

## NOMOFOBİ VE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞININ ARACI ROLÜ

Ayşe ELİÜŞÜK BÜLBÜL\*

Öz

*Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeylerini açıklayabilmek için sosyal medya bağımlılığı ve kişilik özelliklerini içeren aracı model kurulmuştur. Çalışmanın çalışma grubunu Selçuk Üniversitesinde öğrenim görmekte olan formasyon öğrencilerinden oluşturmuştur. Araştırma ilişkisel tarama yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Araştırmaya Selçuk üniversitesi formasyon öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmada kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya 565 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların nomofobi düzeylerini belirlemek amacıyla "Nomofobi Ölçeği" sosyal medya bağımlılığını belirlemek amacıyla "Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği" kişilik özelliklerini belirlemek amacıyla "Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)" ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucuna göre nomofobi ile sosyal medya bağımlılığı arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum nomofobi ile sosyal medya bağımlılığı; sosyal medya bağımlılığı ile kişilik özellikleri arasında ve sosyal medya bağımlılığı, kişilik özellikleri arasında pozitif yönde ilişkili olduğu göstermektedir. Çalışmada dolaylı etkinin anlamlılığını test etmek için bootstrapping yöntemi kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının, nomofobi ve kişilik özellikleri arasında kısmi aracı role sahip olduğu görülmüştür. Buradan hareketle Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının ile kişilik özellikleri ile birlikte nomofobiyi artıracığı söylenebilir. Aynı zamanda kişilik özelliklerinin, sosyal medya bağımlılığını etkilediği söylenebilir.*

**Anahtar Kelimeler:** Psikoloji, Nomofobi, Sosyal Medya Bağımlılığı, Kişilik Özelliği, Aracılık.

### THE INTERMEDIATE ROLE OF SOCIAL MEDIA ADDICTION IN THE RELATIONSHIP BETWEEN NOMOPHOBIA AND PERSONAL CHARACTERISTICS

**Abstract**

*In this study, a mediating model incorporating social media addiction and personality traits has been established to explain the levels of nomophobia among university students. The study group consists of pre-service teachers studying at Selçuk University. The research was conducted using a relational survey method and*

\*Doç.Dr., Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, ayseeliusuk@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0006-5587-2203>

*included pre-service teachers from Selçuk University. A convenience sampling method was employed, and the study comprised 565 participants. To determine participants' nomophobia levels, the "Nomophobia Scale" was used, the "Bergen Social Media Addiction Scale" was employed to measure social media addiction, and the "Adjective-Based Personality Test" was utilized to determine personality traits. According to the results of the study, a significantly positive relationship with a high level was found between nomophobia and social media addiction. This indicates that nomophobia is positively correlated with social media addiction and that there is a positive relationship between social media addiction and personality traits. The bootstrapping method was used to test the significance of the indirect effect. It was found that social media addiction in university students plays a partial mediating role between nomophobia and personality traits. Therefore, it can be stated that social media addiction in university students, along with personality traits, may contribute to an increase in nomophobia. Additionally, it can be argued that personality traits influence social media addiction.*

**Keywords:** *Psychology, Nomophobia, Social Media Addiction, Personality Trait, Mediation.*

## **Giriş**

Günümüzde dijital teknolojinin hızla gelişimi, bireylerin yaşamlarını etkileyen çeşitli dinamikleri de beraberinde getirmiştir (Cortés ve Herrera-Aliaga, 2022). Özellikle mobil cihazların yaygınlaşmasıyla birlikte, sosyal medya platformları bireyler arasındaki iletişimi kolaylaştırmakla birlikte, bazı olumsuz etkileri de beraberinde getirmiştir (Frassini vd., 2021).

Nomofobi, akıllı telefonda uzak kalma halinde yaşanan korku, endişe ve huzursuzluk olarak tanımlanabilir (King vd., 2013). İngilizce “no mobilephone phobia” ifadesinden türetilen nomofobi'nin en temel sebebi, akıllı telefonların bireye sağladığı dikkat çekici birçok imkânın olması ve bu imkanların alışkanlığa dönüşmüş olmasıdır (Erdem vd., 2017). Kavram ilk olarak İngiltere Posta İdare'sinin (2008) yaptığı araştırmayla hayatımıza girmiş ve araştırma sonuçlarına göre 2100 katılımcının yarısından fazlasının mesaj alma hissiyatı ile telefonlarını sürekli kontrol ettikleri gözlemlenmiştir (Daily Mail, 2008).

Nomofobi, DSM V'de belirli fobi türlerini tanımlayan ölçütler arasında yer almaktadır. Bu ölçütler şu şekilde sıralanmaktadır: İlk olarak, bireyin belirli bir nesne veya durum karşısında kaygı yaşaması veya korku hissetmesi gerekmektedir. İkinci ölçüt, fobik nesne veya durumun neredeyse her zaman korku veya endişeye neden olmasıdır. Üçüncüsü, bireyin fobik durum veya objeden yoğun korku veya endişeyle uzak durmaya çalışması gerekmektedir. Dördüncüsü, bu korkunun sosyokültürel bağlamda oluşturduğu gerçek tehlikeyle orantısız olması gerekmektedir. Beşinci ölçüt, bu korku, endişe veya kaçınmanın kalıcı olarak altı aydan uzun süre devam etmesidir. Altıncı ölçüt, bu belirtilerin sosyal, mesleki veya diğer önemli alanlarda klinik olarak belirgin bir sıkıntıya veya bozulmaya neden olmasıdır. Son olarak, yedinci

ölçüt, bu belirtilerin diğer ruhsal bozuklukların belirtileriyle açıklanamamasıdır (APA, 2013).

Bragazzi ve Del Puente (2014) ise nomofobi belirtilerini şu şekilde sıralamaktadır: Bir veya birden fazla mobil cihazın sahibi olma ve bu cihazlarla geçirilen zamanın fazla olması, akıllı telefonu bir gün boyunca sürekli açık tutma alışkanlığı, mobil cihaza ulaşılama, şarjın bitmesi veya hattın çekmemesi gibi durumlar karşısında kaygılanma, akıllı telefon kullanımının yasak olduğu yerlerde bulunmama, akıllı telefonu mesaj veya arama bildirimi için sık sık kontrol etme, akıllı telefonla birlikte uyuma eğilimi gösterme ve sanal iletişimi yüz yüze iletişime tercih etme (Bragazzi ve Del Puente, 2014). Akıllı telefon kullanımı nedeniyle harcamaların artması Nomofobinin DSM-V'e eklenme önerisinin olduğu zamanlarda nomofobinin bazı araştırmacılar tarafından çeşitli tanımlamalarla ifade edildiği görülmüştür.

