



Dijital Tutsaklığı Keşfetmek: Lise Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı, Sosyal Medyada Gelişmeleri Kaçırma Korkusu ve Başarı Yönelimleri

Gizem KARACA¹, Feyza Meryem KARA², Tuğba KÜÇÜK³

¹Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale, Türkiye
<https://orcid.org/0000-0002-7541-3550>

²Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale, Türkiye
<https://orcid.org/0000-0001-9886-4947>

³Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale, Türkiye
<https://orcid.org/0009-0004-0291-9122>

Email: gizemkaraca@kku.edu.tr, feyzameryemkara@gmail.com, tugbahatay876@gmail.com

Türü: Araştırma Makalesi (Alındı: 27.06.2024 - Kabul: 30.09.2024)

Öz

Bu araştırma, lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ve başarı yönelimleri düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemek ve bu üç değişken arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilen ve Ankara’da bulunan bir meslek lisesinde öğrenim gören 260 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada “Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Form” (ATBÖ-KF; Noyan vd., 2015), “Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği” (GKKÖ; Çelik ve Özkara, 2022) ve “2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği” (BYÖ; Arslan ve Akın, 2015) veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Verilerin analizi için betimsel istatistikler, MANOVA, t-test ve regresyon testleri kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, cinsiyet ve günlük sosyal medya kullanım süreleri değişkenlerinde anlamlı farklılık elde edilirken, yaş ve öğrenim görülen bölümlere göre anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Sonuç olarak, internet bağımlılığının gelişmeleri kaçırma korkusu üzerindeki yordama gücü, çevrimiçi platformlarla aşırı etkileşimin, sosyal gelişmelerden kopma korkusuyla ilişkili kaygı ve endişe duygularını artırabileceğini göstermektedir. Bununla birlikte, internet bağımlılığı ile başarı yönelimleri arasındaki ilişki, dijital davranışların akademik istekler ve hedefe yönelik davranışlar üzerindeki etkisini vurgulamaktadır.

Anahtar Sözcükler: Akıllı telefon bağımlılığı, gelişmeleri kaçırma korkusu, başarı yönelimleri



Exploring Digital Captivity: High School Students' Smartphone Addiction, Fear of Missing Out on Social Media and Achievement Goal Orientations

Abstract

The aim of this study is to examine the levels of high school students' smartphone addiction, fear of missing developments in social media and achievement orientations according to some variables and to test the relationship between these three variables. The study group of the research consists of a total of 260 students who were selected by purposive sampling method and studying in a vocational high school in Ankara. In the study, "Smartphone Addiction Scale-Short Form" (SAS-SF; Noyan vd., 2015), "Fear of Missing Out Scale" (FoMo; Çelik & Özkara, 2022) and "2x2 Achievement Goal Orientations Scale" (AGOS; Arslan & Akın, 2014) were used as data collection tools. Descriptive statistics, MANOVA, t-test and regression tests were used to analyse the data. According to the research findings, while significant differences were found in the variables of gender and daily social media usage time, no significant differences were found in terms of age and departments of study. As a result, the predictive power of internet addiction on the fear of missing out shows that excessive interaction with online platforms can increase feelings of anxiety and worry related to the fear of being disconnected from social developments. Moreover, the relationship between internet addiction and achievement orientations emphasizes the impact of digital behaviors on academic desires and goal-oriented behaviors.

Keywords: Internet addiction, fear of missing out, achievement goal orientations



Giriş

Modern yaşamın kıymetli bir parçası olan, bilgi ve iletişimin etkili aracı olarak nitelendirilen akıllı telefonların, bireyler için vazgeçilmez bir hale geldiğini söylemek mümkündür (Gürbüz vd., 2023). Akıllı telefonların bu derece benimsenmesi, son yirmi yılda küresel anlamda giderek yaygınlaşmıştır (Lee vd., 2023). Dünya genelinde 6.925 milyar insanın akıllı telefon sahibi olduğu ve dünya nüfusunun yaklaşık %86'sının akıllı telefon teknolojisini kullandığı belirtilmektedir (We Are Social, 2023). Türkiye'de ise akıllı telefon kullanım oranı %95.4 olarak kayda geçmektedir (MOBİSAD, 2023). Oldukça yüksek olan bu oranların arkasındaki sebep ise, akıllı telefonların bireylere çeşitli mobil uygulamalar, bilgiye kolay erişilebilirlik, eğlence kaynakları, sosyalleşme imkanları, etkileşim kanalları ve serbest zamanı değerlendirme fırsatları sunuyor olması olarak değerlendirilmektedir (Haug vd., 2015).

Akıllı telefonların bireylere sağladığı olanakların bir getirisi olarak, aşırı kullanımın ortaya çıkması beklenen bir durumdur. Aşırı akıllı telefon kullanımına bağlı olarak tipik bir sosyal medya kullanıcısının günde ortalama 2.5 saatini bu tür platformlarda geçirdiği ifade edilmektedir. 2023 yılı için sosyal medyada geçirilen süreye bakıldığında ilk sırada 4 saat 36 dakika ile Nijerya yer alırken, Türkiye günde 2 saat 54 dakika ile 13. sırada yer almaktadır (We Are Social, 2023). Aşırı akıllı telefon kullanımının özellikle genç nüfus üzerinde daha yaygın olduğu aşıkardır (Singh vd., 2023). Türkiye'de yapılan kamuoyu araştırmalarına göre, 15-24 yaş aralığındaki bireylerin sosyal medyada aktif olarak geçirdiği zamanın ortalama 4 saat 48 dakika olduğu görülmektedir (RTÜK, 2023). Bu aşırı kullanımın alışkanlıktan bağımlılığa dönüşmesi ise genç bireylerin olumsuz etkilenmesine karşın önem arz eden bir konu durumundadır (Boumosleh ve Jaalouk, 2018). Bu bilgiler doğrultusunda, akıllı telefon bağımlılığının itici bir gücü olarak FoMO (Gelişmeleri Kaçırma Korkusu) kavramı önem teşkil etmektedir Mannion ve Nolan, 2020). Bu kavram, teknolojinin hayatımızın en büyük parçası olmasıyla birlikte sosyal mecralarda gelişmelerden haberdar olamama durumuna karşı gelişen korku durumunu ifade eden bir çeşit bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (Dossey, 2014). Gelişmeleri kaçırma korkusu, başka bireylerin ne yaptığını sürekli olarak merak etme duygusuyla bağlantılıdır (Argan vd., 2018; Coons ve Chen, 2014). Bu bağlantı, ilgili alanyazında internet bağımlılığı ile ilişkilendirilerek, özellikle etkilenme düzeyi yüksek olan ergen bireylere yönelik daha fazla irdelenmesi gereken bir araştırma konusu olarak gündeme gelmektedir (Adrian ve Sahrani, 2021). Ergen bireylerin etkilenebildikleri öncül faktörlerin çoğunluğunun, paralel şekilde eğitim hayatlarına yansıma potansiyeli de göz ardı edilmemelidir.

