

Lisans Eğitimi Alan Üniversite Öğrencilerinde FoMO ve Nomofobive Yordayıcılarının İncelenmesi

The Investigation of the Predictors of FoMO and Nomophobia in Undergraduate University Students

Tuba KORKMAZ ARSLAN¹, Hatice DÖNMEZ²

ÖZ

Amaç:Lisans eğitimi almakta olan üniversite öğrencilerinde, FoMO ve nomofobinin varlığının değerlendirilmesi ve yordayıcılarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem:Araştırma tanımlayıcı nitelikte olup, evreni bilinen gruplarda örneklem hesabı formülü ile örneklem büyüklüğü hesaplanarak 312 öğrenci ile çalışma tamamlanmıştır. Araştırmanın verileri Demografik Tanılama Formu, Nomofobi ölçeği, Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği (GKKÖ) kullanılarak çevrimiçi toplanmıştır.

Bulgular:Katılımcıların %51,9'u internet bağımlıdır. Öğrencilerin en çok tercih ettiği sosyal medya uygulamaları Youtube (%47,4) ve WhatsApp (%44,2) uygulamasıdır. Öğrencilerin %75'i sosyal medyayı, merak ettiği ve ilgi duyduğu şeyleri takip etmek amacıyla kullanmıştır. Nomofobi ile FoMO puanları arasında, orta düzeyde ve pozitif yönde, ileri düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ($r: .42, p < .001$).

Sonuç:Öğrencilerde internet bağımlılık oranı ortalamadan üstündedir. Öğrencilerin sosyal medyayı ilk olarak merak ve ilgi alanlarına yönelik takip ettiği, ikinci olarak ise bilgi almak amacı ile kullandığı görülmüştür. İnternet bağımlılığı ile gelişmeleri kaçırma korkusu arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencisi, FoMO, Nomofobi

GİRİŞ

Dijital pazarlama ajansı We Are Social'in 2019 yılına ilişkin internet ve sosyal medya kullanım istatistiklerine göre; yaklaşık nüfusu 82 milyon olan Türkiye'de, 59 milyonu aşkın aktif internet kullanıcısı olduğu ve bu rakamın yıldan yıla arttığı görülmektedir (1).

Ülkemizde internet ve sosyal medya kullanıcı sayısı teknolojik aygıtların da yaygınlaşmasına bağlı

1.Dr. Öğ. Üyesi Necmettin Erbakan Üniversitesi Seydişehir Sağlık Bilimleri Fakültesi

E-posta: korkmaztubiki@gmail.com ORCID: 0000-0003-0419-2217

2. Dr. Öğr. Üyesi Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü

E-posta: hdonmez@kmu.edu.tr@gmail.com ORCID: 0000-0001-7041-7416

Gönderim Tarihi:04.03.2021 - Kabul Tarihi: 03.11.2022

ABSTRACT

Aim: This study aimed to evaluate the presence of FoMO and nomophobia in undergraduate students and to determine their predictors.

Method: This study is a descriptive study. The sample was composed of students studying at the Faculty of Engineering and the Faculty of Nursing. All volunteer students ($n=312$) who met the inclusion criteria and according to the sampling calculation made the sample.

Findings: It was determined that 51.9% of the participants were internet addicts. The most preferred social media applications by all the students are YouTube (47.4%) and WhatsApp (44.2%). It was found that 75% of the students use social media to follow the content they are curious about and interested in. When the correlational relationship between the students' nomophobia and foMO scores was examined, it was determined that there was a highly significant moderate and positive relationship ($r: .42, p < .001$).

Conclusion: This study revealed that the rate of internet addiction is above average. It was found that the students used social media to follow what they are most curious about and interested in and to obtain information. However, a positive relationship was found between Internet addiction and the fear of missing out. As the scores for fear of missing out increase, the nomophobia scores also increase.

Keywords: University student, FoMO, Nomophobia

olarak yıldan yıla artış gösterdiği görülmektedir. Özellikle akıllı telefon kullanımındaki artışın internet ve sosyal medya kullanıcı sayısını yükselttiği ifade edilmektedir (2). Türkiye İstatistik Kurumu tarafından paylaşılan 27 Ağustos 2019 tarihli haber bülteninde; Türkiye'de internet kullanım oranlarının 2019 yılında 16-74 yaş grubundaki bireylerde %75,3 olduğu ve bu oranın bir önceki yıl %72,9 olduğu ifade edilmektedir. Cinsiyete göre internet kullanım oranları 16-74 yaş grubundaki erkeklerde %81,8, kadınlarda ise %68,9 olmuştur. Ülkemizde nüfusun %91'inin (74.710.286) internet aboneliği bulunmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu'na göre ayrıca nüfusun %53'ü (44 milyon) aktif mobil sosyal medya kullanıcısıdır (3).

Akıllı telefonların insan hayatındaki popülaritesinin altında yatan neden, günlük aktivitelerin çoğunu tek bir cihaz üzerinden yapabilmeyi sağlamak olarak açıklanabilir. Bu cihazlar, arama, mesajlaşma, posta gönderme / alma, randevulaşma, internette dolaşma ve çevrimiçi alışveriş, sosyal medyada zaman geçirme, bilgi tarama, navigasyon / yönlendirme bulma, oyun oynama, müzik dinleme, haberleri okuma, resim ve video düzenleme / yükleme, fotoğraf / video çekme, video izleme ve video konferans gibi çok sayıda etkinlik için mobil ve entegre bir platform sunmaktadır. (4).

