

## Araştırma Makalesi

# Lise Öğrencilerinin Cep Telefonu Bağımlılıklarının İncelenmesi

Rumeysa Hoşoğlu<sup>1</sup>  
Kapadokya Üniversitesi

## Öz

Bu çalışmada lise öğrencilerinin cep telefonu bağımlılıkları ile yalnızlık düzeyleri ve benlik saygıları arasındaki ilişkileri ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2017-2018 eğitim öğretim yılında Samsun il merkezinde bulunan beş lisede eğitim görmekte olan 502 gönüllü öğrenci oluşturmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin 272'si kız (%54,18), 230'u erkektir (%45,82). Araştırmada veriler Cep Telefonu Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu ile toplanmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığını test etmek için Kolmogorov-Smirnov Testi, öğrencilerin cep telefonu bağımlılıklarının cinsiyetlerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t-testi ve öğrencilerin cep telefonu bağımlılıkları ile yalnızlık ve benlik saygısı düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Ayrıca etki büyüklüğünü belirlemek için Cohen'in d değeri hesaplanmıştır. Araştırmanın sonuçları, öğrencilerin cep telefonu bağımlılığı düzeylerinin cinsiyete göre manidar düzeyde farklılık gösterdiğini; cep telefonu bağımlılığı ile yalnızlık arasında manidar bir ilişki olmadığını, bununla birlikte cep telefonu bağımlılığının benlik saygısı ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda, ortaöğretim kurumlarında cep telefonu bağımlılığını önlemeye ve tedavi etmeye yönelik rehberlik ve psikolojik danışma hizmetlerinin yürütülmesinde, bireylerin benlik saygısı düzeylerinin de değerlendirilmesinin önemli bir rol oynayacağı düşünülmektedir.

## Anahtar Kelimeler

Cep telefonu bağımlılığı • Benlik saygısı • Yalnızlık • Lise öğrencileri • Bağımlılık

<sup>1</sup> Rumeysa Hoşoğlu (Dr. Öğr. Üyesi), Kapadokya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Yüksekokulu, Çocuk Gelişimi Bölümü, 50400 Ürgüp Nevşehir. Eposta: rumeysa.hosoglu@kapadokya.edu.tr

**Atf:** Hoşoğlu, R. (2019). Lise öğrencilerinin cep telefonu bağımlılıklarının incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 6, 51–68. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2019.6.1.0024>

Günümüzde cep telefonu, en önemli bilgi ve iletişim teknolojileri arasında yer almaktadır. “Digital in 2017 Global Overview”in 238 ülkeden topladığı verilerle oluşturduğu rapora göre, dünya nüfusunun yaklaşık üçte ikisi, en az bir cep telefonu sahibidir. Aynı tarihli rapora göre Türkiye’de cep telefonu sahibi olan kişi oranı %95’tir. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre ise 2017 yılında cep telefonu bulunan ev oranı %97,8’e ulaşmıştır.

Cep telefonu kullanımındaki artışın en önemli olduğu gruplardan biri ergenlerdir (Chóliz, 2012). Cep telefonunun, ergenler için cazip birçok özelliği vardır. Akranlarla ilişkilerde en yeni ve en moda olan modellere sahip olmanın ergene prestij sağlaması, cep telefonunun eğlence kaynağı olması ve teknolojik yenilikler sunması bu özelliklerden bazılarıdır (Chóliz, 2012).

Cep telefonunun temel amacı, iki farklı yerde olan insanların anında iletişim kurmasıdır (Townsend, 2000). Ancak günümüzde, cep telefonlarının kapasiteleri geliştikçe ve cep telefonları daha işlevli hâle geldikçe, ergenler ve genç kullanıcılar bu teknolojiyi sadece ses veya metin (kısa mesaj-SMS) yoluyla kişiler arası iletişim kurmak için değil, aynı zamanda eğlenmek, rahatlamak, zaman geçirmek, resim ve video çekimi yapmak, durum bildirimini yapmak ve çevrimiçi bilgi aramak için de kullanmaya başlamışlardır (Leung, 2008). Bu kapsamda yapılan bir araştırma, gençlerin genellikle cep telefonlarını fotoğraf çekmek (%28), elektronik oyunlar oynamak (%22), internette gezinmek (%14) ve e-postalarını kontrol etmek (%8) için kullandıklarını göstermektedir (Rainie ve Keeter, 2006). Cinsiyet değişkeni üzerine yapılan araştırmalar ise, genç kadınların cep telefonunu genellikle sosyalleşmek, yakın ilişkilerini sürdürmek ve eğitim desteği almak için kullandıklarını; genç erkeklerin ise çevrimiçi oyun oynamak, eğlenmek ve vakit geçirmek için kullandıklarını ortaya koymuştur (Weiser, 2000).

Çok kullanışlı bir araç olmasına rağmen cep telefonlarının kontrolsüz, uygunsuz veya aşırı kullanımı, ergenlerin sosyal, davranışsal ve duygusal sorunlar yaşamalarına yol açabilmekte ve cep telefonuna “bağımlı” olmalarına neden olabilmektedir (Chóliz, 2010, 2012).

Bağımlılık yapan cep telefonu kullanımı, bir sarhoşluğu içermeyen ve patolojik kumar oynamaya benzer bir dürtü kontrol bozukluğu olarak kabul edilmektedir (Leung, 2008). Amerikan Psikiyatri Birliğinin yayınladığı Ruhsal Bozuklukların Tanımı ve Sayımsal El Kitabına (DSM-IV-TR) göre cep telefonu bağımlılığının en tipik özellikleri şunlardır: i) aşırı kullanımın hem yüksek bir ekonomik maliyet ile hem de çok sayıda çağrı ve mesaj ile kendini göstermesi, ii) aşırı kullanım nedeniyle okul ve kişisel aktivitelerden uzaklaşma, iii) aşırı kullanım nedeniyle ebeveynlerle yaşanan problemlerin ortaya çıkması, iv) bir önceki kullanım ile aynı doyum elde etmek için aşamalı bir şekilde kullanımı artırma, v) cep telefonu kullanımı engellendiğinde duygusal değişimler yaşama ve telefon kullanmıyorken bile arama yapmaya ya da mesaj göndermeye ihtiyaç duyma.

