

T.C.
ATILIM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
İŞLETME ANA BİLİM DALI
SAĞLIK YÖNETİMİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA NOMOFOBİNİN SANAL KAYTARMA
ÜZERİNDEKİ ETKİSİ

Yüksek Lisans Tezi

Muhammet Ali ÖZTÜRK

Ankara-2023

T.C.
ATILIM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
İŞLETME ANA BİLİM DALI
SAĞLIK YÖNETİMİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

**SAĞLIK ÇALIŞANLARINDA NOMOFOBİNİN SANAL
KAYTARMA ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**

Yüksek Lisans Tezi

Muhammet Ali ÖZTÜRK

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Dilaver TENGİLİMOĞLU

Ankara-2023

KABUL VE ONAY

Muhammet Ali Öztürk tarafından hazırlanan “Sağlık Çalışanlarında Nomofobinin Sanal Kaytarma Üzerindeki Etkisi” başlıklı bu çalışma, 09/12/2022 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından İşletme Ana Bilim Dalı, Sağlık Yönetimi Programında Yüksek Lisans Tezi olarak oy birliği/oy çokluğu ile kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Zekai ÖZTÜRK (Başkan)

Prof. Dr. Dilaver TENGİLİMOĞLU (Danışman)

Doç. Dr. Elif EŞİYOK (Üye)

Doç. Dr. Şule TUZLUKAYA

Enstitü Müdürü

ETİK BEYAN

Atılım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasını;

- Akademik ve etik kurallar çerçevesinde hazırladığımı,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu bildirir,

Aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Tarih ve İmza:

Muhammet Ali ÖZTÜRK

ÖZ

Özellikle gelişen teknoloji ile cep telefonlarının kabiliyetlerinin artması, bireylerin daha sık cep telefonu kullanmaya başlamasına sebep olmaktadır. Bireylerin cep telefonu kullanım sıklığı arttıkça bağımlı hale gelmekte ve cep telefonundan uzak kaldıklarında da kaygı hissederek nomofobik davranışlar sergilemeye başlamaktadır. Nomofobi, bireylerin cep telefonundan uzak kaldıklarında hissettikleri kaygı durumudur. Nomofobik bireylerde cep telefonu kullanmaya yönelik dürtüler meydana gelir. Bu günlük hayatta her an yaşanabilir. Özellikle iş yerinde bu dürtünün ortaya çıkması bireylerin iş dışı amaçlar doğrultusunda mesai saatleri içerisinde cep telefonu kullanımına yani sanal kaytarmaya yöneltmektedir. Çalışmanın temel amacı da sağlık çalışanlarında nomofobinin sanal kaytarma üzerindeki etkisini incelemektir. Bu amaç doğrultusunda 494 sağlık çalışanına çevrimiçi anket uygulanmış ve elde edilen veriler istatistiksel paket programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Çalışmada Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen nomofobi ölçeği ve Örüçü ve Yıldız (2014) tarafından geliştirilen sanal kaytarma ölçeği kullanılmıştır. Kullanılan bu ölçeklerin katılımcıların demografik değişkenleri ile olan ilişkisini ortaya çıkarmaya yönelik “Student-t testi”, “ANOVA” ve “TUKEY” testi uygulanmıştır. Bu testlerden elde edilen bulgular sonucunda hem nomofobi hem de sanal kaytarma ile demografik değişkenler arasında birçok ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca bu çalışmanın bağımsız değişkeni olan nomofobi ve bağımlı değişkeni olan sanal kaytarma arasındaki ilişkisi (r=0,487) pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Çalışmanın öneriler kısmında ise ilk olarak nomofobinin çağın getirdiği bir davranış bozukluğu olduğunu çalışanlarına fark ettirmeye yönelik faaliyetler yürütmesi gerekliliği vurgulanmış. Sanal kaytarmaya yönelik ise çevrimiçi erişim engellerinin çalışanların kuruma olan bağlılıklarını olumsuz etkilediği ve sanal kaytarmanın özellikle yaratıcılığa olan katkısı belirtilmiş kurumların sağlık çalışanlarının internet erişimine dair politikalarını yeniden revize etmeleri önerilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Nomofobi, Netlessfobi, Sanal Kaytarma, Akıllı Cep Telefonu Bağımlılığı ve Sağlık Çalışanları.

ABSTRACT

Individuals are using mobile phones more frequently as mobile phones' capabilities improve with the advancement of technology. Individuals become addicted to mobile phones as the frequency of their use increases, and when they stay away from them, they start to exhibit nomophobic behaviors by feeling anxious. Nomophobia is the state of anxiety that individuals feel when they stay away from their mobile phones. Nomophobic individuals have the urge to use mobile phones. These impulses can be experienced at any time in daily life. In particular, the emergence of this urge in the workplace leads individuals to use mobile phones during working hours for non-work purposes, that is, cyberloafing. The main purpose of this study is to examine the effect of nomophobia on cyberloafing among healthcare workers. For this purpose, an online questionnaire was applied to 494 health workers, and the obtained data were analyzed through a statistical package program. The nomophobia and cyberloafing scales developed by Yildirim and Correia (2015) and Orucu and Yildiz (2014), respectively, were used in this study. "Student-T test", "ANOVA" and "TUKEY" statistical methods were applied to reveal the relationship between these scales and the demographic variables of the participants. As a result of the findings obtained from these analyses, it was determined that there was a significant relationship between both nomophobia and cyberloafing and demographic variables. In addition, a positive correlation was found between the independent variable nomophobia and the dependent variable cyberloafing ($r = 0.487$). In the suggestions part of the study, first of all, it was emphasized that managers should carry out activities to make their employees realize that nomophobia is a behavior disorder brought about by age. In addition, it has been suggested that online access barriers to cyberloafing negatively affect employees' commitment to the institution and that administrators should revise their policies regarding the internet access of healthcare professionals.

Keywords: Nomophobia, Cyberloafing, Netlessfobia, Smart Cell Phone Addiction, Healthcare Professionals.

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimi aldığım 2 yıl boyunca engin bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşan, bilimin ışığında yürüme noktasında cesaretlendiren ve öğrencisi olmaktan gurur ve onur duyduğum, tez danışmanım, saygıdeğer hocam Atılım Üniversitesi İşletme Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Dilaver TENGİLİMOĞLU'na saygı ve teşekkürlerimi sunarım. Dünyanın geçtiği bu zorlu pandemi sürecinde kendi hayatları pahasına hizmet etmeyi sürdüren, çalışmaya katılmış ve katılmamış bütün sağlık çalışanlarına teşekkürü borç bilirim. Hayatım boyunca desteklerini eksik etmeyen aileme sonsuz saygı ve sevgilerimi sunarım.



İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	i
ABSTRACT	ii
TEŞEKKÜR	iii
İÇİNDEKİLER	iv
TABLolar DİZİNİ	vii
ŞEKİLLER DİZİNİ	x
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: NOMOFOBİ KAVRAMI	3
1.1 Nomofobi ile İlişkili Kavramlar	8
1.2 Nomofobinin Etkileri	9
BÖLÜM 2: SANAL KAYTARMA KAVRAMI.....	11
2.1 Sanal Kaytarmanın Sınıflandırılması	12
2.2 Sanal Kaytarmanın Nedenleri	14
2.2.1 Örgütsel etkenler	14
2.2.1.1 Örgüt politikaları.....	14
2.2.1.2 İnternet kullanımına ilişkin politikalar.....	15
2.2.1.3 Kişisel bilgisayarın kullanımına ilişkin politikalar	15
2.2.1.4 Çalışmaya ilişkin politikalar	15
2.2.1.5 Örgütsel adalet	16
2.2.1.6 Psikolojik antlaşmalar	16
2.2.2 İş ile İlgili etkenler	17
2.2.2.1 İş ya da göreve ilişkin talepler ve kaynaklar.....	17
2.2.2.2 İş yükü.....	17
2.2.2.3 İş ve özel hayat arasındaki ilişki	18
2.2.3 Kişisel etkenler.....	18

2.3 Sanal Kaytarmanın Sonuçları.....	19
2.4 Nomofobi ve Sanal Kaytarma Arasındaki İlişkiyi İnceleyen Çalışmalar..	21
BÖLÜM 3: YÖNTEM.....	22
3.1. Çalışmanın Amacı ve Önemi.....	22
3.2 Çalışmanın Örneklemi ve Evreni	23
3.3 Veri Toplama Yöntemi ve Süreci	24
3.4 Kullanılan Ölçekler.....	25
3.4.1 Demografik bilgi formu	25
3.4.2 Nomofobi ölçeği	25
3.4.3 Sanal kaytarma ölçeği	26
3.5 Çalışmanın Modeli ve Hipotezler	26
3.5.1 Çalışmanın hipotezleri	27
3.6 Verilerin Analizi.....	32
BÖLÜM 4: BULGULAR VE YORUMLAR.....	33
4.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri	33
4.2 Ölçeklerin Güvenilirlik Analizleri.....	35
4.3 Normal Dağılım Analizi.....	37
4.4 Ölçeklerin Doğrulayıcı Faktör Analizleri.....	37
4.5 Nomofobi ve Sanal Kaytarmaya İlişkin Bulgular	44
4.5.1 Nomofobiye ilişkin bulgular	46
4.5.2 Sanal kaytarmaya ilişkin bulgular.....	54
4.6 Nomofobi ve Sanal Kaytarma Arasındaki İlişki	59
4.7 Hipotez Testi Sonuçları	60
BÖLÜM 5: TARTIŞMA VE SONUÇ	65
5.1 Öneriler	68
KAYNAKÇA	70

Ek-1 Anket Formu	83
Ek-2 Etik Kurul İzin Formu	86
Ek-3 Hastane İzin Belgesi.....	87
Ek-4 Nomofobi Ölçeği Kullanım İzni.....	88
Ek-5 Sanal Kaytarma Ölçeği Kullanım İzni.....	89
TURNİTİN RAPORU	90
ÖZGEÇMİŞ.....	99



TABLÖLER DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri Dağılımı	33
Tablo 2. Katılımcıların Mesai Saatlerinde İnternette Gezinme Süreleri.....	34
Tablo 3. Cronbach's Alpha Katsayısının Değer Aralığı ve Yorumları.....	35
Tablo 4. Çalışmada Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutları İçin Cronbach's Alpha Katsayısı Bulguları	35
Tablo 5. Çalışmada Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği ve Alt Boyutları İçin Cronbach's Alpha Katsayısı Bulguları	36
Tablo 6. Sanal Kaytarma ve Nomofobi Ölçeklerinin Çarpıklık ve Basıklık Katsayısı İstatistikleri	37
Tablo 7. Modelin Geçerliliği İçin Uyum İstatistiği Değerleri.....	38
Tablo 8. Nomofobi Ölçeği DFA Modelinin Geçerliliği İçin Uyum İstatistiği Değerleri.....	38
Tablo 9. Nomofobi Ölçeği, Bilgiye Erişememe Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları	38
Tablo 10. Nomofobi Ölçeği, Rahatlıktan Feragat Etme Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları	39
Tablo 11. Nomofobi Ölçeği, İletişim Kuramama Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları	40
Tablo 12. Nomofobi Ölçeği, Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları.....	40
Tablo 13. Nomofobi Ölçeği Alt Boyutlarının Kendi Aralarındaki İlişkileri İçin Korelasyon Katsayıları.....	41
Tablo 14. Sanal Kaytarma Ölçeği DFA Modelinin Geçerliliği İçin Uyum İstatistiği Değerleri.....	42

Tablo 15. Sanal Kaytarma Ölçeği, Önemli Sanal Kaytarma Faaliyetleri Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları	42
Tablo 16. Sanal Kaytarma Ölçeği, Önemsiz Sanal Kaytarma Faaliyetleri Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları	43
Tablo 17. Sanal Kaytarma Ölçeği Alt Boyutlarının Kendi Aralarındaki İlişkileri İçin Korelasyon Katsayıları	43
Tablo 18. Nomofobi Ölçeği, Maddeleri İçin Frekans Dağılımı Ve Açıklayıcı İstatistikleri.....	44
Tablo 19. Sanal Kaytarma Ölçeği, Maddeleri İçin Frekans Dağılımı Ve Açıklayıcı İstatistikleri.....	45
Tablo 20. Ankete Katılan Bireylerin Nomofobi Ve Sanal Kaytarmaya İlişkin Temel Bulguları.....	46
Tablo 21. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkeni Bakımından İncelenmesi.....	47
Tablo 22. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Medeni Durum Değişkeni Bakımından İncelenmesi.	48
Tablo 23. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkeni Bakımından İncelenmesi.....	49
Tablo 24. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Yaş Grubu Değişkeni Bakımından İncelenmesi.....	49
Tablo 25. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği Ve Alt Boyutlarının İş Deneyimi Değişkeni Bakımından İncelenmesi.....	50
Tablo 26. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Mesai Saatlerinde İnternette Gezinme Süresi Değişkeni Bakımından İncelenmesi	52
Tablo 27. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Görev Değişkeni Bakımından İncelenmesi.....	53