Teknolojideki son gelişmelerden birisi olarak cep telefonlarının çok yaygın bir tüketici kitlesi vardır. (5). Fakat kişilerde davranış bozukluğu ve bağımlılık olarak belirtilen durumlar, cep telefonlarının günlük hayatın işleyişini etkileyecek kadar sık ve tekrarlayıcı kullanımı sonucu ortaya çıkabilmektedir. Alışkanlık boyutuna gelen bu davranışlar ilerde bağımlılık davranışı olarak değerlendirilebilmektedir (6).

Her türlü bağımlılıkta olduğu gibi belirli bir davranışla; fazla uğraşmak, gerçek yaşamdan kopmak, bu davranıştan zevk almaya başlamak, bu davranıştan kendini uzak tutamamak, engellemeye çalışınca da oluşan gerginlik, huzursuzluk gibi ve engellenince oluşan yoksunluk belirtileri işlevselliğin bozulmasına neden olmaktadır. Bu nedenle cep telefonların kullanım yaygınlığı ve kullanıcılar üzerindeki etkilerini incelemek, son zamanlarda en çok araştırılan ve üzerinde durulan konulardan birisi olagelmıştır (7).

Özellikle üniversite öğrencilerinde akıllı telefon kullanımı daha yoğun olarak gözlenmektedir. Akıllı telefonların bağımlılık düzeyinde kullanımı ders sürecince hem akademisyen hem de öğrenci adına dikkatin toplanmasında bir engel olarak karşımıza çıkmaktadır. (7).

Cep telefonundan uzak kalma korkusu anlamına gelen Nomofobi kavramı, literatürde yeni yeni kullanılmakta olan bir kavram olup kökeni İngilizce “NO Mobile PHOBIA” kelimelerinden türetilmiştir. Yıldırım ve Correia (2015)’e göre, klinik psikolojide, bireyin mobil cihazına

erişemediğinde veya mobil cihaz üzerinde iletişim kuramadığında yaşadığı istemsiz korku nomofobi olarak tanımlanmaktadır (8). FoMO, tanım olarak da 2013 yılında Oxford English Dictionary’ye girmiş ve kaçırma korkusu, kayıp, yoksunluk hissi olarak değerlendirilmiştir. Türkçeye ise Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK) olarak çevrilmiştir (9).

Akıllı telefonların ve özellikle mobil internetin yaşamımıza girmesiyle birlikte, kişilerin sosyal ağ sitelerinde oldukça uzun süreler geçirmelerine ve bu tür sitelerdeki gelişmeleri kaçırmak ve gelişmelerden haberdar olamama korkusu yaşamak yeni bir bağımlılık türü olarak göze çarpmaktadır (8,9). Ayrıca GKK, kişinin sosyal ağlarda özellikle beğeni ve takip gibi ödüllendirici deneyimleri kaybetme durumunun yaygın kaygısı olarak da adlandırılmaktadır. Bu sebeple GKK olan kişi başkalarının ne yaptığı ile ilgilenir, sürekli merak eder ve bu yüzden sürekli bağlantıda olma isteği içindedir. Sosyal ağlarda kendilerinin ve/veya arkadaşlarının güncellemelerinin takip edilmemesi, GKK olan kişileri ciddi düzeyde rahatsız etmektedir. Bu kişiler telefonda geçirdikleri süre dışında, yaşamlarında sürekli yalnız hissettiklerini ve normal yaşamdaki ilişkilerinde eksik olan sevgi ve şefkati sosyal ağ yoluyla tamamlamaya çalıştıklarını bildirmişlerdir. GKK ile ilgili çalışmalar son zamanlarda giderek artmaktadır. Özellikle GKK olan kişilerin, gün içinde sosyal sitelerde geçirdikleri zamanı arttırdığı düşünülmektedir (10-13). Günümüzde üniversite öğrencileri arasında yaygın kullanımı olan cep telefonları zamanla gençlerde nomofobi ve GKK gelişmesine neden olmaktadır. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde nomofobi ve fofofobi görülme sıklığının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Belirli bir davranıştan kendini uzak tutamamak, engellendiğinde oluşan gerginlik, huzursuzluk ve yoksunluk belirtileri işlevselliğin bozulmasına neden olmaktadır. Pandemi de uzaktan eğitim sürecinin yoğun yaşanması üniversite öğrencilerin de dijital bağımlılık açısından riskli hale getirmiştir. Bu çalışma üniversite öğrencilerinde, FoMO ve nomofobinin varlığının değerlendirilmesi ve yordayıcılarının belirlenmesi ile farkındalık geliştirmek amacıyla planlanmıştır.

GEREÇ ve YÖNTEM

Araştırmanın Türü, Evreni ve Örneklemi

Bu çalışma tanımlayıcı tipte olup, 10 Aralık-1 Ocak 2021 tarihleri arasında yapıldı. Çevrimiçi olarak, Konya Seydişehir ilçesinde lisans eğitimi alan öğrencilerin sosyal medya hesapları (Facebook) aracılığı ile toplandı. Sosyal medya hesaplarını kullanan ve araştırmaya katılmayı kabul eden lisans öğrencileri araştırmaya dahil edildi. Araştırma toplamda 312 öğrenci ile tamamlandı. Öğrencilere fakülteler bünyesinde kurulan kapalı Facebook hesapları ile ulaşıldı.