Sırakaya (2018) yaptığı çalışmada akıllı telefonu sık sık kontrol edenlerin etmeyenlere göre, şarj aleti taşıyanların taşımayanlara göre, gece uyumadan önce akıllı telefon kullananların kullanmayanlara göre akıllı telefon kullanım amaçları alışveriş yapmak, oyun oynamak ve sosyal ağları takip etmek olan bireylerin diğerlerine göre daha yüksek nomofobi daha yüksek düzeyde nomofobiye sahip oldukları bulunmuştur. Burucuoğlu (2018) yaptığı çalışmada kadınların erkeklere göre daha fazla nomofobi eğilimi gösterdikleri saptanmıştır. Apak ve Yaman'ın (2019) yaptığı çalışmada nomofobi ile sosyal fobi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin saptandığı çalışmada, öğrencilerin %41'inin nomofobik olduğu bulunmuştur. Jena'nın (2015) problemlili akıllı telefon, kompulsif akıllı telefon kullanımı ve nomofobi arasındaki ilişkiye baktığı çalışmada bu üç değişken arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Erkekler kadınlara göre daha fazla nomofobik özellik gösterdiği ortaya konulmuştur. Adnan ve Gezgin'in (2016) yaptığı çalışmada yaş sınıfı düzeyi ve cinsiyete göre anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Tavalacci vd. (2015) nomofobi ve akademik performans ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiş ve anlamlı sonuçlar bulmuşlardır. Yorulmaz, Kırarç ve Sabırlı (2018) nomofobi düzeyleri ile öğrencilerin uyku erteleme davranışları arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu saptanmıştır. Güllüce vd. (2019) kadınların erkeklere göre daha fazla nomofobik olduğu görülmüş ve nomofobi alt boyutlarından bağlantıyı kaybetme korkusu ile mutluluk düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yaman ve Kavuncu'nun (2019) yaptığı araştırma sonucuna göre nomofobi arttıkça sosyal ağ kullanımının da arttığı görülmüştür. Baloğlu vd. (2020) yaptığı çalışmadan yalnızlık, dikkat dağınıklığı ve depresyonun nomofobi ile anlamlı bir ilişkisinin olduğu, dürtü kontrolünün azalması ile nomofobi arasında ise pozitif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir.

Nomofobi ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki, psikolojik literatürde önemli bir araştırma alanını oluşturmuştur (Asensio vd., 2018). Ancak, bu ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolü henüz yeterince

anlaşılabilir. Bu makale, nomofobi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının nasıl bir aracı rol oynadığını anlamaya odaklanacaktır.

**Sosyal medya bağımlılığı:** Sosyal medya, bireylerin kendilerini ifade etmeleri, diğer insanlarla bağlantı kurmaları ve bilgi alışverişinde bulunmaları için önemli bir platform sağlamaktadır (Dien vd., 2023). Ancak, aşırı sosyal medya kullanımı, bireylerin günlük yaşamlarını olumsuz etkileyebilir ve nomofobi gibi bağımlılıklara neden olabilir. Bu bağlamda, sosyal medyanın nomofobi ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkide nasıl bir aracı rol oynadığını anlamak, hem bireylerin dijital teknolojiyle ilişkilerini anlamak hem de psikolojik müdahaleler geliştirmek için önemlidir. Çırak'ın (2021) üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeylerini bazı değişkenler açısından incelemeyi amaçladığı araştırmada kadınların nomofobi düzeyi erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuş ve sosyal medya bağımlılık düzeyi arttıkça nomofobi düzeyinde de artış görüldüğü tespit edilmiştir. Bir diğer sonuca göre dijital bağımlılığın alt boyutu olan sosyal medya bağımlılığı üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyini anlamlı ve pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Bu konuda yapılmış bir diğer çalışma ise Babayigit vd. (2019) nomofobi ile sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Ünver vd. (2021) yaptığı çalışmaya göre sosyal medya bağımlılığı ile nomofobi arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü güçlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Sosyal medya bağımlılığı arttıkça akıllı telefonda uzak kalma korkusunun da artacağı söylenebilmektedir. Buradan hareketle sosyal medya bağımlılığını tanımlamak yerinde olacaktır.

Sosyal medya çok amaçlı bir kullanım alanı vardır. Özellikle sosyalleşme alanı eğlence iletişim, kişisel sunum ve paylaşım yapmak ve kişiler hakkında daha çok bilgi edinmek için kullanılan bir araçtır (Çömlekçi ve Başol, 2019). Ayrıca insanların güncel tartışmalar yaptığı bir iletişim ortamı haline gelmiştir (Demir ve Kumcağız, 2019). Çok amaçlı bir kullanım alanı olan sosyal medya kişiden kişiye farklı amaçlar göstermektedir (Aksoy, 2020). Kullanım amaçlarının bir hayli fazla ve çok yönlü olması sosyal medyada geçirilen sürenin de artmasına neden olmuştur. Bunun sonucunda da çağımızın sorunlarından biri olan 'sosyal medya bağımlılığı' gün yüzüne çıkmaktadır (Çömlekçi ve Başol, 2019). Andreassen vd. (2014) ise sosyal medya bağımlılığını, 'sosyal medyaya bağlı kalmaya karşı yoğun istek duyma, sosyal medyada çok fazla vakit harcama, harcanan vaktin kişilerarası ilişkileri, psikolojik sağlığı, okul, iş ve sosyal hayatı olumsuz etkilemesi' olarak tanımlamıştır.

Young'a göre sosyal medya bağımlılığı belirtileri bireyin sosyal medyayı düşünerek fazla vakit geçirmesi, sosyal medya kullanma ihtiyacının artması, başarıyla sonuçlanmayan sınırlama girişimleri, sosyal medya kullanımının azaldığında olumsuz duygular hissetme ve planlanan süreden daha uzun süre sosyal medya kullanımınıdır. Bu belirtilerin varlığı durumunda, bireyde sosyal medya bağımlılığı riski bulunabilir.

