolayısıyla 18-30 yaş arasındaki bireylerin diğer yaş grubundakilere göre telefonlarına daha yüksek bağımlılık gösterdikleri söylenebilir.

Nomofobinin iletişim kuramama alt boyutunda ise yaş değişkeni için gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Değişken	Levene Değeri (Sig)	Ortalama (18-30) $\bar{X}$	Ortalama (31-40) $\bar{X}$	Ortalama (41-50) $\bar{X}$	Ortalama (51+ ) $\bar{X}$	Anlamlılık Düzeyi (Sig)
Genel Nomofobi Düzeyleri	,862	3,37*	3,08	3,05	2,93*	,006
Bilgiye Erişememe	,470	3,97*	3,67	3,69	3,24*	,001
Rahatlıktan Feragat Etme	,579	3,50*/^	3,04/	3,03^	3,03*	,001
İletişim Kuramama	,154	3,60	3,44	3,37	3,34	,404
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	,133	2,47*	2,20	2,19	2,07*	,032

Gruplararası farklılıklar \*, / ve ^simgeleri ile gösterilmiştir.

**Görsel 8:** Katılımcıların Yaşlarına Göre Nomofobi Düzeyleri Ortalamalarının İncelenmesi

### ***Katılımcıların Nomofobi Düzeylerinin ve Alt Boyut Ortalamalarının Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre İrdelenmesi***

Katılımcıların nomofobi ve alt boyut ortalamalarının eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla Anova testi uygulanmıştır. Anova testi levne sonuçlarına göre gerek genel nomofobi ortalamaları gerek nomofobinin alt boyutları için ( $\text{sig} > 0,05$ ) varyanslar homojendir. Bu nedenle gruplar arası farklılıkları tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi kullanılmıştır.

Eğitim durumu değişkeni için nomofobi düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla ANOVA tablosu anlamlılık düzeylerine bakıldığında gerek genel nomofobi ortalamaları gerekse nomofobinin alt boyutları açısından ( $\text{sig} > 0,05$ ) eğitim durumu değişkeni açısından gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu doğrultuda ön lisans ve öncesi mezunları, lisans mezunları ve lisansüstü mezunları arasında nomofobi düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık olmadığı söylenebilir.

Değişken	Levene Değeri (Sig)	Ortalama (Önlisans ve Öncesi Mezunu) $\bar{X}$	Ortalama (Lisans Mezunu) $\bar{X}$	Ortalama (Lisansüstü Mezunu) $\bar{X}$	Anlamlılık Düzeyi (Sig)
Genel Nomofobi Düzeyleri	,803	3,16	3,29	3,20	,510
Bilgiye Erişememe	,086	3,79	3,78	3,78	1,000
Rahatlıktan Feragat Etme	,335	3,26	3,39	3,20	,408
İletişim Kuramama	,921	3,41	3,64	3,49	,289
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	,941	2,25	2,39	2,37	,510

**Görsel 9:** Katılımcıların Eğitim Durumlarına Göre Nomofobi Düzeyleri Ortalamalarının İncelenmesi



### ***Katılımcıların Nomofobi Düzeylerinin ve Alt Boyut Ortalamalarının Medeni Durum Değişkenine Göre İrdelenmesi***

Katılımcıların nomofobi ve alt boyut ortalamalarının medeni durum değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Bağımsız örneklem t testi levne sonuçlarına göre gerek genel nomofobi ortalamaları gerek nomofobinin alt boyutları için (sig > 0,05) varyanslar homojendir. Bu nedenle medeni durum değişkeni için gerek genel nomofobi ortalamaları gerek nomofobinin alt boyutları için varyansların eşit olduğu durumundaki t değeri dikkate alınmıştır. Buna göre genel nomofobi ortalamaları ve nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe, rahatlıktan feragat etme, çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutları açısından evli ve bekâr bireyler arasında anlamlı farklılıklar (sig < 0,05) tespit edilirken; iletişim kuramama alt boyutu açısından (sig>0,05) bekâr ve evli bireylerin ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Hem genel nomofobi ortalamaları hem de nomofobinin alt boyutları açısından bekâr bireylerin ortalamalarının evli bireylerin ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ortalamalar arasındaki bu farklılıklar iletişim kuramama alt boyutu dışındaki boyutlar açısından anlamlı bulunmuştur. Bir başka ifadeyle genel nomofobi ortalamaları ile nomofobinin bilgiye erişememe, rahatlıktan feragat etme, çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutları için bekâr bireylerin nomofobi ortalamalarının evli bireylerin nomofobi ortalamalarından anlamlı derecede daha yüksek olduğu söylenebilir.

<b>Değişken</b>	<b>Levene Değeri (Sig)</b>	<b>Ortalama (Evli) <math>\bar{X}</math></b>	<b>Ortalama (Bekar) <math>\bar{X}</math></b>	<b>Standart Sapma (Evli)</b>	<b>Standart Sapma (Boşanmış)</b>	<b>Anlamlılık Düzeyi (Sig)</b>
Genel Nomofobi Düzeyleri	,693	<b>3,05</b>	<b>3,32</b>	1,34	1,29	<b>,006</b>
Bilgiye Erişememe	,259	<b>3,58</b>	<b>3,92</b>	1,64	1,56	<b>,005</b>
Rahatlıktan Feragat Etme	,193	<b>3,10</b>	<b>3,42</b>	1,54	1,47	<b>,005</b>
İletişim Kuramama	,189	<b>3,41</b>	<b>3,57</b>	1,70	1,63	,197
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	,138	<b>2,15</b>	<b>2,45</b>	1,37	1,45	<b>,004</b>

**Görsel 10:** Katılımcıların Medeni Durumlarına Göre Nomofobi Düzeyleri Ortalamalarının İncelenmesi

### ***Katılımcıların Nomofobi Düzeylerinin ve Alt Boyut Ortalamalarının Kurumdaki Kıdem Değişkenine Göre İrdelenmesi***

Katılımcıların nomofobi ve alt boyut ortalamalarının kurumdaki kıdem değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla Anova testi uygulanmıştır. Anova testi levne sonuçlarına göre gerek genel nomofobi ortalamaları gerek nomofobinin alt boyutları için (sig > 0,05) varyanslar homojendir. Bu nedenle gruplar arası farklılıkları tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi kullanılmıştır.

Kurumdaki kıdem değişkeni için nomofobi düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla ANOVA tablosu anlamlılık düzeylerine bakıldığında gerek genel nomofobi ortalamaları gerekse nomofobinin alt boyutları açısından (sig < 0,05) kurumdaki kıdem değişkeni açısından gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Guruplar arası farklılıklar incelendiğinde genel nomofobi düzeyleri açısından 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında; 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 4-9 yıl kıdemi olanlar arasında ve 1-3 yıl aralığında kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe alt boyutu için 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında ve 1-3 yıl aralığında kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Rahatlıktan feragat etme alt boyutu için 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 4-9 yıl aralığında kıdemi olanlar arasında ve 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. İletişim kuramama ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları için ise 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanların ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Gerek genel nomofobi ortalamaları gerekse alt boyutları için kurumdaki kıdem arttıkça nomofobi ortalamalarının düştüğü gözlemlenmiştir.

