

Akıllı telefon bağımlılığı, genel aidiyet ve mutluluk arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modellenmesi ile incelenmesi

The associations among smartphone addiction, general belongingness and happiness: A structural equation modelling

Hatice İrem Özteke Kozan¹, Mehmet Kavaklı², Mehmet Ak³, Şahin Kesici⁴

¹Dr.Öğr. Üyesi, ⁴Prof. Dr., Necmetin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık A.D., Konya, Türkiye <https://orcid.org/0000-0002-3516-4895>-<https://orcid.org/0000-0003-3823-5385>

²Psk., Necmetin Erbakan Üniversitesi, Aile ve Gençlik Uygulama ve Araştırma Merkezi, Konya, Türkiye <https://orcid.org/0000-0001-8876-3966>

³Prof. Dr., Necmetin Erbakan Üniversitesi, Meram Tıp Fakültesi, Psikiyatri A.D., Konya <https://orcid.org/0000-0003-1771-5654>

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı akıllı telefon bağımlılığı, genel aidiyet ve mutluluk arasındaki yordayıcı ilişkileri ortaya koymaktır. **Yöntem:** Araştırmanın çalışma grubunu farklı bölümlerde öğrenim gören toplam 312 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Verilerin toplanması amacıyla Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu, Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu, Genel Aidiyet Ölçeği kullanılmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin ortaya konulmasında korelasyon analizi ve yapısal eşitlik modellenmesi kullanılmıştır. **Bulgular:** Bulgular akıllı telefon bağımlılığının mutluluk ile negatif yönlü ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Akıllı telefon bağımlılığı genel aidiyetin reddedilme boyutu ile pozitif yönlü ilişkili bulunmuştur ancak kabul edilme boyutu ile anlamlı ilişki bulunmamıştır. Mutluluk ise genel aidiyetin kabul edilme boyutu ile pozitif, reddedilme ile negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Yol analizi sonuçları genel aidiyetin kabul edilme ve reddedilme boyutlarının akıllı telefon bağımlılığını pozitif yönde yordadığını göstermiştir. Kabul edilme ve reddedilme boyutları mutluluğu doğrudan yordadığı ve akıllı telefon bağımlılığının mutluluğu negatif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. **Sonuç:** Elde edilen sonuçlara göre akıllı telefon bağımlılığı ile genel aidiyet duygusu arasında pozitif, mutluluk ile negatif bir ilişki vardır. Ayrıca akıllı telefon bağımlılığı, mutluluk, kabul edilme ve reddedilme arasındaki yol analizine ilişkin oluşturulan modelin iyi uyum gösterdiği sonucu elde edilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Ait Olma, Ait Olma İhtiyacı, Akıllı Telefon Bağımlılığı, Mutluluk, Akıllı Telefon Kullanımı

(Klinik Psikiyatri Dergisi 2019;22:436-444)

DOI: 10.5505/kpd.2019.87587

SUMMARY

Objective: The smartphone addiction has gained attention in recent years with the increase development in technology. People use smartphones for several purposes but this also result in pathological behavioral, emotional and cognitive problems. Aim of current study is to reveal the associations among smartphone addiction, general belongingness and happiness by using structural equation modelling. **Method:** Participants of study consists of 312 university students. In data collection process, "Smartphone Addiction Inventory Short Form-", "Oxford Happiness Scale" and "General Belongingness Scale" were used. In data analysis correlation analysis and structural equation modelling were used to reveal the associations among smartphone addiction, general belongingness and happiness levels of participants. **Results:** Results of study revealed a negative significant correlation between smartphone addiction and hapiness levels of participants. Moreover a positive significant correlation was found between smartphone addiction and rejection –the dimension of general belongingness-, whereas no significant correlation was found smartphone addiction and acceptance –the dimension of general belongingness-. Happiness levels of participants were found to be positively and significantly correlated with acceptance and negatively correlated with rejection. Path analysis showed that general belongingness predicted smartphone addiction in a positive way. General belongingness also predicted happiness directly and smartphone addiction negatively predicted happiness. **Discussion:** In sum, smartphone addiction was significantly correlated with both happiness and general belongingness levels of participants. Moreover, a structural equation model among the smartphone addiction, general belongingness and happiness revealed an acceptable fit indexes. Lastly, findings were discussed and suggestions were given in line with the theoretical background and literature.

Key Words: Belongingness, Need to Belong, Happiness, Smartphone Addiction, Smartphone Use

GİRİŞ

Mutluluk kavramı, ilk çağlardan bu yana araştırılmış ve ele alınmış olsa da bu kavramla ilgili bilimsel yaklaşımların hız kazanması 1980'lerden itibaren başlamıştır (1,2,3,4). Günümüzde de çoğunlukla mutluluğun belirleyicileri veya nasıl ölçüleceği özellikle psikoloji alanında yoğun ilgi görmektedir (5,6). Mutluluk kavramı pozitif psikoloji alanında öznel iyi oluş ile eş anlamlı kullanılmakta (6,7) olup en temel hali ile kişinin olumlu duyguları daha çok yaşarken, olumsuz duyguları daha az sıklıkta yaşaması olarak tanımlanabilir (7,8). Pozitif psikoloji alanının önemli araştırmacılarından Diener (1984) ise öznel iyi oluşu kişinin olumlu ve olumsuz duygularına yönelik genel değerlendirmeleri olarak tanımlamaktadır.

Neden bazı insanlar diğerlerinden daha mutludur sorusunun cevabı çeşitli araştırmacılar tarafından ele alınmış olup, konuyla ilgili olarak Lyubomirsky (2001) mutluluktaki bilişsel ve motivasyonel süreçlerini incelemek gerektiğini ortaya koymaktadır. Ayrıca ona göre mutlu bireylerin yaşam olaylarına bakışı mutluluklarını ve kendilik değerlerini arttırırken, mutsuz bireyler mutsuzluklarını arttıracak yaşam olaylarına odaklanır. Temel olarak mutlu birey, genellikle pozitif duyguları deneyimleyen bireydir (11). Ancak bu pozitif duygular rastgele değildir ve mutluluk pozitif duyguların deneyimlenmesi ile başarı kazanır (12). Mutluluk ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde bu kavramın alanyazında yaşam doyumu (13,14), yalnızlık (15), şemalar (16,17) ve depresyon (18) gibi birçok kavramla çalışıldığı görülmektedir.