Sosyal medya bağımlılığı ve kişilik özellikleri yakından ilişkilidir. Bu konuda yapılan birçok çalışma vardır. Liao ve Wan (2010), yaptığı çalışmada akıllı telefon bağımlılığının kişilik özellikleriyle yüksek düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Augner ve Hacker (2012) yaptığı çalışmada kişilik özelliklerinden dışadönüklüğün problemlili akıllı telefon kullanımı ile ilişkili olduğu tespit etmiştir. Öz ve Tortop (2018), Nomofobi ile kişilik arasında düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir. Işık ve Kaptangil (2018) yaptığı çalışmada sorumluluk, uyumluluk ve nevroitik kişilik özelliği sahip olan bireylerin akıllı telefon bağımlılıkları yüksek; dışa dönük ve deneyime açık kişilerin akıllı telefon bağımlılıkları düşük çıkmıştır. Buradan hareketle kişilik özelliklerini tanımlamak yerinde olacaktır.

**Kişilik özellikleri:** Kişilik Türkçe “yüze takılan maske” anlamına gelen Latince “persona” kelimesinden gelen bir kavramdır (Liebert, 1995). Kişilik psikolojisine ilişkin altı farklı kuram yer almaktadır (Burger, 2006). Biyolojik ve Fizyolojik Kuramlar bireylerin birtakım özelliklerinin kendinden sonraki nesillere aktarıldığı, bazı kişilik özelliklerinin kalıtsal benzerlik taşıdığı doğrultusundadır (Burger, 2006). Psikanalitik Kişilik Kuram psikanalistlere göre birey doğuştan cinsellik ve saldırganlık dürtüsüyle gelirken Adler kişilik gelişiminde sosyal faktörlerin önemine değinmiştir Hümanistik Yaklaşım İnsanın özünde iyi olduğu varsayımını kabul eden hümanistik yaklaşım aynı zamanda, kişileri sosyal ve ileri doğru sürekli gelişmek isteyen biricik varlıklar olarak görmektedir (Corey, 2015). Davranışçı yaklaşım bu yaklaşıma göre kişilik, bireyin geçmiş deneyimlerinde uyarıcılara verdikleri birbirinden farklı tepkilerle gerçekleşen koşullanmaların tümünden elde edilen alışkanlıkların bir sonucu olarak kabul edilir. Bilişsel Yaklaşım kişiliği bireylerin göstermiş olduğu tutarlı davranış örüntülerinin ve bireysel farklılıklarının bilişsel yapılarıyla ilişkili olduğu yönündedir (Burger, 2006). Ayırıcı Özellik Yaklaşımı Kişiliğin sadece kişilik özelliklerini irdeleyerek betimlenebileceğini savunan bu yaklaşım, bireyin kendine özgü oluşturduğu bu kişiliği, sahip olduğu özelliklerin bir sonucu olarak kabul etmektedir. Kişiliğin özellikleri ve boyutları, yapılan bu analizler sayesinde Cattell tarafından on altı faktörlü, Eysenck tarafından iki faktörlü ve “Büyük Beşli” olarak isimlendirilen beş faktörlü olarak farklı şekillerde modellendirilmiştir (McCrae ve Costa, 1987). Büyük Beşli/Beş Faktör Kişilik Modeli, kişilik psikolojisi literatüründe ayırıcı özellik yaklaşımı içerisinde ele alınır (Burger, 2006).

Dışadönüklük, bireyin sosyal, girişken ve konuşkan yapısını ifade eder. Dışadönük bireyler, kolay iletişim kurabilen, enerji dolu, sıcakkanlı, neşeli ve eğlenceli kişilerdir (Larsen ve Ketelaer, 1991). İçedönüklük ise utangaç, sessiz, içe kapanık özellikleri ifade eder. İçedönük bireyler, sosyalleşmekten kaçman, insanlara karşı mesafeli ve yalnız kalmayı seven kimselerdir (McShane ve Von Glinow, 2005). Sorumluluk, disiplinli, görev bilinci yüksek ve kararlı olma özelliklerini içerir. Sorumluluk sahibi bireyler, hedeflerine yönelik plan yapmayı seven, azimli, sabırlı ve başarılı olmaya eğilimli

kimselerdir (Costa ve McCrae, 2006). Amaçsızlık ise sorumluluk sahibi olmanın tam tersi özellikleri barındırır. Amaçsız bireyler, dürtülerini kontrol edemeyen, hedeflere odaklanmayan ve güvenilmez kişilerdir (Costa ve McCrae, 2006).

Uyumluluk veya yumuşak başlılık, yardımseverlik, düşüncelilik, nezaket ve arkadaş canlısı olma kavramlarını içerir. Uyumlu bireyler aynı zamanda esnek, şefkatli, empatik, merhametli, özgeci, sakin, bağışlayıcı, saygılı, anlayışlı ve sevecen kimselerdir (McCrae ve John, 1992). Hırçınlık veya dik başlılık ise uyumluluk özelliği düşük kişilerde kindarlık, kibirlilik, huysuzluk gibi özellikleri içerir. Bu bireyler düşmanca, rekabetçi ve sinirli tavırlar sergiler (McCrae ve John, 1992). Duygusal dengelilik veya tutarlılık, bireyin sakinlik, dengelilik, istikrarlılık gibi duygusal olarak daha az değişkenlik gösteren özelliklerini ifade eder. Duygusal tutarsızlık veya nevrozizm ise kronikleşen olumsuz duyguları yaşama eğilimini içerir. Nevrotik bireyler endişeli, öfkeli, korkulu, depresif ve gergin olabilirler (McCrae ve Costa, 1992). Deneyime veya gelişime açıklık, bireyin yeniliklere açık, maceracı, meraklı ve öğrenmeye istekli yönlerini ifade eder (McCrae ve John, 1992). Gelişmemeşlik veya muhafazakarlık ise yeniliklere kapalı, tutucu, geleneksel ve rutinelere bağlı olma eğilimini içerir (Soto vd., 2016).

Yukarda da belirttiğimiz gibi kişilik özellikleri ve sosyal medya bağımlılığı arasında yakından ilişki vardır. Bu konuda yapılan çalışmaların bir kısmını yukarıda belirtmiştik burada ise yurt dışında yapılan birkaç çalışmaya değinilecektir. Glass vd. (2013) dışadönüklüğün, problemler cep telefonu kullanımı Takao (2014) internet bağımlılığı Servidio (2014), dışadönüklük, nevrozizm, deneyime açıklık ile arasında pozitif bir ilişki bulunurken, uyumluluk ve sorumluluk alanları ile bir ilişki bulunamamıştır.