Değişken	Levene Değeri (Sig)	Ortalama (1 yıldan az) $\bar{X}$	Ortalama (1-3 Yıl) $\bar{X}$	Ortalama (4-9 Yıl) $\bar{X}$	Ortalama (10+ Yıl) $\bar{X}$	Anlamlılık Düzeyi (Sig)
Genel Nomofobi Düzeyleri	,229	3,41*/	3,32+	3,03/	2,93*+	,001
Bilgiye Erişememe	,903	3,95*	4,00/	3,64	3,41*/	,001
Rahatlıktan Feragat Etme	,140	3,58*/	3,36	3,04*	2,96/	,000
İletişim Kuramama	,967	3,71*	3,57	3,36	3,25*	,031
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	,057	2,47*	2,45	2,14	2,13*	,026

Gruplararası farklılıklar \* / ve + simgeleri ile gösterilmiştir

**Görsel 11:** Katılımcıların Kurumdaki Kıdemlerine Göre Nomofobi Düzeyleri Ortalamalarının İncelenmesi

### ***Katılımcıların Nomofobi Düzeylerinin ve Alt Boyut Ortalamalarının Toplam İş Tecrübesi Değişkenine Göre İrdelenmesi***

Katılımcıların nomofobi ve alt boyut ortalamalarının toplam iş tecrübesi değişkenine göre farklılık gösterip göstermediğini test etmek amacıyla Anova testi uygulanmıştır. Anova testi levne sonuçlarına göre gerek genel nomofobi ortalamaları gerek nomofobinin alt boyutları için (sig > 0,05) varyanslar homojendir. Bu nedenle gruplar arası farklılıkları tespit etmek amacıyla Tukey HSD testi kullanılmıştır.

Toplam iş tecrübesi değişkeni için nomofobi düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla ANOVA tablosu anlamlılık düzeylerine bakıldığında genel nomofobi ortalamaları ve nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe, rahatlıktan feragat etme ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları açısından (sig < 0,05) gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. İletişim kuramama alt boyutunda ise (sig > 0,05) gruplar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Guruplar arası farklılıklar incelendiğinde genel nomofobi düzeyleri açısından 1 yıldan az toplam iş tecrübesi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesi olanlar arasında; 1-3 yıl toplam iş tecrübesine sahip olanlar ile 4-9 yıl toplam iş tecrübesine sahip olanlar arasında ve 1-3 yıl toplam iş



tecrübesine sahip olanlar ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip olanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe alt boyutu için 1-3 yıl aralığında iş tecrübesine sahip kişilerin ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Rahatlıktan feragat etme alt boyutu için 1 yıldan az toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 4-9 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında; 1 yıldan az toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında; 1-3 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 4-9 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında; 1-3 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutunda 1 yıldan az toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında; 1-3 yıl toplam aralığında iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Değişken	Levene Değeri (Sig)	Ortalama (1 yıldan az) $\bar{X}$	Ortalama (1-3 Yıl) $\bar{X}$	Ortalama (4-9 Yıl) $\bar{X}$	Ortalama (10+ Yıl) $\bar{X}$	Anlamlılık Düzeyi (Sig)
Genel Nomofobi Düzeyleri	,173	3,42*	3,46/+	3,08/	3,02*+	,001
Bilgiye Erişememe	,800	3,94	4,05*	3,69	3,58*	,013
Rahatlıktan Feragat Etme	,425	3,60*/	3,61&+	3,14/&	3,00*+	,000
İletişim Kuramama	,244	3,66	3,73	3,34	3,38	,072
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	,052	2,54*	2,52/	2,22	2,15*/	,011

Gruplararası farklılıklar \* / + & simgeleri ile gösterilmiştir

**Görsel 12:** Katılımcıların Toplam İş Tecrübelerine Göre Nomofobi Düzeyleri Ortalamalarının İncelenmesi

## Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmanın amacı çalışan bireylerin nomofobi düzeyleri ortalamalarının cinsiyet, yaş, eğitim durumu, medeni hal gibi demografik değişkenler ile kurumdaki kıdem ve toplam iş tecrübesi değişkenleri için anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini incelemektir. Bu amaçla katılımcıların genel nomofobi ortalamaları ve nomofobinin alt boyutlarından, bilgiye erişememe, rahatlıktan feragat etme, iletişim kuramama, çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutlarına ilişkin ortalamaları yaş, eğitim durumu, medeni hal gibi demografik değişkenler ile kurumdaki kıdem ve toplam iş tecrübesi değişkenleri açısından karşılaştırılmış ve bazı anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Literatür incelendiğinde, daha önce nomofobi konusunda yapılan çalışmaların çok büyük bir kısmının öğrenciler üzerinde yoğunlaştığı görülmüş ve çalışma hayatındaki bireylerin nomofobi düzeylerine ilişkin çalışmaların çok daha kısıtlı sayıda olduğu tespit edilmiştir. Nomofobi



düzeylerinin çalışma hayatına olası etkileri düşünüldüğünde konunun bu perspektiften ele alınmasının literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Nomofobi düzeylerinin cinsiyet değişkeni için anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, nomofobi düzeyleri ortalamaları arasında cinsiyet değişkeni için anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Literatürde bazı araştırmalar nomofobi düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılıklar göstermediği sonucuna ulaşmışken (Adnan ve Gezgin, 2016: 143; Yorulmaz vd., 2018: 2993; Kocabaş ve Korucu; 2018: 266; Pavithra ve Madhukumar, 2015; Ramazanoğlu, 2020: 252) bazı araştırmalar ise nomofobi düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılıklar gösterdiği sonucuna ulaşmıştır (Sarıkaya,2018:714; Burucuoğlu,2017:486; Ercan ve Tekin,2019: 28; Türen vd., 2017: 8).

Bu araştırmada gerek genel nomofobi düzeyleri gerekse nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe, rahatlıktan feragat etme, iletişim kuramama alt boyutları için kadınların nomofobi düzeyleri ortalamalarının erkeklerin nomofobi düzeyleri ortalamalarından daha yüksek olduğu gözlemlenirken; çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutunda ise erkeklerin nomofobi düzeyleri ortalamalarının kadınların nomofobi düzeyi ortalamalarından daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir, fakat ortalamalar arasındaki farklılıkların anlamlı düzeyde olmadığı tespit edilmiştir.

Nomofobi düzeylerinin yaş değişkeni için anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, nomofobi düzeyleri ortalamaları arasında yaş değişkeni için anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcıların yaş aralıklarına göre nomofobi düzeyleri incelendiğinde bireylerin yaşları arttıkça nomofobi düzeylerinin düştüğü gözlemlenmiştir.