Tablo 28. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkeni Bakımından İncelenmesi.....	54
Tablo 29. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Medeni Durum Değişkeni Bakımından İncelenmesi	55
Tablo 30. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkeni Bakımından İncelenmesi	56
Tablo 31. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Yaş Grubu Değişkeni Bakımından İncelenmesi	56
Tablo 32. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği ve Alt Boyutlarının İş Deneyimi Değişkeni Bakımından İncelenmesi.....	57
Tablo 33. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Mesai Saatlerinde İnternette Gezinme Süresi Değişkeni Bakımından İncelenmesi	58
Tablo 34. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Görev Değişkeni Bakımından İncelenmesi.....	59
Tablo 35. Nomofobi İle Sanal Kaytarma Arasındaki İlişki İçin Korelasyon Analizi Bulguları	60
Tablo 36. Nomofobinin Sanal Kaytarma Üzerindeki Etki Katsayısı	60
Tablo 37. Çalışmanın Bulguları Sonucu Kabul Edilen/Ret Edilen Hipotezler ..	60

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. Çalışmanın Modeli.....	27
---------------------------------	----



GİRİŞ

İnternete erişimin kolaylaşması, yaşanan hızlı gelişimi ve sağladığı faydalar internet kullanımını bireylerin hayatında temel bir ihtiyaç haline getirmiştir. İnternet kullanımı bireylerin hem özel hem de iş hayatında üstlendikleri sorumluluk ve yerine getirilmesi gereken işlerinde, bireylere zaman ve maliyet açısından kolaylaştırıcı etki yaratmaktadır. İnternetin bireylere sağladığı bu faydalar internete erişim talebini de tetiklemiş, bunun sonucunda iletişim cihazları internete erişim yönünde gelişim göstermiştir. Özellikle cep telefonları başlangıçta sadece arama ve mesajlaşma yetilerine sahipken bu süreçte internet erişimi yönünde gelişim sağlamış, günümüzde bilgisayarların internet ortamında ki yapabildiği çoğu fonksiyonu yerine getirebilir hale gelmiştir. Gelineen noktada dünya üzerindeki web tabanlı veri trafiğinin %55,7'si akıllı cep telefonları üzerinden sağlanırken bilgisayarların web tabanlı trafiğinin oranı %41,4 olarak ölçülmüştür (We Are Social, 2021). Akıllı cep telefonları, bir zamanlar sadece bilgisayarlar üzerinden erişilebilen internete erişimde, liderliği ele geçirmişlerdir. İnternete erişimde akıllı cep telefonlarının öncü olmasının sebeplerinden bir tanesi kullanıcı sayısının fazlalığıdır. Öyle ki Dünya üzerinde 5,22 milyar (Dünya nüfusunun %66,6'sı) insanın akıllı cep telefonu mevcuttur (We Are Social, 2021). Tüm dünya da olduğu gibi Türkiye'de de aktif internet ve cep telefonu kullanımı yaygındır. Türkiye nüfusunun %77,7'si aktif internet kullanıcısıyken bunların %94,2'si akıllı bir cep telefonuna sahip olup %70,5'i internete akıllı cep telefonu ile eriştiğini belirtmektedir (We Are Social, 2021).

Cep telefonlarının hem Dünya da hem Türkiye'de ki yaygın kullanımı gündelik yaşamı kolaylaştırırken, beraberinde sorunları da getirmektedir. Bu sorunların başında akıllı cep telefonu bağımlılığı, mobil oyun bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı gelmekteyken son yıllarda adından söz ettirmeye başlayan FOMO (yenilikleri kaçırma korkusu), netlessfobi (internetsiz kalma korkusu) ve nomofobi (akıllı cep telefonuna erişememe korkusu) gibi davranışsal fobilerde, önemli bilişsel ve duygusal bozukluklara sebep olmaktadır. Bu davranışsal fobilerden olan nomofobi temelde cep telefonu yoksunluğunu ifade ediyor olsa da akıllı cep telefonlarının internete özellikle sosyal medyaya erişebilmesinden ötürü, benzer çoğu fobiyi kapsayıcı nitelikte olduğu söylenebilir. Bu sebeple nomofobi çalışmanın bağımsız değişkeni olarak belirlenmiştir. Nomofobik bireyler akıllı cep telefonlarına erişemediklerinde kaygı ve korku hissederek (King, Valença, Silva, Baczynski, Carvalho & Nardi, 2013). Oluşan

bu duygu durum bozukluğunu gidermek için ise sık sık akıllı cep telefonlarını kontrol etme eğilimindedirler (King vd., 2013). Bunu gün içerisinde sıklıkla yapma eğiliminde olan nomofobik bireyler iş ortamında akıllı cep telefonlarına yöneldiklerinde ise çalışma ortamında verimsiz bir davranış olarak nitelendirilen sanal kaytarma faaliyeti gerçekleştirmiş olurlar. Sanal kaytarma mesai saatleri içerisinde çalışanların bireysel ya da kuruluşa ait iletişim ve teknoloji cihazlarını kişisel amaçlar için kullanması olarak tanımlanabilir (Örücü & Özdoğru, 2015). Özellikle gelişen teknoloji ve iletişim olanakları ile birlikte cep telefonlarının bilgisayar üzerinden gerçekleştirilebilen çoğu fonksiyonu yerine getirebilmesi, internete daha hızlı bir şekilde erişebilmesi nomofobi gibi sanal kaytarmayı da tetiklemiştir (Örücü & Özdoğru, 2015). Sanal kaytarmanın çalışanlar üzerinde iş hayatında yaratıcılıklarını geliştirdikleri ve tükenmişliğin önüne geçtiği yönünde olumlu etkilerinin yanı sıra iş performansına, örgüt verimliliğine ve kuruluşun siber güvenliğini olumsuz etkilemesi gibi sonuçları mevcuttur (Doorn, 2011). Bu bağlamda sanal kaytarma çalışmanın bağımlı değişkeni olarak belirlenmiştir.

Hem nomofobi hem de sanal kaytarma kavramı cep telefonu kullanım alışkanlığı ile doğrudan ilintilidir. Bu çalışmada hem yoğun çalışma tempoları hem de hızlı iletişime olan ihtiyaçları ile ön plana çıkan bir meslek grubu olan sağlık çalışanlarının, hem nomofobi ve sanal kaytarma düzeyini tespit etmek, hem de sıklıkla kullandıkları cep telefonlarından uzak kaldıklarında oluşabilecek kaygı ve korkunun yani nomofobinin, sanal kaytarma faaliyetine yönlendirici etkisinin olup olmadığını belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Çalışma toplamda dört bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde nomofobi kavramı teorik olarak incelenmiş ve literatürde yer alan bilgiler derlenmiştir. İkinci bölümde sanal kaytarma kavramına yönelik literatürde yer alan bilgiler incelenmiş ve elde edilen bilgiler derlenmiştir. Çalışmanın üçüncü bölümünde; çalışmanın amacı, yöntemi, kullanılan ölçekler, evren/örnekleme, çalışmanın hipotezleri ve verilerin analiz kısmı yer almaktadır. Çalışmanın dördüncü bölümünde ise verilerin analiz bulgularına yer verilmiştir. Beşinci ve son kısmında ise elde edilen bulgular tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur. Özellikle son yıllarda Türkiye’de sağlık hizmeti sunan şehir hastanelerinin inşası sonrası büyük kütleli sağlık çalışanlarının tek bir bileşik hastane çatısı altında hizmet sunmaya başlaması açısından çalışma verilerinin bir şehir hastanesinde elde edilerek genellenmesi, çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

BÖLÜM 1: NOMOFOBİ KAVRAMI

Yaşamakta olduğumuz yüzyılda teknolojik gelişmeler geçtiğimiz yüzyıllara nazaran çok daha hızlı gerçekleşmekte ve farklı yönde ilerlemektedir. Özellikle cep telefonlarının her an kullanıma hazır olması, bireye özgü hâl alabilmesi (kişiselleştirilebilmesi), mekân ve zamandan bağımsız olması gibi kendine has özelliklerinin yanı sıra internete bağlanabilen, bankacılık işlemi, ses kaydı, görüntülü görüşme yapabilme gibi imkanlar sunan akıllı cep telefonlarının yaygınlaşması ile insanların cep telefon kullanım sıklığı ve şeklinin önemli derecede değiştiği toplum içinde gözlemlenebilmektedir (Özaşçılar, 2009). Bu değişikliğin beraberinde getirdiği nomofobi, İngilizcede akıllı telefonsuz kalma olarak çevrilebilecek “no mobile phone phobia” kelimelerinin baş harflerinin bir kombinasyonu olarak türetilmiştir (Yıldırım & Kişioğlu, 2018).

Nomofobi ilk kez 2008 yılında Birleşik Krallık'ta UK Post Office aracılığıyla uygulanan bir çalışmada ortaya atılmıştır. 2100 akıllı cep telefonu kullanıcısına anket çalışması uygulanmış katılımcıların çoğunluğunun nomofobik olduğu saptanmıştır. Dahası erkeklerin kadınlardan daha çok risk barındırdığı saptanan çalışmaya göre; erkeklerin %58 ve kadınların %48'i cep telefonlarının batarya ve kontörünün azalması, soygun ya da kapsama alanı dışına çıkmaktan dolayı cep telefonlarına ulaşamadıklarında kaygılandıklarını ifade etmişlerdir. Yine çalışmada yüksek oranda katılımcı cep telefonlarını hiç kapatmadıklarını yaklaşık 5'er dakika aralıklarla kontrol ettiklerini dile getirmişlerdir (Türen, Erdem & Kalkın, 2017).

Nomofobi en yaygın tanımıyla; bireyin akıllı cep telefonuna erişemediği veya erişse dahi cep telefonu aracılığıyla iletişime geçemediği durumlarda açığa çıkan korku ve endişe durumu olarak ifade edilmektedir (King, Valença & Nardi, 2010; Yıldırım & Correia, 2015). Önceleri sadece cep telefonlarının değil diğer iletişim araçlarının da bu tanım kapsamında değerlendirilebileceği ifade edilse de sonrasında cep telefonu teknolojilerinin diğer teknoloji alanları ile bileşik olduğu ve daha da gelişeceği düşünüldüğünden tanımda sadece akıllı cep telefonu kullanılmaya başlamıştır. Nomofobi literatürde bir bağımlılık olarak yer almaktadır. Bireyin bir şeye bağımlı olabilmesi için ilgili maddeyi gereğinden fazla almalı, maddeye karşı tolerans oluşmalı ve bu maddeyi yeterince alamayınca yoksunluk belirtisi ortaya çıkması gerekmektedir (Cüceloğlu, 2016). Bu bağımlılık süreci davranışçı yaklaşıma göre şu

şekilde açıklanmaktadır; ilki bir davranış sonunda hoşnutsuzluğun giderilmesi, diğeri ise istenilen tatmin durumunun ortaya çıkmasıdır (Cüceloğlu, 2016). Kurama göre davranışın sonucu istenilen bir olayı açığa çıkarıyorsa bu haz yaratır ve tekrar edilme olasılığını yükseltir (Cüceloğlu, 2016). Yapılan araştırmalarda da, cep telefonlarının gündelik hayatımızda kullanımının doğrudan mutluluk hissi oluşturduğunu ortaya koymuştur. Özellikle cep telefonlarına gelen bildirimlerin insan beyinin de dopamin hormonun salgılanmasına sağlayarak kişide mutlu hissini ortaya çıkardığı saptanmıştır (Güzeller & Coşguner, 2012). Bu sayede kişi farkında olmadan cep telefonuna bağımlı hale gelmektedir.

Bragazzi ve Del Puente (2014) nomofobiye dijital çağın getirdiği, bireylerde teknolojik iletişim araçlarına erişilemediğinde ortaya çıkan huzursuzluğun sıkıntı ve sinirliliğe dönüşmesi olarak tanımlamıştır. Kavramın temelinde ise iletişimsizliğin yarattığı patolojik korkunun yattığını ve nomofobinin yarattığı anksiyete derecesinin yüksekliği ile her geçen gün dahada yayılmasının tehlikeli olduğunu değerlendirerek, nomofobinin Amerikan Psikiyatri birliğinin yayımlanmış olduğu psikiyatrik tanıların kategorize edildiği el kitabı olan DSM-5'te yer alması gerekliliğini belirtmişlerdir (Braggazi & Del Puente, 2014).