Her geçen gün dijitalleşen dünyada yaşamımıza sirayet etmesiyle sosyal medya ve internette geçirilen süre artmaktadır. Hatta bağımlılık haline gelmektedir. Sadece sosyal medya değil özellikle cep telefonlarına bağımlılık da artmaktadır. Burada kişilik özelliklerinin de ciddi payı olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda hayatımızın büyük bir parçası haline gelen, hatta bağımlılık oluşturabilen teknoloji, internet, sosyal medya ile ilgili yapılacak araştırmaların öneminin büyük olduğu düşünülmektedir. Yaygınlığı gün geçtikçe artan, bağımlılıklara neden olan akıllı cihazların bireylere etkisini belirlemek, alınabilecek önlemleri genişletmek amacıyla nomofobi, sosyal medya bağımlılığı ve psikolojik iyi oluşlarının incelenmesinin alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bunların yanı sıra bu araştırma sonucunda ulaşılan sonuçların okul rehberlik çalışmalarına yön vermesi ve farklılaşmalar incelenerek rehberlik çalışmalarında çalışılacak grupların önem sırasının belirlenmesi açısından önemli olacaktır.

Yöntem: Araştırma ilişki tarama yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Araştırmada T.C. Selçuk Üniversitesi Eğitim Fakültesi Etik Kurulu etik kurulu 26.06.2023 Tarihli E.543373 sayılı kararına göre etik kurul izni alınmıştır. Araştırmaya Selçuk üniversitesi 2021-2022 ve 2022-2023 öğretim

yılında eğitim alan formasyon öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmada kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya katılanların %60,2'si (340) kadın %39,8'i erkektir (225). Örneklemin yaşa göre dağılımı ise 20-24yaş arasındadır yaş ortalaması 22,71'dir (Ss:1,90).

Araştırma kapsamında, aşağıda belirtilen sorulara yanıt alınması beklenmektedir.

1.Üniversite öğrencilerinin nomofobi, sosyal medya bağımlılığı ve kişilik özellikleri cinsiyetlere göre farklılaşmakta mıdır?

2. Üniversite öğrencilerinin nomofobi, sosyal medya bağımlılığı ve kişilik özellikleri yaşlara göre farklılaşmakta mıdır?

3. Üniversite öğrencilerinin nomofobi, sosyal medya bağımlılığı ve kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4. Üniversite öğrencilerinin nomofobi ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki ilişkide kişilik özellikleri aracı role sahip midir?

## 1.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu çalışmada, bireylerin belirli özelliklerini değerlendirmek ve analiz etmek amacıyla kullanılan çeşitli veri toplama araçları kullanılmıştır.

### 1.1. Nomofobi Ölçeği

Araştırmada bireylerin nomofobi düzeylerini belirlemek için kullanılmış olan Nomofobi Ölçeği (NMP-Q), Yildirim ve Correia (2015) tarafından geliştirilmiş, Yildirim vd. (2015) tarafından da Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçeğin 'bilgiye erişememe', 'rahatlıktan feragat etme', 'iletişime geçememe' ve 'bağlantıyı kaybetme' olmak üzere 4 alt boyutu bulunmaktadır. 20 ifadenin bulunduğu ve alınabilecek minimum puanın 20, maksimum puanın 140 olduğu ölçek likert tipi yedi basamaklı dereceleme sistemiyle (1=Kesinlikle Katılmıyorum ve 7=Kesinlikle Katılıyorum) oluşturulmuştur. 0-20 puan aralığı nomofobinin olmadığını, 21-60 puan aralığı düşük düzeyde nomofobi olduğunu, 61-100 puan aralığı orta düzey nomofobi olduğunu, 101-140 puan aralığı yüksek düzeyde nomofobi olduğunu göstermektedir.

### 1.2. Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

Araştırmada Andreassen vd. (2016) tarafından geliştirilmiş ve Demirci (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanan 'Bergen Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği' kullanılmıştır. Ölçekten alınabilecek puanlar 6 ile 30 arasında değişmektedir. likert tipinde (1=Kesinlikle Katılmıyorum ve 5=Kesinlikle Katılıyorum) hazırlanan ölçek 6 maddeden oluşmaktadır.

### **1.3.Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT)**

Bacanlı vd. (2009) tarafından beş faktör kişilik modeline yönelik geliştirilmiştir. Ölçek, birbirinin tam tersi 40 maddelik sıfat çiftlerinden oluşan 7'li likert tipli bir kişilik test formudur. Yapılan faktör analizi sonucunda dışadönüklük, yumuşak başlılık sorumluluk, duygusal dengesizlik ve deneyime açıklık olmak üzere beş faktörlü bir yapı elde edilmiştir.

## **2. VERİLERİN ANALİZİ**

Verilerin normallik dağılımlarına bakılmıştır. Bu bağlamda verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) katsayıları ile incelenmiştir.

**Tablo 1. Değişkenlerin Çarpıklık Ve Basıklık Değerleri**

Değişkenler	Çarpıklık	Basıklık
Kişilik Özellikleri	.42	.96
Nomofobi	-1.18	.94
Sosyal media bağımlılığı	-.74	.21

Daha sonra üniversite öğrencilerinin değişkenler arasındaki ilişkileri test etmek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır. Değişkenlerin cinsiyet ve yaşa göre farklılaşma olup olmadığını test etmek için bağımsız gruplar t-testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki aracılık rolünü test etmek için aracılık testi yapılmıştır. Aracılık rolünü test etmek amacıyla bootstrap yöntemiyle regresyon analizi yapılmıştır. Analizlerde Hayes (2018) tarafından geliştirilen Process makro kullanılmıştır. Araştırmada önerilen modele ait doğrudan ve dolaylı etkinin anlamlı olduğunu ispatlamak için bootstrapping tekniği kullanılmıştır. Bootstrapping yeniden örnekleme yöntemi ile üst ve alt sınır değerleri belirlenmektedir (Hayes, 2018). Uygulanan bootstrapping işlemi sonucunda incelenen etkinin anlamlı olabilmesi için güven derecesinin alt ve üst sınırının sıfırı kapsamaması gerektiği belirtilmektedir. Bu çalışmada aracı rol etkisini test etmek amacıyla 565 örneklem üzerinden %95 güven aralığında bootstrapping işlemi ile 5000 yeniden örnekleme yoluyla gerçekleştirilen aracılık modeli oluşturulmuştur.