Akademik davranışların incelenmesine odaklanan ve başarı motivasyonunu anlamaya yönelik kapsamlı bir bakış açısı sunan başarı yönelimleri teorisi, son zamanlarda özellikle lise öğrencileri popülasyonu üzerinde yoğun bir şekilde araştırılmaktadır (Elliot, 1999; Kara vd., 2023). Başarı yönelimleri, öğrenme ve performans odaklı olmak üzere iki şekilde ele alınabilmektedir (Midgley vd., 1998). Öğrenme yönelimi, bireylerin genellikle beceri ve yeteneklerini geliştirmesi olarak ifade edilmektedir (Arslan ve Akın, 2015; Elliot, 1999). Performans yönelimi ise, bireylerin sıklıkla akranlarından daha iyi performans göstererek yeteneklerini kanıtlamaları şeklinde tanımlanmaktadır (Koç ve Arslan, 2015). Modern çağın ve dijital dünyanın etkilerini göz önünde bulundurduğumuzda, başarı yönelimlerine yeterince hâkim olamayan öğrencilerin internet bağımlılığına daha yatkın olduğu, bu bağımlılığın da öğrenme motivasyonuna bir engel olarak karşımıza çıktığı söylenilebilir (Shi vd., 2023).

Bu kapsamda, dijital teknoloji çağında ergen davranışlarının inceliklerine ışık tutmada elzem bir rol oynamasından ötürü, akıllı telefon bağımlılığı, gelişmeleri kaçırma korkusu ve başarı



yönelimleri arasındaki etkileşimi anlamak oldukça önemlidir. Konu başlıkları incelendiğinde akıllı telefon bağımlılığı ve gelişmeleri kaçırma korkusu kavramlarını farklı disiplinlerle ele alan araştırmaların olduğu tespit edilmiştir (Anastasya vd., 2022; Balcı ve Bal, 2022; Gezgin vd., 2019; Koçak ve Traş, 2021; Küçükkaya vd., 2022; Setyaningsih vd., 2023; Vaidya vd., 2016). Ancak, lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı, gelişmeleri kaçırma korkusu ve başarı yönelimlerini inceleyen araştırmaların sınırlı olduğu söylenebilmektedir. Bu araştırmada ise geleceğin hazinesi olan genç bireylerin olumsuz etkilenebileceği kavramların incelenmesinin alanyazına katkı sağlayacağı öngörülmektedir. Özellikle araştırma örnekleme kapsamında, internet ve sosyal medya bağımlılığıyla ilgili müdahaleler, duyar sağlamak, farkındalık ve bilinç kazandırmak adına oldukça önemlidir. Bu doğrultuda araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ve başarı yönelimleri düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemek ve bu üç değişken arasındaki ilişkiyi test etmektir.

Materyal ve Metod

Araştırma Deseni

Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak tasarlanmıştır. Bu model, istatistiksel analizler kullanılarak değişkenler arasındaki ilişkinin derecesini belirlemek amacıyla tercih edilmiştir (Creswell, 2012).

Araştırma Grubu

Amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilen, Ankara’da bulunan bir meslek lisesinde öğrenim gören 49 kız ve 211 erkek olmak üzere toplam 260 öğrenci araştırmanın çalışma grubunu oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmacılar tarafından cinsiyet, yaş, lise alanı, sosyal medyada geçirilen süre, sosyal medyayı kullanma amacı, ailenin sosyal medyada zaman geçirmek için verdiği izin süresi, okulda telefon kullanım sıklığı, akıllı telefon aracılığıyla öğrenilen bilgilerin etkisi, günlük egzersiz katılımı gibi değişkenlerinin olduğu kişisel bilgi formu, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Form (ATBÖ-KF), Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği (GKKÖ) ve 2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği (BYÖ) kullanılmıştır.

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği (ATBÖ-KF)

Kwon vd. (2013) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Noyan vd. (2015) tarafından yapılan ölçek, ergenlerin ve üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığını ölçmek amacıyla oluşturulmuştur. Ölçek, toplamda 10 maddeden oluşan tek faktörlü bir yapıya sahiptir. Ölçek maddeleri “1: kesinlikle katılmıyorum” ile “6: kesinlikle katılıyorum” şeklinde olmak üzere altılı likert tipli bir yapıya sahiptir. Bu araştırma kapsamında toplanan veriler üzerinde ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.

Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği (GKKÖ)

Zhang vd. (2020) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlik ve güvenilirliği Çelik ve Özkara (2022) tarafından yapılmış olan ölçek, bireylerin sosyal medyadaki gelişmeleri kaçırmaya yönelik kaygılarını ölçmektedir. Ölçek, toplamda 9 madde ve 2 faktörden oluşmaktadır. Ölçek faktörleri kişisel FoMO (5 madde) ve sosyal FoMO (4 madde) şeklindedir. Ölçek maddeleri, “1: kesinlikle katılmıyorum” ile “7: kesinlikle katılıyorum” aralığında değişen yedili likert tipi



bir yapıya sahiptir. Bu araştırma kapsamında toplanan veriler üzerinde hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları “sosyal” alt boyutu için .85, “kişisel” alt boyutu için .86 olarak hesaplanmıştır.