Nomofobi psikiyatride özgül fobiler başlığı altında değerlendirilmektedir. Özgül fobi, bireyin bir nesne veya olay karşısında hissettiği aşırı korku ve kaygı durumu olarak nitelendirilmektedir (Demirci, Sağaltıcı & Yıldırım, 2015). Nomofobik bireylerde, akıllı cep telefonuna erişemediğinde korku ve kaygı yaşamaktadır. Özgül fobi olarak sınıflandırılabilen nomofobinin tanısını belirlerken; bireyin, yaşadığı topluluğun özellikleri, yaşı, cinsiyeti gibi faktörleri de göz önünde bulundurulmalıdır (Evren, Ögel & Uluğ, 2012). Nomofobiden; günde 4 saatten fazla akıllı cep telefonu kullanımı, gün içerisinde karşılaşılan problemlerle başa çıkmada akıllı cep telefonu kullanımını bir çözüm yolu ya da kaçış noktası olarak görmek, akıllı cep telefonuna erişilemediğinde ortaya çıkan gerginlik ve saldırganlık sergileme, iyi hissedebilmek amacıyla cep telefonu kullanımı sıklıklaştırmak ve aşırı mesaj kullanımı semptomlarının varlığında şüphelenilmelidir (Olivencia-Carrión, Ferri-García, del Mar Rueda, Jiménez-Torres & LópezTorrecillas, 2018).

Nomofobi kavramı Türkiye'de ilk olarak Yıldırım ve Correia (2015) tarafından literatüre kazandırılmıştır. Yaptıkları araştırmada nomofobi ile cep telefonu kullanım sıklığı arasında pozitif bir bağlantı olduğunu cep telefonu kullanım sıklığı arttıkça

bireylerde nomofobi belirtilerinin de arttığını belirtmektedirler (Yıldırım & Correia, 2015). Yıldırım, Sumuer, Adnan ve Yıldırım (2016) ele aldıkları çalışmalarında ise nomofobi kavramını 4 alt boyutu ile ele almış ve ölçeklendirmişlerdir. Çalışmada bu alt boyutlar “bilgiye erişememe”, “rahatlıktan feragat etme”, “iletişim kuramama” ve “çevrimiçi bağlantıyı kaybetme” olarak belirlenmiştir (Yıldırım, vd., 2016. s, 1323). Bilgiye erişememe yaşamakta olduğumuz ânın güncel bir bilgisi herhangi bir genel geçer yargı ya da bilimsel bir gerçekliğe dair bilgiye ulaşamaması halinde oluşan olumsuz durumdur. Rahatlıktan feragat etme yani rahatsızlık hissi ise, cep telefonunun günlük yaşamda sağladığı genel refaktan mahrum kalma olarak ifade edilebilir. İletişim kuramama ise kısa süreli, anlık olarak iletişim ihtiyacını giderememedir. Son alt boyut olan çevrimiçi bağlantıyı kaybetme durumu ise bireyin akıllı telefon ile bağlandığı sanal ortamdan uzaklaşması ve sanal ortamda oluşturduğu kimliklerden kopması olarak ifade edilebilir (Yıldırım, vd., 2016).

Bireylerin akıllı cep telefonu kullanım sebeplerini incelemek aynı zamanda nomofobiye tetikleyen temel faaliyetleri anlama noktasında fayda sağlayacaktır. Bu konuda literatür taraması yapıldığında, bireylerin genellikle akıllı cep telefonlarını eğlenmek, sosyal medya sitelerine girmek, video seyretmek, oyun oynamak, iletişime geçmek, takipçileri ile bir şeyler paylaşmak ve belirli konularda araştırma yapmak için kullandıkları tespit edilmiştir (Lepp, Brakley & Karpinski, 2015; Li, Lepp & Barkley, 2015). Polat (2017) katılımcıların, kullanımlar doyumlar yaklaşımı ve nomofobi düzeyini değerlendirdiği çalışmasında katılımcıların genellikle sosyal ağlara erişmek amacıyla kullandığını ve bu faaliyetin ise nomofobiye tetiklediğini tespit etmiştir. Göktaş (2019) lise öğrencilerinde nomofobi ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yaptığı çalışmada katılımcı öğrencilerin akıllı cep telefonu kullanım amaçlarını sırasıyla sosyal ağlara erişmek, belirli konularda araştırmada bulunmak, oyun oynamak, diğer bireyler ile iletişim halinde bulunmak ve video izlemek olarak tespit etmiştir. Bu amaçlara yönelik akıllı cep telefonu kullanım sıklığı ile nomofobi arasında ilişki tespit etmiş ve sosyal ağlara erişmek amacıyla akıllı cep telefonu kullanan bireylerin nomofobi düzeylerinin de yüksek olduğunu belirlemiştir (Göktaş, 2019). Yıldırım (2019) yaptığı çalışmada akıllı cep telefonunu sosyal ağlara erişmek, haber edinmek, online alışveriş yapmak, dizi ya da film izlemek amacıyla kullananlar arasından en çok sosyal ağlara erişmek amacıyla kullanan katılımcıların nomofobi düzeylerinin diğer katılımcılara oranla daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Tüm çalışmalar göz önünde bulundurulduğuna bireylerin çeşitli amaçlar doğrultusunda akıllı cep telefonu kullandıkları ve genellikle sosyal ağları kullanmak amacıyla akıllı cep telefonu kullanan bireylerin nomofobi düzeylerinin de yüksek olduğu söylenebilir.

Literatür taraması sonucu nomofobinin çeşitli değişkenler açısından incelendiği tespit edilmiştir. Gezgin ve Akıllı (2016) tarafından yapılan çalışmada 683 kişiden oluşturulan örneklem grubu üzerinde, nomofobi yaygınlığı ve nomofobik bireylerde görülen davranış değişiklikleri incelenmiştir. Elde ettikleri veriler ile özellikle nomofobinin bilgiye erişememe ve iletişime geçememe alt boyutlarının öğrenciler arasındaki düzeyinin yüksek olduğu ortaya koymuşlardır. Ayrıca nomofobik bireylerin gündelik yaşamlarında cep telefonlarını yanından ayırmadıklarını, yanlarında güç kaynağı taşıdıkları, uykudan hemen önce ve sabah kalktıklarında ise ilk olarak cep telefonları ile zaman geçirdiklerini ortaya koymuşlardır (Akıllı & Gezgin, 2016).

Gezgin, Yıldırım ve Şahin (2017) 1151 sosyal web sitesi kullanıcıları üzerinde yapmış oldukları çalışmada mobil internet kullanımına daha önce başlamış kullanıcıların daha geç başlamış kullanıcılara göre nomofobi düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca eğitim durumu ve nomofobi arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (Gezgin vd., 2017).

Akhoroz (2019) tarafından yapılan çalışmada Türkiye’de eğitim gören 458 öğretmen adayı üzerinde nomofobinin demografik veriler ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre kadın öğretmen adaylarında nomofobi düzeyinin erkek öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiş olup yaşa bağlı herhangi bir fark gözlenmemiştir. Kişilik özellikleri alt boyutlarından olan dışa dönüklük ile nomofobi arasında pozitif, yumuşak başlılık ile nomofobi arasında ise negatif bir ilişki tespit etmiştir (Akhoroz, 2019).

Qutishat, Lazarus, Razmy ve Packianathan (2020) tarafından üniversite öğrencilerinin kampüs içerisindeki cep telefonu kullanım şekli ve nomofobi düzeyi incelenmiştir. 735 katılımcının yer aldığı çalışma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin orta düzeyde nomofobik oldukları belirlenmiştir. Ayrıca kampüs içerisindeki yerleşim yerlerinde yaşayan öğrencilerin kampüsün dışında yaşayan

öğrencilere göre nomofobi düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Qutishat, vd., 2020).

Eldemir (2021) yapmış olduğu çalışmada 380 kişilik üniversite öğrencisinden veri elde ederek psikolojik ihtiyaçlar, bilinçli farkındalık ve nomofobi arasındaki ilişkiyi incelemiştir; bilinçli farkındalık arttıkça nomofobinin azaldığını yani aralarında negatif yönlü bir ilişkinin olduğunu ve bilinçli farkındalık arttıkça psikolojik ihtiyaçların bir alt boyutu olan başarı ihtiyacının da arttığını yani aralarında pozitif yönlü bir ilişkinin varlığını tespit etmiştir. Aynı zamanda bireylerin başarı ihtiyacı arttıkça nomofobi düzeylerinin de arttığı ortaya çıkmıştır (Eldemir, 2021).

Tanır (2021) tarafından Aydın ilinde eğitim gören ortaöğrenim öğrencilerinden oluşan 986 kişilik örneklem üzerinde fiziksel aktivitenin, netlessfobi ve nomofobi ile ilişkisi incelenmiştir; elde edilen verilere göre fiziksel aktivite azaldıkça nomofobinin arttığı yani aralarında negatif yönlü bir ilişkinin varlığı ortaya konmuş ve öğrencilerin fiziksel aktivite düzeylerinin artması ile nomofobi düzeylerinin düşeceğini öngörmüştür (Tanır, 2021).

Al (2021) yapmış olduğu çalışmasında ise Gazi Osman Paşa Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde görev yapmakta olan 591 sağlık çalışanı üzerinde iş tatmini ile nomofobi ve sosyal medya bağımlılığını incelemiştir; görev yapmakta olan sağlık çalışanlarından her on iki tanesinden sadece ikisinin iş tatmininin yüksek olduğu, yarısına yakının ise depresyon belirtileri gösterdiği ve nomofobik olduğunu tespit etmiştir. Bu bulguların yanı sıra yaş ve çalışma yılı arttıkça nomofobinin azaldığı yönünde negatif bir ilişki varlığına dikkat çekerek iş tatminsizliğinin arttıkça cep telefonu ile özellikle sosyal içerikli internet sitelerinde geçirilen sürenin arttığı yani pozitif yönlü ilişkinin olduğunu bu çalışma ile tespit etmiştir (Al, 2021).

Demografik özellikler ve nomofobi ilişkisini inceleyen bilimsel çalışmalarda, kadınların erkeklere göre nomofobi düzeylerinin daha yüksek olduğu yönünde sonuca ulaşan çalışmalar sayıca çoğunlukta olmasına rağmen (Yıldırım, vd., 2016; Turan & İşçitürk, 2018; Çırak, 2021) erkeklerinde kadınlara göre daha fazla nomofobik davranışlar sergilediği sonucuna ulaşan çalışmalar da mevcuttur (Dixit, Shukla, Bhagwat, Bindal, Goyal & Zaidi, 2010; Gezgini & Çakır, 2016). Bu bulgular neticesinde cinsiyet ve nomofobi arasında tutarlı bir ilişkinin olduğunu söylemek mümkün değildir. Yine demografik verilerden olan yaş ile nomofobi arasındaki ilişkiyi

inceleyen bilimsel çalışmalarda ise çoğunlukla 18-25 yaş aralığında bireylerin nomofobik derecesinin daha yaşlı bireylere oranla daha yüksek olduğu bireylerin yaşlandıkça nomofobi düzeylerinin düştüğü tespiti yapılmıştır (Bragazzi, 2014; Yıldırım & Correia, 2015; Gezgin, Şahin & Yıldırım, 2017; Durak, 2019; Darvishi, Noori, Nazer, Sheikholeslami ve Karimi, 2019; Al, 2021).

1.1 Nomofobi ile İlişkili Kavramlar

Akıllı cep telefonu kullanımının gün içerisinde sıklık kazanması; sosyal medya bağımlılığı, online bahis oynama bağımlılığı gibi bağımlılıkların yanı sıra FOMO, netlessfobi ve nomofobi gibi aynı zamanda davranışsal bozukluk olarak sınıflandırılacak psikolojik problemlerde ortaya çıkarmaktadır (Turan & İşçitürk, 2018).

FOMO (Gelişmeleri Kaçırma Korkusu): Özerklik, yeterlilik ve ilişkide olma gereksinimlerinin yerine getirilmediğinde gerçekleşen kaygı ve korku durumudur (Przybylski & Weinstein, 2013). FOMO kavramının ortaya çıkmasında tanımından da anlaşılacağı üzere üç faktörün varlığı dikkat çekmektedir. Bunlardan ilki olan özerklik kavramı, bireylerin ortaya koydukları davranış tarzlarının kendi isteği yönünde ortaya çıkmış olmasıdır (Sart, 2020). Yani birey verdiği kararların sorumluluklarının farkında ve hedeflerine ulaşma konusunda inisiyatif alabilmektedir. Yeterlilik ise, bireylerin yapabilecekleri faaliyetleri davranışları ile ortaya koyması neticesinde bireyde yeterlilik ve işlevsellik duygularının açığa çıkmasıdır (Sart, 2020). Aynı zamanda yeterlilik hisseden bireylerin içsel motivasyonlarının da olduğu söylenebilmektedir. FOMO'nun açığa çıkmasında son etken faktör olan ilişkide olma ise bireylerin günlük hayatın gerektirdiği bir ihtiyacı olan, diğer bireyler ile iletişim hali olarak ifade edilebilir (Martin & Dovson, 2009).