### **2.1. Bulgular**

Bu bölümde araştırmanın amacına uygun olarak, araştırmanın alt problemlerine yönelik analiz sonuçlarına ilişkin bulgulara ve yorumlara sırasıyla yer verilmiştir. Üniversite öğrencilerinin yaşa ve cinsiyete göre yapılan t-testleri sonucunda araştırma değişkenleri açısından gruplar arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Nomofobi ölçeğinin maddelerinin Cronbach alfa değerleri (0.69-0.95).  $\chi^2 (80) = 351.30$ ; genel Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Bergen sosyal medya ölçeğinin maddelerinin Cronbach alfa'ları 0.75 ile 0.96;  $\chi^2 (80) = 383.04$ ; genel



Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .87olarak bulunmuştur. Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT) maddelerinin Cronbach alfaları 0.70 ila 0.95.  $\chi^2 (80) = 353.30$ ; genel Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .92 olarak bulunmuştur.

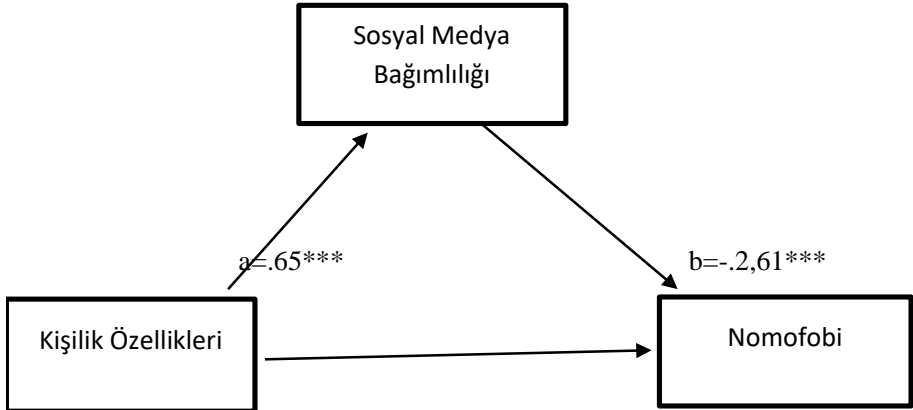
**Tablo 2. Üniversite Öğrencilerinin Nomofobi, Sosyal Medya Bağımlılığı ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Pearson Korelasyonu Bulguları**

Değişkenler	1.	2.
1.Nomofobi		
2. Kişilik özellikleri	.56***	
3. Sosyal medya bağımlılığı	.50***	.83***

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

Nomofobi ile kişilik özellikleri arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum nomofobisi olan bireylerde kişilik özelliklerini pozitif yönde etkileneceğini göstermektedir ( $r = -.56$ ;  $p < .001$ ). Kişilik özellikleri ile sosyal medya bağımlılığı arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum kişilik özelliklerinin bireylerdeki sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönde ilişkili olduğu göstermektedir ( $r = .83$ ;  $p < .001$ ). Sosyal medya bağımlılığı ile nomofobi arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum nomofobisi olan bireylerin sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönde ilişkili olduğu göstermektedir ( $r = .50$ ;  $p < .001$ ).

**Şekil 1. Nomofobi Ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkide Sosyal Medya Bağımlılığının Aracı Rolü**



Şekil 1’de sunulan üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin sosyal medya bağımlılığı aracılığıyla nomofobiyi etkilemesinde yapılan aracılık modelinde tüm yol katsayılarının anlamlı olduğu görülmektedir.

kişilik özellikleri ,Sosyal medya bağımlılığını pozitif yönde ( $\beta = .65, p < .001$ ), Kişilik özellikleri, nomofobiye pozitif yönde ( $\beta = 2,62, p < .001$ ), sosyal medya bağımlılığı nomofobiye pozitif yönde yönde ( $\beta = 2.62, p < .001$ ) yordamaktadır. Dolaylı etkiye bakıldığında ise (Dolaylı etki=.91 %95 GA [.67, 1,15]) olduğu görülmüştür.

Sonuç olarak yukarıdaki değerlere bakıldığında üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı, kişilik özellikleri ve nomofobi arasında kısmi aracı role sahip olduğu görülmüştür. Buradan hareketle üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve kişilik özellikleri ile nomofobiye artıracığı söylenebilir. Aynı zamanda sosyal medya bağımlılığı kişilik özellikleri ile yakından ilişkili olduğu söylenebilir. Ayrıca bootstrapping güven aralıklarının alt ve üst sınırlarına ilişkin bulgular Tablo 3’de yer almaktadır.

**Tablo 3. Kişilik Özellikleri ve Sosyal Medya Bağımlılığı Arasındaki İlişkide Nomofobinin Aracı Rolüne İlişkin Bulgular.**

Değişkenler	Sosyal medya bağımlılığı				Nomofobi			
	$\beta$	SH	LLCI	ULCI	$\beta$	SH	LLCI	ULCI
Kişilik özellikleri (X)	.65***	.05	.56	.75	.91***	.12	.67	1,15
Sosyal medya bağımlılığı (M)					2.61**	0.4	2.43	2.80
		R <sup>2</sup> =.25				R <sup>2</sup> =.72		
		F(1;536) 179.72 ;p<.001				F(2;537) 678.62;p<.001		
		Kişilik özellikleri → Sosyal Medya Bağımlılığı → Nomofobi						
	Bootstrap dolaylı etki				$\beta=31$ % 95 GA [.14,.52]			

\*p<.05, \*\*p<.01, \*\*\*p<.001

Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ve nomofobi arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolünü test etmek amacıyla bootstrap yöntemiyle regresyon analizi yapılmıştır. Analizlerde Process makro kullanılmıştır. Analiz sonuçları tablo 2’de verilmiştir. Buna göre kişilik özelliklerinin nomofobi üzerinde dolaylı etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Buradan hareketle sosyal medya bağımlılığının, kişilik özellikleri ve nomofobi arasındaki ilişkiye aracılık ettiği tespit edilmiştir Dolaylı etki=.91 %95 GA [.1,15, 27,58]. Bootstrap güven aralığı değerleri “0”ı kapsamaktadır. Dolayısıyla araştırmamızın hipotezi desteklenmiştir.