Mutluluğu hedonizm, arzu ve otantizm açısından ele alan yaklaşımlar incelendiğinde ise bu yaklaşımların hoşnutluk veren, istekler ve haz arttıran yaşam olaylarına odaklandıkları görülmektedir (19,20). Bu noktada kişinin mutluluk arayışında ve kaynaklarında psikolojik ihtiyaçların rolü de göz önüne çıkmaktadır. Baumeister ve Leary (1995)'ye göre insanlarda uzun süreli, olumlu ve önemli olabilecek kişilerarası ilişkileri oluşturma ve sürdürmeye yönelik her zaman hissedilen bir ait olma güdüsü vardır ve bu ait olma güdüsü bir ihtiyaçtır. Onlara göre kişinin ait olma

ihtiyacı olumlu duygulanımla artarken, olumsuz duygulanımla birlikte azalmaktadır.

Bireyin sosyal yaşamda en temel ihtiyaçlarından biri ilişki kurma ve ait olma ihtiyacıdır (22,23,24, 25,26,27,28). Ait olma kavramı birçok araştırmacı tarafından uzun yıllardan bu yana ele alınmakta (27,29,30) olup günümüzde "genel aidiyet" kavramı da ön plana çıkan kavramlardan birini oluşturmaktadır. Ait olma duygusu kişinin herhangi bir sistem ya da çevreye katılma deneyimidir ve böylece kişinin bu sistem ya da çevrenin bir parçası olmasıdır (31). Benlikle ilişkili bir yapı ve kişilerarası ilişkilerin temel bir bileşeni olarak aidiyet, bireyin kendini, içinde bulunduğu çevrenin anlamlı, değerli ve önemli bir parçası olarak algılaması şeklinde kavramlaştırılabilir. Aidiyet kişilerarası ilişki bağlamı içerisinde doyurulabilen bir gereksinimdir ve insanlar aidiyet gereksinimlerinin düzeyi açısından birbirlerinden farklılaşırlar (32). Günümüzde artan internet, sosyal medya ve akıllı telefon gibi teknoloji ürünlerinin kullanımı düşünüldüğünde kişinin ait olma ihtiyacının karşılandığı en temel alanlardan birinin internet, sosyal medya ya da telefon olduğu ortaya konulabilir. Seidman'e (2013) göre sosyal medya kişinin diğerleri ile iletişime geçtiği ve onlarla ilgili bilgi aldığı en temel alanlardan biridir. Bilgiye ulaşma hızının artması, sosyal medya güncellemeleri, bağlantıların takip edilmesi gibi birçok özellik, günümüzde akıllı telefonlar aracılığıyla sağlanabilmektedir. Çakır ve Oğuz'a (2017) göre eklenen yeni özellikler ve kolay taşınabilirlik gibi nedenlerden dolayı akıllı telefonlar gittikçe yaygınlaşmaktadır. Günümüzde, mobil uygulamalar, eğitim ve eğlence imkanları, dokunmatik ekranlar, navigasyon, kamera özellikleri, sosyal medyaya erişim ve mobil internet gibi özellikler akıllı telefonları günlük yaşamda vazgeçilmez hale getirmektedir (35, 34, 36, 41, 38). Türkiye'de internet ve akıllı telefon kullanımı ile ilgili olarak elde edilen Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre (TÜİK) 2017 yılında bireylerin %80.7'si interneti kendi evinde kullanmaktadır. Ayrıca aynı verilere göre 16-74 yaş arasındaki bireylerin %66.7'si internet kullanmaktadır. 2016 yılı TÜİK verilerine göre ise hanelerin %96.9'unda cep telefonu bulunmaktadır (39). Bu durum cep telefonlarının ve internetin günümüzde ülkemizde ne kadar yaygın olduğunun bir göstergesidir.

Akıllı telefonların günümüzde insan yaşamını kolaylaştıran birçok özelliğinin yanı sıra problematik kullanımı kişinin sağlığını olumsuz etkileyebilmektedir (40). Kwon ve arkadaşlarına göre (2013) akıllı telefon bağımlılığı, internet bağımlılığına benzer birçok özellik içermektedir ve akıllı telefon bağımlılığında internet bağımlılığı kriterleri göz önüne alınmalıdır. Günümüzde internet kaynaklı bağımlılıklar incelendiğinde özellikle oyun bağımlılığı (42,43) ve sosyal medya bağımlılığı (44,45) gibi bağımlılık türleri ile ilgili çalışmalar giderek artmaktadır. Bunun yanı sıra akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkili çalışmalarda da (36,38,46) son yıllarda artış görülmektedir.

Akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde son yıllarda depresyon (47,48), ait olma (49) ve mutluluk (50) gibi kavramlarla çalışıldığı görülmektedir. Ancak mutluluk, genel aidiyet ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki yordayıcı ilişkileri ortaya koyan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Akıllı telefonların günümüzde özellikle gençlerin davranış problemlerindeki yeri ve önemi düşünüldüğünde bu araştırma ile ergenlik ve beliren yetişkinlik döneminin önemli bir yönünü oluşturan “Genel aidiyet duygusu” ile mutluluk arasındaki ilişkideki rolü ortaya konulmaya çalışılacaktır. Ayrıca ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemi kişinin kimlik gelişimi ve sosyal ilişkileri açısından (51,52) aidiyet kavramının önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Günümüzün en temel problemleri arasında yer alan akıllı telefon bağımlılığının bireylerin mutluluk düzeyleri ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bu araştırmada da akıllı telefon bağımlılığı, mutluluk ve genel aidiyet duygusu arasındaki yordayıcı ilişkilerin ortaya konulması amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Katılımcılar