2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği (Revize Formu) (BYÖ)

Elliot ve Murayama (2008) tarafından geliştirilen, Arslan ve Akın (2015) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan ölçek, 12 madde ve 4 faktörden oluşmaktadır. Ölçek faktörleri “öğrenme-yaklaşma yönelimi” (3 madde), “öğrenme-kaçınma yönelimi” (3 madde), “performans-yaklaşma yönelimi” (3 madde) ve “performans-kaçınma yönelimi” (3 madde) şeklindedir. Ölçek maddeleri “5: Tamamen katılıyorum” ve “1: Tamamen katılmıyorum” şeklinde ve 5’li likert bir yapıya sahiptir. Bu araştırma kapsamında toplanan veriler üzerinde hesaplanan Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları “performans-kaçınma” alt boyutu için .71, “performans-yaklaşma” alt boyutu için .85, “öğrenme-kaçınma” alt boyutu için .71, “öğrenme-yaklaşma” alt boyutu için .72 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizleri SPSS 26.0 paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Elde edilen verilerin normallik dağılımı için çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edilmiştir, bu kontrol sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği varsayılmıştır (Field, 2009). Verilerin değerlendirilmesinde betimsel istatistikler, MANOVA, t-test ve regresyon testleri yapılmıştır. Ek olarak, araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilirliklerini tespit etmek adına Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır.

Etik Kurul Onayı

Bu araştırmanın gerçekleştirilmesi için etik kurul onayı Kırıkkale Üniversitesi'nden alınmıştır (Tarih: 18 Nisan 2024, Karar No: 21, Oturum No: 04).

Bulgular

Araştırmada toplanan veriler kapsamında yapılan analizler aşağıda raporlanmıştır.

Tablo 1. Cinsiyet Değişkenine Göre AKTBÖ-KF, GKKÖ ve 2x2 BYÖ T-test Tablosu

		N	Ort.	Ss.	p
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Kız	49	3.95	1.39	.002
	Erkek	211	3.24	1.18	
GKKÖ/ Kişisel	Kadın	49	2.99	1.59	.002
	Erkek	211	2.51	1.32	
GKKÖ/Sosyal	Kız	49	2.51	1.57	.007
	Erkek	211	2.15	1.16	
BYÖ/Öğrenme- Yaklaşma Yönelimi	Kız	49	3.89	.74	.086
	Erkek	211	3.71	.66	
BYÖ/Öğrenme- Kaçınma Yönelimi	Kız	49	3.63	.74	.071
	Erkek	211	3.39	.85	
BYÖ/Performans-Yaklaşma Yönelimi	Kız	49	3.87	.84	.390
	Erkek	211	3.74	.93	
BYÖ/Performans-Kaçınma Yönelimi	Kız	49	3.65	.99	.219
	Erkek	211	3.46	.98	

Cinsiyet değişkeni çerçevesinde t-test sonuçlarına göre akıllı telefon bağımlılığı ortalama puanlarında ($t(430) = 2.970$; $p < 0.05$) ve “GKKÖ” “kişisel gelişmeleri korkusu” alt



boyutunda ($t(430) = 2.970$; $p < 0.05$) kız öğrenciler lehine anlamlı sonuçlar elde edilmiştir. Kız öğrencilerin ortalama puanları erkeklere göre daha yüksek olarak saptanmıştır. (Tablo 1.)

Tablo 2. Yaş Değişkenine Göre MANOVA Tablosu

		N	Ort.	Ss.	p
Akıllı Telefon Bağımlılığı	14-15	89	3,28	1,28	.356
	16-17	146	3,46	1,18	
	18-19	25	3,14	1,51	
GKKÖ/ Kişisel	14-15	89	2,35	1,23	.062
	16-17	146	2,78	1,45	
	18-19	25	2,48	1,39	
GKKÖ/Sosyal	14-15	89	2,05	1,21	.314
	16-17	146	2,30	1,23	
	18-19	25	2,32	1,53	
BYÖ/Öğrenme-Yaklaşma Yönelimi	14-15	89	3,81	,61	.284
	16-17	146	3,68	,71	
	18-19	25	3,85	,72	
BYÖ/Öğrenme-Kaçınma Yönelimi	14-15	89	3,46	,86	.944
	16-17	146	3,43	,80	
	18-19	25	3,42	,98	
BYÖ/Performans-Yaklaşma Yönelimi	14-15	89	3,81	,83	.859
	16-17	146	3,74	,95	
	18-19	25	3,74	,96	
BYÖ/Performans-Kaçınma Yönelimi	14-15	89	3,50	,93	.528
	16-17	146	3,46	1,02	
	18-19	25	3,70	,94	

Lise öğrencilerinin yaş değişkeni kapsamında yapılan analizlerine göre, “ATBÖ” $F(2.257)=1.037$, $p < 0.01$), “GKKÖ” (Hotellings: .184, $F(4.512)=.184$, $p < 0.01$) ve “BYÖ”de (Hotellings: .755, $F(8.506)=.627$, $p < 0.01$) temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. (Tablo 2.)

Tablo 3. Öğrenim Görülen Bölüm Değişkenine Göre MANOVA Tablosu

	Alan	N	Ort.	Ss.	p
Akıllı Telefon Bağımlılığı	Ulaştırma Hizm.	75	3,47	1,24	.240
	Bilişim Tek.	66	3,20	1,40	
	Muhasebe ve Finans	51	3,65	1,25	
	Yenl. Enerji Tek.	23	3,26	1,26	
	Elektrik-Elektronik T.	45	3,19	,98	
GKKÖ/ Kişisel	Ulaştırma Hizm.	75	2,51	1,45	.625
	Bilişim Tek.	66	2,48	1,28	
	Muhasebe ve Finans	51	2,86	1,446	
	Yenl. Enerji Tek.	23	2,67	1,55	
	Elektrik-Elektronik T.	45	2,60	1,26	
GKKÖ/Sosyal	Ulaştırma Hizm.	75	2,30	1,39	.635
	Bilişim Tek.	66	2,25	1,43	
	Muhasebe ve Finans	51	2,27	1,06	
	Yenl. Enerji Tek.	23	2,26	1,33	
	Elektrik-Elektronik T.	45	1,95	,87	
BYÖ/Öğrenme-Yaklaşma Yönelimi	Ulaştırma Hizm.	75	3,88	,67	.289
	Bilişim Tek.	66	3,72	,80	
	Muhasebe ve Finans	51	3,61	,59	
	Yenl. Enerji Tek.	23	3,75	,55	
	Elektrik-Elektronik T.	45	3,70	,66	