## Sonuç

Üniversite öğrencilerinin yaşa ve cinsiyete göre yapılan t-testleri sonucunda araştırma değişkenleri açısından gruplar arasında anlamlı farklılık

bulunmamıştır. Literatür incelendiğinde kadın ve erkeklerin nomofobi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı yönünde de çalışmalar bulunduğu görülmüştür (Adnan ve Gezgin, 2016). Bazı çalışmalar ise bizim çalışmamızdan farklı olarak kızların nomofobi düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu bulan çalışmalar vardır. Bu çalışmalar Akhoroz (2019), Yıldırım vd. (2016), Burucuoğlu (2017). Cinsiyet ve sosyal medya bağımlılığı arasındaki bu fark Çömlekçi ve Başol (2019) ile Baz'ın (2018) çalışma bulgularıyla benzerlik göstermektedir. Booker, Kelly ve Sacker'ın (2018) yaptığı araştırmaya göre ise sosyal medya kullanımının kadınlarda daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Perrin (2015) tarafından yapılan bir araştırmaya göre kadınların ilk birkaç yılda sosyal ağları erkeklerden daha fazla kullandığı ancak bu farklılıkların zamanla azaldığı tespit edilmiştir Yaş değişkenine göre de anlamlılık bulunmadığını yukarıda belirtmiştik Yıldırım vd. (2016) benzer yönde bulgular bulmuşlardır. Yaş ve sosyal medya bağımlılığı arasında da anlamlı ilişki olmadığı görülmüştür. Oktan (2015) bulguları paralellik göstermektedir.

Nomofobi ile kişilik özellikleri arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum nomofobisi olan bireylerde kişilik özelliklerini pozitif yönde etkileneceğini göstermektedir. Kişilik özellikleri ile sosyal medya bağımlılığı arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum kişilik özelliklerinin bireylerdeki sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönde ilişkili olduğu göstermektedir. Sosyal medya bağımlılığı ile nomofobi arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum nomofobisi olan bireylerin sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönde ilişkili olduğu göstermektedir Babayigit vd. (2019) yaptığı çalışmada da sosyal medya bağımlılığı ve nomofobi arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Ünver vd. (2021) yaptığı çalışmaya göre sosyal medya bağımlılığı ile nomofobi arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü güçlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Sosyal medya bağımlılığı arttıkça akıllı telefondan uzak kalma korkusunun da artacağı söylenebilmektedir. Çırak'ın (2021) yaptığı çalışmada sosyal medya bağımlılık düzeyi arttıkça nomofobi düzeyinde de artış görüldüğü tespit edilmiştir. Bir diğer sonuca göre dijital bağımlılığın alt boyutu olan sosyal medya bağımlılığı üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyini anlamlı ve pozitif yönde yordadığı görülmüştür.

Kişilik özellikleri, Sosyal medya bağımlılığını pozitif yönde, Kişilik özellikleri, nomofobiyi pozitif yönde, sosyal medya bağımlılığı nomofobiyi pozitif yönde yönde yordamaktadır. Buradan hareketle sosyal medya bağımlılığının, kişilik özellikleri ve nomofobi arasındaki ilişkiye aracılık ettiği tespit edilmiştir. Öz ve Tortop (2018) yaptığı çalışmada iki değişken arasında ilişki bulmuştur. Terlemez (2019) yaptığı çalışmada herhangi bir ilişki bulamamıştır. Liao ve Wan (2010) ilişki bulmuştur. Işık ve Kaptangil (2018) sorumluluk, uyumluluk ve nevrotik pozitif ilişki; Bianchi ve Philips (2005), dışadönüklük arasında pozitif ilişki Augner ve Hacker (2012), dışadönüklük

pozitif ilişki; Glass vd. (2013) dışa dönüklük pozitif ilişki; Takao (2014), dışadönüklük, nörotiklik, deneyime açıklık arasında pozitif ilişki; Servidio (2014) dışadönüklük ve yumuşak başlılık arasında negatif ilişki vardır.

---

**Hakem Değerlendirmesi:** Dış Bağımsız

**Yazar Katkısı:** Ayşe Eliüşük Bülbül: %100

**Destek ve Teşekkür Beyanı:** Çalışma için destek alınmamıştır.

**Etik Onay:** Selçuk Üniversitesi Bilimsel Etik Değerlendirme Kurulu'ndan 55-23.06.2023 toplantı no ve karar tarihi ile onay alınmıştır.

**Çıkar Çatışması Beyanı:** Çalışma ile ilgili herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmamaktadır.

**Peer Review:** Independent double-blind

**Author Contributions:** Ayşe Eliüşük Bülbül: 100%

**Funding and Acknowledgement:** No support was received for the study.

**Ethics Approval:** Approval was obtained from the Selçuk University Scientific Ethics Review Board with meeting number and decision date 55-23.06.2023.

**Conflict of Interest:** There is no conflict of interest with any institution or person related to the study.

---

**Önerilen Atıf:** Eliüşük Bülbül, A. (2023). Nomofobi ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkide sosyal medya bağımlılığının aracı rolü. *Akademik Hassasiyetler*, 10(23), 642-660. <https://doi.org/10.58884/akademik-hassasiyetler.1335069>

---

## 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://doi.org/10.1501/Egifak\\_0000001378](https://doi.org/10.1501/Egifak_0000001378)
- Akhoroz, M. (2019). *Öğretmen adayları arasındaki kişilik özellikleri ile nomofobi arasındaki ilişkiyi inceleyen* [Yüksek lisans tezi]. Orta Doğu Teknik Üniversitesi.
- Aksoy, S. (2020). *Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının, sosyal kaygı ve kişisel iyi oluş ile arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- American Psychiatric Association, DSM-5 Task Force. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5™* (5th ed.). American Psychiatric Publishing, Inc.
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem:

- Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, 64, 287-293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(2), 252–262. <https://doi.org/10.1037/adb0000160>
- Apak, E., ve Yaman, Ö. M. (2019). Üniversite öğrencilerinde nomofobi yaygınlığı ve nomofobi ile sosyal fobi arasındaki ilişki: Bingöl Üniversitesi örnekleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 611-629. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2019.6.3.0078>
- Asensio Chico, I., Díaz Maldonado, L., & Garrote Moreno, L. (2018). Nomophobia: Disorder of the 21st Century. *Semergen*, 44(7), e117–e118. <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2018.05.002>
- Augner, C., & 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. <https://doi.org/10.1007/s00038-011-0234-z>
- Babayiğit, A., Buran, A., Müezzini, E. E., Çakıcı, M., Fatmaoğulları, T., ve Balkır, F. (2019). KKTC’de nomofobi yaygınlığı, saldırganlık ve öfkenin sosyal medya bağımlılığı ile ilişkisinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20, 87-90.
- Bacanlı, H., T. İlhan & Aslan, S. (2009). Beş Faktör Kuramına Dayalı Kişilik Ölçeğinin Geliştirilmesi: Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 70(2), 261-279. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/tebd/issue/26107/275060>
- Baloğlu, M., Şahin, R., & Arpacı, I. (2020). A review of recent research in problematic internet use: Gender and cultural differences. *Current Opinion in Psychology*, 36, 124–129. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.05.008>
- Baz, F. Ç. (2018). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine çalışma. *OPUS International Journal of Society Researches*, 9(16), 276- 295. <https://doi.org/10.26466/opus.470118>
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39–51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Booker, C. L., Kelly, Y. J., ve Sacker, A. (2018). Gender differences in the associations between age trends of social media interaction and well-being among 10-15 year olds in the UK. *BMC Public Health*, 18(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5220-4>