Bianchi ve Phillips (2005), cep telefonu bağımlılarının zihinlerini sürekli olarak cep telefonuyla meşgul ettiklerini; bir önceki kullanım ile aynı doyumunu elde etmek için aşamalı bir şekilde kullanım sürelerini artırdıklarını; cep telefonu kullanımlarını kontrol altına almak, azaltmak veya durdurmak için çabaladıklarını ancak başarısız olduklarını; cep telefonu kullanımlarını azaltmaya çalışırken kendilerini huzursuz, karamsar veya depresif hissettiklerini; cep telefonlarını amaçladıklarından daha uzun süre kullandıklarını; ne kadar süre cep telefonu kullandıklarını ailelerinden, arkadaşlarından veya çevrelerindeki diğer kişilerden sakladıklarını, cep telefonunu problemlerden kaçmak ya da yalnızlık, kaygı ve depresyon gibi duyguları hafifletmek için kullandıklarını ortaya koymuştur.

Cep telefonu bağımlılığı ile ilgili literatür incelendiğinde, cep telefonu bağımlılığı ile cinsiyet, yaş gibi demografik değişkenler ve saldırganlık, depresyon, kaygı (Ha, Chin, Park, Ryu ve Yu, 2008; Kim ve arkadaşları, 2015), sağlık açısından riskli davranışlar (Leenaa, Tomib ve Arjab, 2005) ve utangaçlık (Casey, 2012; Park, 2005) arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik araştırmalar yapıldığı görülmektedir. Diğer taraftan, bazı araştırmacılara göre cep telefonu bağımlılığı ile ilişkili olan bir diğer değişken de yalnızlıktır (Hjenaabadi, 2016; Naderi ve Haghshenas, 2009, vd.).

Yalnızlık, ideal ve algılanan sosyal ilişkiler arasındaki uyumsuzlıklardan kaynaklanan sıkıntı olarak tanımlanmaktadır (Bhardwaj ve Ashok, 2015). Bu tanıma göre, başkalarıyla birlikte olmak, yalnız olmamak anlamına gelmemektedir. Yalnız insanlar daha az konuşur, kendilerini ifade etme düzeyleri yetersizdir (Sloan ve Solano, 1984; Solano, Batten ve Parish, 1982), sosyal aktivitelere daha az zaman harcarlar ve sonuç olarak daha fazla zaman yalnız kalırlar (Spitzberg ve Canary, 1985). Cep telefonu bağımlılığı ile yalnızlık duygusu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar, her iki değişken arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermektedir (Akteş ve Yılmaz, 2017; Beranuy, Oberst, Carbonell ve Chamarro, 2009; Reid ve Reid, 2007).

İlgili literatürde ergenlerde cep telefonu bağımlılığı ile ilgili önemli değişkenlerden bir diğerinin ise benlik saygısı olduğu görülmektedir (Ha ve arkadaşları, 2008; Niemz, Griffiths ve Banyard, 2005). Benlik saygısı, bireyin kendi yeterlilik, önem, başarı ve değerlerine ilişkin inancının ve kendini onaylama ya da onaylamama tutumunun bir ifadesidir (Coopersmith, 1981). Rosenberg'e (1965) göre, özellikle kendilik değerini başkalarının onayına bağlayan gençlerde, benlik saygısı akran ilişkileriyle büyük ölçüde ilişkilidir. Günümüzde teknolojik ilerlemeler, cep telefonları aracılığıyla internet erişimine izin verir hâle gelmiştir. Cep telefonu kullanıcılarının, sosyal ağ sitelerine herhangi bir zamanda erişebilmesi, özellikle ergenlerin benlik saygılarının etkilenmesini çok olası kılmaktadır (Hong, Chiu ve Huang, 2012). Yapılan araştırmalar da düşük benlik saygısının ergenlerin cep telefonu bağımlılığını öngörebileceğini göstermektedir (Yang, Yen, Ko, Cheng ve Yen, 2010; Walsh, White, Cox ve Young, 2011).

Cep telefonu bağımlılığı ile ilgili gerek ülkemizde gerekse yurt dışında yapılan araştırmalar incelendiğinde, araştırmaların birçoğunun üniversite öğrencileri üzerinde yapıldığı ve bu araştırmalarda genellikle benzer değişkenlerin ele alındığı görülmektedir (Akın ve Divanoğlu, 2009; Bağcı ve Çoklar, 2017; Kutlu ve Pamuk, 2017; Pamuk ve Atlı, 2016; Tekin, 2012). Lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırma sayısının ise oldukça az olduğu dikkat çekmektedir (Deniz, 2014; Şata ve Karip, 2017). Bu durum, cep telefonu bağımlılığı ile ilgili farklı örneklemeler üzerinde yapılacak daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Bu doğrultuda bu araştırmanın amacı, lise öğrencilerinin cep telefonu bağımlılıkları ile yalnızlık düzeyleri ve benlik saygıları arasındaki ilişkileri ortaya koymaktır. Bu amaç doğrultusunda temel olarak şu soruya cevap aranacaktır: Lise öğrencilerinin cep telefonu bağımlılıkları ile yalnızlık düzeyleri ve benlik saygıları arasında manidar bir ilişki var mıdır?

## Yöntem

### Araştırmanın Modeli

Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelinde bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında var olan değişim ve bu değişimin derecesini ortaya koymak amaçlanmaktadır (Crano ve Brewer, 2002; Karasar, 2005).

### Çalışma Grubu

Bu araştırma, 2017-2018 eğitim öğretim yılında, Samsun il merkezinde bulunan üçü devlet okulu, ikisi özel okul olmak üzere beş lisede eğitim görmekte olan ve random yolla seçilen 502 öğrenci ile yürütülmüştür. Araştırmaya katılan öğrencilerin %54,18'i kız, %45,82'si erkektir. Öğrencilerin %20,12'si dokuzuncu sınıfta, %33,07'si onuncu sınıfta, %31,68'i on birinci sınıfta ve %15,13'ü on ikinci sınıfta okumaktadır.

### Veri Toplama Araçları

**Cep Telefonu Bağımlılığı Ölçeği.** Lise öğrencilerinin cep telefonu bağımlılıklarını belirlemek için Chóliz (2012) tarafından geliştirilen ölçek, Fırat ve Balcı-Çelik (2017) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Beşli Likert tipi olan ölçekte 22 madde bulunmaktadır. Ölçek, Yoksunluk (dokuz madde), Kontrolsüzlük/Problemler (altı madde) ve Tolerans/Engelleme (yedi madde) olmak üzere üç faktörden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı orijinal formunda .94, uyarlama çalışmasında ise ölçeğin tamamı için .92, alt boyutlar için sırasıyla .87, .77 ve .82 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireyin cep telefonu bağımlılığının yüksekliğini göstermektedir. Bu araştırma için güvenirlik katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır.