Gerek genel nomofobi düzeyleri ortalamaları arasında gerekse nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe, rahatlıktan feragat etme, çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları için yaş değişkeni bakımından gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. İletişim kuramama alt boyutu için ise yaş değişkeni bakımından nomofobi düzeyleri ortalamaları açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Literatürde yapılan birçok çalışmada da bu çalışma ile uyumlu olarak nomofobi düzeylerinin yaş gruplarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ve bireylerin yaşları arttıkça nomofobi düzeylerinin düştüğü sonucuna ulaşılmıştır (Gezgin vd., 2020: 9; SecurEnvoy, 2012; Özduman vd., 2019: 278; Okuyan vd., 2019: 378; Arslan vd., 2019: 244). Bu duruma kuşakların teknolojiyle olan ilişki ve bilgi düzeylerinin ve alışkanlıklarının neden olduğu söylenebilir. Zira kuşaklar incelendiğinde Z kuşağı adeta teknolojik bir nesle doğmuş kuşak, Y kuşağı teknolojik gelişmelere çok hâkim bir kuşak, X kuşağı ise teknolojik özelliklere uyum sağlamada diğer 2 kuşağa göre nispeten daha fazla sorun yaşayan bir kuşaktır. (Aksu ve Doğan, 2020)

Nomofobi düzeyleri ortalamalarının hangi yaş grupları arasında farklılık gösterdiği incelendiğinde, genel nomofobi düzeyleri ve nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları için 18-30 yaş grubu ile 51 ve üzeri, yaş grubu arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Tukey HSD testi sonuçlarına göre 18-30 yaş aralığındaki kişilerin genel nomofobi düzeyleri ortalamaları ile nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları ortalamalarının 51 ve üzeri yaş grubundakilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu söylenebilir. Bu sonuca bağlı olarak 18-30 yaş arasındaki bireylerin telefonları yanlarında olmadığı anda anlık bilgileri takip edemeyecekleri ve diğer kişilerle çevrimiçi bağlantı sağlayamayacakları için yaşadıkları telefondan uzak kalma korkusunun 51 yaş ve üzerindekiilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu söylenebilir.

Nomofobinin diğer bir alt boyutu olan rahatlıktan feragat etme alt boyutunda ise 18-30 yaş grubundaki bireylerin ortalamaları ile diğer tüm yaş grupları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Buna göre 18-30 yaş aralığındaki kişilerin rahatlıktan feragat etme alt boyutuna ilişkin ortalamalarının diğer yaş grubundakilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu söylenebilir. Bir başka ifadeyle telefonun bireylere sağladığı rahatlık dolayısıyla 18-30 yaş arasındaki bireylerin diğer yaş grubundakilere göre telefonlarına daha yüksek bağımlılık gösterdikleri söylenebilir.

Nomofobi düzeylerinin eğitim durumu değişkeni için anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, nomofobi düzeyleri ortalamaları arasında eğitim durumu değişkeni için anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Gerek genel nomofobi düzeyleri ortalamaları gerek nomofobinin alt boyutları ilişkin ortalamalar açısından eğitim durumu değişkeni için anlamlı farklılıklar tespit edilmemiş olup, önlisans ve öncesi mezunları, lisans mezunları ve yüksek lisans mezunlarının nomofobi düzeyleri ortalamalarının birbirlerine yakın olduğu gözlemlenmiştir. Literatürde yapılan



birçok araştırmada da bu çalışmayla benzer şekilde nomofobi düzeylerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Gezgin vd., 2017:9; Minaz ve Çetinkaya, 2017:268 ; Eren vd., 2020: 133; Arslan vd., 2019: 245; Gürbüz ve Özkan, 2020; 814). Bununla birlikte literatürde nomofobi düzeylerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşan araştırmalar da bulunmaktadır (Tohumcu; 2018: 49; Ankara vd., 2020:235; Darvishi vd., 2019).

Nomofobi düzeyleri ortalamalarının medeni durum değişkeni için anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, nomofobi düzeyleri ortalamaları arasında medeni durum değişkeni için anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Gerek genel nomofobi düzeyleri ortalamaları gerekse nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe, rahatlıktan feragat etme, çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları için medeni durum değişkeni bakımından gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. İletişim kuramama alt boyutu için ise medeni durum değişkeni için nomofobi düzeyleri ortalamaları açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Kocabaş ve Korucu (2018)'da araştırmalarında nomofobi düzeylerinin iletişim kuramama alt boyutu için anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmışlardır. Tohumcu (2018) araştırmasında nomofobi düzeylerinin medeni duruma göre anlamlı düzeyde farklılaştığını ve bekâr bireylerin nomofobi düzeyi ortalamalarının evli bireylerin ortalamalarına göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Dongre vd. (2017)' de araştırmalarında nomofobi düzeylerinin medeni duruma değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığını tespit etmişlerdir.

Bu araştırmada da gerek genel nomofobi düzeyleri gerek nomofobinin alt boyutları için bekâr bireylerin nomofobi düzeyleri ortalamalarının evli bireylerin nomofobi düzeyleri ortalamalarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yücel ve Ünsalver (2020) araştırmalarında akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin medeni durum değişkeni için anlamlı düzeyde farklılaştığını ve akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin bekâr bireylerin ortalamalarının evli bireylerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna varmışlardır.

Nomofobi düzeylerinin kurumdaki kıdem değişkeni için anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, kurumdaki kıdem değişkeni için nomofobi düzeyleri ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Katılımcıların kurumdaki kıdem aralıklarına göre nomofobi düzeyleri incelendiğinde bireylerin kurumdaki kıdemleri arttıkça nomofobi düzeylerinin düştüğü gözlemlenmiştir. Gerek genel nomofobi düzeyleri gerekse nomofobinin alt boyutları için kurumdaki kıdem değişkeni için ortalamalar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Guruplar arası farklılıklar incelendiğinde genel nomofobi düzeyleri açısından 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında, 1-3 yıl aralığında kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında ve 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 4-9 yıl aralığında kıdemi olanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe alt boyutu için 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında ve 1-3 yıl aralığında kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Rahatlıktan feragat etme alt boyutu için 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 4-9 yıl aralığında kıdemi olanlar arasında ve 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanlar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. İletişim kuramama ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları için ise 1 yıldan az kıdemi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde kıdemi olanların ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Nomofobi düzeylerinin toplam iş tecrübesi değişkeni için anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, nomofobi düzeyleri ortalamaları arasında toplam iş tecrübesi değişkeni için anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Gerek genel nomofobi düzeyleri ortalamaları arasında gerekse nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe, rahatlıktan feragat etme, çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutları için toplam iş tecrübesi değişkeni bakımından gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. İletişim kuramama alt boyutu için ise toplam iş tecrübesi değişkeni bakımından nomofobi düzeyleri ortalamaları açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Guruplar arası farklılıklar incelendiğinde genel nomofobi düzeyleri açısından 1 yıldan az toplam iş tecrübesi olanlar ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesi olanlar arasında; 1-3 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 4-9 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında; 1-3 yıl toplam aralığında iş tecrübesine sahip