Cep telefonlarının sıklıkla kullanılmasının bir diğer ortaya çıkardığı davranış bozukluğu ise netlessfobidir. Netlessfobi İngilizcede “Being Net-Less-Fobia” kelimelerinden türetilmiştir. Türkçe literatürde ise karşılığı, internetsiz kalma korkusu ya da çevrimiçi olamama korkusu olarak yer almaktadır (Güney, 2017). Hem FOMO hem de Netlessfobi birbirilerini tamamlayan iki davranış bozukluğu olarak literatürde yer alsalar da günümüzde cep telefonlarının internete bağlandıkları ve gelişmelerden anlık haberdar edebildikleri bilindiğinden, nomofobi davranış bozukluğunun sık cep

telefonu kullanımına bağılı olarak ortaya çıkan davranış bozuklukları arasında en geniş kapsamlısı olduğı söylenebilir.

1.2 Nomofobinin Etkileri

Akıllı cep telefonlarını sıklıkla kullanan nomofobi düzeyi yüksek bireylerde, çeşitli olumsuz davranış ve tutumlar ortaya çıkmaktadır. Birey için istenmedik bu davranış ve tutumlar bireylerin psikolojik durumlarında olumsuz etkiler yaratmaktadır (Harwood, Dooley, Scott & Joiner, 2014). Nomofobi düzeyleri yüksek bireylerin özellikle akıllı cep telefonlarına erişemedikleri durumlarda stres seviyelerinin arttığı uzun vade de ise depresyon ve anksiyete belirtileri gösterdiği tespit edilmiştir (Elhai, Levine, Dvorak & Hall, 2016; Thornton, Faires, Robbins & Rollins, 2014). Nomofobi insan psikolojisini doğrudan etkileyen başlıca faktörlerden olan uykuda bozukluğa sebep olmaktadır (Cain & Malcom, 2019). Ayrıca nomofobi düzeyi yüksek bireylerin gün içerisinde akıllı cep telefonlarına bildirim gelmediğinde veya daha az çağrı aldıklarında nomofobi düzeyi düşük bireylere göre daha fazla yalnızlık ve daha az özgüven hissettikleri tespit edilmiştir (Spear-King, Silva, Sancassiani, Machado & Nardi, 2014).

Nomofobi düzeyleri yüksek bireylerde cep telefonu kullanımı problemlili şekilde gerçekleşmektedir. Birey çok fazla cep telefonunu kontrol etmekte ve cep telefonu ile uzun zaman geçirmektedir. Özellikle trafikte araç kullanırken akıllı cep telefonundan bildirimleri kontrol etmek, arama yapmak ve mesajlaşmak ciddi trafik kazalarının ortaya çıkmasına sebep olabilmektedir (Cazzulino, Burke, Muller, Arbogast & Upperman, 2014). Ayrıca bireyler sadece araç kullanırken bu tehlike ile karşı karşıya gelmemektedir. Yaya halinde özellikle yolun karşısına geçerken akıllı cep telefonuna yönelmesi, ciddi yaralanma ve ölümlere sebep olabilecek trafik kazalarına sebep olmaktadır (Schwebel, Stavrinou, Byington, Davis, O'Neal & De Jong, 2012). Akıllı cep telefonu kullanım şekli ve sıklığı aynı zamanda bireyin fiziksel yapısını da doğrudan etkilemekte olup, cep telefonu kullanımının aşırıya kaçması durumunda omurga (Shan, Deng, Li, Zhang & Zhao, 2013) ve parmak rahatsızlıklarını (İnal, Demirci, Çetintürk, Akgönül, & Savaş, 2015) doğrudan tetiklemektedir.

Akıllı cep telefonu sadece bir iletişim aracı olmaktan çıkmış daha çok bireylerin sosyal olarak etkileşebildiğı alanları erişebilir hale getiren cihazlar haline gelmiştir (Peters & Allouch, 2005). Bu cihazların aşırı kullanan nomofobik birey

sadece sanal ortamda sosyal etkileşime girmekte, gündelik ve iş yaşamında yabancılaşmakta ve hatta kendini izole etme eğilimi içerisinde olmaktadır (Bragazzi & Del Paunte, 2014). Nomofobinin aynı zamanda bireylerin motivasyonunu düşürdüğünü ve öğrenme güçlü yaşattığı yönünde alan yazın çalışmaları da mevcuttur (Dixit, vd., 2010; Samaha & Havi 2016). Fakat tam tersi bir tetikleme ile, gün içerisinde odaklanma problemi yaşayan ve gerek iş gerek eğitim hayatında başarısızlığa uğrayan bireylerinde nomofobi belirtileri gösterdikleri tespit edilmiştir (Kardefelt-Winther, 2014).



BÖLÜM 2: SANAL KAYTARMA KAVRAMI

İngilizce literatürde sıklıkla “cyberloafing” olarak kullanılsa da “cyberbludging”, “internet abuse”, “on-line loafing” ve “internet deviance” gibi çeşitli kullanımları da bulunan, Türkçe literatürde ise “sanal kaytarma” olarak yer alan bu kavram, çalışanların şahsi ya da kuruma ait internet ve mobil teknoloji cihazlarının çalışma saatleri içerisinde iş dışı yani kişisel amaçlar için kullanmaları olarak tanımlanabilir (Johnson & Indvik, 2004; Örucü & Yıldız, 2014; Örucü & Özudoğru, 2015). Kavramı ilk olarak literatüre kazandıran Lim (2002) tarafından sanal kaytarma, dönemin şartları itibarıyla sadece kuruma ait cihazlar aracılığıyla e-postaları kontrol etmek ve web siteleri ziyaret etmekten ibaret olarak görülürken, gelişen teknoloji ile birlikte sanal kaytarma kavramı içerisine kişisel iletişim cihazları da eklenmek zorunda kalmıştır (Kaplan & Ögüt, 2012).

Literatürde sanal kaytarma kavramına ilişkin farklı boyutlarına dikkat çeken birçok tanım yapılmıştır. Bunlar; Sanal kaytarma, iş verimliliğini baltalayan sapkın bir davranıştır (Lim & Teo, 2005). Sanal kaytarma mesai saatleri içerisinde gerçekleşen kuruma ait donanım ve altyapı ile iş eylemi dışındaki amaçlara yönelik gerçekleşen istemli internet faaliyetleridir (Anandaraman & Simmers, 2005). Sanal kaytarma iş yerinde verimsiz internet kullanımudur (Ugrin, Pearson & Odom, 2007). Sanal kaytarma faaliyeti çalışanların işletmelere ait bilgisayar ve internet altyapısını iş dışında kullanmaya gönüllü olması bu doğrultuda hareket etmesidir (Blanchard & Henle, 2008). Sanal kaytarma çalışan bireylerin öz kontrol yoksunluğundan kaynaklanan belirli zamanlarda istemli ve amaçsız bir şekilde iş dışı sanal faaliyetler gerçekleştirmesidir (Kim & Bryne, 2011). Çalışanların işverenlerin iş dışı eylem olarak değerlendireceği faaliyetlere sanal olarak erişmektir (Askew, Coovert & Bauer, 2011). Yapılan bu tanımlamalar dikkate alındığında çalışanların iş dışı faaliyetlerinin sanal kaytarma olarak değerlendirilebilmesi için; kişisel amaçlara yönelik bilgisayar ve cep telefonu gibi internet ağlarına bağlanabilen elektronik aygıtlar ile işte veya evdeki çalışma ortamında, mesai saatleri içerisinde gerçekleşmesi gerektiği görülmektedir.

Çalışma hayatında sanal kaytarma işverenler tarafından verimlilik karşıtı bir faaliyet olarak değerlendirilmektedir. Özellikle sanal kaytarma bazı özellikleri itibarıyla diğer iş verimliliği karşıtı faaliyetlerinden daha tehlikeli olarak

görülmektedir. Sanal kaytarmayı diğer verimlilik dışı faaliyetlerinden daha tehlikeli kılan en belirgin özelliği gözle görülür şekilde yapıldığının tespit edilmesindeki zorluktur (Wagner, Barnes & Ferris, 2012). Yani işe geç gelme işten erken çıkma, mola sürelerinin uzatılması ve mesai arkadaşları ile uzun süreli sohbetler gibi verimlilik karşıtı kaytarma faaliyetleri kolaylıkla tespit edilebilirken, sanal kaytarma faaliyeti gerçekleştiren çalışanın, çalışma alanından ayrılmadan hatta çalıştığı bilgisayardan dahi gözlerini ayırmadan kaytarma yapabilmesi tespit edilebilirliğini azaltmaktadır (Wagner, Barnes & Ferris, 2012). Özellikle çalışanın işe olan odağının sanal kaytarma ile zayıflaması üstelik bunun gün içerisinde sık sık tekrarlanması iş verimliliğini doğrudan etkilemekte kurumu ciddi zarara uğratmaktadır (Varoğlu & Sığırı, 2013). Aynı zamanda sanal kaytarma faaliyetini kuruma ait donanım ve altyapı ile gerçekleştiren çalışanlar kurumu ciddi siber zararlara da uğratabilmektedir. Sanal kaytarma sırasında eriştiği site içindeki zararlı yazılımlar kurumun bilişim ağına girebilmekte, çalışanlara ve müşterilere ait veriler çalınabilmekte ve kurumun bilişim ağı saldırıya uğratabilmektedir (Lim & Chen, 2012). Bu bilişim zararı kurumu maddi, manevi (kurum itibarı) ve yasal olarak ciddi şekilde etkileyebilmektedir. Literatürde sanal kaytarmanın aşırıya kaçılmadığı takdirde kuruma herhangi bir zarar vermediği hatta çalışanların yaratıcılıklarının gelişimi ve kuruma bağlılıkları anlamında olumlu yönlerinin olduğuna dikkat çeken bilimsel çalışmalarda mevcut olup çalışmanın ilerleyen kısımlarında daha detaylı açıklanacaktır (Blachard & Henle, 2008; Özkalp & Yıldız, 2018).

2.1 Sanal Kaytarmanın Sınıflandırılması

Teknolojik gelişmelerin gündelik yaşamı etkilemesi, zaman içinde çalışma şartları üzerinde önemli değişikliklerin gerçekleşmesine sanal kaytarma faaliyeti kavramının genişlemesine ve zaman içinde farklı sınıflandırmalar yapılmasına sebep olmuştur. Yapılan sınıflandırmalar arasında farklılıklar mevcuttur. Bu sınıflandırmalar arasında literatürde sıklık ile kullanılanlar;

- Lim (2002) yaptığı çalışmada sanal kaytarma faaliyetini; “web sitesi aktiviteleri (spor siteleri, yatırım siteleri, sosyal medya siteleri, sohbet siteleri ve alışveriş siteleri)” ve “bireysel e-postalara” yönelik aktiviteler olarak iki şekilde kategorize etmiştir (Lim, 2002, s. 67). Yapılan sanal kaytarma faaliyeti ile çalışanların sorumluluklarından uzaklaşacağını ve iş yeri verimliliğinin düşeceğini belirtmiştir (Lim, 2002).

- Anandarajan ve Simmers (2004) tarafından yapılan çalışmada çalışanların dört farklı şekilde sanal kaytarma faaliyeti yürüttüğünü belirtmişlerdir. Bunlar; “kişisel amaçlı öğrenmeye yönelik”, “kişisel amaçlı eğlenmeye yönelik”, “kurumu zedeleyebilecek risk içerikli” ve “belirsiz amaçlı” sanal kaytarmadır (Anandarajan & Simmers, 2004, s. 20).

- Mastrangelo, Everton ve Jolton’un (2006) yaptıkları çalışmada sanal kaytarma faaliyetini “iş dışı amaçlara yönelik” ve “yıkıcı sanal kaytarma” olarak gruplandırmışlardır (Mastrangelo, Everton & Jolton, 2006, s. 736).

- Li ve Chung (2006) sanal kaytarma faaliyetinin dört farklı fonksiyonu olduğunu ifade etmektedir. Bu fonksiyonlar:

1. Sosyal fonksiyon: İş dışı iletişim amaçlı iletişim araçlarının kullanımı.
2. Bilişim fonksiyonu: Bilgi edinme amaçlı internet kullanımı.
3. Eğlence fonksiyonu: Kişisel zevk ve eğlenceye dönük faaliyetler için internet kullanımı.
4. Sanal Duygusal Fonksiyon: Cinsel yönelimlerinin tatmini ve bahis/kumara yönelik internet kullanımı.

- Blanchard ve Henle (2008) tarafından yapılan sınıflandırmada sanal kaytarma faaliyeti; “önemli” ve “önemsiz” sanal kaytarma olarak gruplandırılmıştır. Önemsiz sanal kaytarma; yatırım yapmak, spor ve haber sitelerinde gezinmek ve iş dışı e-postalar ile ilgilenme olarak ifade edilebilir. Önemli sanal kaytarma faaliyeti ise yasaklanmış sitelerden veri indirmek, kumar oynamak ve yetişkinlere özgü kurulmuş cinsellik içeren sitelerde faaliyet göstermektir (Blanchard & Henle, 2008, s. 1070). Çalışmaya katılan önemsiz sanal kaytarma faaliyeti gösteren çalışanlar, yaptıkları eylemin sapkınlık olmadığını kurumunda bu durumdan olumsuz etkilenmeyeceğini ifade ederken, önemli sanal kaytarma faaliyeti gösteren çalışanların ise yaptıklarının yasadışı olduğunu bildiklerini ve kuruma zarar verebileceğinin farkında olduklarını belirtmektedirler (Blanchard & Henle, 2008).