Bu araştırma üniversitede öğrenim görmekte olan öğrenciler arasından araştırmaya katılım için gönüllü olan, halen psikiyatrik bir tanıyla tedavisi olmayan toplamda 91’i erkek (%29.2) ve 221’i kadın (%70.8) olmak üzere toplamda 312 öğrenci ile yapılmıştır (Ort. Yaş=21.13, S=1.80). Araştırma öncesinde çalışmaya katılmaya gönüllü olan

katılımcılara aydınlatılmış onam formu verilerek onamları alınmıştır. Veriler, akıllı telefon kullanımının aile, okul ve günlük yaşam faaliyetlerini olumsuz etkilediğini belirten ve bununla ilgili olarak yardım almak isteyen üniversite öğrencilerden toplanmıştır. Yardım almak isteyen öğrenciler bir devlet üniversitenin psikolojik destek merkezine başvurmuş ve gönüllü olarak araştırmaya katılmışlardır.

Veri Toplama Araçları

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Kısa Form: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği bireylerin akıllı telefonlarına olan bağımlılıklarını ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinali Kwon, Kim, Cho ve Yang (2013) tarafından geliştirilmiştir ve ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Noyan, Enez Darçın, Nurmedov, Yılmaz ve Dilbaz (2015) tarafından yapılmıştır. Toplamda 10 maddeden oluşan ölçek 6’lı Likert tipindedir. Bazı örnek maddeler, “Akıllı telefon kullanmaktan dolayı planladığım işleri aksatırım” ya da “Akıllı telefonumu hedeflediğimden daha uzun süre kullanırım” şeklindedir. Ölçek tek faktörlü bir yapı göstermektedir ve alınan puanlar 10-60 arasında değişmektedir. Puanların artması akıllı telefon bağımlılığının artması olarak yorumlanmaktadır. Ölçeğin tümünün iç tutarlık katsayısı .87 olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .93’tür.

Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu: Mutluluk Ölçeği toplamda 7 maddeden oluşmaktadır ve 5’li Likert tipindedir. Orijinali Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Doğan ve Akıncı Çötök (2011) tarafından yapılmıştır. Bazı örnek maddeler ise “Çevremdeki güzelliklerin farkına varırım” ve “Geçmişle ilgili mutlu anılara sahip değilim” şeklinde belirtilmiştir. Yapılan faktör analizi ölçeğin tek faktörlü yapıda olduğu ortaya koymuştur. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .74 olarak test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .85 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan yüksek puanlar mutluluk düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Genel Aidiyet Ölçeği: Orijinal olarak Malone, Pillow ve Osman (2012) tarafından geliştirilen ölçeğin

Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Duru (2015) tarafından yapılmıştır. Yapılan açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinin ölçeğin iki faktörlü yapısını doğruladığı ifade edilmiştir. Ölçeğin kabul edilme ve reddedilme olmak üzere iki boyutu bulunmaktadır. Toplamda 12 maddeden oluşan ölçek 7'li Likert tipindedir ve örnek maddeler “İnsanlar beni önemsemiyormuş gibi hissediyorum” ve “Başkaları ile bir bağ kurduğumu hissediyorum” şeklindedir. Ölçeğin tümü için iç tutarlık katsayısı .92, kabul edilme boyutu için iç tutarlık katsayısı .89 olarak reddedilme boyutu içinse .91 olarak bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam korelasyonlarının .48 ile .79 arasında olduğu ifade edilmiştir ve test tekrar test güvenilirlik katsayısı ölçeğin tümü için .84, kabul edilme boyutu için .70, reddedilme boyutu için ise .75 olarak bulunmuştur. Duru (2015) çalışmasında ölçeğin reddedilme boyutunu oluşturan maddelerin ters çevrilerek genel aidiyet duygusunu ölçtüğünü, bunun yanında ters puanları çevrilmeksizin alt boyutların ayrı ayrı da kullanılabilceğini ifade etmiştir. Bu araştırma kapsamında kabul edilme ve reddedilme boyutları kullanılmıştır.

İşlem

Araştırmada veri toplama amacıyla kullanılacak ölçeklerden oluşturulan bir ölçek bataryası yardımıyla veriler toplanmıştır. Ölçeklerin her katılımcıya aynı sırada verilmesi nedeniyle sona kalan ölçekler doldurulurken yorgunluk ya da motivasyon düşüklüğü gibi sorunlar ortaya çıkabilir. Bu durum sıra etkisi olarak adlandırılmaktadır (57). Sıra etkisinin önlenmesi amacıyla ölçeklerin farklı sıralarda verildiği toplamda üç batarya hazırlanmıştır. Ölçeklerle birlikte katılımcılara araştırma ile ilgili bilgilendirmenin ve çalışmaya katılma konusunda istekli olanların onamlarının yer aldığı aydınlatılmış onam formu verilmiştir. Ölçeğin uygulaması yaklaşık 10 dakika sürmüştür. Verilerin analizi amacıyla ilk

önce değişkenler arasındaki ilişkilerin belirlenmesi için korelasyon analizleri ardından AMOS paket programı kullanılarak yol analizi (path analysis) yapılmıştır. Yol analizi gözlenen ya da gizil değişkenler kullanılarak bu değişkenler arasındaki toplam, doğrudan, dolaylı etkilerin incelenmesini mümkün kılan istatistiksel bir tekniktir (58). Bu çalışma kabul edilme, reddedilme, akıllı telefon bağımlılığı ve mutluluk gizil değişkenleri ile yürütülmüştür.