Araştırmanın evrenini hemşirelik bölümü ve mühendislik fakültesindeki tüm lisans öğrencileri, örneklemi ise araştırmayı kabul eden öğrenciler oluşturdu. Örnekleme alınacak öğrenci sayısı; bu çalışmanın primer sonucu olarak kabul edilen, öğrencilerin nomofobi puanı üzerine dört bağımsız değişkenin etkili olduğu belirlenen regresyon analizinde elde edilen R^2 : .23 değerine göre G*Power (3.1.9.2) programı ile yapılan post hoc güç analizinde etki büyüklüğü f^2 : .30 (orta etki) ve güç 1.00 (%100) olarak belirlendi. Araştırmanın örnekleme 312 öğrenci alındı.

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri (1) Demografik Tanılama Formu, (2) Nomofobi Ölçeği (NMP-Q) ve (3) Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği (GKKÖ) kullanılarak toplanmıştır.

1- Demografik Tanılama Formu

Demografik Tanılama Formu öğrencilerin demografik bilgilerine ulaşmak için araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Tanılama formu toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Bu formda nomofobi ve FoMO ile bağlantılı olabilecek bazı değişkenlerle ilgili bilgi toplamak amacıyla cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, hangi sosyal medya aracı kullanımı gibi demografik değişkenlerle ilgili sorular yer almaktadır.

2- Nomofobi Ölçeği (NMP-Q)

Yıldırım ve Correia tarafından 2015 yılında geliştirilmiş ve Yıldırım, Sumuer, Adnan, Yıldırım tarafından yine 2015 yılında Türkçeye

uyarlanmıştır. 20 maddeden oluşan ölçek 7'li likert tipindedir ve Bilgiye Erişememe (4 madde), Bağlantıyı Kaybetme (5 madde), iletişime Geçememe (6 madde), Rahat Hissedememe (5 madde) olmak üzere 4 alt boyutu vardır. Katılımcılar bu ölçekten 20 ila 140 puan alabilirler. 20 puan ve altı Nomofobisiz, 20-60 puan hafif, 60-100 puan orta, 100 puan ve üstü şiddetli düzey Nomofobik olarak kabul edilmektedir. Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı orijinal ölçek için 0.95, Türkçeye uyarlanmış hali için ise 0.92 bulunmuştur.

Bu çalışmada Nomofobi Ölçeğinin Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı tüm ölçek için .92, alt boyutlardan Bilgiye Erişememe için .87, Bağlantıyı Kaybetme için .88, İletişime Geçememe için .93, Rahat Hissedememe için .77 olarak bulunmuştur.

3. Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği (GKKÖ)

Ölçek GKK'yı ölçmek için Przybylski ve arkadaşları tarafından (2013) geliştirilmiş olup 10 maddeden oluşmaktadır. Maddeler 1= 'hiç katılmıyorum' ile 5='tamamen katılıyorum' arasında değişen 5'li Likert tipli bir ölçekte puanlanmaktadır. Kişilerin olayları veya sosyal çevrelerinde ne olduğu hakkında bilgileri kaçırmaktan ne kadar korktuğunu ölçmek için oluşturulan ölçek, öz bildirim yoluyla yanıtlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerlik güvenilirlik çalışması Gökler ve arkadaşları tarafından (2016) yapılmıştır. Türkçe versiyonunun iç tutarlılık katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır (14). Katılımcının bu ölçekte yüksek puan alması GKK düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Bu çalışmada GKKÖ Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .82 olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması(uygulanması)

Veriler öğrencilerin sosyal medya hesapları üzerinden çevrimiçi olarak Google formlarda oluşturulan link ile toplanmıştır. Araştırmaya başlamadan önce üniversitenin etik kurulundan onay alındıktan sonra öğrencilere araştırma hakkında bilgi verilip çevrimiçi onay alınmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Çalışma verilerinin tanımlayıcı istatistiklerinde sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma verilmiştir. Sayısal verilerin normal dağılıma uygunluğu Skewness ve Kurtosis ile değerlendirilmiş ve normal dağılıma sahip olduğu belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlere göre öğrencilerin Nomofobi Ölçeğinin puan ortalaması arasındaki farkın karşılaştırılmasında iki gruplu değişkenlerde bağımsız gruplarda t testi, çok gruplu değişkenlerde örneklem sayısına göre bağımsız gruplarda tek yönlü varyans analizi (post hoc testi Tukey HSD) ve Kruskal Wallis testi (Bonferroni düzeltmeli Mann Whitney U testi) kullanılmıştır. Öğrencilerin GKKÖ puanları ile Nomofobi Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin incelenmesinde Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Öğrencilerin nomofobi puanı üzerine primer analizlerde etkisi bulunan bağımsız değişkenler çoklu linear regresyon (bacward yöntemi) analizi ile değerlendirilmiştir. Önemlilik düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Etik Yönü

Araştırma için Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 02.12.2020/05 tarihli ve karar sayılı onay alınmıştır. Araştırmaya ilişkin gerekli açıklamalar yapıldıktan sonra katılmayı kabul eden katılımcılardan online "Aydınlatılmış Onam Formu" alınmıştır.