**UCLA Yalnızlık Ölçeği.** Bireylerin yalnızlık düzeylerini ölçmek amacıyla [Russell, Peplau ve Ferguson \(1978\)](#) tarafından geliştirilen ölçek, [Demir \(1989\)](#) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Dörtlü Likert tipi olan ölçekte 10 maddesi yalnızlık düzeyinin düşük olduğunu, 10 maddesi ise yalnızlık düzeyinin yüksek olduğunu gösteren 20 madde bulunmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı orijinal formunda ve uyarlama çalışmasında .96 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan yüksek puanların bireyin yalnızlık düzeyinin yüksek olduğunu gösterdiği kabul edilmektedir. Bu araştırma için güvenilirlik katsayısı .82 olarak hesaplanmıştır.

**Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği.** Bireylerin kendilerine verdikleri değeri ölçmek için [Rosenberg \(1965\)](#) tarafından geliştirilen ölçek, [Çuhadarođlu \(1986\)](#) ve [Tuğrul \(1994\)](#) tarafından Türk kültürüne uyarlanmıştır. Dörtlü Likert tipi olan ölçekte 10 madde bulunmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı orijinal formunda .85, uyarlama çalışmasında ([Çuhadarođlu, 1986](#)) ise .76 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, yüksek benlik saygısına işaret etmektedir. Bu araştırma için güvenilirlik katsayısı .88 olarak hesaplanmıştır.

**Kişisel Bilgi Formu.** Araştırmacı tarafından hazırlanan formda cinsiyet, sınıf ve okul türüne ilişkin sorular sorulmuştur.

### Verilerin Toplanması

Araştırmada veriler, 2017-2018 eğitim öğretim yılında, Samsun il merkezinde bulunan üç devlet okulu, iki özel okul olmak üzere beş lisede eğitim görmekte olan öğrencilerden toplanmıştır. Araştırmanın etik çerçevede yürütülmesi için okul müdürlerine ve okul psikolojik danışmanlarına araştırma hakkında bilgi verilmiştir. Uygulama ders saatleri içinde, yaklaşık 15 dakikalık sürede yapılmıştır. Uygulamaya başlamadan önce öğrencilere araştırma ve ölçek formları hakkında bilgi verilmiş, uygulama boyunca öğrencilerden gelen sorular araştırmacı tarafından yanıtlanmıştır. Cep telefonu kullanmayan ve/veya araştırmaya katılmaya gönüllü olmayan öğrenciler araştırmaya dâhil edilmemişlerdir.

### Verilerin Analizi

Katılımcıların cep telefonu bağımlılıklarının cinsiyetlerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t-testi tekniği kullanılmıştır. Ayrıca hesaplanan t değeri, [Cohen'in \(1992\)](#) d değeri doğrultusunda yorumlanmıştır. [Cohen \(1988\)](#) d değerinin yorumunu; .20 "küçük", .50 "orta" ve .80 "büyük" olarak tanımlamıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla ise Pearson korelasyon katsayısı baz alınmıştır. Verilerin analizinde SPSS Paket Programı kullanılmış ve manidarlık (istatistiksel anlamlılık) ,05 düzeyinde sınanmıştır.

## Bulgular

Öğrencilerin Cep Telefonu Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları puanlara ait betimsel veriler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1

Öğrencilerin Cep Telefonu Bağımlılığı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden Aldıkları Puanlara Ait Betimsel Veriler

	n	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık	Basıklık
Cep Telefonu Bağımlılığı	502	40,41	15,61	,145	-,415
UCLA Yalnızlık	502	46,58	10,91	,610	-,106
Rosenberg Benlik Saygısı	502	24,36	5,84	-,249	-,478

Tablo 1'de görüldüğü gibi öğrencilerin Cep Telefonu Bağımlılığı Ölçeği'nden aldıkları puan ortalaması 40,41 (SS=15,61), UCLA Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puan ortalaması 46,58 (SS=10,91) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nden aldıkları puan ortalaması 24,36 (SS=5,84)'dır. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerin cep telefonu bağımlılığı, yalnızlık ve benlik saygısı düzeylerinin orta düzeyde olduğu söylenebilir. Ayrıca araştırmada, verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığını test etmek için iki yol kullanılmıştır. İlk olarak verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Çarpıklık ile basıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında olması, dağılımın normal olduğunu göstermektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu araştırmada cep telefonu bağımlılığı, yalnızlık ve benlik saygısı değişkenlerinin çarpıklık değerlerinin -,249 ile ,610 arasında değiştiği, basıklık değerlerinin ise -,106 ile -,478 arasında değiştiği görülmektedir. Daha sonra Kolmogorov-Smirnov Testi yapılmıştır. Bu testin seçilmesinin nedeni, örneklemin 50'den fazla olması hâlinde Kolmogorov-Smirnov Testi'nin kullanılmasının önerilmesidir. Bu testten elde edilen manidarlık düzeyinin  $p>,05$  olması dağılımın normal olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2010). Bu araştırmada örneklem sayısının 502 olması nedeniyle Kolmogorov-Smirnov Testi yapılmış ve manidarlık düzeyinin ,05'ten büyük olduğu sonucu elde edilmiştir. Buradan hareketle, bu araştırmada kullanılan değişkenlere ait puanların normal dağılıma sahip olduğu kabul edilmiştir.

Öğrencilerin cep telefonu bağımlılıklarının cinsiyetlerine göre manidar olarak farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için öncelikle cep telefonu bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre normal dağılım gösterip göstermediği sınıanmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2

Cep Telefonu Bağımlılığının Cinsiyete Göre Normal Dağılım Varsayımının Sınlanması

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık	Basıklık
Cep Telefonu Bağımlılığı	Kız	272	43,97	15,38	,104	-,330
	Erkek	230	36,19	14,86	,177	-,562

Tablo 2'de görüldüğü gibi cep telefonu bağımlılığı ölçeğinden alınan puanların kız ve erkek öğrenci gruplarında çarpıklık değerleri sırasıyla ,104 ile ,177, basıklık de-

ğerleri ise sırasıyla  $-,330$  ile  $-,562$ 'dir. Ayrıca Kolmogorov-Smirnov Testi'nden elde edilen manidarlık düzeyinin  $>,05$  olduğu görülmüştür. Yukarıda belirtilen gerekçeler doğrultusunda cep telefonu bağımlılığı puanlarının cinsiyete göre normal dağılıma sahip olduğu kabul edilmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin cep telefonu bağımlılık düzeylerinin bağımsız örneklem için t-testi sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3

*Öğrencilerin Cep Telefonu Bağımlılığı Ölçeği'nden Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması*

Değişken	n	$\bar{X}$	SS	t	Cohen d
Kız	272	43,96	15,37	5,73	,51
Erkek	230	36,19	14,85		

$p<,01$

Tablo 3 incelendiğinde öğrencilerin cep telefonu bağımlılık düzeylerinin erkek ve kız öğrenciler arasında manidar düzeyde farklılık gösterdiği gözlenmektedir [t(500)= 5,73;  $p<,01$ ]. Erkek ve kız öğrencilerin ortalamaları incelendiğinde, kız öğrencilerin cep telefonu bağımlılık düzeylerinin erkek öğrencilere göre manidar ölçüde daha yüksek olduğu görülmektedir (kız öğrenciler için  $\bar{X} = 43,96$ ; erkek öğrenciler için  $\bar{X} = 36,19$ ). Ayrıca, erkek ve kız öğrenciler arasında ortaya çıkan farkın etki büyüklüğü Cohen d değeri ile hesaplanmıştır. Etki büyüklüğünün ( $d = ,51$ ) orta düzeyde olduğu görülmektedir.