BULGULAR

Araştırmada yer alan değişkenler arasındaki korelasyon analizi sonuçları Tablo 1’de gösterilmiştir. Tablo 1’den de görülebileceği gibi akıllı telefon bağımlılığı mutluluk ile negatif yönde ($r=-.24$, $p<.001$) anlamlı ilişkilidir. Akıllı telefon bağımlılığının Genel Aidiyet Ölçeği’nin reddedilme boyutu ile pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu ($r=.30$, $p<.001$) ancak kabul edilme boyutu ile anlamlı ilişki göstermediği saptanmıştır ($r=-.10$, $p>.05$). Mutluluğun kabul edilme boyutu ile pozitif yönde anlamlı ilişkili ($r=.55$, $p<.001$) olduğu reddedilme boyutu ile ise negatif yönde anlamlı ilişkili ($r=-.58$, $p<.001$) olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gizil değişkenlerle yürütülen yol analizlerinin gözlenen değişkenlerle yürütülen yol analizlerine kıyasla daha güvenilir sonuçlar verdiği bilinmektedir (59). Bu gerekçeyle araştırmamızda yol analizi gizil değişkenlerle yürütülmüştür. Akıllı telefon bağımlılığı, mutluluk, kabul edilme ve reddedilme arasındaki yol analizine ilişkin oluşturulan modelin uyum indekslerinin başlangıçta yeterli (60, 61) düzeyde olmadığı görülmüştür (Model 1) (bakınız, Tablo 2). Model 1’in uyum indeksleri ($\chi^2/sd = 2.53$, $GFI=.81$, $AGFI=.78$, $TLI=.84$, $CFI = .86$, $SRMR=.12$ ve $RMSEA=.07$, $p<.001$) olarak bulunmuştur. Uyum indekslerinin yeterliliği ile ilgili farklı görüşler bulunmaktadır. Ki kare ve $RMSEA$ değerleri kabul edilebilir sınırlar içerisinde olmasına rağmen GFI , $AGFI$, TLI ve CFI değerlerinin tam olarak istenen seviyede olmaması nedeniyle modifikasyon indeksleri incelenmiştir ve modelde bazı iyileştirmelerin yapılabileceği görülmüştür. Bu iyileştirmeler dikkate alınarak Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği’nin 1-2, 4-5, 4-6 ve 5-6 maddeleri ile Oxford

Tablo 1. Araştırmada yer alan değişkenler arasındaki ilişkiler

	\bar{X}	SS	1	2	3	4
1. Akıllı Telefon Bağımlılığı	30.60	10.62	-	-.24***	-.10	.30***
2. Mutluluk	28.58	4.75		-	.55***	-.58***
3. Kabul edilme	34.48	5.71			-	-.60***
4. Reddedilme	14.51	6.45				-

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

Tablo 2. Test edilen modellerin uyum indeksleri

Model Uyum İndeksleri	Model 1	Model 2	Uyum Değerleri	
			Kabul edilebilir Uyum	İyi/Çok iyi Uyum
X ² /sd	2.53	1.75	0<X ² /sd<5	0<X ² /sd<3
RMSEA	.07	.05	0.00≤RMSEA≤0.10	0.00≤RMSEA≤0.05
SRMR	.12	.05	0.00≤SRMR≤0.10	0.00≤SRMR≤0.05
AGFI	.78	.85	0.85≤AGFI≤1.0	0.95≤AGFI≤1.0
GFI	.81	.88	0.85≤GFI≤1.0	0.95≤GFI≤1.0
IFI	.86	.93	0.90≤IFI≤1.0	0.95≤IFI≤1.0
TLI	.84	.92	0.90≤TLI≤1.0	0.95≤TLI≤1.0
CFI	.86	.93	0.90≤CFI≤1.0	0.95≤CFI≤1.0

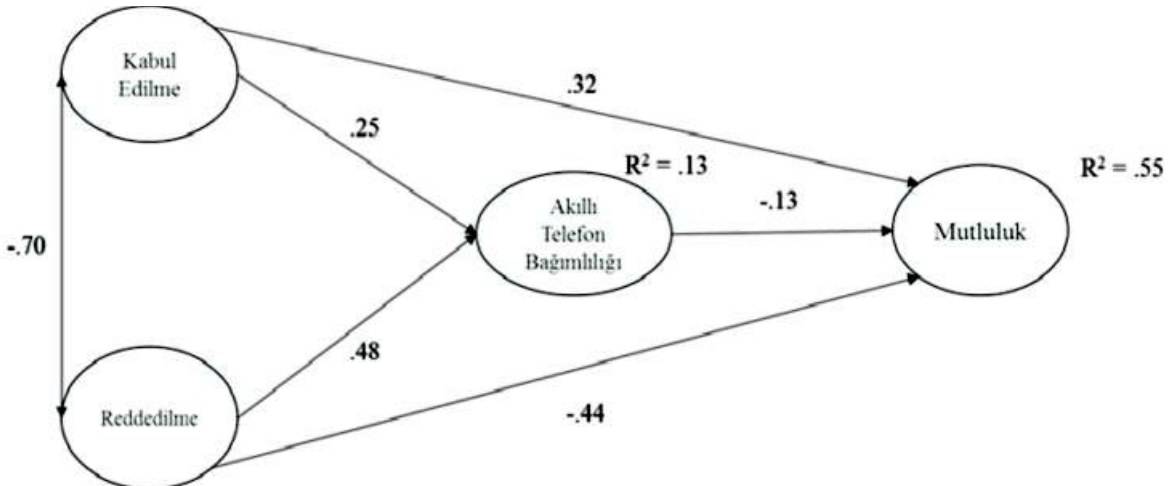
Not: X²: Ki-kare, Sd: Serbestlik derecesi, RMSEA: Tahminin kök hata kareler ortalaması, SRMR:

Standartlaştırılmış kök artık kareler ortalaması, AGFI: Düzeltilmiş uyum iyiliği indeksi, GFI: Uyum iyiliği indeksi, IFI: Artan uyum indeksi, TLI: Ölçeklendirilmemiş uyum indeksi, CFI: Karşılaştırmalı uyum indeksi

Mutluluk Ölçeği Kısa Formu'nun 5. ve 6. maddelerinin hata varyansları arasında kovaryanslar yapılmıştır.