Yönelim	Ulaştırma Hizm.	Bilişim Tek.	Muhasebe ve Finans	Yenl. Enerji Tek.	Elektrik-Elektronik T.	Fark	
BYÖ/Öğrenme- Kaçınma Yönelimi	75	66	51	23	45	.126	
	3,64	3,39	3,28	3,49	3,33		
	,78	,87	,82	,88	,85		
	75	66	51	23	45		.393
	3,75	3,88	3,56	3,91	3,77		
1,02	,93	,83	,63	,89			
75	66	51	23	45	.173		
3,68	3,57	3,28	3,33	3,42			
1,02	1,03	,97	,93	,84			

Katılımcıların öğrenim gördükleri bölüm değişkeni kapsamında yapılan analizlerine göre, “ATBÖ” $F(4.255)=1.383, p < 0.01$), “GKKÖ” (Hotellings: .498, $F(8.508)=.922, p < 0.01$) ve “BYÖ”de (Hotellings: .248, $F(4.252)=1.217, p < 0.01$) temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. (Tablo 3.)

Tablo 4. Sosyal Medyada Geçirilen Zaman Değişkenine Göre MANOVA Tablosu

Yönelim	Süre	N	Ort.	Ss.	p	fark
Akıllı Telefon Bağımlılığı	En fazla 1 saat	22	2,44	,92	.000	1-4 2-4 3-4
	1-2 saat arası	54	3,16	1,00		
	2-3 saat arası	78	3,08	1,11		
	3 saat üstü	106	3,88	1,32		
	En fazla 1 saat	22	1,80	1,00		
1-2 saat arası	54	2,20	,96			
2-3 saat arası	78	2,35	1,13			
3 saat üstü	106	3,16	1,59			
En fazla 1 saat	22	1,81	,97	.277		
1-2 saat arası	54	2,19	1,09			
2-3 saat arası	78	2,15	1,12			
3 saat üstü	106	2,36	1,46			
BYÖ/Öğrenme- Yaklaşma Yönelimi	En fazla 1 saat	22	3,77			,88
	1-2 saat arası	54	3,83	,73		
	2-3 saat arası	78	3,83	,60		
	3 saat üstü	106	3,62	,65		
	BYÖ/Öğrenme- Kaçınma Yönelimi	En fazla 1 saat	22	3,56	,90	.024
1-2 saat arası		54	3,39	,96		
2-3 saat arası		78	3,65	,72		
3 saat üstü		106	3,28	,81		
BYÖ/Performans-Yaklaşma Yönelimi		En fazla 1 saat	22	3,77	1,07	
	1-2 saat arası	54	3,80	,95		
	2-3 saat arası	78	3,83	,81		
	3 saat üstü	106	3,70	,93		
	BYÖ/Performans-Kaçınma Yönelimi	En fazla 1 saat	22	3,74	1,09	.554
1-2 saat arası		54	3,50	,99		
2-3 saat arası		78	3,54	,97		
3 saat üstü		106	3,42	,96		



Sosyal medyada geçirilen zamana göre yapılan MANOVA sonuçlarına göre, “ATBÖ” ortalama puanlarında temel etkinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($F(3.256)=13.474$, $p < 0.01$). Ortalama “3 saat üstü” sosyal medya kullanıcısı olduğunu beyan eden kullanıcılar lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur.

Bununla birlikte, “GKKÖ” MANOVA sonuçlarına göre, temel etkinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir (Hotellings: .157, $F(6.508)=6.629$, $p < 0.01$). Yapılan çoklu varyans analizine göre, araştırmaya katılan lise öğrencilerinin “kişisel” ($F(3.256)=11.976$; $p > 0.05$) alt boyutunda farklılaştığı görülmüştür. Ortalama “3 saat üstü” sosyal medya kullanıcısı olduğunu beyan eden kullanıcılar lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur.

Ayrıca, “BYÖ” MANOVA sonuçlarına göre temel etkinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir (Hotellings: .057, $F(4.253)=1.203$, $p < 0.01$). Çoklu varyans analizi sonuçlarına göre, araştırmaya katılan lise öğrencilerinin “öğrenme kaçınma yönelimi” $F(3.256)=3.194$; $p > 0.05$) alt boyutunda farklılaştığı görülmüştür. Ortalama “2-3 saat arası” sosyal medya kullanıcısı olduğunu beyan eden kullanıcılar lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur.

Tablo 5. Korelasyon ANALİZİ SONUÇLARI (ATBÖ-KF, GKKÖ ve BYÖ)

	ATBÖ-KF	Kişisel	Sosyal	Öğrenme-Yaklaşma Y.	Öğrenme Kaçınma Y.	Performans-Yaklaşma Y.	Performans Kaçınma Y.
ATBÖ-KF	1						
Kişisel	.584**	1					
Sosyal	.254**	.546**	1				
Öğrenme-Yaklaşma Y.	-.134*	-.161**	-.132*	1			
Öğrenme Kaçınma Y.	-.100	-.117	.014	.379**	1		
Performans-Yaklaşma Y.	-.002	.023	.072	.495**	.261**	1	
Performans Kaçınma Y.	-.043	.010	.036	.365**	.338**	.556**	1

Korelasyon analizleri, “ATBÖ-KF” ile “GKKÖ” “kişisel” ($r = .584$; $p < 0.01$) ve “sosyal” ($r = -.254$; $p < 0.01$) alt boyutlarında pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişki olduğunu göstermektedir. Bunun yanı sıra “ATBÖ-KF” ile “BYÖ” “öğrenme-yaklaşma yaklaşımı” ($r = -.134$ $p < 0.01$) alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ve düşük düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6. Akıllı Telefon Bağımlılığının Gelişmeleri Kaçırma Korkusunu ve Başarı Yönelimlerini Yordama Gücü