bireylerin nomofobi ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Nomofobinin alt boyutlarından bilgiye erişememe alt boyutu için 1-3 yıl aralığında iş tecrübesine sahip kişilerin ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Rahatlıktan feragat etme alt boyutu için 1 yıldan az toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 4-9 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında; 1 yıldan az toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında; 1-3 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 4-9 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında; 1-3 yıl aralığında toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutunda ise 1 yıldan az toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında; 1-3 yıl toplam aralığında iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları ile 10 yıl ve üzerinde toplam iş tecrübesine sahip bireylerin nomofobi ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Literatür incelendiğinde nomofobinin iş yaşamı üzerindeki etkilerini inceleyen sınırlı sayıda araştırmaya rastlanmış, nomofobiyi demografik değişkenler açısından ele alan çalışmaların ise genellikle üniversite öğrencileri üzerinde yoğunlaştığı görülmüştür. Oysa çalışanların demografik özelliklerine göre nomofobi düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığını anlamak, bu doğrultuda politikalar geliştirmek ve iş yaşamında etkinlik ve verimliliği sağlamak için çok önemlidir. Bu araştırmada çalışanların demografik değişkenlere göre nomofobi düzeyleri ortalamalarının anlamlı farklılıklar gösterip göstermediği tespit edilmeye çalışılarak literatüre katkı sağlanması hedeflenmiştir.

Gelecek araştırmalar konuya farklı perspektiflerden yaklaşarak nomofobiye ilişkin demografik farklılıkların çalışanlar ve işletmeler üzerindeki etkilerini araştıran çalışmalar yapabilirler ve bu doğrultuda oluşturulacak stratejilere öncülük edebilirler. Ayrıca çalışmanın farklı coğrafyalar ve ülkelerde gerçekleştirilmesi kültürel değişkenlerin de modele eklenmesi noktasında önemli olabilecektir. Ayrıca bu araştırma kapsamında çalışanların çalıştıkları sektör, meslekleri ya da çalıştıkları işletmelere göre bir ayırım yapılmamıştır. Daha sonra yapılacak araştırmalarda, araştırma daha sınırlı çalışan grupları üzerinde örneğin sadece bir sektör ya da bir işletmedeki çalışanlar üzerinde yapılarak işe ve ye örgüte ilişkin değişkenlerin bireylerin nomofobi düzeyleri üzerinde yarattığı etkiler araştırılabilir.

### **Yazı Etik Kurul İzin Bilgileri**

Araştırmaya başlamadan önce, 16.01.2020 tarihli 2020-01 toplantı sayılı İstanbul Esenyurt Üniversitesi Etik Kurulundan etik kurul onayı alınmıştır. Ayrıca katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilmiş, kişisel bilgilerin gizli tutulacağı ve istedikleri zaman araştırmadan çekilebilecekleri belirtilerek bilgilendirilmiş gönüllü olur onam formu seçeneği araştırmanın girişinde yer alarak gönüllü olanlar araştırmaya dâhil edilmiştir.

### **Yazar Katkıları**

Çalışmaya 1. yazar %70, 2. yazar %30 oranında katkı sağlamıştır.

### **Kaynakça**

- Ada, S., ve Tatlı, H. S. (2019). "Akıllı Telefon Kullanımını Etkileyen Faktörler Üzerine Bir Araştırma". XV. Akademik Bişim Konferansı 23- 25 Ocak 2013.
- Adnan, M., ve Gezin, D. M. (2016). A Modern Phobia: Prevalence of Nomophobia among College Students 1. *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 49(1), 141.



- Adnan, M., ve Gezgın, D. M. (2016). Modern Yüzyılın Yeni Olgusu Nomofobi Ve Üniversite Öğrencileri Arasında Yaygınlık Düzeyi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 49(1), 141-158.
- Ahmed, S., Pokhrel, N., Roy, S., ve Samuel, A. J. (2019). Impact Of Nomophobia: A Nondrug Addiction Among Students Of Physiotherapy Course Using An Online Cross-Sectional Survey. *Indian Journal Of Psychiatry*, 61(1), 77.
- Akgül, A., ve Çevik, O. (2003), *İstatistiksel Analiz Teknikleri*. Ankara: Emek Ofset Ltd. Şti
- Akıllı, G. K., Ve Gezgın, D. M. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi Düzeyleri İle Farklı Davranış Örüntülerinin Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi Examination Of The Relationship Between Nomophobia Levels And Different Behavior Patterns Of University Students. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40 (1).
- Akkuş, E. (2019). Investigation Of Nomophobia Levels Of University Students In The Context Of Family Relations/Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi Düzeylerinin Aile İlişkileri Bağlamında İncelenmesi. *Media & Communication Studies*, 47.
- 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 Araştırmalar Dergisi*, 7(16), 256-275.
- Aksu, B. Ç., & Doğan, A. (2020). Kuşaklar Açısından Motivasyon Araçlarının ve Kariyer Çapalarının Karşılaştırılması. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 12(2), 2040-2060.
- 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.
- Altunışık R., Coşkun R., Bayraktaroğlu S., ve Yıldırım E, (2012). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri SPSS Uygulamalı*. Sakarya: Sakarya Yayıncılık.
- Ankara, H. G., Tekin, B. T., ve Esmâ, Ö. Z. (2020). Elmayı En Çok Kim Isırıyor? Akıllı Telefon Bağımlılığını Etkileyen Sosyoekonomik Faktörlerin Tespiti. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 13(3), 235-242.
- Apak, E., ve Yaman, Ö. M. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Nomofobi Yaygınlığı ve Nomofobi ile Sosyal Fobi Arasındaki İlişki: Bingöl Üniversitesi Örnekleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(1), 609-627.
- Arslan, H., Tozkoporan, S. B., ve Kurt, A. A. (2019). Öğretmenlerde Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusunun ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun İncelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(3), 237-256.
- Aslan S, ve Aylaz R. (2014). Akademisyenlerin İnternet Bağımlılık Düzeyleri ve Buna Bağlı Oluşabilecek Sağlık Sorunların Değerlendirilmesi. *İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi* 3(2), 14-19.
- Aşık, N. A. (2018). Aidiyet Duygusu Ve Nomofobi İlişkisi: Turizm Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Turizm Ve Araştırma Dergisi*, 7(2), 24-42.
- Augner, C. ve Hacker, G. W. (2012). Associations Between Problematic Mobile Phone Use and Psychological Parameters in Young Adults. *International Journal of Public Health*, 57 (2), 437-441.
- Bahl, R.R. ve Deluliis, D. (2015). Nomophobia, (Ed.) Yan, Z., Encyclopedia of Mobile Phone Behavior. (3 Volumes), USA: IGI Global.
- Bardak, F., ve Yalçınkaya-Alkar, Ö. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Ağları Kullanım Amaçlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [Investigation Of Internet Addiction And Loneliness In Scope Of Social Media Use Purposes]. *Bağımlılık Dergisi*, 17(2), 55-65.