Modifikasyon indeksinden yola çıkarak yapılan iyileştirmeler kuramsal açıdan uyumlu olacak şekilde yapılmıştır. Hata varyansları arasında kovaryans yapılan maddeler incelendiğinde benzer maddeler oldukları gözlenmiştir. Yapılan beş kovaryans bağlantısının ardından modelin (Model 2) uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeye geldiği görülmüştür (bakınız Tablo 2) (58,59). Model 2'nin uyum indeksleri (x²/sd=1.75, GFI=.88, AGFI=.85, TLI=.92, CFI=.93, SRMR=.05 ve RMSEA=.05, p<.001) olarak bulunmuştur. Elde edilen bu sonuçlar akıllı telefon bağımlılığı, mutluluk, kabul edilme ve reddedilme arasında oluşturulan modelin kabul edilebileceğini göstermiştir. Bu yol analizine ilişkin beta katsayıları ve model Şekil 1'de verilmiştir.

Gerçekleştirilen yol analizine ilişkin elde edilen toplam, doğrudan ve dolaylı etkiler ile t değerleri Tablo 3'de gösterilmiştir. Yol analizinin sonuçları incelendiğinde genel aidiyetin hem kabul edilme ($\beta = .25, p < .05$) hem de reddedilme ($\beta = .48, p < .001$) boyutunun akıllı telefon bağımlılığını anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Kabul edilme ve reddedilme boyutları birlikte akıllı telefon bağımlılığına ilişkin toplam varyansın %13'ünü açıklamaktadır. Akıllı telefon bağımlılığı mutluluğu negatif yönde yordamaktadır ($\beta = -.13, p < .05$). Kabul edilme boyutu mutluluğu pozitif yönde yordarken ($\beta = .32, p < .001$) reddedilme boyutu ise negatif yönde yordamaktadır ($\beta = -.44, p < .001$). Genel aidiyetin kabul edilme ve reddedilme boyutları ile akıllı telefon bağımlılığı birlikte mutluluğa ilişkin toplam varyansın %55'ini açıklamaktadır. Reddedilme ve kabul edilme boyutlarının akıllı telefon bağımlılığı üzerinden mutluluğun üzerinde sınırlı da olsa ($\beta = -.06, \beta = .03$) dolaylı etkisinin olduğu görülmektedir.



Şekil 1. Kabul edilme, reddedilme, akıllı telefon bağımlılığı ve mutluluk arasındaki ilişkilere ilişkin yol analizi

Tablo 3. Akıllı telefon bağımlılığı, ait olma ve mutluluk arasındaki yol analizine ilişkin elde edilen değerler

Bağımlı Değişken	Yordayıcı Değişken	Toplam Etki	Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	S. H.	t değeri
Akıllı telefon bağımlılığı ← Reddedilme		.48	.48	.0	.17	4.33***
Akıllı telefon bağımlılığı ← Kabul edilme		.25	.25	.0	.10	2.47*
Mutluluk ← Akıllı telefon bağımlılığı		-.13	-.13	.0	.03	-2.20*
Mutluluk ← Reddedilme		-.50	-.44	-.06	.08	-3.98***
Mutluluk ← Kabul edilme		.29	.32	-.03	.04	3.45***

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

TARTIŞMA

Bu çalışmada genel aidiyet, akıllı telefon bağımlılığı ve mutluluk arasındaki yordayıcı ilişkilerin ortaya konulması amaçlanmıştır. Yapılan korelasyon analizleri akıllı telefon bağımlılığının mutluluk ile negatif, reddedilme ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ancak akıllı telefon bağımlılığının genel aidiyetin kabul edilme boyutu ile anlamlı ilişkili olmadığını ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra mutluluğun genel aidiyet ölçeğinin kabul edilme boyutu ile pozitif yönde anlamlı, reddedilme boyutu ile ise negatif yönde anlamlı ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu ilişkiler dikkate alınarak oluşturulan yol analizinde genel aidiyetin kabul edilme ve reddedilme boyutlarının akıllı telefon bağımlılığını pozitif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Kabul edilme ve reddedilme boyutu tarafından yordanan akıllı telefon bağımlılığının da mutluluğu negatif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca kabul edilme boyutu mutluluğu doğrudan pozitif yönde yordarken reddedilme boyutu mutluluğu doğrudan negatif yönde yordamaktadır.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde her ne kadar mutluluk ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkileri ortaya koyan çalışmalar az olsa da (62,63,64) internet bağımlılığı ve mutluluk alanyazında çalışılan kavramlardır (65,66,67,68). Örneğin, Kumcağız ve Gündüz (2016) yaptıkları araştırmada psikolojik iyi oluş ile akıllı telefon bağımlılığı arasında negatif bir korelasyon bulmuştur. Bu çalışmaya benzer olarak Nam ve diğerleri (2013) iyi oluş ve akıllı telefon bağımlılığı arasında negatif bir ilişki ortaya koymuştur. Ayrıca internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş arasında alanyazında yapılan araştırmalar bu iki kavram arasındaki negatif ilişkilere işaret etmektedir (65, 67). Bütün bu sonuçlar araştırmamızda ulaşılan bulgular ile benzer niteliktedir. Ayrıca, internet

bağımlılığının depresyon gibi olumsuz bir duygu durumuyla pozitif ilişkisi olması (69,70) bu kavramın mutlulukla olan olumsuz ilişkisini açıklamakta önemli olabilmektedir. Ayrıca sosyal becerileri günlük yaşamda eksik olan bireylerin çevrim içi aktiviteleri sosyalleşmek için kullandıkları ve bu durumun da olumsuz yaşam olaylarına yol açabileceği düşünüldüğünde (71) internet bağımlılığının mutsuzluğa yol açabilecek negatif yaşam deneyimleri ile ilişkili olduğundan söz edilebilir.