	Akıllı Telefon Bağımlılığı
	B
GKKÖ/ Kişisel	.58*
$R=0.58$; $R^2=0.34$; Adjusted $R^2=0.33$; $F_{(1,258)}=133.654$; $p < 0.01$	
GKKÖ/ Sosyal	.25*
$R=0.25$; $R^2=0.06$; Adjusted $R^2=0.06$; $F_{(1,258)}=17.761$; $p < 0.01$	
BYÖ/ Öğrenme-Yaklaşma Yaklaşımı	-.13*
$R=0.13$; $R^2=0.01$; Adjusted $R^2=0.01$; $F_{(1,258)}=41.734$; $p < 0.01$	
BYÖ/ Öğrenme-Kaçınma Yaklaşımı	-.10
$R=0.10$; $R^2=0.01$; Adjusted $R^2=0.006$; $F_{(1,258)}=2.622$; $p < 0.01$	
BYÖ/ Performans-Yaklaşma Yaklaşımı	-.00
$R=0.002$; $R^2=0.00$; Adjusted $R^2=-.004$; $F_{(1,258)}=.001$; $p < 0.01$	



BYÖ/Performans Kaçınma Yaklaşımı

-04

R=0.04; R²=0.00; Adjusted R²=-.002; F(1,258)=.483; p<0.01

Regresyon analizleri ile internet bağımlılığının gelişmeleri kaçırma korkusu ve başarı yönelimlerini yordama gücü tespit edilmiştir. Bulgulara göre internet bağımlılığının “GKKÖ” “kişisel” (R=0.58; R²=0.34; Adjusted R²=0.33; F(1,258)=133.654; p<0.01) ve “sosyal” (R=0.25; R²=0.06; Adjusted R²=0.06; F(1,258)=17.761; p<0.01) alt boyutlarını yordadığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda, internet bağımlılığının ile “kişisel” ($\beta = -.58$; p<0.01) ve “sosyal” ($\beta = -.25$; p<0.01) alt boyutlarını pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir.

Elde edilen bulgulara göre internet bağımlılığının “BYÖ” “öğrenme-yaklaşma yönelimi” (R=0.13; R²=0.01; Adjusted R²=0.01; F(1,258)=41.734; p<0.01) alt boyutunu yordadığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda, internet bağımlılığının ile “öğrenme-yaklaşma yönelimi” ($\beta = .13$; p<0.01), alt boyutunu negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir.

Tartışma ve Sonuçlar

Bu araştırma, lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ve başarı yönelimleri düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemek ve bu üç değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın bu bölümünde, lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medyada gelişmeleri kaçırma korkusu ve başarı yönelimleri ilişkisi alanyazın temelli tartışılarak yorumlanmıştır.

Cinsiyete göre yapılan t-test sonuçlarında, “GKKÖ” “kişisel gelişmeleri kaçırma korkusu” alt boyutunda kız öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazında benzer şekilde yapılan araştırmalarda kadınların gelişmeleri kaçırma korkusu düzeylerinin erkeklerden yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. (Balta vd., 2020; Lindsey, 2013). Sukhija vd., (2024), gelişmeleri kaçırma korkusundaki cinsiyet farklılıklarını vurgulayarak kadınların sosyal medya katılımı ile ilgili daha fazla kaygı yaşadığını belirtmişlerdir. Ergen öğrencilerin oluşturduğu örneklem ile yürütülen başka bir araştırmada da, kızların sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusunun erkeklere oranla daha fazla olduğu görülmüştür (Kartol ve Peker, 2020). Araştırmamızdaki kız öğrencilerin kişisel gelişmeleri kaçırma korkusu düzeyinin daha fazla olması, kızların ergenlik döneminde beğenilme, popülerlik, takip edilme, gündemi güncel olarak takip etme gibi konulara daha çok önem vermesinden kaynaklanabilir. Öte yandan, alanyazında gelişmeleri kaçırma korkusunun cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığını ortaya koyan araştırmalara da rastlanılmıştır (Gökler vd., 2016; Hoşgör vd., 2021; Przybylski vd., 2013; Uzun vd., 2019).

Cinsiyete göre yapılan t-test sonuçlarında, “ATBÖ-KF” ortalama puanlarda kız öğrenciler lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde alanyazında da, kadınların erkeklere oranla akıllı telefon bağımlılığına daha yatkın olduğuna dair çalışmalar görülmektedir (Çakır ve Oğuz, 2017; Park ve Lee, 2022; Van Deursen vd., 2015). Örneğini ergen bireylerin oluşturduğu başka bir araştırmada, kızların akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin yüksek olmasının sebebi olarak cinsiyetler arasındaki duygusal farklılıklar vurgulanmaktadır (Sajidah vd., 2024). Erkeklerin akıllı telefon bağımlılığı odağında oyun oynamak, kızların odağında ise sosyal ağ kullanımı ön plana çıkmaktadır (Chen vd., 2017). Bu noktadan hareketle, kızların akıllı telefon bağımlılığına sosyal medya, etkileşim, görünürlüğü artırma, teknolojik cihazların çekici gelmesi gibi sebepler örnek gösterilebilir. Bu sonuçlardan farklı olarak, akıllı telefon bağımlılığının cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı araştırmalar da mevcuttur (Çuhadar vd., 2020; Mazılı ve Gültekin; 2020; Perry ve Lee, 2007;).