- Bayram, A., Kahveci, A., Yıldız, A., Doğanay, E., Oğuzyiğit, E., Özdemir, F., ve Teke Z.G., (2018). Üniversite Öğrencilerinde Cep Telefonu Problemlili Kullanım Durumunun Ve Yalnızlık Düzeyinin Belirlenmesi. *SANAL ALEM/MEDYA ŞİDDETİ*, 59.
- Bayram, A., Yılmaz, E. Z., Sözen, Ç., ve Bayer, N. (2019). Nomofobi'nin (Akıllı Telefon Yoksunluğu) İçsel Motivasyona Etkisi: Giresun Üniversitesi Öğrencileri Örneği. *İşletme Bilimi Dergisi*, 7(1), 105-130.
- Biber, L. (2020). Sosyal Medya, Fomo Ve Kuşaklararası Farklılaşma. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Ekonomi Ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 26-43.
- Bivin, J. B., Mathew, P., Thulasi, P. C., & Philip, J. (2013). Nomophobia - Do We Really Need To Worry About? *Reviews Of Progress*, 1(1), 1-5.
- Bragazzi N.L, Puente G Del. A. (2014). Proposal For Including Nomophobia İn The New DSM-V. *Psychol Res Behav Manag* [Internet]. 2014;7:155-60. Available: <http://www.dovepress.com/permissions.php>
- Broughton, G. (2015). "The Changing Face [Book] Of Friendship, Fellowship And Formation" *St Mark's Review*, (233), 74-86.
- Burucuoğlu, M. (2017). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Nomofobi Düzeyleri Üzerinde Bir Araştırma. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 482-489.
- Büyükçolpan, H. (2019). "Üniversite Öğrencilerinde Nomofobi, Bağlanma Biçimleri, Depresyon vee Algılanan Sosyal Destek", Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Can A.V. Ve M. Kıymaz, (2016). Bilişim Teknolojilerinin Perakende Mağazacılık Sektörüne Yansımaları: Muhasebe Departmanlarında Endüstri 4.0 Etkisi, *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, CİEP Özel Sayısı 107-117
- Cheever, N. A., Rosen, L. D., Carrier, L. M., ve Chavez, A. Out of Sight is Not Out of Mind: The Impact of Restricting Wireless Mobile Device Use on Anxiety Levels Among Low, Moderate And High Users, *Computers in Human Behavior*, (37), 290- 297.
- Chinnery, G., M. (2006), Emerging Technologies Going to the Mall: Mobil Assisted Language Learning, *Language Learning & Technology*. 10 (1) : 9-16.
- Civek, F., ve Ulusoy, G. (2020) X ve Y Kuşağı Tüketicilerin Nomofobik Eğilimlerinin Çevrimiçi Alışveriş Bağımlılığı ile Olan İlişkinin Belirlenmesi. *Turkish Studies - Social* 15(1), 141-156.
- Çağan, Ö. (2019). Bir Lisede Öğrenim Gören Öğrencilerde Nomofobinin Algılanan Sosyal Destekle İlişkinin Araştırılması. In 3. *International 21. National Public Health Congress*.
- Çelebi, M., Metin, A., İncedere, F., Aygün, N., Bedir, M., ve Özbulut, Ö. (2020). Investigation Of Relationship Between Nomophobia And Loneliness Level *Erciyes University Sample. Sciences*, 10(2), 315-334.
- Çelik, Y., ve Atilla, G. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Manavgat MYO Örneği. *Journal Of Social And Humanities Sciences Research*, 5(26), 2628-2639.
- Dağlı, E., Hamutoğlu, N. B., ve Gezgin, D. M. (2017). Okul Öncesi Öğretmenlerinin Nomofobi Düzeyleri ile Akıllı Telefon ve Sosyal Ağ Servisleri Kullanma Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.[The Investigation of the Relationship Between the Nomofobi Levels of Pre-School Teachers and Using Behaviors of Smart Phone and Social Network Services]. In *Uluslararası Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Sempozyumu/International Computer & Intructional Technologies Symposium, ICITS-2017*, 24-26.
- Daily Mail, Nomophobia is the Fear of Being Out of Mobile Phone Contact-And It's The Plague of Our 24/7 Age. <http://www.dailymail.co.uk/news/article550610/nomophobia-fear-mobile-phone-contact--plague-24-7-age.html>, (Erişim Tarihi: 21.08.2018).





- Darvishi, M., Noori, M., Nazer, M. R., Sheikholeslami, S., Ve Karimi, E. (2019). Investigating Different Dimensions Of Nomophobia Among Medical Students: A Cross-Sectional Study. *Open Access Macedonian Journal Of Medical Sciences*, 7(4), 573.
- 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
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A. K., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A. K., Ve Shrivastava, A. (2010). A Study To Evaluate Mobile Phone Dependence Among Students Of A Medical College And Associated Hospital Of Central India. *Indian Journal Of Community Medicine*, 35(2), 339-342.
- Engin, G., & Genç, S. Z. (2020). Öğretmen Adaylarının Akıllı Telefon Ekran Kullanım Süreleri ile Akademik Erteleme Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Celal Bayar University Journal of Social Sciences/Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(1), 314-325
- Ercan, Ö., ve Tekin, N. (2019). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Nomofobi Düzeylerinin İncelenmesi. *Journal Of Global Sport And Education Research*, 2(1), 24-34.
- Erdem, H., Kalkın, G., Türen, U. ve Deniz, M. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusunun (Nomofobi) Akademik Başarıya Etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(3), 923-936
- Erdem, H., Türen, U., ve Ercil, Y. (2017) İş Yükü Fazlalığı Algısını Oluşturan Nedenlerden Birisi Nomofobi (No Mobile Phone Phobia) Olabilir Mi? Could Nomophobia (No Mobile Phone Phobia) be One of the Causes of Role Overload Perception? *Yönetim ve Çalışma Dergisi/Journal of Management and Labour*, 1(2), 16-30.
- Eren, B., Kılıç, Z. N., Günal, S. E., Kırçalı, M. F., Öznacar, B. B., ve Topuzoğlu, A. (2020). Evaluation Of Nomophobia And Related Factors İn High School Students. *Anatolian Journal Of Psychiatry*, 21(2), 133-140.
- Ertan, G. (2019). "Mobil Telefonsuz Kalma Korkusunun (Nomofobi) İş Tatmini, İşe Bağlılık Ve Sosyal İzolasyon Üzerine Etkisi" Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Gezgin, D. M., Hamutoglu, N. B., Basarmak, U., & Dagli, E. S. (2020). Akıllı Telefon Kullanım Becerisi Bağlamında Okul Öncesi Öğretmenlerinin Nomofobi Eğilimlerinin İncelenmesi. *Mediterranean Journal of Educational Research*, 14(32), 1-16.
- Gezgin, D. M., Hamutoğlu, N. B., Gültekin, G. S., ve Yıldırım, S. (2019). Öğretmen Adaylarının Akıllı Telefon, Mobil Telefonsuz Kalma Korkusu (Nomofobi) Ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusuna (Fomo) İlişkin Algılarının Metafor Kullanılarak Belirlenmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(2), 733-783.
- Gezgin, D. M., Şahin, Y. L., ve Yıldırım, S. (2017). Sosyal Ağ Kullanıcıları Arasında Nomofobi Yaygınlığının Çeşitli Faktörler Açısından İncelenmesi, *Eğitim Teknolojisi Kuram Ve Uygulama*, 7(1), 1-15.
- Griffiths, M. (2003). Internet Gambling: Issues, Concerns, and Recommendations, *Cyberpsychology & Behavior*, 6(6), 557-568.
- Güler, E. Ö., ve Veysikarani, D. (2019). Nomofobi Üzerine Bir Araştırma: Üniversite Öğrencileri Örneği. *Beykoz Akademi Dergisi*, 7(1), 75-88.
- Gürbüz, I. B., ve Özkan, G. (2020). What Is Your Level Of Nomophobia? An Investigation Of Prevalence And Level Of Nomophobia Among Young People İn Turkey. *Community Mental Health Journal*, 56(5), 1-9.
- Güllüce, A. Ç., Kaygın, E., ve Borekci, N. E. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi Düzeyi İle Öznel İyi Olma Durumları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi: Ardahan Örneği. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 37(4), 651-673.
- Güzeller, C.O. ve Coşguner, T. (2012). Development of A Problematic Mobile Phone Use Scale For Turkish Adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15 (4), 205-211.