- Lim ve Chen (2009) sanal kaytarma faaliyetlerini “görüntüleme/tarama eylemleri” ve “kişisel e-posta gönderme/alma” eylemleri olarak gruplandırmıştır (Lim ve Chen, 2009, s. 349).

- Doorn (2011) yaptığı çalışmada sanal kaytarma faaliyetini dört farklı gruba ayırmıştır. Bu gruplar; “kişisel gelişim”, “yenilenme ve iyi olma”, “sapkın davranışlar ve bağımlılık” olarak sıralanmıştır (Doorn, 2011, s. 8).
- Jia, Karau & Jia (2013) tarafından yapılmış çalışmada ise sanal kaytarma faaliyeti temelde dört aktivite üzerinden değerlendirilmiştir. Bu aktiviteler; “bireyler arası iletişim”, “bireysel erişim”, “kurumun bilgisayarına yüklenen kişisel veriler” ve “bireysel satın alma (e-ticaret)” olarak ifade edilmiştir (Jia, Karau & Jia, 2013, s. 360)

2.2 Sanal Kaytarmanın Nedenleri

İnsanlık günümüzde teknolojiye gelişimin hızlandığı, mobil cihazların yaygınlaştığı neredeyse bazı insanların çalışmak için evinden işine bile gitmediği, evden çalıştığı bir dönemde yaşam sürmektedir. Her geçen gün biraz daha hızlanan teknolojik gelişmeler bireyler arası iletişimin sıklığını ve şeklini farklılaştırmaktadır. Sanal kaytarma kavramının literatüre ilk kazandırıldığı tarihten bu yana nedenleri de bu farklılaşma ile çeşitlenmiştir. Sanal kaytarma faaliyetinin sebepleri birçok çalışmanın konusu olmuş ve geniş kapsamda değerlendirilmiştir. Bu kapsamda sanal kaytarma faaliyetine neden olan faktörler; Örgütsel, İş ile ilgili ve Kişisel etkenler olarak sınıflandırılmaktadır (Doorn, 2011).

2.2.1 Örgütsel etkenler

Örgütün çalışanlara sağladığı ortam, bireylerin sanal kaytarma faaliyeti yürütmesine sebep olan başlıca etmenlerdendir. Bu çalışma ortamını etkileyen birçok faktör göze çarpmaktadır. Söz konusu faktörler; Örgüt politikaları, örgütteki adalet algısı ve psikolojik antlaşmalardır (Doorn, 2011).

2.2.1.1 Örgüt politikaları

Örgüt politikaları çalışma yaşamının vazgeçilmez bir unsurudur. Politika yapıcılar çalışma ortamını bu sayede oluşturur ve kontrol altına alırlar. Sanal kaytarma bağlamında örgüt politikaları incelendiğinde; internet kullanımı, bireysel iletişim araçlarının kullanımı ve çalışma saatleri yönünden (esnek/katı çalışma) politika kararlarının sanal kaytarma faaliyetine yöneltici ya da uzaklaştırıcısı etkisinin olduğu söylenebilmektedir (Lawrence & Robinson, 2007).

2.2.1.2 İnternet kullanımına ilişkin politikalar

Örgütteki politika yapıcılar örgütte çalışan bireylerin sanal kaytarma faaliyeti göstermemeleri için birçok farklı engelleme ve yasak koyabilmektedir. Bu engelleme ve yasakların çalışanlar üzerinde caydırıcı bir etkisinin olduğu da gözlemlenmiştir (Lim & Teo, 2005). Benzer şekilde sanal kaytarma faaliyetini inceleyen araştırmaların bazılarında ise engelleyici ve yasaklayıcı uygulamaların bireyler üzerinde etkili olmadığını belirtmekte bunun gerekçesi olarak da bireylerin sanal kaytarma faaliyeti sırasında yakalanmalarının tesadüf eseri olarak görmeleri gösterilmektedir (Blanchard & Henle, 2008). Yani birey sanal kaytarma faaliyetinin tespit edilemeyeceğini ve yakalanmasının da tesadüf eseri olduğunu düşünmektedir Dengeleyici politika izlenmesi gerektiği yönünde çalışmalarda mevcuttur. Özellikle bireylere yüklenen sorumluluklar ile sanal kaytarma faaliyeti arasında denge kurulmasını, engelleme ve yasakların belirli ölçüde olması gerektiği belirtilmektedir (Doorn, 2011).

2.2.1.3 Kişisel bilgisayarın kullanımına ilişkin politikalar

Kurumlar için çalışma ortamında ihtiyaç duyulan donanım ve cihazlar çalışan bireylere ödeme yapılarak satın aldırılmaktadır. Göreceli olarak yenilikçi olarak değerlendirilebilecek bu örgüt politikası beraberinde sanal kaytarma faaliyetini de tetiklemiş; kendi bilgisayarını iş yerine götüren bireylerin kurumun bilgisayarını kullananlarına oranla daha fazla sanal kaytarma yaptıkları gözlemlenmiştir (Vitak, Crouse & LaRose, 2011).

2.2.1.4 Çalışmaya ilişkin politikalar

Kurumlar çalışanlarına, esnek/evden çalışma politikası ile çalışanlarına zaman ve mekândan bağımsız bir çalışma ortamı sunabilmektedir. Yenilikçi olarak nitelendirilebilecek bu uygulama çeşitli sorunları beraberinde getirmiştir. İş performansının doğru ölçülememesi, koordine olamama ve yönetsel güçlükler bu sorunların başlıcalarıdır (Erdayı, 2021). Çalışanlarda yöneticilerin gözleminden uzak kalmaları neticesinde çalışanlar kaytarma faaliyeti gerçekleştirebilmektedir (Bailey & Kurland, 1999). Esnek çalışma yönteminin bireylerde iş ve gündelik yaşam arasında denge oluşturduğunu bu sayede iş performansında iyileşmelere yol açacağını belirten çalışmalarda mevcuttur (Doğrul & Tekeli, 2010).

2.2.1.5 Örgütsel adalet

Bireyler çalışma yaşamındaki kazanım ve cezalarını diğer çalışanlarla karşılaştırma eğilimindedir (Akçit, 2011). Bu karşılaştırma neticesinde örgüt içerisindeki adaletin nasıl işlediğine dair bir farkındalık oluşmaktadır. Örgütsel adalet algısı, bireyler üzerinde oluşan bu örgütsel farkındalığın çalışma ortamındaki göstereceği davranışlar üzerindeki etkisi olarak ifade edilebilir (Schmiesing, Safrit & Gliem, 2003).

Sanal kaytarma ve örgütsel adalet arasındaki bağıntıyı inceleyen çalışmaların çoğunluğu aralarındaki negatif bağıntıyı ortaya koymaktadır (Lim, 2002; Zoghbi, 2002; Balu, Yang & Ward-Cook, 2006; Ahmadi, Bagheri, Ebrahimi, Rokni & Kahrer, 2011; Kaplan & Öğüt, 2012; Kerse & Karacabey, 2017). Lim (2002) tarafından, çalışma ortamında internete erişimi olan bireyler üzerine yapılan çalışmada örgütsel adalet algısı düşük olan bireyler ile yüksek olan bireyler karşılaştırılmış örgütsel adalet algısı düşük olan bireylerin sanal kaytarma faaliyetine yatkınlıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Blau, vd., (2006) biyomedikal alanında çalışan bireyler üzerinde yaptıkları çalışmada örgütsel adalet algısının teknoloji uzmanlarında düşük olduğunu ve sanal kaytarma faaliyeti gerçekleştirme eğilimlerinin yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Kerse ve Karacabey (2017) kamuda çalışan bireylerin örgütsel adalet algılarının sanal kaytarma faaliyeti üzerindeki etkisini inceledikleri araştırmada örgütsel adalet algısının zayıflamasının bireylerde isteksizlik ve odaklanamama sorunlarını tetiklediğini bunun sonucunda da sanal kaytarmaya yöneldiklerini tespit etmişlerdir.

2.2.1.6 Psikolojik antlaşmalar

İş hayatında çalışanlar ve işverenler arasında karşılıklı beklentiler mevcuttur. Çalışanların iyi bir gelir elde etmek, sosyal olarak korunmak ve adil bir şekilde ödüllendirilmek gibi beklentileri mevcutken işverenlerin ise dürüstlük, bağlılık ve mesai saatleri içerisinde işin tamamlanması gibi beklentileri vardır (Özdaş & Çelikkol, 2013). Tüm bu beklentiler algı temelli oluşan psikolojik antlaşmalara dayanmaktadır. Bu antlaşmalar beklenti ve algılar üzerine kurulu olduklarından yoruma açıktırlar. Çalışanlarda bu yazılı olmayan sözleşmeleri doğru yorumlamayabilir ve kuruma ait donanım araç ve gereçleri kişisel amaçlı kullanabilir. Tam da bu noktada sanal kaytarmanın gerçekleşebileceğini söylenebilir (Yıldız, 2016). Yıldırım (2018) turizm sektöründe çalışan bireyler üzerinde yaptığı çalışmada; psikolojik antlaşma ihlalinin

ciddi sanal kaytarma faaliyetinin gerçekleşme düzeyini etkilemediği ama psikolojik antlaşma ihlalinin arttıkça önemsiz sanal kaytarma faaliyetinin de arttığını tespit etmiştir. Çetinkaya ve Kaplan (2013) yine turizm sektörü üzerine yapılan bir çalışma yapmış ve kurumun işleyişine dair olumsuz düşüncede olan kişilerin sanal kaytarmaya yönelmede istekli olduğu sonucuna ulaşmıştır.

2.2.2 İş ile İlgili etkenler

İş ile ilgili etmenler üç grupta kategorize edilebilir. Bu gruplar; iş ya da göreve ilişkin talepler ve kaynaklar, iş yükü ve iş ve özel hayatın birbiri içerisine girmesidir.

2.2.2.1 İş ya da göreve ilişkin talepler ve kaynaklar

Çalışma yaşamında yapmakla sorumlu olunan görevi yerine getirirken hissedilen baskı ve stresin iş ile ilgisinin iki yönü bulunmaktadır. Bunlar; işe ilişkin talepler ve işin kaynaklarıdır (Schaufeli & Bakker, 2004). Çalışanlar düşük düzeydeki iş taleplerine maruz kaldıklarında sanal kaytarma faaliyeti gerçekleştirme olasılıkları daha yüksektir (Blanchard & Henle, 2008). Aynı çalışma, yüksek düzeydeki iş taleplerinin de sanal kaytarma faaliyetine yönelimi gerçekleştirdiğini belirtmektedir ama bu düşük düzeyli iş talebine oranla bu daha azdır (Blanchard & Henle, 2008). Bu yüzden çalışanlara yüklenen işlerde orantılı olmak verimlilik ve performans açısından önemlidir. İşin kaynakları ise iş stresi ile mücadelede kullanılan bir tür güçtür (Doorn, 2011). İşin sunmuş olduğu bu güç bireyin çalışma ortamındaki performansını doğrudan etkiler. Yüksek iş talebi düşük iş imkanları çalışan bireyleri doğrudan sanal kaytarma faaliyetine sürükleyecektir (Larose, 2010).

2.2.2.2 İş yükü

İş yükü kavramı doğrudan işin talepleri ile ilgili bir kavramdır. İşin doğrudan üretim kısmı ile ilgili olup çalışanlardan istenilen iş hacmini ifade eder (Spector & Jex, 1998). İşveren tarafından istenilen bu iş hacminin fazla ve belirlenen mesai saatleri dışında olması çalışan bireylerde hem çalışma hem de özel hayatlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Sirgy vd., 2001). İş yükünün yarattığı stresten uzaklaşmak, zihnini boşaltmak isteyen çalışan bireyler sanal kaytarma faaliyetine yönelim gösterebilir (Polzer-Debruyne, 2008).

Birey sanal kaytarma yaparken hem kurumun cihazlarını kullanıp hem de çalışılan ortamdan uzaklaşmaması iş yükünün oluşturduğu stresi atmak açısından

kolay bir yönelimdir. Her birey için iş yükü algılaması farklı olabilir. Bu yüzden iş yükünü değerlendirirken çalışan bireylerin genel özellikleri ve performansının da göz önünde bulundurulması ve aşırı beklenti içerisine girilmemesi gerekmektedir (Spector & Jex, 1998). Aynı zamanda çalışanların fiziksel ve ruhsal olarak yıpranmayacağı bir çalışma ortamı yaratılmalı ve çalışanların önerileri de dikkate alınarak olumsuz durumlar hakkında gereken önlemler alınmalıdır (İncesu, 2017).