Lise öğrencilerinin yaş değişkeni ve öğrenim gördükleri alan kapsamında yapılan analiz sonuçlarına göre, alanyazına paralel olarak “ATBÖ”, “GKKÖ” ve “BYÖ”de herhangi bir anlamlılık tespit edilmemiştir (İsraelashvili vd., 2012; Kaya vd., 2018). Bu sonuçlardan farklı olarak, yaş değişkeninin genç bireylerdeki akıllı telefon bağımlılığını etkilediği araştırmalar alanyazında mevcuttur (Bhanderi vd., 2021; Guimarães vd., 2022; Kuyucu, 2017; Wen vd., 2023). Özellikle ergenlerin %21.7'sinin akıllı telefon kullanımında kendilerini bağımlı olarak gördüğü belirtilmektedir (Rekas ve Burzyńska, 2024). Örneklem grubunun ortaokul öğrencileri olduğu başka bir araştırmada da yaş faktörünün akıllı telefon bağımlılığını etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Sonuçların benzeşmemesinin sebebi, akıllı telefon kullanımı yaşının giderek düşmesine bağlı olarak bağımlılığın artmasından kaynaklanabilir. Öte yandan, araştırmamızın sonucundan farklı olarak yaş değişkeninin gelişmeleri kaçırma korkusunu etkilediği araştırmalara rastlanılmaktadır. 12-18 yaş arası ergenlerde gelişmeleri kaçırma korkusunun kayda değer bir artış gösterdiği, bireyler olgunlaştıktan sonra ise bu duyarlılığın azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Gul vd., 2022). Araştırmamızda anlamlılık tespit edilememesinin sebebi, örneklem grubunun akıllı telefon ve sosyal medya kullanımının ebeveynleri tarafından kontrol altında tutulması olarak yorumlanabilir. Yaş faktörünün başarı yönelimlerini etkilememesi ise öğrenci grubunun birbirine çok yakın yaşlarda ve henüz lise öğrencisi olmalarından kaynaklanabilir. Lise öğrencilerinin öğrenim gördükleri alan ve değişkenler arasında anlamlılık bulunmamasının sebebi olarak ise yaşadıkları şehir, benzer sosyodemografik özellikler taşımaları, mesleki ve teknik lisede eğitim almaları örnek gösterilebilir.

Günlük sosyal medya kullanım süreleri değişkenine göre yapılan MANOVA analiz sonuçlarına göre “BYÖ” “öğrenme-kaçınma”, “GKKÖ” “kişisel gelişmeleri kaçırma korkusu” alt boyutlarında ve “ATBÖ- KF”de temel etkinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Alanyazında bu bulguları destekleyen araştırmalar mevcuttur (Akdemir, 2013; Argın 2013; Hazar, 2011). Katılımcılardan ortalama 3 saat ve üstü sosyal medya kullananların özellikle kişisel FoMO ve akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek çıkması beklenen bir sonuçtur. Genç ve çocuk katılımcılarla yürütülen araştırmalarda sosyal medya kullanım süresinin arttıkça akıllı telefon bağımlılığının arttığı belirtilmektedir (Obee, 2012; Tektaş, 2014; Üstündağ, 2022). Öğrenme-kaçınma alt boyutunda elde edilen anlamlılık sonucu ise, öğrencilerin yanlış yapmaktan ve hata yapmaktan kaçınmaları konusunda yaşadıkları kaygının, sosyal medyada uzun süre geçirmelerinden ötürü tetiklenebileceği şeklinde yorumlanabilir.

Yapılan regresyon analizlerine göre ise internet bağımlılığının, gelişmeleri kaçırma korkusu ve başarı yönelimlerini yordadığı sonucu elde edilmiştir. İnternet bağımlılığı ve sosyal medyada güncel olan gelişmeleri kaçırma korkusunun yeterince bağlantılı olduğu (Anastasya vd., 2022) bu sonucu desteklemektedir. Ek olarak, aşırı internet bağımlılığının ve beraberinde getirdiği gelişmeleri kaçırma korkusunun lise öğrencilerinin akademik başarılarını negatif yönde yordaması da beklenen bir sonuçtur. FoMo'nun öğrenme bağlamındaki olası olumsuz etkileri, sosyal medya ve internetin aşırı kullanımının öğrencilerin akademik katılımıyla olumsuz bir şekilde bağlantılı olduğunu gösteren çeşitli çalışmalar da bu durumu destekler niteliktedir (Alt, 2015; Li, vd., 2019; Stavropoulos vd., 2013). Ancak farklı şekilde FoMo ile akademik bağlılık arasında bir ilişki olmadığını gösteren araştırmalara da denk gelinmiştir (Qutishat ve Abu Sharour, 2019).

Sonuç olarak, internet bağımlılığının gelişmeleri kaçırma korkusu üzerindeki yordama gücü, çevrimiçi platformlarla aşırı etkileşimin, sosyal gelişmelerden kopma korkusuyla ilişkili kaygı



ve endişe duygularını artırabileceğini göstermektedir. Bununla birlikte, internet bağımlılığı ile başarı yönelimleri arasındaki ilişki, dijital davranışların akademik istekler ve hedefe yönelik davranışlar üzerindeki etkisini vurgulamaktadır. Bu araştırma, lise öğrencilerinin katılımı ile nicel araştırma yöntemi kullanılarak sınırlandırılmıştır. Bu kapsamda, lise öğrencilerinin sosyal medyada hangi amaçla, gelişmeleri kaçırmaktan kaygı duyduğu içerikleri farklı değişkenler açısından daha detaylı irdeleyebilmek adına nitel araştırmalara yönelinebilir. Öğrencilerin telefonlarına olan bağımlılığı düşük bir akademik ortalamaya sebebiyet verdiği için, özellikle ailelere çocukları ile beraber katılabilecekleri serbest zaman eğitimleri verilerek bilinçlendirme çalışmaları yapılabilir. Bununla birlikte, liselerde bu konuyla ilgili farkındalık seminerleri veya eğitimleri gerçekleştirilebilir, gençlerin yaşam alanları genişletilip akıllı telefon kullanım sıklığı azaltılabilir.