BULGULAR:

Öğrencilerin yaş ortalamasının $21,34 \pm 3,52$ (yıl) olduğu saptanmıştır. 312 öğrencinin %51,9'u kadın, %30,8'i 1. sınıf, %59,6'sının mühendislik bölümünde okuduğu ve %52,3'ünün aile yanında kaldığı belirlenmiştir. %94,2'sinin anne ve babasının sağ olduğu, %90,4'ünün anne ve baba ile birlikte yaşadığı ve %32,1'inin de 2 kardeşinin olduğu belirlenmiştir.

Tablo 1. Öğrencilerin Sosyodemografik Özellikleri (n: 312) (Konya, 2021)

Özellikler	En az-En çok puan	$\bar{x} \pm SS$
Yaş	18-40	21,34±3,52
	N	%
Cinsiyet		
Kadın	162	51,9
Erkek	150	48,1
Sınıf		
1. sınıf	96	30,8
2. sınıf	73	23,4
3. sınıf	61	19,6
4. sınıf	82	26,3
Bölüm		
Hemşirelik	126	40,4
Mühendislik	186	59,6
Kaldığı yer		
Yurt	99	31,7
Öğrenci evi	50	16,0
Ailemin yanında	163	52,3
Anne ve babanın sağlık durumu		
Anne-baba sağ	294	94,2
Anne sağ	12	3,8
Baba sağ	3	1,0
Anne-baba sağ değil	3	1,0
Anne ve babanın birliktelik durumu		
Birlikte yaşıyor	282	90,4
Ayrı yaşıyor	12	3,8
Baba vefat	12	3,8
Anne vefat	3	1,0
Anne-baba vefat	3	1,0
Ailedeki kardeş sayısı		
Kardeşi yok	6	1,9
1 kardeş	87	27,9
2 kardeş	100	32,1
3 kardeş	51	16,3
4 kardeş	31	9,9
≥ 5 kardeş	37	11,9

Tablo 2. Öğrencilerin Kullandıkları Sosyal Medya Uygulamaları ve Günlük Kullanım Süreleri (n: 312) (Konya, 2021)

Sosyal Medya Uygulamaları	N	%
Instagram		
Hesabı yok	44	14,1
0-1 saat	102	32,7
1-3 saat	109	34,9
3-4 saat	44	14,1
4 saat ve üstü	13	4,2
Whats App günlük kullanım süresi		
0-1 saat	138	44,2
1-3 saat	109	34,9
3-4 saat	35	11,2
4 saat ve üstü	30	9,6
Youtube günlük kullanım süresi		
0-1 saat	148	47,4
1-3 saat	104	33,3
3-4 saat	34	10,9
4 saat ve üstü	26	8,3
Facebook günlük kullanım süresi		
Hesabı yok	185	59,3
0-1 saat	117	37,5
1-3 saat	10	3,2
Twitter günlük kullanım süresi		
Hesabı yok	162	51,9
0-1 saat	101	32,4
1-3 saat	37	11,9
> 3 saat	12	3,8
Pinterest günlük kullanım süresi		
Hesabı yok	263	84,3
0-1 saat	44	14,1
1-3 saat	4	1,3
3-4 saat	1	,3
Diğer uygulamalar		
Hesabı yok	231	74,0
0-1 saat	51	16,3
1-3 saat	21	6,7
3-4 saat	5	1,6
4 saat ve üstü	4	1,3

Öğrencilerin tamamının da WhatsApp uygulaması olduğu ve %44,2'sinin 0-1 saat arası uygulamayı kullandıkları bulunmuştur. Öğrencilerden

%14,1'inin Instagram hesabı bulunmayıp, %34,9'unun 1-3 saat Instagram uygulamasını kullandıkları belirlenmiştir. Öğrencilerin tamamının Youtube girdiği ve bunların %47,4'ünün yaklaşık bir saat Youtube da kaldıkları saptanmıştır. Öğrencilerden %59,3'ünün Facebook hesabı, %51,9'unun Twitter hesabı bulunmamaktadır. %37,5 (Facebook hesabı olan) ve %32,4 (Twitter hesabı olan) 0-1 saat arası bu uygulamalarda takıldıkları görülmüştür. Öğrencilerden %84,3'ünün Pinterest hesabı, %74,0'ünün de diğer hesabı bulunmamaktadır. Pinterest hesabı olan %14,1'i ve diğer hesabı olan %16,3'ünün 0-1 saat arası bu uygulamaları kullandıkları saptanmıştır.

Tablo 3. Öğrencilerin Sosyal Medya Platformlarını Kullanma Amaçları (n: 312) (Konya, 2021)

Amaçlar* -	n	%
Bilgi almak amacı ile	219	70,2
Arkadaşlarını takip etmek için	154	49,4
Zaman geçirmek için	184	59,0
Merak ettiği ve ilgi duyduğu şeyleri takip etmek için	234	75,0
Oyun oynamak için	32	10,3

*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir

Tablo 3' te öğrencilerin sosyal medya platformlarını kullanma amaçları yer almaktadır. Tablo incelendiğinde öğrencilerin %75'i sosyal medyayı, merak ettiği ve ilgi duyduğu şeyleri takip etmek için, %70,2'si bilgi almak için ve %59,0'u zaman geçirmek için kullanıyor. Ayrıca %49,4'ü arkadaşlarını takip etmek için ve %10,3'ünün de sosyal medyayı oyun oynamak amacı için kullandığı bulunmuştur.