Akıllı telefon bağımlılığı ile genel aidiyet duygusu arasındaki ilişki ele alındığında, bireylerin akıllı telefonlarında yürüttükleri faaliyetler önem kazanmaktadır. Bir birey akıllı telefonu aracılığıyla sosyal medya kullanırsa ve sosyal medya üzerinden de kabul edilme hissi yaşıyorsa yani ait olma ihtiyacını karşılıyorsa, bu durum kişinin akıllı telefon kullanımı için bir pekiştirici görevi görüyor olabilir. Akıllı telefon aracılığıyla elde edilen bu ihtiyaç tatmininin bir sonraki akıllı telefon kullanım olasılığını arttırarak akıllı telefon bağımlılığının gelişmesine neden olabileceği düşünülebilir. İlgili alanyazın incelendiğinde de özellikle sosyal medya kullanımı ile ait olma ve benlik değeri gibi ihtiyaçların karşılanabileceğinin ifade edildiği görülmektedir (72). Reddedilmenin akıllı telefon bağımlılığını pozitif yönde yordaması ise bireylerin reddedildiklerinde yaşadıkları olası olumsuz duyguları ve giderilemeyen ait olma ihtiyaçlarını karşılamak adına akıllı telefon kullanım oranlarının artabileceği şeklinde açıklanabilir. Reddedilme yaşayan ya da dışlanan bireylerin internete yönelerek psikolojik ihtiyaçlarını karşılamaya çalışabilecekleri ve bunun da internet bağımlılığına neden olabileceğinden de söz edilmektedir (73). Reddedilme yaşayan kişilerin bu nedenle akıllı telefon bağımlılığı geliştirebilecekleri düşünülebilir. Her ne kadar bireylerin akıllı telefonları ve internet aracılığıyla ait olma ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri ifade edilse de akıllı telefon

bağımlılığının mutluluğu negatif yönde yordadığı görülmektedir. Bu sonuçtan hareketle akıllı telefon kullanımının bireylerin ait olma ihtiyaçlarının karşılanmasına yardımcı olabileceği ancak bağımlılık düzeyinde kullanılan akıllı telefonların bireylerin mutluluk düzeylerini olumsuz olarak etkileyebileceği ifade edilebilir. Young (1999) tarafından da ifade edildiği gibi internetin aşırı düzeyde kullanımı bireylerin aile, iş ve akademik yaşantılarını olumsuz yönde etkilemektedir. Akıllı telefonların ve bu cihazlar aracılığıyla internetin kompulsif bir şekilde kullanımı, tolerans gelişimine, kişilerarası sorunlara ve zaman yönetimi ile ilişkili problemlere neden olabilir (75).

Genel aidiyet ve mutluluk arasındaki ilişkiler incelendiğinde ise, kabul edilme düzeyi yüksek olan bireylerin ait olma ihtiyaçlarının karşılandığı ve mutluluk düzeylerinin buna bağlı olarak yükselebileceği ifade edilebilir. Öte yandan reddedilme boyutu yüksek olan, ilişkilerinde reddedilen ve ait olma ihtiyaçları karşılanamayan kişilerin mutluluk düzeylerinin düşük olacağı belirtilebilir. Örneğin, Leung, Kier, Fung, Fung ve Sproule (2013) yaptıkları çalışmada güçlü arkadaş bağlarının ve arkadaş sahibi olmanın mutlulukta önemli bir faktör olabileceğini ortaya koymuştur. Benzer olarak Zelenski ve Nisbet (2014) ilişkide bulunmanın mutluluğun önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu araştırma bulguları çalışmamızdan elde edilen sonuçlarla benzerlik göstermektedir.

Bu araştırma, üniversite öğrencileri ile sınırlı bir çalışmadır. Bireylerin akıllı telefon kullanımının bağımlılık düzeyi yalnızca ölçekle tanımlanmış ve klinik bir görüşme yapılmamıştır. İlişkisel değerlendirme yapıldığı için bağımlı ve bağımlı olmayan şeklinde iki grup ayrımı yapılmamıştır. Ancak gelecek çalışmalarda farklı popülasyon ve yaş gruplarında klinik görüşme ile bağımlı ve bağımlı olmayan diye ayrı gruplar oluşturularak incelemeler yapılabilir. Ayrıca çalışmada çalışılan değişkenler mutluluk, akıllı telefon bağımlılığı ve genel aidiyet duygusu ile sınırlıdır. Gelecekte farklı değişkenlerle yapılacak deneysel ve boylamsal çalışmaların yararlı olacağı düşünülmektedir.

SONUÇ

Bu çalışmada akıllı telefon bağımlılığı ile mutluluk arasında negatif yönlü korelasyonlar bulunmakta ve aidiyet duygusunun akıllı telefon bağımlılığında önemli bir rolü olduğu görülmektedir. Bireyler genellikle kabul edilme ve ilişki kurma ihtiyaçları açısından çeşitli sebeplerle akıllı telefonları ve interneti tercih edebilmektedir. Bu yüzden ergenlerin ve beliren yetişkinlerin sosyal ihtiyaçlarını sanal dünya yerine gerçek yaşamda karşılayabilecekleri ortamlar oluşturmak ve sosyal becerilerini arttırmak gerekmektedir. Aidiyet duygusu bireylerin sosyalleşmesi ve kişilik gelişimindeki en önemli olgulardan biridir. Bu yüzden özellikle ergenlikten itibaren aileler, öğretmenler ve alan uzmanları çocukların bu duygularını ortaya koyabilecekleri imkanlar oluşturmalarıdır. Akıllı telefon bağımlılığının mutluluğun önündeki bir engel olduğu düşünüldüğünde özellikle bu bağımlılığın önlenmesine yönelik ruh sağlığı çalışanları ve uzmanları gençlere gerekli bilinçlendirme çalışmaları yaparak bireysel ve grup çalışmalarına odaklanmaları yararlı olabilir.