**Bu araştırma, 5. Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur. (16-19 Mayıs 2024, Antalya)*



KAYNAKLAR

- Adrian, K., Sahrani, R. (2021, August). Relationship between fear of missing out (FoMO) and problematic smartphone use (PSU) in generation Z with stress as a moderator. In *International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)* (pp. 964-970). Atlantis Press.
- Akdemir, T. N. (2013). İlköğretim öğrencilerinin facebook tutumları ile akademik erteleme davranışları ve akademik başarıları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Alt, D. (2015). College students' academic motivation, media engagement and fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 49, 111-119.
- Anastasya, Y. A., Hadiyah, C. M., Amalia, I., Suzanna, E. (2022). Correlation between fear of missing out and internet addiction in students. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 3(1), 35-43.
- Argan, M., Argan, M. T., İpek, G. (2018). I Wish I Were! Anatomy of a fomsumer. *Journal of Internet Applications and Management*, 9(1), 43-57.
- Argın, S. F. (2013). Ortaokul ve lise öğrencilerinin sosyal medyaya ilişkin tutumlarının incelenmesi (Çekmeköy örneği). Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Arslan, S., Akın, A. (2015). 2x2 Başarı yönelimleri ölçeği (revize formu): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sakarya University Journal of Education*, 5(1), 7-15.
- Balcı, Ş., & Bal, E. (2022). Gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) ile akıllı telefon bağımlılığı ilişkisinde kullanım süresinin aracılık rolü. *Medeniyet ve Toplum Dergisi*, 6(2), 103-120.
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., Griffiths, M. D. (2020). Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: The mediating role of state fear of missing out and problematic Instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 628-639.
- Bhandari, D. J., Pandya, Y. P., & Sharma, D. B. (2021). Smartphone use and its addiction among adolescents in the age group of 16–19 years. *Indian Journal of Community Medicine*, 46(1), 88-92.
- Boumosleh, J., Jaalouk, D. (2018). Smartphone addiction among university students and its relationship with academic performance. *Global Journal of Health Science*, 10(1), 48-59.
- Chen, B., Liu, F., Ding, S., Ying, X., Wang, L., & Wen, Y. (2017). Gender differences in factors associated with smartphone addiction: A cross-sectional study among medical college students. *BMC psychiatry*, 17, 1-9.
- Coons, J., Chen, S. L. S. (2014). Social network analysis for Facebook: Locating cliques and visualizing sociability. In *Symbolic Interaction and New Social Media* (pp. 43-61). Emerald Group Publishing Limited.



Creswell, J. W. (2012). *Educational research : planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4. Baskı). USA: Pearson Education Inc.

Çakır, Ö., & Oğuz, E. (2017). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 418-429.

Çelik, F., Özkara, B. Y. (2022). Gelişmeleri kaçırma korkusu (FoMO) ölçeği: Sosyal medya bağlamına uyarlanması ve psikometrik özelliklerinin sınanması. *Psikoloji Çalışmaları*, 42(1), 71-103.

Çuhadar, A., Demirel, M., Yusuf, E. R., & Serdar, E. (2020). Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı ve gelecek beklentisi ilişkisinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(24), 2528-2544.

Dossey, L. (2014). FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. *Explore: The Journal of Science and Healing*, 10(2), 69-73.

Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational psychologist*, 34(3), 169-189.

Elliot, A. J., Murayama, K. (2008). On the measurement of achievement goals: Critique, illustration, and application. *Journal of Educational Psychology*, 100(3), 613-628.

Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS*. London: SAGE Press

Gezgin, D. M., Hamutoğlu, N. B., Sezen-Gültekin, G., & Yildirim, S. (2019). Preservice teachers' metaphorical perceptions on smartphone, no mobile phone phobia (nomophobia) and fear of missing out (FoMO). *Bartın University Journal of Faculty of Education*, 8(2), 733-783.

Gökler, M. E., Aydın, R., Ünal, E., & Metintaş, S. (2016). Sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ölçeğinin Türkçe sürümünün geçerlilik ve güvenilirliğinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 17(1), 52-59.

Guimarães, C. L. C., Oliveira, L. B. S. D., Pereira, R. S., Silva, P. G. N. D., & Gouveia, V. V. (2022). Nomophobia and smartphone addiction: Do the variables age and sex explain this relationship?. *Psico-USF*, 27(2), 319-329.

Gul, H., Firat, S., Sertcelik, M., Gul, A., Gurel, Y., & Kilic, B. G. (2022). Effects of psychiatric symptoms, age, and gender on fear of missing out (FoMO) and problematic smartphone use: A path analysis with clinical-based adolescent sample. *Indian Journal of Psychiatry*, 64(3), 289-294.

Gürbüz, F., Bayraklı, M., Gezgin, D. M. (2023). The effect of cyberloafing behaviors on smartphone addiction in university students: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Educational Technology and Online Learning*, 6(1), 234-248.

Haug, S., Castro, R. P., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 299-307.



- Hazar, M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı-bir alan çalışması iletişim. *İletişim: Kuram ve Araştırma Dergisi*, (32), 151-177.
- Hoşgör, H., Coşkun, F., Çalışkan, F., & Gündüz Hoşgör, D. (2021). Relationship between nomophobia, fear of missing out, and perceived work overload in nurses in Turkey. *Perspectives in psychiatric care*, 57(3), 1026-1033.
- Israelashvili, M., Kim, T., Bukobza, G. (2012). Adolescents' over-use of the cyber world—Internet addiction or identity exploration?. *Journal of Adolescence*, 35(2), 417-424.
- Kara, F. M., Karaca, G., Uğurlu, A., Gürkan, R. K. (2023). Sıkılmış ve kaybolmuş: üniversite öğrencilerinde serbest zamanlarda sıkılma algısının başarı yönelimlerini yordama gücü. *EKEV Akademi Dergisi*, (95), 83-93.
- Kartol, A., & Peker, A. (2020). Ergenlerde sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu (fomo) yordayıcılarının incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(21), 454-474.
- Kaya, H. B., Namlı, S., Demir, G. T. (2018). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporcu kimlikleri ve başarı yönelimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(7), 179-196.
- Koç, C., Arslan, A. (2015). Ortaokul öğrencilerinin başarı yönelimlerinin ve okuma stratejileri bilişüstü farkındalıklarının incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 5(5), 485-508.
- Koçak, M., & Traş, Z. (2021). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ile sosyal ortamlarda gelişmeleri kaçırma korkusu ve yaşamın anlamı arasındaki yordayıcı ilişkiler. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(3), 1618-1631.
- Kuyucu, M. (2017). Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı:“Akıllı telefon (kolik)” üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition*, 7(14), 328-359.
- Küçükaya, B., Özdemir, B., & Süt, H. K. (2022). Hemşirelik öğrencilerinde sosyal medya kullanımı ile akademik başarı ve akademik özyeterlik arasındaki ilişki. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 9(1), 31-41.
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., Kim, D. J. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PloS one*, 8(2), e56936.
- Lai, C., Altavilla, D., Ronconi, A., Aceto, P. (2016). Fear of missing out (FOMO) is associated with activation of the right middle temporal gyrus during inclusion social cue. *Computers in Human Behavior*, 61, 516–521.
- Lee, S., Kim, S., Yoon, D. S., Park, J. S., Woo, H., Lee, D., Lee, J. H. (2023). Sample-to-answer platform for the clinical evaluation of COVID-19 using a deep learning-assisted smartphone-based assay. *Nature communications*, 14(1), 2361.