Tablo 4. Öğrencilerin Nomofobi Ölçeği ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği Puanları (n: 312) (Konya, 2021)

Ölçekler		En az-en çok puan	$\bar{X} \pm SS$
1.Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği (Toplam)		10-43	25,75±7,00
2.Nomofobi Ölçeği (Toplam)		20-120	64,94±20,56
NÖ Alt Boyutları	1. Bilgiye Erişememe	4-28	14,80±5,61
	2. Bağlantıyı Kaybetme	5-28	11,47±5,83
	3. İletişime Geçememe	6-42	22,37±8,35
	4. Rahat Hissedememe	5-34	16,30±6,30
Öğrencilerin Nomofobi Düzeyleri		N	%
Nomofobisiz (≤ 20 puan)		3	1,0
Hafif Düzey Nomofobi (21-59 puan)		117	37,5
Orta Düzey Nomofobi (60-99 puan)		178	57,1
Şiddetli Düzey Nomofobi (≥ 100 puan)		14	4,5
		Nomofobi Ölçeği (Toplam)	
		r	p
Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği (Toplam)		,42	,000

r: Pearson korelasyon analizi

Öğrencilerin Nomofobi Ölçeği puanları ile Gelişmeleri Kaçırma Korkusu Ölçeği puanları arasındaki korelasyonel ilişki incelendiğinde, orta düzeyde ve pozitif yönde olmak üzere çok ileri düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r: .42, p<.001$, Tablo 4). Öğrencilerin gelişmeleri kaçırma korkusu puanları arttıkça nomofobi puanları da artmaktadır.

Öğrencilerin cinsiyetine göre Nomofobi Ölçeği puanları incelendiğinde, kadın öğrencilerin puan ortalaması erkeklere kıyasla anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p<.05$, Tablo 5).

Öğrencilerin sınıf düzeyi, bölüm türü ve kaldığı yere göre Nomofobi Ölçeği puan ortalaması karşılaştırıldığında, gruplar arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır ($p>.05$, Tablo 5).

Öğrencilerin instagram uygulamasını kullanma süresine göre Nomofobi Ölçeği puan ortalaması incelendiğinde, gruplar arasında çok ileri düzeyde anlamlı fark olduğu belirlenmiştir ($p<.001$, Tablo 5). İleri analizlerde tüm ikili gruplar arasında anlamlı düzeyde fark olduğu, instagram kullanma süresi arttıkça grupların nomofobi puan

ortalamasının arttığı belirlenmiştir ($p<.05$).

Öğrencilerin whatsapp uygulamasını kullanma süresine göre Nomofobi Ölçeği puan ortalaması incelendiğinde, gruplar arasında çok anlamlı düzeyde fark olduğu belirlenmiştir ($p<.01$, Tablo 5). İleri analizde, whatsappı günde bir saat ve üzerinde kullanan öğrencilerin nomofobi puan ortalamasının kullanmayan ya da 1 saate kadar (0-1 saat arasında) kullananlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu ($<.05$) belirlenmiştir.

Öğrencilerin Youtube ve Facebook uygulamasını kullanma süresine göre grupların Nomofobi Ölçeği puan ortalaması arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır ($p>.05$, Tablo 5).

Öğrencilerin twitter uygulamasını kullanma süresine göre Nomofobi Ölçeği puan ortalaması incelendiğinde, gruplar arasında ileri düzeyde anlamlı fark olduğu belirlenmiştir ($p<.01$, Tablo 5). İleri analizde, twitterı günde bir saatin üzerinde kullanan öğrencilerin nomofobi puan ortalamasının kullanmayan ve günde 1 saate kadar kullananlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu ($<.05$) belirlenmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin Sosyodemografik Özelliklerine, Günlük Sosyal Medya Uygulaması Kullanım Sürelerine ve Sosyal Medya Platformlarını Kullanma Amaçlarına Göre Nomofobi Ölçeği Puan Ortalamasının Karşılaştırılması (n: 312) (Konya, 2021)