2.2.2.3 İş ve özel hayat arasındaki ilişki

İş ve özel hayat arasındaki ilişkinin dengeli olması son yıllarda iş hayatında önemli yer tutan bir konu haline gelmiştir. Özellikle işverenlerin çalışanlarını elde tutmak istemesi, memnuniyet oluşturmak adına adım atmasına sebep olmuş bu sayede iş ve özel hayat arasındaki dengeyi kurma açısından faaliyetler yürütülmeye başlanmıştır (Avcı & Küçükusta, 2009). Bu adımlara örnek verilecek olursa vardiya sistemindeki değişiklikler sayesinde gün içerisindeki çalışılan süre azaltılmış ve özellikle çalışanların mesai saatleri dışında aileleri ile daha çok zaman geçirilmesi sağlanmıştır. Yine evden çalışma uygulaması da bu konuya örnek teşkil edecek niteliktedir.

Çalışanlar iş dolayısıyla özel hayatına zaman ayıramadıklarında iş sırasında özel hayatı ile ilgili plan yapma ve özel hayatlarındaki işlerini de yapma eğilimindedir (Akça, 2013). Bu yüzden hem kurumun hem de kişisel iletişim cihazlarını daha fazla kullanmakta ve sanal kaytarmaya yönelme eğilimi göstermektedir. Aynı zamanda özel hayatına zaman ayıramayan çalışanlar gerçekleştirdikleri sanal kaytarma faaliyetini de rövanşist bir tutum içerisinde gerçekleştirme eğilimindedir (Kaplan & Ögüt, 2012).

2.2.3 Kişisel etkenler

Çalışanların sanal kaytarma faaliyeti göstermelerinin bir diğer etkeni de kişisel özellikleridir. Kişilik özellikleri insan tutum ve davranışlarını dolayısıyla iş yaşamındaki davranış tarzlarını da doğrudan etkiler (Spector & Fox, 2002). Özellikle çalışanların mesai saati içerisinde iş dışında bir faaliyet yürütmelerinin aykırı olarak nitelendirilmesi kişilik özellikleri açısından incelenmesini gerektirmektedir. Bu konuda yapılmış çalışmalar genellikle beş büyük kişilik faktörü ve sanal kaytarma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Landers ve Lounsbury (2006) tarafından yapılan çalışmada beş büyük kişilik faktörü olarak belirlenen “sorumluluk”, “uyumluluk”, “duygusal denge”, “açıklık” ve “dışa dönüklük” ile sanal kaytarma faaliyeti arasındaki bağıntı incelenmiş, duygusal denge ve açıklık ile sanal kaytarma faaliyeti arasında

herhangi bir bağıntı bulunamamıştır (Landers & Lounsbury, 2006, s. 289). Fakat geri kalan “dışa dönüklük”, “uyumluluk” ve “sorumluluk” kişilik faktörleri ile sanal kaytarma arasında negatif yönlü bir bağıntı tespit etmişlerdir (Landers & Lounsbury, 2006, s. 290). Gülduran ve Perçin (2020) yapmış oldukları çalışmada “yeni deneyimler edinebilme” kişilik faktörünün arttıkça önemsiz sanal kaytarma faaliyetinin de arttığını tespit etmelerinin yanı sıra “uyumluluk” ve “sorumluluk” kişilik faktörünün arttıkça sanal kaytarma faaliyetinin azaldığını saptamışlardır (Gülduran & Perçin, 2020, s. 52-53).

2.3 Sanal Kaytarmanın Sonuçları

İşverenler çalışanlarından, mesai saatleri içerisinde zamanlarının çoğunu işe vermesini beklemektedir. Sanal kaytarma faaliyetinde bulunan çalışanlar ise müzik indirme, sosyal medya da gezinme, film izleme gibi sanal kaytarma faaliyetleri ile mesai saatleri içerisinde işverenlerin beklentilerini karşılayamamaktadır. Üstelik sanal kaytarma kurumun altyapısının kullanıldığı durumlarda iletişim ağını tıkamakta bu yönüyle de kurumun verimliliğini de olumsuz etkilemektedir (Varoğlu & Sıgır, 2013). Aynı zamanda örgüt içerisindeki adaletsizliğe karşı intikam almak isteyen çalışanların örgüt içi normlara uymayarak sanal kaytarma davranışı sergilemesinin verimlilik düşüşüne yol açabileceği ve diğer çalışanlarında motivasyonlarının azalmasına sebep olabileceği değerlendirilmektedir (Üçok & Turgut, 2014).

Sanal kaytarma faaliyetine kaynak kullanımı açısından bakıldığında ise özellikle kurumların internet bant genişliğini olumsuz etkilediği bunun sonucunda ise sistemde yavaşlamalar ve hatta çökmelere neden olarak üretimin sürekliliğini sekteye uğrattığı belirtilmektedir (Mills, Hu, Beldona & Clay, 2001). Sanal kaytarma faaliyeti kurum içi bilişim altyapısının güvenliğini tehlikeye atabilir ve siber saldırılara zemin hazırlayabilir. Bu durumda kurumun koruması gereken gizli veriler istenmeyen kişilerin eline geçerek kurumu ciddi mali yükümlülük altında bırakabilmektedir (Lim & Chen, 2012). Yine benzer şekilde sanal kaytarma faaliyetinin olumsuz yönlerine dikkat çeken çalışmalardan bazılarına baktığımızda; Demir, Ürek ve Uğurluoğlu (2017) yapmış oldukları çalışmada sanal kaytarma faaliyeti ile işteki üretkenlik arasında negatif yönlü orta düzeyde ilişkinin varlığına dikkat çekilmiştir. Akbaba (2019) tarafından yapılan çalışmada ise sanal kaytarma faaliyeti arttıkça, verimlilik ve maliyetin azaldığını tespit etmiştir.

Sanal kaytarma faaliyetinin çalışma saatleri içerisinde belirli aralıklarla öğle yemeği ya da molalar için ayrılmış zamanlarda dengeli bir şekilde gerçekleştirilmesinin kurumun işleyişine herhangi bir zarar vermemektedir (Özkalp & Yıldız, 2018). Hatta zarar vermemekten öte kurum için yararlı olduğu sonucuna ulaşmış çalışmalarda mevcuttur. Blanchard ve Henle (2008) tarafından yapılan çalışmada sanal kaytarmanın sadece zararlı yönlerinin ele alınmasının doğru olmadığını özellikle önemsiz sanal kaytarma faaliyetlerinin çalışanların gelişimine olumlu katkıda bulunduğunu tespit etmiştir.

Seymour ve Nadasenin (2007) yapmış oldukları çalışmada ise sanal kaytarmayı aynı zamanda bir bilgi kaynağı olarak ele almış, çalışanların iş verimliliğini artırıcı ve performanslarını yükseltici etkisi olduğuna dikkat çekmiştir. Yine sanal kaytarmanın olumlu yanlarına dikkat çeken Derin ve Gökçe (2016) tarafından yapılan çalışmada sanal kaytarma yapabilen çalışanların, yapamadıkları zaman veya yapamayan diğer kurumlardaki çalışanlara göre daha yaratıcı tavır takındıkları tespit edilmiştir.

Lim ve Chen (2012) yaptıkları çalışmada sanal kaytarmanın çalışma ortamından uzaklaşmanın bir yolu olarak görülmesi gerekliliğini belirtilerek ve bu sayede çalışanların stres ve tükenmişlik düzeylerinin önemli ölçüde azalacağı ifade edilmektedir (Lim ve Chen, 2012). Aynı zamanda olayları kendi eylemlerinin bir sonucu olarak değerlendiren çalışanların sanal kaytarma faaliyeti yapabildikleri kuruma karşı olan bağlılıklarının arttığı ve ayrılma niyetlerinin düştüğü de belirlenmiştir (İnce & Gül, 2011). Yeni bir çalışan bulma maliyetinin mevcut çalışanı elde tutma maliyetinden yüksek olduğu bilindiğinden kurumun bu sayede karlılığının da artacağı söylenebilmektedir (Sıdıroğlu-Erdemli & Topbaş, 2016).

Sanal kaytarma faaliyetine olumlu yönüyle bakan çalışmaların ortak paydası, çalışanların mesai saatleri içerisinde kendilerine vakit ayırarak gündelik yaşamdaki ihtiyaçlarına yönelik faaliyetlerini yürütmesinin, çalışanların rahatlamasına ve bu sayede üretkenlik, verimlilik, yaratıcılık ve örgütsel bağlılıkları gibi konularda artış yaşanmasının sağlanmasıdır.

2.4 Nomofobi ve Sanal Kaytarma Arasındaki İlişkiyi İnceleyen Çalışmalar

Yıldız (2020) yaptığı çalışmada Antalya iline bağlı Belek ilçesinde, turizm işletmelerinde çalışanların nomofobi ve sanal kaytarma düzeyini belirlemeye yönelik akademik bir çalışma yürütmüştür. Çalışmada 300 kişiden veri toplanmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde, nomofobi ve sanal kaytarma arasında pozitif ve orta derecede bir ilişkinin varlığını tespit etmiştir. Çalışmaya katılanların nomofobi düzeylerindeki bir birimlik artışın sanal kaytarma düzeylerinde 0,604 birimlik bir artışa sebep olacağı sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca çalışmaya katılanların yaşları ve nomofobi dereceleri arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını fakat 1 yıldan daha az süredir çalışan katılımcıların diğer katılımcılara oranla nomofobi derecelerinin daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Sanal kaytarma bağlamında ise erkek katılımcıların kadın katılımcılara oranla daha fazla sanal kaytarma gösterdiklerini belirlenmesinin yanı sıra 25-36 yaş arası katılımcıların daha üst yaş arası katılımcılara göre daha fazla sanal kaytardıklarını da tespit etmiştir (Yıldız, 2020).

Masadeh (2021) tarafından Suudi Arabistan'ın güney kesimindeki Najran Üniversitesinde lisans düzeyi eğitim gören öğrencilerin, nomofobi ve sanal kaytarma düzeylerini belirlemeye yönelik akademik bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Elde ettiği bulgular neticesinde, nomofobi bağlamında katılımcıların en çok bilgiye erişemediklerinde, en az ise rahatlıktan feragat ettiklerinde kaygı duyduklarını; sanal kaytarma bağlamında ise en fazla çevrimiçi içerik erişimi faaliyeti, en az ise çevrimiçi alışveriş faaliyeti gerçekleştirdikleri tespit edilmiştir (Masadeh, 2021).

Arman ve Ören (2021) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise Türkiye geneli turizm faaliyeti gösteren işletmelerin mutfak, yiyecek ve içecek departmanında çalışan kişilerin nomofobi ve sanal kaytarma düzeyi incelenmiştir. Elde edilen bulgular neticesinde kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla daha nomofobik oldukları belirlenmiştir. Medeni hâl açısından yapılan incelemede bekâr katılımcıların nomofobinin “bilgiye erişememe”, “çevrimiçi olamama” ve “iletişim kuramama” alt boyutlarının yoksunluğunda evli çalışanlara oranla daha fazla kaygı ve korku hissetmektedirler (Arman & Ören, 2021, s. 2249). Sanal kaytarma bağlamında yapılan incelemelerde ise önemsiz sanal kaytarma faaliyetinin; bekâr bireylerde, evli bireylere oranla daha fazla olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca kadın katılımcıların önemli sanal kaytarma derecesinin, erkek katılımcıların ise önemsiz sanal kaytarma derecesinin birbirine oranla yüksek olduğu belirlenmiştir (Arman & Ören, 2021).

BÖLÜM 3: YÖNTEM

Çalışmanın bu kısmında; araştırmanın amacı ve önemi, çalışmada kullanılan yöntem ve çalışmanın hipotezlerine verilmiştir. Çalışmada sağlık çalışanlarının nomofobi düzeyini belirlemek için Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen ve Yıldırım vd., (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan nomofobi ölçeği kullanılmıştır. Sağlık çalışanlarının sanal kaytarma düzeyini tespit etmek için Örücü ve Yıldız (2014) tarafından geliştirilen sanal kaytarma ölçeği kullanılmıştır. Çalışmada temelde nicel araştırma tipi kullanılmaktadır. Betimsel olarak tasarlanmıştır. Ayrıca elde etmiş olduğu verileri sahada aktif çalışanlar üzerinde kısa bir zaman diliminde toplanması bakımından bu çalışma kesitsel tarama yöntemini de kullanmaktadır. Çalışmanın amacına uygun olarak incelenen iki değişkeninde düzeylerinin ölçülmesi ve arasındaki ilişkinin ortaya konulması için bağıntısal araştırma modeli benimsenmiştir.

3.1. Çalışmanın Amacı ve Önemi

Bireyler arası iletişim imkanlarının artması ve farklılaşan bireysel ihtiyaçlar, iletişim araç ve gereçlerinin kullanım yaygınlığını artırmaktadır. Bu durum hem gündelik hem de iş hayatındaki davranış şekilleri üzerinde olumlu ve olumsuz birçok sonuç doğurmaktadır. Bireylerin gündelik hayatlarında daha çok cep telefonu kullanmaları nomofobinin ortaya çıkmasını tetiklemekte ve mesai saatleri içerisinde cep telefonu kullanım sıklığını şekillendirmektedir (Arman & Ören, 2021). Çalışmanın amacı da nomofobinin, hastalarının her an hayati bir risk ile karşı karşıya olduğu ve bu yüzdende sürekli iletişime ihtiyaç duyan yoğun çalışma temposuna sahip sağlık çalışanları üzerindeki etkisini incelemek ve sağlık çalışanları tarafından gerçekleştirilen sanal kaytarmanın sıklığını ve şeklini ortaya çıkarmaktır.