Öğrencilerin cep telefonu bağımlılıkları ile yalnızlık ve benlik saygısı düzeyleri arasındaki ilişki Pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4

*Pearson Korelasyon Katsayısı Sonuçları*

	Cep Telefonu Bağımlılığı Ölçeği	UCLA Yalnızlık Ölçeği	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
Cep Telefonu Bağımlılığı Ölçeği	-	-,012	-,182*
UCLA Yalnızlık Ölçeği		-	-,481*
Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği			-

\* $p<,01$

Değişkenler arasındaki korelasyon katsayısının  $,00$  ile  $,30$  arasında olması düşük,  $,30$  ile  $,70$  arasında olması orta ve  $,70$  ile  $1,00$  arasında olması yüksek düzeyde bir ilişki olduğu şeklinde yorumlanmaktadır (Büyüköztürk, 2010). Buna göre Tablo 4'teki veriler incelendiğinde, lise öğrencilerinde benlik saygısının, cep telefonu bağımlılığı değişkeni ile düşük düzeyde negatif yönde manidar bir ilişkiye ( $r = -,182$ ;  $p <,01$ ); yalnızlık değişkeni ile orta düzeyde negatif yönde manidar bir ilişkiye ( $r = -,481$ ;  $p <,01$ ) sahip olduğu görülmektedir. Bir başka ifadeyle elde edilen sonuçlar, düşük benlik saygısının, cep telefonu bağımlılığını ve yalnızlığı arttırdığını göstermektedir. Bununla birlikte cep telefonu bağımlılığı değişkeninin yalnızlık değişkeni ile manidar bir ilişkiye sahip olmadığı görülmektedir ( $p >,05$ ).

## Tartışma ve Öneriler

Araştırma bulguları, öğrencilerin cep telefonu bağımlılığı düzeylerinin cinsiyete göre manidar bir farklılık gösterdiğini, cep telefonu bağımlılığı ile yalnızlık arasında manidar bir ilişki olmadığını, bununla birlikte cep telefonu bağımlılığının benlik saygısı ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur.

Cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde kız öğrencilerin cep telefonu bağımlılık düzeylerinin erkek öğrencilere göre manidar ölçüde daha yüksek olduğu ve etki büyüklüğünün orta düzeyde olduğu görülmektedir. Alanyazında bu araştırma sonucunu destekleyen araştırmalar bulunmaktadır (Billieux, Linden ve Rochat, 2008; Leung, 2008; Pugh, 2017). Weiser (2000) de cep telefonu kullanımı ile ilgili yapılan araştırmaların çoğunluğunda, kadınların telefonlarına erkeklere göre daha fazla bağımlılık gösterdiklerinin ortaya çıktığını belirtmektedir. Ancak son yıllarda yapılan araştırmalar incelendiğinde, cep telefonu bağımlılığında cinsiyete göre manidar bir farklılık bulmayan araştırmaların olduğu da görülmektedir (Akin ve Divanoğlu, 2009; Bhardwaj ve Ashok 2015; Deniz, Yıldırım ve Çobanyıldız, 2014; Kuss ve arkadaşları, 2018; Mert ve Özdemir, 2018). Yapılan araştırmalar incelendiğinde, bu araştırmaların bir kısmının lise öğrencileri üzerinde, bir kısmının üniversite öğrencileri üzerinde, bir kısmının ise geniş bir yaş aralığında oluşan bir örneklem üzerinde yürütüldüğü görülmektedir. Diğer taraftan bu araştırmaların bir kısmında, bu araştırmada olduğu gibi, cep telefonu bağımlılığının, bir kısmında ise akıllı telefon bağımlılığının incelendiği dikkat çekmektedir. Sonuçlardaki farklılığın hem bu faktörlerden hem de kültürel farklılıklardan kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu durum, sonuçların genellenebilmesi için daha fazla sayıda araştırmaya ihtiyaç olduğunu göstermektedir.

Sonuçlar yalnızlık değişkeni açısından incelendiğinde, öğrencilerin cep telefonu bağımlılıkları ile yalnızlık düzeyleri arasında manidar bir ilişki olmadığı görülmektedir. İlgili literatür incelendiğinde gerek yurt içinde gerekse yurt dışında yapılan birçok araştırmada yalnızlık ile cep telefonu bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki olduğunun tespit edildiği görülmektedir (örneğin, Beranuy ve arkadaşları, 2009; Casey, 2012; Park, 2005; Şar, 2013; Yalçın, 2015). Bir başka ifadeyle bu araştırmalara göre yalnızlık düzeyi arttıkça cep telefonu bağımlılığı artmaktadır. Yalnız bireylerin ilişkisel olarak yetersiz olma olasılıkları daha yüksektir. Bu bireyler başkalarıyla yüz yüze iletişim kurarak konuşmak istemeyebilir, cep telefonları ile mesajlaşma veya cep telefonlarında bulunan diğer sosyal ağ uygulamaları aracılığıyla iletişim kurma eğiliminde olabilirler (Bian ve Leung, 2015). Bu nedenle, yalnızlık hisseden bireyler, yalnızlıklarıyla baş etmek için cep telefonlarını kullanma eğiliminde olabilirler. Ancak günümüzde öğretmenlerin ve ebeveynlerin en çok yakındıkları konulardan birinin, gençlerin cep telefonu kullanımı olduğu görülmektedir. Bazı okullarda cep telefonu kullanımının engellenmesi için sınıflara kilitli kasalar yapmak ve okul saatleri içinde öğrencilerin cep telefonlarını bu kasalarda tutmak gibi önlemler alındığı

gözlenmektedir. Birçok ebeveynin ise ergenlik dönemindeki çocuğunun cep telefonu ile fazla zaman geçirmesinin önüne geçemediğinden bahsettiği görülmektedir. Aynı zamanda özellikle ergenlik dönemindeki gençlerin cep telefonundan “can damarım”, “yaşam kaynağım” gibi ifadelerle bahsettikleri dikkat çekmektedir. Dolayısıyla teknolojik ilerlemelerle birlikte, cep telefonlarının çevrimiçi oyunlar oynamak, fotoğraf ve video çekmek, mesaj göndermek, haber ve bilgi aramak ve kitap okumak gibi birçok farklı fonksiyona sahip olmasının, sadece yalnızlık hisseden gençlerin değil birçok gencin elinden düşürmediği bir iletişim aracı olmasına neden olmuş olabileceği düşünülmektedir. Bu durumda yalnızlık ile cep telefonu bağımlılığı arasında manidar bir farklılık elde edilmemesi beklendik bir sonuç olarak değerlendirilebilir. Gelecekte yapılacak yeni araştırmaların her iki değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