		n	NÖ Toplam	Test	P (fark)		
			$\bar{x} \pm SS$				
Sosyodemografik Özellikleri	Cinsiyet	Kadın	162	67,69±20,09	t: 2,475	,014	
		Erkek	150	61,97±20,71			
	Sınıf	1. sınıf	96	62,99±20,00	F: ,880	,452	
		2. sınıf	73	66,19±20,01	(sd: 3/308/311)		
		3. sınıf	61	63,30±20,21			
		4. sınıf	82	67,34±21,94			
	Bölüm	Hemşirelik	126	67,08±19,58	t: 1,514	,131	
		Mühendislik	186	63,49±21,13			
	Kaldığı Yer	Yurt	99	63,62±19,94	F: 1,594	,205	
		Öğrenci evi	50	61,48±20,49	(sd: 2/309/311)		
Ailemin yanında		163	66,81±20,87				
Günlük Sosyal Medya Uygulaması Kullanım Sürelerine	Instagram	0-1 saat ^a	146	60,15±20,26	F: 10,706	,000	
		1-3 saat ^b	109	66,51±18,50	(sd: 2/309/311)	(a<b<c)	
		> 3 saat ^c	57	74,21±21,73			
	WhatsApp	0-1 saat ^a	138	60,15±20,69	F: 7,144	,001	
		1-3 saat ^b	109	69,41±19,84	(sd: 2/309/311)	(a < b)	
		> 3 saat ^b	65	67,62±19,57			
	Youtube	0-1 saat	148	65,18±20,57	F: ,020	,980	
		1-3 saat	104	64,68±19,49	(sd: 2/309/311)		
		> 3 saat	60	64,80±22,59			
	Facebook	Hesabım yok	185	65,21±20,48	KW: ,781	,677	
		0-1 saat	117	64,17±20,74	(sd: 2)		
		1-3 saat	10	69,00±21,37			
	Twitter	Hesabım yok ^a	162	63,80±19,58	F: 6,186	,002	
		0-1 saat ^a	101	62,31±21,15	(sd: 2/309/311)	a < b	
		> 1 saat ^b	49	74,14±20,35			
	Sosyal Medya Platformlarını Kullanma Amaçları	Bilgi almak için	Evet	219	64,84±20,77	t: ,134	,893
			Hayır	93	65,18±20,15		
		Arkadaşlarını takip etmek için	Evet	154	65,92±21,03	t: ,831	,407
Hayır			158	63,99±20,11			
Zaman geçirmek için		Evet	184	67,37±20,40	t: 2,522	,012	
		Hayır	128	61,45±20,35			
Merak ettiği/ilgi duyduğu şeyleri takip etmek için		Evet	234	66,40±20,10	t: 2,185	,030	
		Hayır	78	60,56±21,40			
Oyun oynamak için		Evet	32	57,22±18,58	t: 2,258	,025	
		Hayır	280	65,83±20,62			

t: Bağımsız gruplarda t testi, serbestlik derecesi (sd) : 310

F: Bağımsız gruplarda tek yönlü varyans analizi, sd: gruplar arası/grup içi/toplam serbestlik derecesi

KW: Kruskal Wallis testi

Öğrencilerin sosyal medya uygulamalarını/platformlarını bilgi almak ve arkadaşlarını takip etmek amacıyla kullanma durumuna göre grupların nomofobi puan ortalaması arasında anlamlı düzeyde fark bulunmamıştır ($p>,05$, Tablo 5).

Sosyal medya uygulamalarını zaman geçirmek için kullanan öğrencilerin nomofobi puan ortalamasının bu amaçla kullanmayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ($p<,05$). Sosyal medya uygulamalarını merak ettiği/ilgi duyduğu şeyleri takip etmek için kullanan öğrencilerin de nomofobi puan ortalamasının bu amaçla kullanmayanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ($p<,05$, Tablo 5). Sosyal medya uygulamalarının oyun oynamak için kullanan öğrencilerin ise nomofobi puan ortalamasının oyun için kullanmayanlara göre anlamlı düzeyde düşük olduğu belirlenmiştir ($p<,05$, Tablo 5).

TARTIŞMA

Dünyada bilgi ve iletişim teknolojilerinde meydana gelen gelişmeler, telefonlar, tabletler ve bilgisayarlar aracılığı ile sanal iletişimin artmasına ve insanoğlunun sahip olduğu günlük alışkanlıklarda ve tutumlarda değişimler olmasına neden olmuştur (15). Özellikle sosyal izolasyonun yaşandığı pandemi sürecinde üniversite öğrencileri, gelişen bu teknolojiden ciddi anlamda olumsuz etkilenmektedir (16). Sanal iletişimde meydana gelen artış nomofobi gibi psikolojik bağımlılıkları da beraberinde getirmiştir (17). Hindistan'da yapılan bir çalışmada nomofobi görülme oranı %18-%73 arasında değişirken, İngiltere'de %66, Fransa'da her üç öğrenciden birinde, ABD'de ise öğrencilerin %20'si tam bağımlı, %50'ye yakın bir grup ise fazlasıyla bağımlı olduğu bildirilmektedir (17-18). Ülkemizde nomofobi görülme oranını inceleyen çalışmalara bakıldığında bu oran %42 ile %71 arasında değişmektedir (19-20). Bu çalışmada ise öğrencilerin %57,1'inde orta düzeyde nomofobik olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularımız literatür bulguları ile uyumlu olmakla birlikte Nomofobi ve etkileyen faktörlere bakıldığında; cinsiyet faktörünün etkili olduğu görülmüştür.

Kadın öğrencilerin Nomofobi Ölçeği puan ortalaması erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur ($p<,05$, Tablo 5). Hemşirelik ve Tıp fakültesi öğrencilerinde nomofobi görülme oranlarının incelendiği bir çalışmada kadın öğrencilerde nomofobi ölçeği puan ortalamaları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (21). Gençlerde nomofobi prevalansının araştırıldığı başka bir çalışmada da kadın cinsiyette nomofobi oranı erkek cinsiyete oranla yüksek bulunmuştur (22). Literatürde nomofobi açısından cinsiyetler arasında fark bulunmayan çalışmalar da vardır (23-24).