- Ha JH, Chin B, Park DH, Ryu SH, Yu J. (2008). Characteristics of excessive cellular phone use in Korean adolescents. *CyberPsychology & Behavior* 11(6),783-784
- Hoşgör, H. (2020) Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi Düzeyini Etkileyen Faktörler ve Ders Performansları Üzerinde Nomofobinin Etkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(25), 3167-3197.
- 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.
- Işık, M., ve Kaptangil, İ. (2018). Akıllı Telefon Bağımlılığının Sosyal Medya Kullanımı Ve Beş Faktör Kişilik Özelliği İle İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinden Bir Araştırma. *Itobiad: Journal Of The Human & Social Science Researches*, 7(2), 695-717.
- Jin, B., ve Park, N. (2012). Mobile Voice Communication and Loneliness: Cell Phone Use and The Social Skills Deficit Hypothesis. *New Media & Society*. 15(7), 1094-1111.
- Kaçık, S., ve Acar F., Üniversite Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (Gkk) Ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Kayseri Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 74-90.
- Kaur, A., ve Sharma, P. (2015). A Descriptive Study To Assess The Risk Of Developing Nomophobia Among Students Of Selected Nursing Colleges Ludhiana, Punjab, *International Journal Of Psychiatric Nursing*, 1(2) , 1-6.
- Kıraç, R., (2019). Nomofobinin Dikkat Eksikliğine Etkisi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 1095-1114.
- King, A.L.S., Valença, A.M., Silva, A.C., Sancassiani, F., Machado, S. ve Nardi, A.E. (2014). Nomophobia: Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with Panic Disorder Compared with A Control Group, *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 10, 28-35.
- King, A. L., Valença, A. M., ve Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: The Mobile Phone İn Panic Disorder With Agoraphobia Reducing Phobias Or Worsening Of Dependence. *Cognitive And Behavioral Neurology*, 23(1), 52-54
- Kocabaş, D., ve Korucu, K. S. (2018). Dijital Çağın Hastalığı Nomofobi Üzerine Bir Araştırma. *Avrasya Sosyal Ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 5(11), 254-268.
- Krajewska-Kułek, E., Kułek, W., Stryzhak, A., Szpakow, A., Prokopowicz, W. Ve Marcinkowski, J.T. (2012). Problematic Mobile Phone Using Among The Polish And Belarusian University Students, A Comparative Study, *Prog Health Sciences*, 2(1): 45-50.
- Kuss D.J. ve Griffiths M.D. (2011). Online Social Networking And Addiction-A Review Of The Psychological Literature. *International Journal Of Environmental Research And Public Health* 8(9), 3528-3552.
- Kuşay, Y. (2013), *Sosyal Medya Ortamında Çekicilik ve Bağımlılık: Facebook Üzerine Bir Araştırma*. İstanbul: Beta Basım A.Ş.
- Kwon M, Lee J.Y., Won W.Y., Park J.W., Min J.A., Hahn C, ve Kim, D.J. (2013). Development And Validation Of A Smartphone Addiction Scale (SAS). *Plos One* 8(2), 1-7
- Kwon, M.; Kim, D.J.; Cho, H., ve Yang, S. (2013). The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents, *Plos One*, 8(12), 1-7
- Lee Y.S.(2006) Biological Model and Pharmacotherapy In Internet Addiction. *Journal of Korean Medical Association* 49(3), 209-214.
- Lepp, A., Barkley, J.E, Sanders, G.J, Rebold, M. ve Gates, P. (2013). The Relationship Between Cell Phone Use, Physical and Sedentary Activity, and Cardiorespiratory Fitness in A Sample of U.S. College Students, *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10: 1-9.