Benlik saygısı ile cep telefonu bağımlılığı arasındaki ilişkiyi araştıran araştırmalardan benzer sonuçlar elde edilmiştir (Ha ve arkadaşları, 2008; Leung, 2008; Niemz, Griffiths ve Banyard, 2005; Wang ve arkadaşları, 2017). Bu araştırmalara göre benlik saygısı azaldıkça, cep telefonu bağımlılığı artmaktadır. Düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin cep telefonlarını uygunsuz bir şekilde kullanma olasılıkları daha yüksektir (Bianchi ve Phillips, 2005). Bu bireyler, çevrelerinden güven aramaya daha eğilimlidirler ve yaşadıkları bu güven eksikliği nedeniyle cep telefonunu yüz yüze iletişim kurmaya gerek kalmadan kullanabilecekleri ve böylelikle güven kazanabilecekleri alternatif bir iletişim biçimi olarak kullanabilirler (Niemz, Griffiths ve Banyard, 2005). Bu bireylerin mesajlar, çeşitli tanışma uygulamaları ve daha fazlasını kullanarak daha yüksek benlik saygısı ve yüksek algılanan sosyal destek kazanmaları, bu davranışı tekrarlamalarına ve cep telefonu bağımlılıklarının oluşmasına neden olabilir (Pugh, 2017).

Bu araştırmadan elde edilen bulgular cep telefonu bağımlılığının önlenmesinde ve tedavi edilmesinde benlik saygısının önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Bu nedenle okullarda çalışan ruh sağlığı uzmanlarının, öğrencilerin benlik saygılarını geliştirmeye dönük hem öğrencilerle hem de aileleri ile bireysel ve grup çalışmaları yapmalarının yararlı olacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte alan uzmanları, öğrencilerin cep telefonu kullanımı konusunda öz disiplin kazanmaları için çeşitli çalışmalar yapabilirler. Diğer taraftan bu araştırmada sınırlı sayıda değişken ele alınmıştır. Gelecek araştırmalarda cep telefonu bağımlılığı ile ilgili olabilecek farklı değişkenler (kaygı, okul başarısı, iletişim becerileri, ailenin eğitim seviyesi gibi) incelenebilir. Ayrıca bu araştırma, orta düzeyde cep telefonu bağımlılığına sahip olan lise öğrencileri üzerinde yürütülmüştür. Gelecekte, yüksek düzeyde cep telefonu bağımlılığına sahip olan lise öğrencileri üzerinde veya farklı yaş grupları üzerinde benzer konuda araştırmalar yapılabilir.

*Extended Abstract*

## Investigating Mobile Phone Addiction in High School Students\*

Rumeysa Hoşoğlu<sup>1</sup>  
*Kapadokya University*

### Abstract

This study intends to reveal the relationships between high school students' mobile phone addiction and their levels of self-esteem and loneliness. The general survey method has been applied in the research. The study group consists of 502 volunteer students studying in five high schools in Samsun's provincial center during the 2017-2018 academic year. Of the students participating in the study, 272 are female and 230 are male. The study data have been collected using the Mobile Phone Addiction Scale, the Rosenberg Self-Esteem Scale, the UCLA Loneliness Scale, and a personal information form. The Kolmogorov-Smirnov test has been used to test whether the data obtained in the study have normal distribution. The t-test has been used for independent groups in order to reveal the differentiating circumstances of cell phone addiction according to gender, and correlation analysis has been conducted to determine whether a relationship exists between cell phone addiction and their levels of loneliness and self-esteem. Additionally, Cohen's d value has also been calculated to determine the effect size. The results of the study reveal students' levels of mobile phone addiction to differ significantly in terms of gender, no significant relationship to exist between mobile phone addiction and loneliness, and a significant relationship to exist between self-esteem and mobile phone addiction. In the direction of the obtained results, evaluating individuals' self-esteem levels in the context of guidance and psychological counseling services for preventing and treating mobile phone addiction in secondary education institutions is thought to play an important role.

### Keywords

Mobile phone addiction • Self-Esteem • Loneliness • High school students • Addiction

\* This is an extended abstract of the paper entitled "Lise öğrencilerinin cep telefonu bağımlılıklarının incelenmesi" published in *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*.

**Manuscript Received:** April 12, 2018 / **Accepted:** October 29, 2018 / **OnlineFirst:** February 25, 2019

**1 Correspondence to:** Rumeysa Hoşoğlu (PhD), Child Development Department, School of Health Sciences, Kapadokya University, Ürgüp, Nevşehir 50400 Turkey. Email: rumeysa.hosoglu@kapadokya.edu.tr

**To cite this article:** Hoşoğlu, R. (2019). Investigating mobile phone addiction in high school students. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 6, 51–68. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2019.6.1.0024>

Although mobile phones are a very useful tool, their uncontrolled, inappropriate, or excessive use may cause social, behavioral, and emotional problems in adolescents, as well as addiction to mobile phones (Chóliz, 2010, 2012). Mobile phone addiction is considered to be an impulse control disorder similar to pathological gambling but excluding drunkenness (Leung, 2008). When reviewing the literature related to mobile phone addiction, several studies are seen to have been conducted on determining the relationship of mobile phone addiction with demographic variables such as gender and age; mental health variables such as aggression, depression, and anxiety (Ha, Chin, Park, Ryu, & Yu, 2008; Kim et al., 2015); and shyness (Casey, 2012; Park, 2005).

On the other hand, other researchers have suggested loneliness to be a variable associated with mobile phone addiction (Hjenaabadi, 2016; Naderi & Haghshenas, 2009, etc.). Loneliness can be defined as the undesirable experience individuals have when perceiving a conflict between the desired and achieved patterns in their social surroundings (Bhardwaj & Ashok, 2015). Studies examining the relationships between mobile phone addiction and loneliness have indicated a positive relationship between these two variables (Aktaş & Yılmaz, 2017; Beranuy, Oberst, Carbonell & Chamarro, 2009; Reid & Reid, 2007).