- Bragazzi, N. L., ve Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
- Burger, Jerry M. (2006). *Kişilik*. (Çev.İ. Deniz & E. Sarioğlu.). Kaktüs Yayınları.
- Burucuoğlu, M. (2017). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin nomofobi düzeyleri üzerinde bir araştırma. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 482-489. [https://dergipark.org.tr/tr/pub/joiss/issue/32387/360207#article\\_cite](https://dergipark.org.tr/tr/pub/joiss/issue/32387/360207#article_cite)
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çev.). Metis Yayıncılık.
- Cortés, M. E., & Herrera-Aliaga, E. (2022). Nomophobia: The smartphone addiction. Impact and recommendations for their proper use in healthcare teaching environment, *Revista Medica De Chile*, 150(3), 407–408. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872022000300407>
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (2006). Age changes in personality and their origins: Comment on Roberts, Walton, and Viechtbauer. *Psychological Bulletin*, 132(1), 26–28. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.1.26>
- Çırak, M. (2021). *Üniversite öğrencilerinde nomofobi: dijital bağımlılık, sosyal bağlılık ve yaşam doyumunun rolü*. [Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çömlekçi, M. F., ve Başol, O. (2019). Gençlerin sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(4), 173-188.
- Daily Mail (2008). *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/article-550610/Nomophobia-fear-mobile-phone-contact-plague-24-7-age.html>, 21.12.2015.
- Demir, Y., ve Kumcağız, H. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 9(52), 23-42. [https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/44557/550132#article\\_cite](https://dergipark.org.tr/tr/pub/tpdrd/issue/44557/550132#article_cite)
- Demirci, İ. (2019). Bergen sosyal medya bağımlılığı ölçeğinin türkçeye uyarlanması, depresyon ve anksiyete belirtileriyle ilişkisinin değerlendirilmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20, 15-22. <http://dx.doi.org/10.5455/apd.41585>
- Dien, T. M., Chi, P. T. L., Duy, P. Q., Anh, L. H., Ngan, N. T. K., & Hoang Lan, V. T. (2023). Prevalence of internet addiction and anxiety, and factors associated with the high level of anxiety among adolescents in Hanoi, Vietnam during the COVID-19 pandemic. *BMC public health*, 23(1), 2441. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17348-2>

- 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). [https://dergipark.org.tr/tr/pub/sduiibfd/issue/24697/261196#article\\_cite](https://dergipark.org.tr/tr/pub/sduiibfd/issue/24697/261196#article_cite)
- Frassini, S., Giovannini, D., Biondi, A., Rocchi, M. B. L., Rasori, S., Nardella, N., & Capalbo, M. (2021). Nomophobia and the connection anxiety dimensions: a cross-sectional study among students and nurses, *Recenti progressi in medicina*, 112(9), 587–593. <https://doi.org/10.1701/3658.36423>
- Glass, R., Prichard, J., Lafortune, A., & Schwab, N. (2013). The influence of personality and facebook use on student academic performance. *Issues in Information Systems*, 14(2), 119-126. <https://doi.org/10.1109/ICRIIS.2017.8002518>
- Güllüce, A. Ç., Kaygın, E., ve Borekci, N. E. (2019). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyi ile öznel iyi olma durumları arasındaki ilişkinin belirlenmesi: Ardahan örneği. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 37(4), 651-673. <https://doi.org/10.17065/huniibf.482061>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A Regression-based approach*. The Guilford Press.
- Hoşgör, H., Tandoğan, Ö., ve Gündüz-Hoşgör, D. (2017). Nomofobinin günlük akıllı telefon kullanım süresi ve okul başarısı üzerindeki etkisi: Sağlık personeli adayları örneği. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 5(46), 573-595. <https://doi.org/10.16992/ASOS.12266>
- Işık, M. & Kaptangil, İ. (2018). Akıllı telefon bağımlılığının sosyal medya kullanımı ve beş faktör kişilik özelliği ile ilişkisi: Üniversite öğrencileri üzerinden bir araştırma. *Itobiad: Journal of the Human & Social Science Researches*, 7(2), 695-717. <https://doi.org/10.15869/itobiad.361081>
- Jena, R. K. (2015). Compulsive use of smartphone and Its effect on engaged learning and nomophobia, *Smart Journal of Business Management Studies*; 11(1): 42-52.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., ve Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior*, 29 (1), 140-144. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>
- Larsen, R.J. & Ketelaar, T. (1991). Kişilik ve olumlu ve olumsuz duygusal durumlara yatkınlık. *Kişilik ve Sosyal Psikoloji Dergisi*, 61(1), 132-140.
- Liao, C.H., & Wan, Y. B., (2010). Personality trait, social interaction and mobile phone usage dependence. *Social Science Research Network*, 1, 1- 13. <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.1724286>

- Liebert, R. (1995). *Personality*, Brooks/Cole Pub. McGraw Hill.
- McCrae, R. R. & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 81-90. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.1.81>
- McCrae, R. R. & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor model and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175–215. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>
- McShane, S.L., Von Glinow, M.A. (2005), *Organizational behavior: Emerging realities for the workplace revolution*, McGraw Hill Companies, Inc., New York.
- Oktan, V. (2015). Üniversite öğrencilerinde problemlerli internet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 281-292. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/kefdergi/issue/22600/241460>
- Öz, H., & Tortop, H. S. (2018). Üniversite okuyan genç yetişkinlerin mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) ile kişilik tipleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 2(3), 146-159. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ejnm/issue/38604/447997>
- Perrin, A. (2015). Social media usage. *Pew research center*, 52-68.
- Servidio, R. (2014). Exploring the effects of demographic factors, internet usage and personality traits on Internet addiction in a sample of Italian university students. *Computers in Human Behavior*, 35, 85–92. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.024>
- Sırakaya, M. (2018). Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanım durumlarına göre incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 714-727. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.359458>
- Soto, C.J., Kronauer, A. & Liang J.K., (2016). *Five-factor model of personality, in Encyclopedia of adulthood and aging*, Whitbourne, S.K. (Eds.). Hoboken, (pp. 506-510) Wiley.
- Takao, M. (2014). Problematic mobile phone use and big-five personality domains. *Indian Journal of Community Medicine*, 39(2), 111-113. <https://doi.org/10.4103%2F0970-0218.132736%5D>
- Tavolacci, M. P., Meyrignac, G., Richard, L., Dechelotte, P. ve Ladner, J. (2015). Problematic use of mobile phone and nomophobia among French college students. *The European Journal of Public Health*, 25(3), <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckv172.088>
- Terlemez, C. (2019). *Dijital oyun bağımlılığı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki* [Yüksek lisans tezi]. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi'nden alınmıştır.
- Ünver, H., Benli, T. E., ve Ünver, Z. (2021). Sağlık profesyoneli adaylarında sosyal medya bağımlılığının nomofobiye etkisi. *Türkiye Klinikleri*