- Lu, Yang, (2017). "Industry 4.0: A Survey On Technologies, Applications And Open Research Issues. *Journal Of Industrial Information Integration*, 6, 1-10
- Melek S. (2016). "Akıllı Telefon Bağımlılığının Öznel Mutluluk Düzeyine Etkisinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi". Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilim Enstitüsü Eğitim Bilim Anabilim Dalı Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Minaz, A., ve Bozkurt, Ö. Ç. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeylerinin Ve Kullanım Amaçlarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi-Investigation Of University Students Smartphone Addiction Levels And Usage Purposes In Terms Of Different Variables. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(21), 268-286.
- Nayak, J.K., (2018). Relationship Among Smartphone Usage, Addiction, Academic Performance And The Moderating Role Of Gender: A Study Of Higher Education Students In India. *Computers & Education* 123,164-173.
- Okuyan, C., Güner, P. D., ve Güneş, S. U. Hemşirelik Ve Tıp Fakültesi Öğrencilerinin Nomofobi Düzeylerinin Belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(4), 372-382.
- Öz, H., ve Tortop, H. S. (2018). Üniversite Okuyan Genç Yetişkinlerin Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusu (Nomofobi) İle Kişilik Tipleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yeni Medya Elektronik Dergi*, 2(3), 146-159.
- Özarlan, M. (2019) The Relationship Between High School Students' Fear Of Mobile Telephone Deprivation And Life Satisfaction Levels. *International Technology And Education Journal*, 3(2), 9-18.
- Özduman, A., Başak, G. Ö. K., ve Gökçen, H. (2020). Mobil Telefon Kullanıcılarının Mobil Bağımlılık Durumu Ve 5g Teknolojisi Kabullenme Niyeti Modellerinin Geliştirilmesi. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 13(3), 269-288.
- Pavithra, M. B., Madhukumar, S., ve Mahadeva, M. (2015). A Study On Nomophobia-Mobile Phone Dependence, Among Students Of A Medical College In Bangalore. *National Journal Of Community Medicine*, 6(3), 340-344.
- Polat, R. (2017). Dijital Hastalık Olarak Nomofobi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 1(2), 164-172.
- Pourrazavi, S., Allahverdipour, H., Jafarabadi, M. A., ve Matlabi, H. (2014) A Socio-cognitive Inquiry of Excessive Mobile Phone Use. *Asian Journal of Psychiatry* 10, 84-89.
- Prasetyo, A., ve Ariana, A. D. (2016). Hubungan antara The Big Five Personality dengan Nomophobia pada Wanita Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 5(1), 1-9.
- Qin, J., L. Ying ve R. Grosvenor, (2016). A Categorical Framework Of Manufacturing For Industry 4.0 And Beyond, *Procedia CIRP*, (52),173-178.
- Ramazanoğlu, M. (2020). Öğretmen Adaylarının Nomofobi Düzeylerinin Belirlenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, 81, 247-264.
- Reid, D.J. ve Reid, F., J., M. (2007). Text or Talk? Social Anxiety, Loneliness, and Divergent Preferences for Cell Phone Use. *CyberPsychology & Behavior*, 10 (3), 424-35.
- Romano, D. M. (2004). A Self-Psychology Approach to Narcissistic Personality Disorder: A Nursing Reflection. *Perspectives in Psychiatric Care*, 40 (1), 20-28.
- Sayer S. ve A. Ülker, (2014). Ürün Yaşam Döngüsü Yönetimi, *Mühendis Ve Makina*, 55(657). 65-72.
- SecurEnvoy (2012). 66% of The Population Suffer From Nomophobia The Fear Of Being Without Their Phone. Erişim: 12.12.2019 <https://www.securenvoy.com/blog/2012/02/16/66-of-the-populationsuffer-from-nomophobia-the-fear-ofbeing-without-their-phone/>.
- Sharma, M., Mathur, D. M., ve Jeenger, J. (2019). Nomophobia And Its Relationship With Depression, Anxiety, And Quality Of Life In Adolescents. *Industrial Psychiatry Journal*, 28(2), 231.

- Sharma, N., Sharma, P., Sharma, N. ve Wavare, R. R. (2015), Rising Concern Of Nomophobia Amongst Indian Medical Students, *International Journal of Research in Medical Sciences*, 3 (3), 705-707.
- Sırakaya, M. (2018). Ön Lisans Öğrencilerinin Nomofobi Düzeylerinin Akıllı Telefon Kullanım Durumlarına Göre İncelenmesi. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 14(2), 714-727.
- Soni, R., Upadhyay, R., ve Jain, M. (2017). Prevalence Of Smart Phone Addiction, Sleep Quality And Associated Behaviour Problems İn Adolescents. *International Journal Of Research İn Medical Sciences*, 5(2), 515-519.
- Sungur, Z.M (1997), Fobik Bozukluklar, *Psikiyatri Dünyası Dergisi*, 1 (1), 5-11
- Şar, A.H. (2013). Examination of Loneliness and Mobil Phone Addiction Problem Observed in Teenagers from The Some Variables. *International Journal of Social Science*, 6 (2), 1207-1220.
- Takao, M., Takahashi, S., ve Kitamura, M. (2009). Addictive Personality and Problematic Mobile Phone Use. *CyberPsychology & Behavior*, 12 (5), 501-507.
- Tamura, H., Nishida, T., Tsuji, A. ve Sakakibara, H. (2017). Association Between Excessive Use of Mobile Phone and Insomnia and Depression Among Japanese Adolescents. *International Journal of Environmental Reseach and Public Health*, 14 (7), 1-11.
- Taslak, S., ve Sakal, M. Öğrencilerin Akıllı Telefon Bağımlılığının Akademik Motivasyona Etkisi.
- Tavolacci, M. P., Meyrignac, G., Richard, L., Dechelotte, P., Ve Ladner, J. (2015). Problematic Use Of Mobile Phone And Nomophobia Among French College Students. *European Journal Of Public Health*, 25(3), 12-21.
- Tohumcu, M. U. (2018). "İnternet Ve Akıllı Telefon Bağımlılığı İle Benlik Saygısı Ve Yalnızlık Arasındaki İlişkinin Çeşitli Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi" Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Uygulamalı Psikoloji Ana Bilim Dalı Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi
- Tor Kadioğlu, C., ve Koşar, A. (2019). Nomofobiklik Düzeyinin A Ve B Tipi Kişilikler Bağlamında İncelenmesi Ve İnternette Satın Alma Davranışı Üzerindeki Etkisi. *Journal Of International Social Research*, 12(66).
- Tran, D. (2016). Classifying nomophobia as smart-phone addiction disorder. *UC Merced Undergraduate Research Journal*, 9(1), 1-22.
- Türen, U., Erdem, H., ve Kalkın, G. (2017). Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusu (Nomofobi) Yayılımı: Türkiye'den Üniversite Öğrencileri Ve Kamu Çalışanları Örnekleme. *International Journal Of Informatics Technologies*, 10(1), 1-12.
- Višnjić, A., Veličković, V., Sokolović, D., Stanković, M., Mijatović, K., Stojanović, M., Ve Radulović, O. (2018). Relationship Between The Manner Of Mobile Phone Use And Depression, Anxiety, And Stress İn University Students. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 15(4), 697- 709.
- Wei, R. ve Lo, V. H. (2006). Staying Connected While on The Move: Cell Phone Use and Social Connectedness. *New Media & Society*, 8(1), 53-72.
- Witkowski, K. (2017) Internet Of Things, Big Data, İndustry 4.0-İnnovative Solutions İn Logistics And Supply Chains Management, *Procedia Engineering*, 182, 763-769
- World Health Organization (WHO) (2014). Public Health İmplications Of Excessive Use Of The Internet, Computers, Smartphones And Similar Electronic Devices Meeting Report. Main Meeting Hall, Foundation For Promotion Of Cancer Research, National Cancer Research Centre, Tokyo, Japan, 151.
- Yanqing, L., ve Wenjie, F. (2019). How does Nomophobia Exert Impact on Life Satisfaction? Exploring the Mediating Effect of Psychological Wellbeing and Academic Performance. WHICEB 2019 Proceedings. 21.



- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S. (2004). *Spss Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yıldırım, Ç., Şumuer, E., Adnan, M., ve Yıldırım, S. (2016). A Growing Fear: Prevalence Of Nomophobia Among Turkish College Students. *Information Development*, 32(5), 1322–1331.
- Yıldırım, O., ve Sezer, Ö. (2020). The Relationship Between Nomophobia And Trait Anxiety, Basic Psychological Needs, Happiness In Adolescents. *Journal Of Human Sciences*, 17(2), 535-547.
- Yıldırım, S., ve Kişioğlu, A. N. (2018). Teknolojinin Getirdiği Yeni Hastalıklar: Nomofobi, Netlessfobi, Fomo. *Medical Journal Of Suleyman Demirel University*, 25(4), 473-480.
- Yıldırım, S., Ergüzel, T.T., ve Sayar. G.H., (2019). Akıllı Telefon Bağımlılığı, *Current Addiction Research* 3(1), 25-30
- Yıldız, A. (2019). X, Y ve Z Kuşağı Tüketicilerin Nomofobi Özelliklerinin Karşılaştırması: Adıyaman İli Üzerine Bir Uygulama. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (32), 695-726.
- Yorulmaz, Ö. Ü. M., Kırac, A. G. R., ve Sabırlı, Y. L. Ö. H. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Nomofobinin Uyku Ertelemeye Etkisi Effects Of Nomofobinin Sleeping At University Students. *Journal Of Social And Humanities Sciences Research (Jshsr)*, 5(27), 2988-2996.
- Yurdagül, B. (2011), Akıllı Telefon Nedir, Ne İşe Yarar? Dünyadaki Akıllı Telefon Kullanım Oranları ve Türkiye'deki Durum, Android Türkiye, <http://androidturkey.net/2011/12/24/akilli-telefon-nedir-ne-ise-yarar-dunyadaki-akilli-telefon-kullanim-oranlari-ve-turkiyedeki-durum/#comments>, (11.11.2019)
- Yusufoğlu, Ö. Ş. (2017). Boş Zaman Faaliyeti Olarak Akıllı Telefonlar ve Sosyal Yaşam Üzerine Etkileri: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 6(5), 2414-2435.
- Yücel E ve Ünsalver B. (2019) Ergenlerin Nomofobi Düzeyleriyle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Psikoloji Araştırmaları Sempozyumu*, içinde " Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı ile Uyku Kalitesi İlişkisinin İncelenmesi", 94-99
- Zarghami, M., Khalilian, A., Setareh, J. ve Salehpour, G. (2015). The Impact Of Using Cell Phones After Light-Out on Sleep Quality, Headache, Tiredness, and Distractibility Among Students of A University in North of Iran. *Iranian Journal Of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 9 (4), 1-5.

### **Extended Abstract**

*The main purpose of the study is to reveal the current situation in terms of the nomophobia of the employees and to determine whether the nomophobia status of the working individuals differs in terms of demographic variables. In this direction, within the scope of the study; By examining the nomophobia levels of the individuals in terms of demographic variables such as gender, age, educational status, marital status, seniority in the current company and total work experience, it was tried to determine whether there was a significant difference between the groups' nomophobia levels. In this direction a questionnaire was applied to 725 working people in order to determine their nomophobia levels.*

*An independent sample t test was conducted to determine whether the employees' nomophobia levels differ significantly according to their marital status and gender. ANOVA analysis was conducted to test whether the nomophobia levels of the employees differ according to their age, education level, seniority in the institution they work for, and total work experience.*

*As a result of the study, when employees' nomophobia levels' average measured; it was found that there was no significant difference regarding gender and educational status, on the other hand it was found that there was significant difference regarding age, marital status, seniority in the workplace and total work experience.*

*Accordingly it was found that as the age of the individuals decreases, the levels of nomophobia increase in terms of both general nomophobia averages and sub-dimensions of nomophobia. Also, this increase is statistically significant. When the differences between the groups were examined, significant differences were found between the 18-30 age group and the age group 51 and above for both general nomophobia levels and not being able to access information and losing connection online (sub-dimensions of nomophobia). Accordingly, it can be said that the average of general nomophobia and the losing online connection and not being able to access information (sub-dimensions of nomophobia ) levels of people between the ages of 18-30 are significantly higher than age group 51*

and above. In this respect, it can be said that individuals aged 18-30 are significantly more fearful of staying away from their phones, because they cannot follow instant information and cannot connect online with other people when their phones are not with them. When the differences between the groups were examined, significant differences were found between the 18-30 age group and all other age groups for sacrifice of comfort (sub-dimensions of nomophobia). Accordingly, it can be said that the average of sacrifice of comfort (sub-dimensions of nomophobia) levels of people between the ages of 18-30 are significantly higher than other age groups. In other words, it can be said that individuals between the ages of 18-30 show higher dependence on their phones than those in the other age group, due to the comfort that the phone provides to individuals.

When the differences between the groups in terms of marital status, which is another variable of the study, were examined, it was found that the nomophobia levels' averages of single individuals were higher than the nomophobia levels' mean of married individuals in terms of for both general nomophobia averages and sub-dimensions of nomophobia. These differences between the averages were found to be significant in terms of dimensions other than the inability to communicate sub-dimension.

When the differences between the groups were examined, in terms of the seniority variable in the current institution, significant differences were found between the less than 1 year seniority group and more than 10 year seniority group for general nomophobia levels. When the differences between the groups were examined, in terms of the seniority variable in the current institution, significant differences were found between the less than 1 year seniority group and more than 10 year seniority group. Also significant differences were found between less than 1 year seniority group and 4-9 year seniority group. Also significant differences were found between 1-3 year seniority group and more than 10 year seniority group.

When the differences between the groups were examined, in terms of the seniority variable in the current institution, significant differences were found between the less than 1 year seniority group and more than 10 year seniority group for the inability to access information from sub-dimensions of nomophobia. Also significant differences were found between 1-3 year seniority group and more than 10 year seniority group for the inability to access information from sub-dimensions of nomophobia. When the differences between the groups were examined, in terms of the seniority variable in the current institution, significant differences were found between the less than 1 year seniority group and more than 10 year seniority group for sacrifice of comfort from sub-dimensions of nomophobia. Also significant differences were found between less than 1 year seniority group and 4-9 year seniority group for the sacrifice of comfort from sub-dimensions of nomophobia.

In terms of the seniority variable in the current institution, significant differences were found between the less than 1 year seniority group and more than 10 year seniority group for inability to communicate from sub-dimensions of nomophobia. When the differences between the groups were examined, in terms of the seniority variable in the current institution, significant differences were found between the less than 1 year seniority group and more than 10 year seniority group for losing connection online from sub-dimensions of nomophobia. For both general nomophobia averages and their sub-dimensions, it was observed that the average of nomophobia decreased as the seniority in the institution increased.

When the differences between the groups were examined, in terms of the total work experience, significant differences were found between the less than 1 year total work experience group and more than 10 year total work experience group for general nomophobia levels. Also significant differences were found between 1-3 year total work experience group and 4-9 year total work experience group. Also significant differences were found between 1-3 year total work experience group and more than 10 year total work experience group.