Yazışma Adresi: Prof. Dr., Mehmet Ak, Necmetin Erbakan Üniversitesi, Meram Tıp Fakültesi, Psikiyatri Bölümü, Konya, Türkiye drmehmetak@gmail.com.

KAYNAKLAR

1. Baumeister RF, Campbell JD, Krueger JI, Vohs KD. Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psyc Sci Pub Int* 2003; 4: 1-44.
2. Kozma A, Stones MJ. The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *J Gero* 1980; 35: 906-912.
3. Schwartz GE, Weinberger DA. Patterns of emotional responses to affective situations: Relations among happiness, sadness, anger, fear, depression, and anxiety. *Mot Emo* 1980; 4: 175-191.
4. Pavot W, Diener ED, Fujita F. Extraversion and happiness. *Pers Ind Dif* 1990; 11: 1299-1306.
5. Doğan T, Sapmaz F, Çötök NA. Öz-eleştiri ve mutluluk. *Kastam Eğit Derg* 2013;21:391-400.
6. Dost MT. Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psi Dan Reh Derg* 2016;3:103-111.
7. Diener, E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist* 2000;55:34.
8. Myers DG, Diener E. Who is happy. *Psy Sci* 1995; 6: 10-19.
9. Diener E. Subjective well-being. *Psych Bul* 1984; 95: 542-575.
10. Lyubomirsky S. Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *Am Psy* 2001; 56: 239-249.
11. Diener E, Sandvik E, Pavot W. Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwartz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (p.p. 119-139). Oxford, UK: Pergamon, 1991.
12. Boehm JK, Lyubomirsky S. Does happiness promote career success? *J Car Ass* 2008; 16: 101-116.
13. Cohn MA, Fredrickson BL, Brown SL, Mikels JA, Conway AM. Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emo* 2009; 9: 361-368.
14. Sujarwoto S, Tampubolon G, Pierewan AC. Individual and contextual factors of happiness and life satisfaction in a low middle income country. *Appl Res Qua Lif* 2018; 13: 927-945.
15. Baiocco R, Verrastro V, Fontanesi L, Ferrara MP, Pistella J. The contributions of self-esteem, loneliness, and friendship to children's happiness: The roles of gender and age. *Chi Ind Res* 2018; 1-21.
16. Yalçın SB, Kavaklı M, Kesici Ş, Ak M. University students' early maladaptive schemas' prediction of their mindfulness levels. *J Edu Prac* 2017; 8: 174-181.
17. Yalçın SB, Ak M, Kavaklı M, Kesici Ş. Mutluluğun önündeki engel: Erken dönem uyumsuz şemalar. *Biliş Dav Psiko Araş Derg* 2018; 7: 7-13.
18. Cheng H, Furnham A. Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression. *Per Ind Dif* 2003; 34: 921-942.
19. Seligman MEP. *Authentic Happiness*. New York, Free Press, 2002.
20. Seligman MEP, Royzman E. *Happiness: The three tradition-*
- al theories, *authentic Happiness Newsletter*, July 2003 (<http://www.authentic-happiness.org/news/news6.html>).
21. Baumeister RF, Leary MR. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin* 1995; 117, 497-529.
22. Arpacı I, Kesici Ş, Baloğlu M. Individualism and Internet addiction: The mediating role of psychological needs. *Int Res* 2018; 28: 293-314.
23. Deci EL, Ryan RM. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York, Plenum; 1985.
24. Deci EL, Ryan RM. The 'what' and 'why' of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psych Inq* 2000; 1: 227-268.
25. Heckert TM, Cuneio G, Hannah AP, Adams PJ, Droste HE, Mueller MA ve diğ. Creation of a new needs assessment questionnaire. *J Soc Beh Per* 2000;15:121-1367.
26. Kesici Ş. Psychological needs as predictors of human values in high school students. *The Antr* 2015;19: 499-506.
27. Maslow A. *Motivation and Personality*. New York, Harper, 1954.
28. Ryan RM, Deci EL. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Am Psc* 2000; 55: 68-78.
29. Bowlby J. *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York, Basic Books, 1969.
30. Glasser W. *Choice theory: A new psychology of personal freedom*. New York, HarperCollins, 1998.
31. Hagerty BM, Lynch-Sauer J, Patusky KL, Bouwsema M, Collier P. Sense of belonging: a vital mental health concept. *Arch Psc Nurs* 1992; 6: 172-177.
32. Duru E. Genel Aidiyet Ölçeği'nin psikometrik özellikleri: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psi Dan Reh Derg* 2015; 5: 125-135.
33. Seidman G. Self-presentation and belonging on Facebook: How personality influences social media use and motivations. *Pers Ind Dif* 2013; 54: 402-407.
34. Çakır Ö, Oğuz E. Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Mersin Ü Eğt Fak Derg* 2017; 13: 418-429.
35. Aktaş H, Yılmaz N. Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *Int J Soc Sci Ed Res* 2017; 3: 85-100.
36. Haug S, Castro RP, Kwon M, Filler A, Kowatsch T, Schaub MP. Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *J Beh Add* 2015; 4: 299-307.
37. Kwon M, Lee JY, Won WY, Park JW, Min JA, Hahn C ve diğ. Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *Plo On* 2013; 8: e56936.
38. Samaha M, Hawi NS. Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Comp Hum Beh* 2016; 57: 321-325.
39. Türkiye İstatistik Kurumu. www.tuik.gov.tr. Erişim tarihi: Ocak 21, 2019.
40. Enez-Darcin A, Kose S, Noyan CO, Nurmedov S, Yılmaz O,