Previous studies have also demonstrated self-esteem to be an important variable related to mobile phone addiction in adolescents (Ha et al., 2008; Niemz, Griffiths, & Banyard, 2005). Self-esteem is definable as an individual's attitudes and beliefs about one's own worth, value, and importance, as well as a personal evaluation of one's concept of self (Coopersmith, 1981). The accessibility mobile phone users have to social networking sites at any time allows adolescents' self-esteem levels to be affected (Hong, Chiu & Huang, 2012). Previous studies have reported that mobile phone addiction may predict low self-esteem in adolescents (Yang, Yen, Ko, Cheng & Yen, 2010; Walsh, White, Cox & Young, 2011).

When examining studies about mobile phone addiction in Turkey and other countries, most of the studies are seen to have been conducted with university students and similar variables to have been investigated in these studies (see Akın & Divanoğlu, 2009; Bağcı & Çoklar, 2017; Kutlu & Pamuk, 2017; Pamuk & Atlı, 2016; Tekin, 2012). A limited number of studies have been conducted on high school students (Deniz, 2014; Şata & Karip, 2017). Therefore, more studies over different samples are needed to better understand mobile phone addiction. In this direction, this study aims to reveal the significance of the relationship between high school students' levels of mobile phone addiction and their levels of loneliness and self-esteem.

## Method

This research was carried out over 502 students randomly selected from five high schools (three state and two private schools) in Samsun during the 2017-2018 academic

year. Of the students, 54.18% are female and 45.82% are male. Of the participants, 20.12% are freshmen, 33.07% are sophomores, 31.68% are junior, and 15.13% are seniors. The Mobile Phone Addiction Scale, the UCLA Loneliness Scale, the Rosenberg Self-Esteem Scale, and a personal information form prepared by the researcher have been used in the study to collect the data. The *t*-test has been used to analyze the data, which has been interpreted according to Cohen's *d* value (1992). Pearson's correlation coefficient has been used to calculate correlations between the study variables. The data have been analyzed using SPSS software, with the significance level tested at  $p < .05$ .

## Results

Table 1 presents in detail the descriptive data of the students' scores from the Mobile Phone Addiction Scale, the UCLA Loneliness Scale, and the Rosenberg Self-Esteem Scale.

Table 1

*Descriptive statistics for the Mobile Phone Addiction, UCLA Loneliness, and Rosenberg Self-Esteem Scales*

	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>SD</i>	Skewness	Kurtosis
Mobile Phone Addiction	502	40.41	15.61	.145	-.415
UCLA Loneliness	502	46.58	10.91	.610	-.106
Rosenberg Self-Esteem	502	24.36	5.84	-.249	-.478

As shown in Table 1, students' mean mobile phone addiction score is 40.41 ( $SD = 15.61$ ), mean loneliness score is 46.58 ( $SD = 10.91$ ), and mean self-esteem score is 24.36 ( $SD = 5.84$ ). According to these results, the participants of the current study can be said to tend to exhibit a moderate level of mobile phone addiction, loneliness, and self-esteem. In addition, two methods were applied to test whether or not the data has normal distribution. First, the skewness and kurtosis values were calculated. If these values are between -1 and +1, the data is assumed to have normal distribution (Tabachnick & Fidell, 2013). The skewness values of the variables in this study (mobile phone addiction, loneliness, and self-esteem) vary from .249 to .610, and the kurtosis values range from -.106 to -.478. The Kolmogorov-Smirnov Test was performed next due to the recommendation that this test be used with sample sizes larger than 50. Significance levels greater than .05 are assumed to have normal distribution (Büyüköztürk, 2010). Because the sample size is 502 in this study, the Kolmogorov-Smirnov test was carried out and the level of significance was found to be greater than .05. Therefore, the data in this study are accepted as being normally distributed.

Whether or not the data obtained from the Mobile Phone Addiction Scale has normal distribution was first examined in order to determine whether students' mobile phone addiction levels differ significantly according to gender. The results are given in Table 2.

Table 2

*Examining the Assumption for Normal Distribution of Mobile Phone Addiction Scores in Terms of Gender*

	Gender	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>SD</i>	Skewness	Kurtosis
Mobile Phone Addiction	Female	272	43.97	15.38	.104	-.330
	Male	230	36.19	14.86	.177	-.562

As seen in Table 2, the skewness values for female and male students' mobile phone addiction scores are .104 and .107, respectively; their kurtosis values are -.330 and -.552, respectively. In addition, the level of significance obtained from the Kolmogorov-Smirnov Test is greater than 0.05. Therefore, the data obtained from the Mobile Phone Addiction Scale is accepted as having normal distribution in terms of gender.

The results of the independent sample *t*-test, which was applied to compare the mean mobile phone addiction scores of students according to gender, are presented in Table 3.

Table 3

*Independent Sample t-Test Results for Mobile Phone Addiction by Gender*

Variable	<i>n</i>	$\bar{X}$	<i>SD</i>	<i>t</i>	Cohen <i>d</i>
Female	272	43.96	15.37	5.73	.51
Male	230	36.19	14.85		

*p* < .01

When examining Table 3, a statistically significant difference can be seen to exist between the mean mobile phone addiction scores of students according to gender ( $t_{(500)} = 5.73$ ; *p* < .01). Female students' mean score (= 43.96) is significantly higher than the male students' (= 36.19). In addition, the effect size of the difference between male and female students' means has been calculated using Cohen's *d* value. The effect size has been calculated as medium (*d* = .51).

The Pearson correlation coefficient has been performed to examine the correlations of mobile phone addiction with students' levels of loneliness and self-esteem. The results are given in Table 4.

Table 4

*Inter-Correlations of the Study Variables*

	Mobile Phone Addiction Scale	UCLA Loneliness Scale	Rosenberg Self-Esteem Scale
Mobile Phone Addiction Scale	-	-.012	-.182*
UCLA Loneliness Scale		-	-.481*
Rosenberg Self-Esteem Scale			-

\**p* < .01

A correlation coefficient range of  $.00 < r < .30$  deems the strength of the relationship between variables to be low, a range of  $.30 < r < .70$  can be described as moderate, and a range of  $.70 < r < 1.00$  can be described as strong (Büyüköztürk, 2010). Therefore, a significant, negative, low correlation can be said to exist between mobile phone addiction and self-esteem ( $r = -.182$ , *p* < .01). On the other hand, a significant, negative,

moderate correlation has been found for high school students' levels of self-esteem and loneliness levels ( $r = -.481, p < .01$ ). In other words, the results indicate low self-esteem to increase both mobile phone addiction and loneliness. However, no significant association was found for loneliness levels with mobile phone addiction ( $p > .05$ ).