Teknoloji ve internetin sosyal paylaşım uygulamaları aracılığı ile kullanımı oldukça yaygın olmakla birlikte nomofobi ve sosyal paylaşım uygulamaları kullanımı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunduğu birçok çalışma sonucu ile vurgulanmaktadır (16,25-26). Bizim çalışmamızda da öğrencilerin whatsapp, Instagram ve twitter uygulamasını kullanma süresine göre Nomofobi Ölçeği puan ortalaması incelendiğinde, gruplar arasında çok anlamlı düzeyde fark olduğu belirlenmiştir ($p<,01$, Tablo 5).

Nomofobi kavramı bireylerin teknolojiyi hangi amaçlar doğrultusunda kullandıkları ile ilişki olarak farklılıklar göstermektedir. Bazı çalışmalarda kullanılan sosyal paylaşım uygulamalarının seçiminden daha ziyade bu uygulamaların kullanım amacının daha önemli olduğu vurgulanmaktadır (27). Yapılan bir çalışmada öğrencilerin %84'ünün cep telefonlarını sosyal medya uygulamalarına göz atmak, %80,3'ünün müzik dinlemek ve %71'inin ise eğitsel amaçlarla kullanıldığı bildirilmektedir (21). Araştırmamızda sosyal medya uygulamalarını zaman geçirmek ve merak ettiği/ilgi duyduğu şeyleri takip etmek için kullanan öğrencilerin nomofobi puan ortalamasının bu amaçlarla kullanmayanlara oranla anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<,05$, Tablo 5). Üniversite öğrencilerinde uzaktan eğitim sürecinde telefon ve internet aracılığı ile bilgi paylaşımı olağan bir durum haline gelirken, bu sürecin beraberinde getirdiği bağımlılıklar öğrencilerdeki eleştirel düşünme becerisini olumsuz etkileyeceği kanaatindeyiz.

Nomofobi ve FoMO kavramı sınırlı sayıda çalışmada birlikte değerlendirilen bir parametrelerdir. FoMO; bireylerin iletişim için sosyal ağlardan yararlanma çabasının zamanla iletişimin kesilme korkusuna dönüşmesi ile ilişkilendirilmektedir (28). Ülkemizde nomofobi ve FoMO arasında ilişki ve yordayıcılarının incelendiği bir çalışmada; üniversite öğrencilerinde nomofobi ve FoMO arasında orta düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur (29). Bu çalışma da literatür ile benzer şekilde, öğrencilerin Nomofobi Ölçeği puanları ile GKKÖ puanları arasındaki korelasyonel ilişki incelendiğinde, orta düzeyde ve pozitif yönde olmak üzere çok ileri düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r: .42, p < .001$.) Öğrencilerin sosyal izolasyon ile birlikte arkadaş ve diğer gündemlere ilişkin tüm gelişmeleri cep telefonları ve sosyal paylaşım uygulamaları ile takip ediyor olması sanal iletişimi daha da güçlü hale getirmiştir. Bu açıdan bakıldığında öğrencilerin güncel gelişmeleri kaçırma korkusu ve iletişimsizlik kaygısı birbirini destekler nitelikte bir yapıya bürünmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Öğrencilerin nomofobi düzeyleri, etkileyen etmenler ve FoMO arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada öğrenciler orta düzeyde nomofobik bulunmuştur. Gelişmeleri kaçırma korkusu ve sosyal paylaşım uygulamalarının kullanımı özellikle WhattsApp, Youtube, Instagram ve Twitter kullanımı öğrencilerde nomofobi gelişimini artıran uygulamalardır. İnsan yaşamının vazgeçilmezi olan iletişim aktivitesinin devamlılığı için teknolojiye olan bağımlılık Nomofobiyi üniversite öğrencileri arasında hızla yaygın hale getirmektedir. Öğrencilerin sağlık ve iletişim boyutu ile etkilenme düzeylerinin araştırılmasına ve bu alana yönelik yapılacak girişimsel çalışmalara ihtiyaç vardır. Pandemi sürecinde öğrenciler de nomofobi açısından riski artıran faktörlerin değerlendirilmesi ve buna yönelik farkındalık çalışmalarının yapılması önerilebilir.

Sınırlılıklar: Araştırmanın verilerinin gönüllülük esasına dayanarak sosyal medya uygulaması üzerinden toplanmış olması elde edilen sonuçların

genellenebilmesi adına bir sınırlılık teşkil etmektedir.