Sağlık çalışanlarının gün içerisinde tetkik, tedavi ve bakım hizmetlerini yerine getirebilmeleri için ekip ile birlikte koordineli olarak çalışmaları önem arz etmektedir. İhtiyaç duyulan bu ekip koordinesinin sağlanmasında cep telefonları kaçınılmaz bir rol üstlenmektedir. Özellikle cep telefonlarındaki bazı uygulamaların grup iletişimine olanak vermesi, fotoğrafların kolaylıkla başka birisine gönderebilmesi ve okundu bilgisine olanak vermesi cep telefonlarının mesai saatleri içerisinde sıklıkla kullanılmasını sağlamaktadır (Güdük & Önder, 2018). Dolayısıyla sağlık çalışanlarında cep telefonu kullanım sıklığının bir sonucu olan hem nomofobi hem de

iş dışı verimsiz bir davranış olan sanal kaytarma olgularının bir arada incelenmesi ve daha önce sağlık çalışanları üzerinde bu iki değişkenin birlikte incelenmemiş olması çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

3.2 Çalışmanın Örneklemi ve Evreni

Bilimsel çalışmalarda elde edilen bulguların bütün birimlere yani evrene genellenebilmesi için evreni temsil ettiği varsayılan birim kümeleri üzerinden veriler elde edilir ve yorumlanır. Verilerin elde edildiği ve tüm evreni temsil ettiği varsayılan bu birimler örneklem olarak ifade edilmektedir (Gürbüz & Şahin, 2018). Bu çalışmada da aynı teknik uygulanarak araştırmanın örneklemi Ankara Şehir Hastanesinde aktif görev yapmakta olan, sağlık ve yardımcı sağlık hizmetleri sınıfına dahil 12.000 sağlık çalışanı arasından çalışmaya katılan 494 kişi oluşturmuştur.

Örneklem alınacak kişilerin seçiminde kolayda örneklem yöntemi seçilmiştir. Kolayda örneklem yönteminin seçilmesinde araştırmacının doğru cevap verebilecek birimleri özgürce seçmekte olduğunun bilinmesi etkili olmuştur. Evrendeki kişi sayısı bilindiği bilimsel çalışmalarda, örneklem sayısının aşağıdaki formül üzerinden hesaplanabildiği bilinmektedir (Özdamar, 2018). Bu çalışmada da formül doğrultusunda hesaplama yapılmıştır.

$$n = \frac{Nt^2p.q}{d^2(N-1) + t^2p.q}$$

Evren büyüklüğü (N) 12000 olan bir çalışmanın örnekleme (n)?

t= 1,96

p= incelenen olayın görülme sıklığı 0,5 olarak hesaplanmıştır.

q= incelenen olayın görülme sıklığı 0,5 olarak hesaplanmıştır.

d= 0,05 (± %5 sapma istediğimiz için sapma 0,05 olarak alınmıştır)

$$n = \frac{(12000)(1,96)^2 (0,5)(0,5)}{(0,05)^2 (12000-1)+(1,96)^2(0,5)(0,5)} = 372,24= 372$$

Bu formül üzerinden yapılan hesaplama sonucu örneklem büyüklüğü %95 güven aralığında $\alpha=0,05$ için 372 kişi olarak belirlenmiştir. Çalışma kapsamında ulaşılan 494 kişinin evreni temsil etme yeterliliğine sahip olduğu söylenebilir.

3.3 Veri Toplama Yöntemi ve Süreci

Ankara Şehir Hastanesinde aktif görev yapmakta olan sağlık çalışanlarının yer aldığı örneklem grubundan veriler, çevrimiçi anket yöntemi uygulanarak elde edilmiştir. Uygulanan anket formu üç farklı bölümden oluşmaktadır. İlk olarak çalışmaya katılan sağlık çalışanlarının demografik bilgilerine yönelik yanıtlar aranmıştır. Anket formunun ikinci kısmında nomofobi ölçeği ve son olarak ise sanal kaytarma ölçeği, katılımcıların nomofobi ve sanal kaytarma düzeylerini ölçmek için kullanılmıştır. Anket formunda literatürde daha önce geçerliliği ve güvenirliği yapılmış ölçeklerden faydalanılmıştır. Sanal kaytarma ölçeğinde sorularda örnek olarak sunulan bazı internet siteleri aynı amaca yönelik kullanılan yeni internet siteleri ile güncellenmiştir. Bu güncellemenin sebebi ölçeğin oluşturulduğu tarihte aktif olarak internet ortamında yer alan sitelerin artık yer alamaması veya bilinirliğinin yitirmesidir.

Çalışmanın etik kurul onayı Atılım Üniversitesi “İnsan Kaynakları Etik Kurulu” üyelerinin 07.06.2022 tarihli toplantısında alınan “37282” sayılı kararı ile alınmıştır. Ayrıca çalışmanın örneklemi oluşturan sağlık çalışanlarının Ankara Şehir Hastanesinde görev yapmasından dolayı, ilgili hastanenin “Tıpta Uzmanlık Eğitim Kurulunun” 17.06.2022 tarihli toplantısında alınan “41” sayılı kararı ile anket çalışması yapabilmek için izin alınmıştır.

Anket uygulaması 08/2022 tarihinde başlamış 11/2022 tarihinde sona ermiştir. Verilerin toplanma sürecinin uzamasında daha fazla katılımcıya ulaşma gayreti ve sağlık çalışanlarının yoğun iş temposundan dolayı ankete katılmalarının güç olması etkili olmuştur. Ankete katılan sağlık çalışanlarının çalışmaya dahil edilebilmesi için belirli kriterler oluşturulmuştur.

Anket uygulamasına dahil edilme kriterleri:

- 18 yaş ve üzeri Ankara Şehir Hastanesi’nde aktif görev yapmakta olan sağlık ve yardımcı sağlık hizmeti sınıfına mensup,
- Cep telefonu ve internet kullanan,
- İnternete erişilebilir bir ortamda görev yapmakta olan ve ankete katılmaya gönüllü olan sağlık çalışanları.

Dahil Edilmeme Kriterleri:

- Ankara Şehir Hastanesinde sağlık çalışanı olarak çalışan ama izinli veya istirahat raporlu olmasından dolayı aktif olarak çalışmayan,
- Ankete katılmakta gönüllü olmayan sağlık çalışanları.

3.4 Kullanılan Ölçekler

Ölçek bilimsel olarak araştırılmak istenen olay, olgu veya nesnelerin özelliklerini kaydetmek ve sayısal olarak betimlenebilmesini sağlamak amacıyla hazırlanmış araçlardır (Bayat, 2014). Bu çalışma kapsamındaki anket uygulamasında öncelikle katılımcıların demografik değişkenlerini ölçmek adına demografik bilgi formu kullanılmıştır. Ardından nomofobi ve sanal kaytarma olarak belirlenen değişkenlerin düzeylerini ve arasındaki ilişkiyi ölçmek amacıyla iki farklı ölçek kullanılmıştır.

3.4.1 Demografik bilgi formu

Anket formunun açıklama kısmından sonra yerleştirilmiş, bireylerin yaş (18-66 yaş ve üzeri.), cinsiyet (erkek/kadın), medeni hal (evli/bekâr), eğitim durumu (lise - lisansüstü), iş deneyimi (1'den az - 21 yıl ve üzeri), mesai saatlerinde internette gezinme süreleri (Hiç gezinmiyorum - 7 saat ve üzeri) ve mesleği (Hekim/Hemşire/Diğer..) hakkında soruları barındıran kısımdır.

3.4.2 Nomofobi ölçeği

Nomofobi düzeyini ölçmek için kullanılan bu ölçek Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek dört alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar “Bilgiye Erişememe”, “Rahatlıktan Feragat Etme”, “İletişim Kuramama” ve “Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme” olarak sınıflanmıştır (Yıldırım ve Correia, 2015, s. 131-132).

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlamasının güvenirlik ve geçerliliğini sağlamak amacıyla Yıldırım vd., tarafından (2016) bir ön test uygulanmıştır. Yapılan ön testte Türkiye'de bulunan iki devlet üniversitesinden 306 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Katılımcılar cep telefonuna sahip kişiler arasından rastgele seçilmiştir. Çalışma sonunda ölçeğin güvenirlik ve geçerliliği hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenirlilik Cronbach's Alpha katsayı değeri “0,91” olarak bulunmuştur (Yıldırım vd., 2016, s. 1324). Geçerliliğin sağlanabilmesi için bu ön test sonucunda doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar ölçeğin dört alt boyutlu modelini onaylamıştır (Yıldırım vd., 2016, s. 1324). Yapılan bu ön test sonucunda ölçeğin güvenirlilik ve

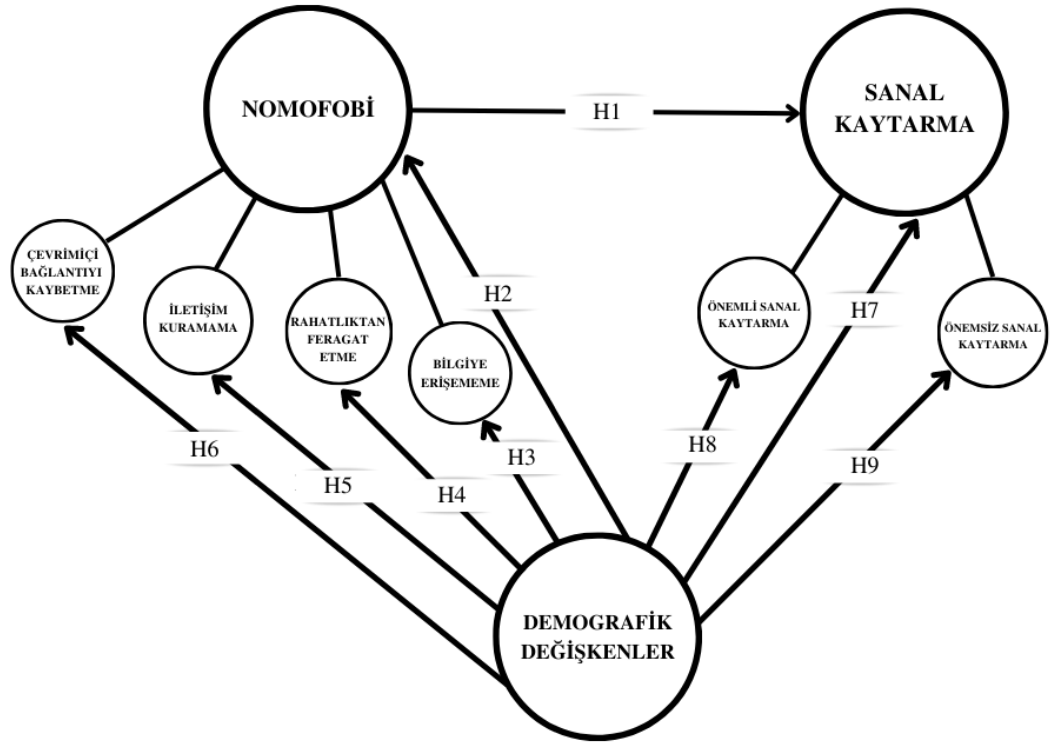
geçerliliğinin sağlanmış olması incelenen çalışma grubu için uygulanabilecek güvenilir bir ölçek olduğunu ortaya koymaktadır. Toplam 20 sorunun bulunduğu ölçek 5’li likert tipi şeklinde en az 1 puanı ifade eden “Hiçbir Zaman”, 2 puanı ifade eden “Çok Az”, 3 puanı ifade eden “Nadiren”, 4 puanı ifade eden “Çoğunlukla” ve en çok 5 puanı ifade eden “Her Zaman” olacak şekilde kullanılmıştır.

3.4.3 Sanal kaytarma ölçeği

Çalışmada kullanılan sanal kaytarma ölçeğini, Örücü ve Yıldız (2014) geliştirmiştir. 14 sorudan oluşan ölçekte 1-8 numaralı sorular önemli, 9-14 numaralı sorular ise önemsiz sanal kaytarma faaliyetini ölçmek için kullanılmıştır. Ölçeğin içerdiği soruların güvenirlik Cronbach’s Alpha katsayı değeri “0,88” olarak tespit edilmiştir (Örücü ve Yıldız, 2014, s. 103). Ölçeğin geçerliliğini ölçmek adına KMO değeri “0,88” ve barlet testi ($p<0,05$) anlamlı olarak hesaplanmıştır (Örücü ve Yıldız, 2014, s. 103). Ölçeğin güvenilir ve geçerli oluşu açısından çalışmada kullanılmasında yarar görülmüştür. Ölçekte 5’li likert tipi şeklinde en az 1 puanı ifade eden “Hiçbir Zaman”, 2 puanı ifade eden “Çok Az”, 3 puanı ifade eden “Nadiren”, 4 puanı ifade eden “Çoğunlukla” ve en çok 5 puanı ifade eden “Her Zaman” olacak şekilde kullanılmıştır.