- Dilbaz N. Smartphone addiction and its relationship with social anxiety and loneliness. *Beh Inf Tech* 2016; 35: 520-525.
41. Kwon M, Kim DJ, Cho H, Yang S. The Smartphone Addiction Scale: Development and validation of a short version for adolescents. *Plo On* 2013; 8: e83558.
42. Balakrishnan J, Griffith MD. Loyalty towards online games, gaming addiction, and purchase intention towards online mobile in-game features. *Comp Hum Beh* 2018; 87: 238-246.
43. Plante CN, Gentile DA, Groves CL, Modlin A, Blanco-Herrera J. Video games as coping mechanisms in the etiology of video game addiction. *Psyc Pop Med Cult* 2018.
44. Hawi NS, Samaha M. The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students. *Soc Sci Com Rev* 2017; 35: 576-586.
45. Turel O, Brevers D, Bechara A. Time distortion when users at-risk for social media addiction engage in non-social media tasks. *J Psychi Res* 2018; 97: 84-88.
46. Bian M, Leung L. Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital. *Soc Sci Comp Rev* 2015; 33: 61-79.
47. Boumosleh JM, Jaalouk D. Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students-A cross sectional study. *PL One* 2017; 12: e0182239.
48. Sim MY, Lee DN, Kim EH. A study on influential relations between stress and smartphone addiction among college students: with a focus on the mediating effects of depression and self-efficacy. *J Kore Aca-Inds Coo Soci* 2016; 17: 227-236.
49. Wang P, Zhao M, Wang X, Xie X, Wang Y, Lei L. Peer relationship and adolescent smartphone addiction: the mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong. *J Beh Add* 2017; 6: 708-717.
50. Kim BM. The effect of happiness level on Internet addiction of early childhood education teachers: Focusing on the mediating effect of smartphone addiction. *Med-Leg Up* 2018; 18: 339-346.
51. Arnett JJ. Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age. *Emerging Adulthood: Coming of age in the 21st Century*, JJ Arnett, JL Tanner (Eds.) Washington, DC, American Psychological Association 2006; s.3-20.
52. Nelson MC, Story M, Larson NI, Neumark-Sztainer D, Lytle LA. Emerging adulthood and college-aged youth: An overlooked age for weight-related behavior change. *Obes* 2008; 16: 2205-2211.
53. Noyan CO, Darçın AE, Nurmedov S, Yılmaz O, Dilbaz N. Validity and reliability of the Turkish version of the smartphone addiction scale-short version among university students. *Anat J Psychi* 2015; 16: 73-81.
54. Hills P, Argyle M. The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Per Ind Dif* 2002; 33: 1073-1082.
55. Doğan T, Akıncı Çötök N. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psi Dan Reh Derg* 2011; 4: 165-172.
56. Malone GP, Pillow DR, Osman A. The general belongingness scale (GBS): Assessing achieved belongingness. *Pers Ind Dif* 2012; 52: 311-316.
57. Kolen MJ, Brennan RL. Test equating, scaling, and linking methods and practices, 3. baskı, New York, Springer, 2014.
58. Schumacker RE, Lomax RG. A beginner's guide to structural equation modeling, 3. baskı, New York, Routledge Taylor & Francis Group, 2010.
59. Karagöz Y. SPSS 23 ve AMOS 23 uygulamalı istatistiksel analizler, 1. Baskı, Ankara, Nobel Yayıncılık, 2016.
60. Hooper D, Coughlan J, Mullen MR. Structural equation modelling: guidelines for determining model fit. *Elec J Bus Res Met* 2008; 6: 53-60.
61. Sümer N. Yapısal eşitlik modelleri: temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psi Yaz* 200; 3: 49-74.
62. Dan H, Bae N, Koo C, Wu X, Kim M. Relationship of smartphone addiction to physical symptoms and psychological well-being among nursing students: Mediating effect of internet ethics. *J Kore Ac of Nurs Adm* 2015; 21: 277-286.
63. Kumcağız H, Gunduz Y. Relationship between psychological well-being and smartphone addiction of university students. *Int J Hig Ed* 2016; 5: 144-156.
64. Nam MH, Kim HO, Kwon YC. Factors influencing subjective happiness index of health behavior, smart phone addiction, suicidal ideation among college students. *J Dig Conv* 2013; 11: 557-569.
65. Akın A. The relationships between internet addiction, subjective vitality, and subjective happiness. *Cyberp Beh Net* 2012; 15: 404-410.
66. Ansari H, Ansari-Moghaddam A, Mohammadi M, Peyvand M, Amani Z, Arbabisarjou A. Internet addiction and happiness among medical sciences students in southeastern Iran. *Hea Scop* 2016; 5(2):e33600.
67. Çardak M. Psychological well-being and internet addiction among university students. *Turk On J Ed Tech (TOJET)* 2013; 12: 134-141.
68. Koç P. Internet addiction and subjective well-being in university students. *J Pos Psy Wellb* 2017; 1: 34-41.
69. Shaw LH, Gant LM. In defense of the Internet: The relationship between internet communication and depression, loneliness, self-esteem, and perceived social support. *Int Res* 2002; 28: 157-172.
70. YoungKS, Rogers RC. The relationship between depression and Internet addiction. *Cyber Beh* 1998; 1: 25-28.
71. Kim J, LaRose R, Peng W. Loneliness as the cause and the effect of problematic internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *Cyb Beh* 2009; 12: 451-455.
72. Nadkarni A, Hofmann SG. Why do people use Facebook? *Pers Ind Dif* 2012; 52: 243-249.
73. Kavaklı M. Psikolojik dışlanma ile internet kullanma alışkanlıkları arasındaki ilişkide öz duyarlılığın aracı rolü. U. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. 2018.
74. Young K. Internet addiction: evaluation and treatment. *Stu Bri Med J* 1999; 7: 1-17.
75. Kesici S, Sahin İ. Turkish adaptation study of Internet Addiction Scale. *Cyb Beh Soc Net* 2010; 13: 185-189.
76. Leung A, Kier C, Fung T, Fung L, Sproule R. Searching for happiness: The importance of social capital, The exploration of happiness, Springer, Dordrecht, 2013; s. 247-267.
77. Zelenski JM, Nisbet EK. Happiness and feeling connected: the distinct role of nature relatedness. *Env Beh* 2014; 46: 3-23.