KAYNAKLAR

1. *We Are Social Türkiye Raporu*, 2019, <https://medium.com/@gamzenurluoglu/15-maddede-t%C3%BCrkiyenin-dijital-tablosu-we-are-social-2019-t%C3%BCrkiye-raporu-ebc034d01ef3>.
2. Çoban, B. *Sosyal Medya Kullanımı ile Değişen Mahremiyet Algısı: Youtube Üzerine Bir İnceleme*, Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. 2019.
3. TÜİK, (2019). <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=30574>, Erişim Tarihi: 2.2.2021.
4. Takao, M., Takahashi, S., & Kitamura, M. *Addictive personality and problematic mobile phone use. CyberPsychology & Behavior*, 2014;12(5):501-507. <https://doi.org/10.1089/cpb.2009.0022>
5. Kalba, K. *The Adoption of Mobile Phones in Emerging Markets: Global Diffusion and The Rural Challenge. International Journal of Communication*, 2008;2:631-661.
6. Kimiloğlu, H., Nasir, V. A., Nasir, S. *Discovering Behavioural Segments in the Mobile Phone Market. Journal of Consumer Marketing*, 2010;27(5):410-413.
7. Erdem H, Kalkın G, Türen U, Deniz M. *Üniversite Öğrencilerinde Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusunun (Nomofobi) Akademik Başarıya Etkisi. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilim Fakültesi Derg.* 2016;21(3):923-36. Available from: <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=bth&AN=118714191&lang=es&site=ehost-live>
8. Yıldırım, C., Correia, A., P. *Exploring The Dimensions Of Nomophobia: Development And Validation Of A Self-Reported Questionnaire. Computers in Human Behavior*. 2015;49:130-137. <https://ac.els-cdn.com>
9. Hayran, C., Anik, L& Canlı, G.,Z. "Exploring The Antecedents And Consumer Behavioral Consequences of 'Feeling of Missing Out' (Fomo)" *Association for Consumer Research North American Advances*, 2016; 44:468.
10. Dossey L. *FOMO, digital dementia, and our dangerous experiment. Explore: The Journal of Science and Healing* 2014; 2(10):69-73.
11. Gezgin, D. M., Hamutoglu, N. B., Gemikonakli, O., & Raman, I. *Social networks users: fear of missing out in preservice teachers. Journal of Education and Practice*, 2017;8(17):156-168.
12. Hato B. *Mobile Phone Checking Behavior Out of a Fear of Missing Out: Development, Psychometric Properties and*

Test-Retest Reliability of a C-FoMO-Scale ANR: 610304. Master's Thesis. 2013

13.Przybylski AK, Murayama K, DeHaan CR. Motivational, emotional, and behavioral correlates of Fear of Missing Out. *Comput Human Behav*; 2013;29(4):1841-1848

14.Gokler, M. E., Aydin, R., Unal, E. & Metintas, S. (). Sosyal ortamlarda gelişmeleri kacirma korkusu olceginin turkce surumunun gecerlilik ve guvenilirliğinin degerlendirilmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 2016;17(Ek.1), 52–59.

15.Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. "Negative Consequences from Heavy Social Networking in Adolescents: The Mediating Role of Fear of Missing Out", *Journal of Adolescence*, 2017;55: 51-60.

16.Gülyüz, S., Esentaş, M., Yıldız, K., & Güzel, P. Sosyal izolasyon sürecindeki bireylerin serbest zaman değerlendirme biçimleri: Sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Focuss Spor Yönetimi Araştırmaları Dergisi*, 2020;1(1): 31-45.

17.Yazıcı-Kabadayı, S., & Kabadayı, F. Nomofobiyi Açıklamada Psikolojik İhtiyaçlar ve Günlük Telefon Kullanım Süresinin Rolü. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 2020; 7(1): 1-20.

18. Türen, U., Erdem, H., & Kalkın, G. Mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) yayılımı: Türkiye'den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örnekleme. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 2017;10(1): 1. DOI: 10.17671/btd.30223

19.Apak, E., & Yaman, Ö. M. The prevalence of nomophobia among university students and nomophobia's relationship with social phobia: The case of Bingöl University. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 2019;6(3): 611-629

20.Gürbüz, I. B., & Özkan, G. What is your level of nomophobia? An investigation of prevalence and level of nomophobia among young people in Turkey. *Community Mental Health Journal*, 2020; 1-9.

21.Okuyan, C., Güner, P. D., & Güneş, S. U. Hemşirelik ve tıp fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2019;8(4): 372-382.

22.Moreno-Guerrero, A. J., Aznar-Díaz, I., Cáceres-Reche, P., & Rodríguez-García, A. M. Do age, gender and poor diet influence the higher prevalence of nomophobia among young people?. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020;17(10): 3697.

23.Polat, R. Dijital Hastalık Olarak Nomofobi, *Yeni Medya Elektronik Dergi*, 2017;2(1),

24.Jood, T.E. "Missing the Present for the Unkown: The Relationship Between Fear of Missing Out (FoMO) and Life Satisfaction", *University of South Africa, Master Thesis*. 2017.

25.Hoşgör, H., Koç Tütüncü, S., Gündüz Hoşgör, D., & Tandoğan, Ö. Üniversite öğrencileri arasında sosyal medyadaki gelişmeleri kaçırma korkusu yaygınlığının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Academic Value Studies*, 2017;Vol: 3, Issue: 17:213-223

26.Prasad, M, Patthi, B, Singla, A, Gupta, R, Saha S, Kumar, JK, et al. "Nomophobia: A Cross-sectional Study to Assess Mobile Phone Usage Among Dental Students". *Journal of clinical and diagnostic research: JCDR*, 2017;11 (2):34-39.

27.Elhai, J.D., Levine, J.C., Dvorak, R.D. & Hall, B.J. "Fear of Missing Out, Need for Touch, Anxiety and Depression are Related to Problematic Smartphone Use", *Computers in Human Behavior*. 2016; 63: 509-516.

28.Kuss, D. J. & Griffiths, M. D. Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2017; 14(3): 311. doi:10.3390/ijerph14030311

29.Geızgin, D. M., Hamutoglu, N. B., Sezen-Gultekin, G., & Gemikonakli, O. Relationship between Nomophobia and Fear of Missing out among Turkish University Students. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 2018;13(4): 549-561.