### Discussion and Suggestions

In terms of gender, the results indicate female students' mobile phone addiction levels to be significantly higher than male students' with a medium-level effect size. The literature has studies supporting this result (Billieux, Linden, & Rochat, 2008; Leung, 2008; Pugh, 2017). Weiser (2000) also stated the majority of research on mobile phone use indicates females to tend to exhibit more mobile phone addiction than males. However, other research in recent years has shown no significant difference to exist in the mean mobile phone addiction scores for males and females (Akin & Divanoğlu, 2009; Bhardwaj & Ashok 2015; Deniz, Yıldırım, & Çobanyıldız, 2014; Kuss et al., 2018; Mert & Özdemir, 2018). When reviewed, previous studies have been conducted over wide age ranges, including high school students and university students. On the other hand, one should note that, while mobile phone addiction has been examined in some studies (like in this study), other studies have examined smartphone addiction. The differences in results are thought to be associated with both these factors and cultural differences. Therefore, more studies are needed to generalize the results.

When analyzing the results in terms of loneliness, no significant relationship has been found between students' loneliness levels and mobile phone addiction. When examining the related literature, earlier studies both in Turkey and in other countries are observed to have suggested a positive relationship to exist between loneliness and mobile phone addiction (e.g., Beranuy et al., 2009; Casey, 2012; Park, 2005; Şar, 2013; Yağcı, 2015). In other words, as loneliness levels increases, mobile phone addiction also increases. People who are lonely are more likely to have inadequate social functioning. These individuals may not want to talk to others face-to-face, tending to communicate using mobile phones, short messaging services, or the social networking applications on their mobile devices (Bian & Leung, 2015). Therefore, individuals who feel lonely may tend to use their mobile phones more for dealing with their loneliness. However, one of the major issues that teachers and parents are seen to mostly complain about in recent times is adolescents' mobile phone use. Some schools are observed to have certain precautions for preventing in-school mobile phone use, such as locking them in cabinets in class and forbidding their use during school hours. Many parents are also seen mentioning being unable to prevent their adolescent children's mobile phone overuse. In addition, the fact that adolescents mention their mobile phones as "my source of life" or "my lifeblood" is remarkable. Nowadays, mobile phones have several functions and uses accompanying

the technological developments, such as playing online games, taking photos and videos, sending messages, reading news, and searching for information. Therefore, mobile phones are considered to have become an everyday item, devices widely used not just by adolescents who feel lonely but also by other adolescents. Accordingly, the finding that indicates no significant correlation between loneliness and mobile phone addiction may be considered as an expected result. Further studies are thought beneficial for better describing the relationship between these variables.

The finding of the correlation between self-esteem and mobile phone addiction is consistent with previous studies investigating the relationship between these two variables (Ha et al., 2008; Leung, 2008; Niemz, Griffiths & Banyard, 2005; Wang et al., 2017). According to these studies, mobile phone addiction levels increase as self-esteem decreases. Individuals with low self-esteem are more likely to use their mobile phones inappropriately (Bianchi & Phillips, 2005). These individuals tend to seek trust more in their social environments and, due to a lack of trust, use mobile phones as an alternative form of communication, one they can use without the need for face-to-face communication. These people may also develop higher self-esteem from and perceive more social support through short message services, various dating applications, and more (Niemz, Griffiths, & Banyard, 2005). Thus, they may repeat these behaviors and become addicted to mobile phones (Pugh, 2017).

The findings of this study indicate self-esteem to be an important variable in preventing and treating mobile phone addiction. For this reason, mental health professionals working in school settings are thought able to provide individual and group counseling activities that focus on improving self-esteem both for students and their families. In addition, field experts may develop interventions to help students acquire self-discipline for using mobile phone appropriately. Meanwhile, a limited number of variables have been investigated in this study. Further studies may examine various variables that may relate to mobile phone addiction (e.g., anxiety, academic achievement, communication skills, and parents' education levels). In addition, this research has been conducted over high school students with moderate mobile phone addiction. Future studies may be conducted on high school students with high mobile phone addiction or different age groups.

### Kaynakça/References

- Akın, E. & Divanoğlu, S. U. (2009). Üniversite öğrencilerinin cep telefonu kullanımına karşı genel tutumları ve bu tutumların, kullanıma yansımalarına yönelik Aksaray Üniversitesi'nde bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi İktisadi İdari Bilimler Fakültesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 17, 69–93.
- Aktaş, H. & Yılmaz, N. (2017). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 85–100.

- Amerikan Psikiyatri Birliđi. (2001). *Ruhsal bozuklukların tanısıl ve sayımsal el kitabı* (4. bs, E. Korođlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliđi.
- Bağcı, H. & Çoklar, A. N. (2017). Bilgisayar odaklı yüksekokul ve fakülte öğrencilerinin problemli cep telefonu kullanım durumları. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(3), 164–171.
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X., & Chamarro, A. (2009). Problematic internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 25(5), 1182–1187.
- Bhardwaj, M., & Ashok, M. S. J. (2015). Mobile phone addiction and loneliness among teenagers. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(3), 28–34.
- Bian, M., & Leung, L. (2015). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61–69.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39–51.
- Billieux, J., Linden, M., & Rochat, L. (2008). The role of impulsivity in actual and problematic use of the mobile phone. *Applied Cognitive Psychology*, 22(9), 1195–1210.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (11. bs). Ankara: Pegem Akademi
- Casey, B. M. (2012). *Linking psychological attributes to smart phone addiction, face-to-face communication, present absence and social capital*. (Graduation Project, Graduate School of the Chinese University of Hong Kong). Retrieved from [http://pg.com.cuhk.edu.hk/pgp\\_nm/projects/2012/BIAN%20Mengwei%20Casey.pdf](http://pg.com.cuhk.edu.hk/pgp_nm/projects/2012/BIAN%20Mengwei%20Casey.pdf)
- Chóliz, M. (2010). Mobile phone addiction: A point of issue. *Addiction*, 105, 373–374.
- Chóliz, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: The test of mobile phone dependence (TMD). *Progress in Health Sciences*, 2(1), 33–44.
- Cohen, J. C. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd eds.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112, 155–159.
- Coopersmith S. (1981) *Self-esteem inventories*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Crano, W. D., & Brewer, M. B. (2002). *Principles and methods of social research*. New Jersey, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Çuhadarođlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı* (Uzmanlık tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara). [https:// tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/) adresinden edinilmiştir.
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 14–18.
- Deniz, S. (2014). *Ergenlerin problemli mobil telefon kullanımının utangaçlık ve sosyal anksiyete ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul). [https:// tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/](https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/) adresinden edinilmiştir.
- Deniz, S., Yıldırım, E. A. & Çobanyıldız, M. (2014). Ergenlerde problemli mobil telefon kullanımı ile utangaçlık ve sosyal anksiyete ilişkisi. *Online Journal of Technology Addiction Cyberbullying*, 1, 1–16.
- Digital in 2017 Global Overview (2017). Digital in 2017 global overview report. <https://wearesocial.com/blog/2017/01/digital-in-2017-global-overview>
- Fırat, N., & Çelik, S. B. (2017). Cep Telefonu Bağımlılığı Ölçeği (CBÖ)'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 14(3), 2875–2887.