- Journal of Nursing Sciences*, 13(3).  
<https://doi.org/10.5336/nurses.2020-79138>
- Yaman, Z., ve Kavuncu, B. (2019). Üniversite öğrencilerinin sosyal gelişmeleri kaçırma korkusunun ve sosyal ağ kullanım amacının nomofobi düzeyine etkisi. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 14(2), 555-570. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gopsbad/issue/51614/641584>
- Yıldırım, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yıldırım, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among *Turkish College Students. Information Development*, 32(5), 1322-1331. <https://doi.org/10.1177/0266666915599025>
- Yıldırım, C., ve Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>
- Yorulmaz, M., Kırac, R., ve Sabırlı, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde nomofobinin uyku ertelemeye etkisi. *Journal of Social And Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 5(27), 2988-2996. <https://doi.org/10.26450/jshsr.598>
- Young KS. (1998). *Caught in the net: How to recognize the signs of internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: John Wiley ve Sons

### **Extended Abstract**

Information technologies have developed very rapidly. Smartphones and mobile devices have taken the biggest share from this development (Yıldırım & Correia, 2015). The introduction of smart devices into our lives has become a necessity for almost everyone (Hoşgör, Tandoğan, & Gündüz-Hoşgör, 2017). The increase in the time spent with smartphones has brought some problems with it. One of these problems is nomophobia. nomophobia; It can be defined as the fear, anxiety and restlessness experienced when staying away from the smartphone (King et al., 2013). In In DSM V, nomophobia symptoms are classified within the criteria for specific phobia. These symptoms are outlined as follows: experiencing anxiety or fear related to a specific object or situation, where the phobic object or situation consistently induces fear or anxiety. Individuals attempt to avoid the phobic situation or object with heightened fear or anxiety. The fear associated with the phobic situation or object is deemed disproportionate to the actual danger within the sociocultural context. For a diagnosis, the fear, anxiety, or avoidance must persist for over six months, leading to clinically significant distress or impairment in social, occupational, or other important areas of functioning. Additionally, these symptoms cannot be attributed to other mental disorders according to the American Psychiatric Association (APA, 2013). Social media has many uses. In particular, the socialization area is a tool used for entertainment communication, personal presentation and sharing, and to learn more about

people (Çömlekçi and Başol, 2019). It has also become a communication environment where people have current discussions (Demir & Kumcagiz, 2019). Young (1998) identified eight symptoms associated with social media addiction, suggesting that the presence of at least five of these may indicate an individual's susceptibility to this form of addiction. These symptoms encompass spending excessive time ruminating about social media, an escalating need for its use, unsuccessful attempts to limit usage, experiencing restlessness or negative emotions when usage is restricted, exceeding planned usage durations, encountering challenges in familial and social relationships as well as missed educational or career opportunities, misrepresenting time spent on social media, and using social media as a coping mechanism to alleviate negative emotions or escape from problems. This framework provides insights into the multifaceted aspects of social media addiction and aids in recognizing individuals who may be affected by its adverse impacts.

Extraversion highlights sociability, energy, and friendliness (Larsen & Ketelaer, 1991). In contrast, Introversion reflects shyness, avoidance of socializing, and a preference for solitude (McShane & Von Glinow, 2005). Responsibility signifies discipline, goal setting, and determination (Costa & McCrae, 2006). Conversely, Purposelessness denotes traits like laziness and impulsivity, with a lack of goal prioritization (Costa & McCrae, 2006). Agreeableness includes helpfulness and friendliness, while Avarice-Headedness indicates low agreeableness, featuring vindictiveness and arrogance (McCrae & John, 1992). Emotional Stability-Determination characterizes calmness and optimism (McCrae & Costa, 1992), whereas Emotional Inconsistency-Neuroticism portrays chronic negative emotions (Soto et al., 2016). Openness to Experience-Development reflects openness to innovation, encompassing adventurousness and curiosity (McCrae & John, 1992). Conversely, Immaturity-Conservatism represents resistance to change, featuring conservatism and routine attachment (Soto et al., 2016). Nomophobia Scale: Bergen Social Media Addiction Scale and Adjective-Based Personality Test (SDKT) were used. In the analysis, the Process macro developed by Hayes (2018) was used. The bootstrapping technique was used to prove that the direct and indirect effects of the proposed model were significant. As a result of the t-tests of university students according to age and gender, no significant difference was found between the groups in terms of research variables. It was determined that there was a high level of positive and significant relationship between nomophobia and personality traits. This shows that the personality traits of individuals with nomophobia will be positively affected. It has been determined that there is a highly positive and significant relationship between personality traits and social media addiction. This shows that personality traits are positively related to social media addiction in individuals. It has been determined that there is a high level of positive and significant relationship between social media addiction and nomophobia. This situation shows that individuals with nomophobia are positively related to social media addiction. Personality traits predict social

media addiction positively, Personality traits predict nomophobia positively, and social media addiction positively predict nomophobia. From this point of view, it has been determined that social media addiction mediates the relationship between personality traits and nomophobia.

In the study conducted by Öz and Tortop (2018), a relationship between two variables was found. Terlemez (2019) did not find any relationship in the study conducted. Liao and Wan (2010) found a relationship. Işık and Kaptangil (2018) found a positive relationship between responsibility, compatibility, and neuroticism. Bianchi and Philips (2005) found a positive relationship between extraversion. Augner and Hacker (2012) found a positive relationship with extraversion. Glass et al. (2013) found a positive relationship with extraversion. Takao (2014) found a positive relationship between extraversion, neuroticism, and openness to experience. Servidio (2014) found a negative relationship between extraversion and agreeableness.