Li, Y., Yao, C., Zeng, S., Wang, X., Lu, T., Li, C., Lan, J., You, X. (2019). How social networking site addiction drives university students' academic achievement: The mediating role of learning engagement. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 13.

Lindsey, C. (2013). FOMO and Mobiles Phones: a survey study. Published Master Thesis. Communication and Digital Media Studies Humanities Faculty Tilburg University, Tilburg.

Mannion, K. H., Nolan, S. A. (2020). The effect of smartphones on anxiety: An attachment issue or fear of missing out?. *Cogent Psychology*, 7(1), 1869378.

Mazili, S., & Gültekin, Ö. Ü. M. (2020). Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığının özdenetim açısından incelenmesi. *Kalem Uluslararası Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 10(2), 705-730.

Midgley, C., Kaplan, A., Middleton, M., Maehr, M. L., Urdan, T., Anderman, L. H., Roeser, R. (1998). The development and validation of scales assessing students' achievement goal orientations. *Contemporary educational psychology*, 23(2), 113-131.

Mobil İletişim Araçları ve Bilgi Teknolojileri İş İnsanları Derneği (MOBİSAD). (2023). Türkiye ve Dünya'nın dijital karnesi.

Noyan, C. O., Enez Darçın, A., Nurmedov, S., Yılmaz, O., Dilbaz, N. (2015). Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinin kısa formunun üniversite öğrencilerinde Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anatolian Journal of Psychiatry / Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 73–81.

Obee, J. (2012). *The Ultimate Teen Guide*. Toronto: The Scarecrow Press.

Park, N., Lee, H. (2014). Nature of youth smartphone addiction in Korea. *연론정보연구*, 51(1), 100-132.

Park, Y., & Lee, S. (2022). Gender differences in smartphone addiction and depression among Korean adolescents: Focusing on the internal mechanisms of attention deficit and self-control. *Computers in Human Behavior*, 136, 107400.

Perry, S. D., & Lee, K. C. (2007). Mobile phone text messaging overuse among developing world university students. *Communicatio*, 33(2), 63-79.

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in human behavior*, 29(4), 1841-1848.

Qutishat, M., Sharour, L. A. (2019). Relationship between fear of missing out and academic performance among Omani university students: a descriptive correlation study. *Oman Medical Journal*, 34(5), 404.

Rękas, M., & Burzyńska, J. (2023). Association between smartphone addiction, physical activity, and overweight or obesity occurrence among Polish adolescents. *Pediatrics Polska-Polish Journal of Paediatrics*, 98(4), 23-30.

RTÜK. (2023). Medyametre Medya Kullanım Alışkanlıkları Araştırması.



Sajidah, A. H. B., Jayanti, I., Rahman, N., & Yulianto, A. (2024). Differences in smartphone addiction between male and female adolescents. *Journal of Mental Health Issues and Behavior*, 4(04), 1–7.

Setyaningsih, N., Sarjana, W., & Wardani, N. D. (2023). The correlation between fear of missing out (FoMO) and internet addiction in vocational high school students. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 12(1), 45-55.

Shi, Z., Guan, J., Chen, H., Liu, C., Ma, J., Zhou, Z. (2023). Teacher-student relationships and smartphone addiction: The roles of achievement goal orientation and psychological resilience. *Current psychology*, 42(20), 17074-17086.

Singh, K. D., Gurung, D. J., Mpanme, D. (2023). Smartphone addiction among post-graduate management students: The Indian experience. *Cogent Arts & Humanities*, 10(1), 2255376.

Stavropoulos, V., Alexandraki, K., Motti-Stefanidi, F. (2013). Recognizing internet addiction: Prevalence and relationship to academic achievement in adolescents enrolled in urban and rural Greek high schools. *Journal of Adolescence*, 36(3), 565-576.

Sukhija, D., Srivastava, P., Pathak, A., & Sukhija, P. (2023). An empirical study to find the relationship between the fomo constructs with the gender: A post-COVID scenario. *Journal of Development Research*, 16(2), 142-149.

Tektaş, N. (2014). Üniversite öğrencilerinin sosyal ağları kullanımına yönelik bir araştırma. *Tarih Okulu Dergisi*, 7(17), 851-870.

Uzun, V., Gözükar, E., & Bilgin, M. (2019). Bazı sosyal medya değişkenleri açısından ergen ve genç yetişkinlerin fomo düzeylerinin incelenmesi. *International Journal of Arts & Social Studies*, 2(2), 43-59.

Üstündağ, A. (2022). Çocukların sosyal medya, akıllı telefon ve oyun bağımlılığı arasındaki ilişkisinin incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 23(3), 316-326.

Vaidya, N., Jaiganesh, S., & Krishnan, J. (2016). Prevalence of Internet addiction and its impact on the physiological balance of mental health. *National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology*, 6(1), 97-100.

Van Deursen, A. J., Bolle, C. L., Hegner, S. M., & Kommers, P. A. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behavior*, 45, 411-420.

Van Deursen, A. J., Bolle, C. L., Hegner, S. M., Kommers, P. A. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behavior*, 45, 411-420.

We are Social. (2023). Digital 2023: Global Overview Report.



Wen, F., Ding, Y., Yang, C., Ma, S., Zhu, J., Xiao, H., & Zuo, B. (2023). Influence of smartphone use motives on smartphone addiction during the COVID-19 epidemic in China: The moderating effect of age. *Current Psychology*, 42(22), 19316-19325.

Zhang, Z., Jiménez, F. R., Cicala, J. E. (2020). Fear of missing out scale: A self-concept perspective. *Psychology & Marketing*, 37(11), 1619–1634.