- Ha, J. H., Chin, B., Park, D. H., Ryu, S. H., & Yu, J. (2008). Characteristics of excessive cellular phone use in Korean adolescents. *CyberPsychology & Behavior, 11*(6), 783–784.
- Hong, F. Y., Chiu, S. I., & Huang, D. H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, smartphone addiction and use of mobile phones by Taiwanese female university students. *Computers in Human Behavior, 28*(6), 2152–2159.
- Hjenaabadi, H. (2016). On the relationship between loneliness and social support and cell phone addiction among students. *Journal of School Psychology, 5*(4), 7–30.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar-ilkeler-teknikler*. (15. bs). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kim, M., Kim, H., Kim, K., Ju, S., Choi, J., & Yu, M. (2015). Smartphone addiction: (Focused depression, aggression and impulsions) among college students. *Indian Journal of Science and Technology, 8*(25), 1–6.
- Kuss, D. J., Kanjo, E., Crook-Rumsey, M., Kibowski, F., Wang, G. Y., & Sumich, A. (2018). Problematic mobile phone use and addiction across generations: The roles of psychopathological symptoms and smartphone use. *Journal of Technology in Behavioral Science, 3*(3), 141–149.
- Kutlu, M., & Pamuk, M. (2017). Investigation of university students' problematic usage of mobile phone in the context of personality. *Journal of Human Sciences, 14*(2), 1263–1272.
- Leena, K., Tomib, L., & Arjab, R. (2005). Intensity of mobile phone use and health compromising behaviors: How is information and communication technology connected to health-related lifestyle in adolescence? *Journal of Adolescence, 28*, 35–47.
- Leung, L. (2008). Linking psychological attributes to addiction and improper use of the mobile phone among adolescents in Hong Kong. *Journal of Children and Media, 2*(2), 93–113.
- Mert, A. & Özdemir, G. (2018). Yalnızlık duygusunun akıllı telefon bağımlılığına etkisi. *OPUS – Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 8*(Gençlik Araştırmaları Özel Sayısı), 88–107.
- Naderi, F., & Haghshenas, F. (2009). Relation of impulsivity and loneliness with amount of using mobile phone in students, *New Findings in Psychology, 4*(12), 111–121.
- Niemz, K., Griffiths, M., & Banyard, P. (2005). Prevalence of pathological internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *Cyberpsychology & Behavior, 8*(6), 562–570. <http://dx.doi.org/10.1089/cpb.2005.8.562>.
- Pamuk, M. & Atlı, A. (2016). Üniversite öğrencileri için Problemlili Cep Telefonu Kullanım Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 29*(1), 49–59.
- Park, W. K. (2005). Mobile phone addiction. In R. Ling & P. E. Pedersen (Eds.), *Mobile communications: Re-negotiation of the social sphere* (pp. 253–272). London, UK: Springer.
- Pugh, S. (2017). *Investigating the relationship between smartphone addiction, social anxiety, self-esteem, age & gender*. (Dublin Business School, School of Arts, Dublin). Retrieved from: [https://esource.dbs.ie/bitstream/handle/10788/3329/ba\\_pugh\\_s\\_2017.pdf?sequence=3](https://esource.dbs.ie/bitstream/handle/10788/3329/ba_pugh_s_2017.pdf?sequence=3)
- Rainie, L., & Keeter, S. (2006). How Americans use their cell phones. [http://www.pewinternet.org/pdfs/PIP\\_Cell\\_phone\\_study.pdf](http://www.pewinternet.org/pdfs/PIP_Cell_phone_study.pdf).
- Reid, D. J., & Reid, F. J. M. (2007). Text or talk? Social anxiety, loneliness, and divergent preferences for cell phone use. *CyberPsychology & Behavior, 10*, 424–435.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42(3), 290–294.
- Sloan, W. W., & Solano, C. H. (1984). The conversational styles of lonely males with strangers and roommates. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 10, 293–301.
- Solano, C. H., Batten, P. G., & Parish, E. A. (1982). Loneliness and patterns of self-disclosure. *Journal of Personality & Social Psychology*, 43, 524–531.
- Spitzberg, B. H., & Canary, D. J. (1985). Loneliness and relationally competent communication. *Journal of Social & Personal Relationships*, 2, 387–402.
- Şar, A. (2013). Ergenlerde yalnızlık ve mobil telefon bağımlılığı probleminin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *International Journal of Social Science*, 6(2), 1207–1220.
- Şata, M. & Karip, F. (2017). Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği kısa versiyonunun ergenler için Türk kültürüne uyarlanması. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 6(4), 426–440.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics (6th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Tekin, Ç. (2012). *Cep telefonu problemleri kullanım (PU) ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması* (Yüksek lisans tezi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Townsend, A. M. (2000). Life in the real-time city: Mobile telephones and urban metabolism. *Journal of Urban Technology*, 7, 85–104.
- Tuğrul, C. (1994). Alkoliklerin çocuklarının aile ortamındaki stres kaynakları, etkileri ve stresle başa çıkma yolları. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9, 57–73.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2017). (<http://www.tuik.gov.tr/HbPrint.do?id=24862> )
- Walsh, S. P., White, K. M., Cox, S., & Young, R. Mc. D. (2011). Keeping in constant touch: The predictors of young Australians' mobile phone involvement. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 333–342.
- Wang, P., Zhao, M., Wang, X., Xie, X., Wang, Y., & Lei, L. (2017). Peer relationship and adolescent smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 708–717.
- Weiser, E. (2000). Gender differences in internet use patterns and internet application preferences: A two-sample comparison. *Cyberpsychology & Behavior*, 3(2), 167–178. <http://dx.doi.org/10.1089/109493100316012>.
- Yalçın, G. (2015). *Sosyal medyanın yoğun kullanımının ileri ergenlikte yalnızlık ve depresyona etkisi* (Yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul). <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/> adresinden edinilmiştir.
- Yang, Y. S., Yen, J. Y., Ko, C. H., Cheng, C. P., & Yen, C. F. (2010). The association between problematic cellular phone use and risky behaviors and low self-esteem among Taiwanese adolescents. *BMC Public Health*, 10, 1–8.