3.5 Çalışmanın Modeli ve Hipotezler

Araştırmanın modelinin çıkarılması ve hipotezlerin öne sürülmesi sürecinde literatürde bulunan birçok bilimsel kaynaktan yararlanılmıştır. Bu süreçte nomofobi ve sanal kaytarma kavramını araştıran çalışmalar incelenmiş ve aralarında karşılaştırma yapılmıştır. Araştırmanın modelinde veri toplama yöntemi ve sürecinde de ifade edilen, Yıldırım ve Coreria (2015) tarafından hazırlanan nomofobi ölçeği ve sanal kaytarma düzeyini ölçmek için ise Örücü ve Yıldız (2014) tarafından hazırlanan ölçek kullanılmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde nomofobi ve sanal kaytarma arasındaki ilişkiyi açıklamak adına aşağıda yer alan model geliştirilmiş ve hipotezler oluşturulmuştur.



Şekil 1. Çalışmanın Modeli

3.5.1 Çalışmanın hipotezleri

H1: Sağlık çalışanlarında nomofobinin sanal kaytarma üzerinde etkisi vardır.

H2: Sağlık çalışanlarında nomofobi demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H2a: Sağlık çalışanlarında nomofobi yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H2b: Sağlık çalışanlarında nomofobi cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H2c: Sağlık çalışanlarında nomofobi medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H2d: Sağlık çalışanlarında nomofobi eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H2e: Sağlık çalışanlarında nomofobi iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H2f: Sağlık çalışanlarında nomofobi mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H2g: Sağlık çalışanlarında nomofobi ile çalıştığı bölümdeki görev değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H3: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H3a: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H3b: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H3c: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H3d: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H3e: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H3f: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H3g: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H4: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H4a: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H4b: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H4c: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H4d: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H4e: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H4f: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H4g: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H5: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H5a: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H5b: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H5c: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H5d: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H5e: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H5f: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H5g: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu çalıştığınız bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H6: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H6a: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H6b: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H6c: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H6d: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu eğitim durumu arasında bir farklılık vardır

H6e: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H6f: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H6g: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H7: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H7a: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H7b: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H7c: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H7d: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H7e: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H7f: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma mesai saatlerinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H7g: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H8: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H8a: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H8b: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal Kaytarma alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H8c: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H8d: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H8e: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H8f: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu mesai saatleri içinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H8g: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H9: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.

H9a: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H9b: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H9c: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H9d: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H9e: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H9f: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu mesai saatlerinde içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

H9g: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.

3.6 Verilerin Analizi

Hipotezlerin test edilmesinden önce çalışmada kullanılan ölçeklerin güvenirlik ve geçerlilik analizleri yapılmıştır. Ölçeklerin ve alt boyutlarının güvenirliğinin tespiti için Cronbach's Alpha(α) katsayısı hesaplanarak tablo gösterimi yapılmıştır. Güvenirlikleri belirlenmiş ölçek ve alt boyutlarının normal dağılıma uyup uymadığının tespiti için Skewness-Kurtosis testi uygulanmıştır. Ölçeklerde kullanılan, gözlenebilen ve ölçülebilen değerlerin yapısal olarak analiz edilmesinde ise doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yöntemi kullanılmıştır. DFA analizini gerçekleştirebilmek için ölçeklerin CMIN/DF(χ^2/df), GFI, CFI VE RMSEA katsayı değerleri hesaplanmıştır. Hem kullanılan ölçeklerin alt boyutları arasında hem de çalışmada incelenen bağımsız ve bağımlı değişkenin birbiriyle olan ilişkisini ortaya koymak için pearson korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Çalışmaya katılımcıların demografik değişkenlerinin analiz edilebilmesi için ise frekans ve yüzde değerleri hesaplanmıştır. Katılımcıların nomofobi ve sanal kaytarma temel düzeylerinin tespiti için ise aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır.

Çalışmada yer alan ölçek ve alt boyutları ile cinsiyet, medeni hal ve eğitim durumu arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Student-t testi uygulanmıştır. Çalışmada kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının yaş, iş deneyimi (yıl), mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi ve çalıştığı birimdeki görevi değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için ise ANOVA testi yapılmıştır. ANOVA testi sonucunda incelenen gruplardan en az birisinin ortalaması diğer grupların ortalamalarından farklı çıktığı takdirde bu farklılığın kaynağı değeri belirlemek için çoklu farklılaştırma testine başvurulur (Alpar, 2022). Bu çalışmada, ANOVA test değerinde farklılık tespit edilen ortalamalar üzerinde çoklu karşılaştırmalar testlerinden olan TUKEY testi uygulanmıştır.

BÖLÜM 4: BULGULAR VE YORUMLAR

Çalışmanın bu kısmında katılımcıların demografik özellikleri, kullanılan ölçeklerin güvenirlik katsayı analizleri, ölçeklerin yapısal olarak geçerlilikleri, anket maddelerinin frekans ve yüzdelik istatistikleri ve hipotezleri sınamak için yapılan Student-t testi, ANOVA, TUKEY ve pearson korelasyon katsayı bulgu ve yorumları yer almaktadır.

4.1 Katılımcıların Demografik Özellikleri

Çalışmanın bulgular kısmına ait bu başlığı altında katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni hal, eğitim durumu, iş deneyimi ve çalıştığı bölümdeki görevleri açısından demografik özelliklerine yer verilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerinin belirlenebilmesi için frekans dağılımı ve yüzde hesaplamaları yapılmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri Dağılımı

Demografik Özellikler	Sayı	Yüzde
Yaş		
18-25 Yaş	166	33,6
26-35 Yaş	225	45,5
36-45 Yaş	76	15,4
46-55 Yaş	26	5,3
56-65 Yaş	1	0,2
Cinsiyet		
Kadın	302	61,1
Erkek	192	38,9
Medeni Durum		
Evli	170	34,4
Bekâr	324	65,6
Eğitim		
Lise	17	3,4
Ön Lisans	23	4,7
Lisans	399	80,8
Lisans Üstü	55	11,1
İş Deneyimi		
1 Yıldan Az	55	11,1
1-5 Yıl	246	49,8

(Devamı)		
6-10 Yıl	101	20,4
11-15 Yıl	50	10,1
16-20 Yıl	17	3,4
21 Yıl ve Üzeri	25	5,1
Görev		
Hekim	55	11,1
Hemşire	322	65,2
Anestezi Teknikeri	28	5,7
Tıbbi Sekreter	11	2,2
İlk ve Acil Yardım Teknikeri	14	2,8
Eczacı	10	2,0
Ebe	12	2,4
Diğer	42	8,5
Toplam	494	100

Elde edilen bulgulara göre katılımcılar arasındaki en büyük çoğunluğu %45,5 ile 26-35 yaş grubunda ve en az yığılma da %0,2 ile 56-65 yaş grubunda olduğu gözlemlenmiştir. Kadın katılımcıların oranı %61,1 ve erkek katılımcıların oranı %38,9 olarak tespit edilmiştir. Kadın katılımcılar erkek katılımcılara oranla daha fazla olduğu görülmektedir. Evli katılımcıların oranı %34,4 ve bekâr katılımcıların oranı %65,6 olarak tespit edilmiştir. Bekâr katılımcıların evli katılımcılara oranla daha fazla olduğu görülmektedir. Katılımcıların %3,4'ünün Lise, %4,7'sinin Ön Lisans, %80,8'inin Lisans ve %11,1'inin Lisans Üstü eğitime sahip oldukları gözlemlenmiştir. Katılımcıların çoğunluğu Lisans mezunu olmasının yanı sıra Lisansüstü mezunlarının, Ön Lisans mezunu sayısından fazla olduğu görülmektedir. Katılımcı kitlesinin %49,8 ile 1-5 yıl iş deneyimi grubunda ve en az katılımcı kitlesinin de %3,4 ile 16-20 yıl iş deneyimi grubunda yer aldığı gözlemlenmektedir. Çalışmaya katılan meslek gruplarında en büyük katılımcı kitlesinin %64,2 ile Hemşire grubunda ve en az katılımcı kitlesinin de %2,0 ile Eczacı grubunda olduğu gözlemlenmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların Mesai Saatlerinde İnternette Gezinme Süreleri

Mesai Saatlerinde İnternette Gezinme Süresi	Sayı	Yüzde
Hiç gezinmiyorum	22	4,5
1 saat ve altı	245	49,6
1 - 3 saat	176	35,6

<i>(Devamı)</i>		
4 – 6 saat	46	9,3
7 saat ve üzeri	5	1,0

Katılımcıların mesai saatleri içerisinde internette gezinme süreleri Tablo 2’de incelendiğinde; en büyük katılımcı kitlesi %49,6 ile 1 saat ve altı grubunda ve en az katılımcı kitlesinin de %1,0 ile 7 saat ve üzeri grubunda olduğu gözlemlenmektedir.

4.2 Ölçeklerin Güvenilirlik Analizleri

Güvenirlik analizi, çalışmada kullanılan ölçekleri ve özelliklerinin güvenilirliğini değerlendirebilmenin bir metodudur (Kalaycı, 2010). Güvenirlik analizi ölçümlerinde elde edilen değer güvenilirlik Cronbach’s Alpha katsayısı adı verilen bir sayı ile gösterilir. Bu katsayı için güvenilirlik dereceleri aşağıdaki tabloda yer almaktadır. Güvenirlik analizi katsayısı (Cronbach Alpha) “ α ” simgesi ile ifade edilmektedir ve tabloda da bu gösterime yer verilmiştir.

Tablo 3. Cronbach’s Alpha Katsayısının Değer Aralığı ve Yorumları

Cronbach’s Alpha	Yorumu
$\alpha < 0,40$ aralığında ise	ölçek güvenilir değildir.
$0,40 \leq \alpha < 0,50$ aralığında ise	ölçek çok düşük düzeyde güvenilirliğe sahiptir.
$0,50 \leq \alpha < 0,60$ aralığında ise	ölçek düşük düzeyde güvenilirliğe sahiptir.
$0,60 \leq \alpha < 0,70$ aralığında ise	ölçek yeterli güvenilirlik düzeyine sahiptir.
$0,70 \leq \alpha < 0,90$ aralığında ise	ölçek yüksek güvenilirliğe sahiptir.
$0,90 \leq \alpha \leq 1$ aralığında ise	ölçek çok yüksek güvenilirliğe sahiptir.

(Özdamar, 2018).

Tablo 3 incelendiğinde; değerlendirme aralıklarını dikkate alarak çalışmalarda kullanılacak olan ölçeğin güvenilirlik katsayısının (Cronbach Alpha) $0,50 \leq \alpha < 1,0$ arasında bir değer alması gerektiği söylenebilir. Elde edilen bu güvenilirlik katsayısı (Cronbach Alpha) değerlendirme aralıkları dikkate alınarak, çalışmanın bağımsız değişkeni olan nomofobiği ölçmek için kullanılan ölçeğin güvenilirlik katsayı bulguları aşağıdaki tabloda yer almaktadır. Ölçekte kullanılan madde sayısı “N” ile ifade edilmektedir. Aşağıdaki tabloda bu gösterime yer verilmiştir.

Tablo 4. Çalışmada Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutları İçin Cronbach’s Alpha Katsayısı Bulguları

Ölçek/Boyut	Madde Sayısı (N)	Cronbach's Alpha (α)
Bilgiye erişememe	4	0,759
Rahatlıktan feragat etme	5	0,615
İletişim kuramama	6	0,922
Çevrimiçi bağlantıyı kaybetme	5	0,714
Nomofobi Ölçeği	20	0,838

Nomofobi ölçeğinin yirmi ifadeden oluşan güvenirlik analizi katsayısının (α) 0,83 olarak belirlenerek yüksek güvenirliğe sahip olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca ölçeğin alt boyutlarından olan iletişim kuramamanın güvenirlik analizi katsayısının (α) 0,92 olarak belirlenerek çok yüksek güvenirliğe sahip olduğu tespit edilmiştir. Nomofobi ölçeğinin diğer alt boyutlarının güvenirlik katsayıları incelendiğinde ise; bilgiye erişememe (α) 0,75, rahatlıktan feragat etme (α) 0,61 ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme (α) 0,71 olarak belirlenerek yeterli güvenirlikte oldukları belirlenmiştir.

Çalışmanın bağımlı değişkeni olarak belirlenen sanal kaytarmayı ölçmek için kullanılan ölçeğin güvenirlik katsayı değerleri ise aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 5. Çalışmada Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği ve Alt Boyutları İçin Cronbach's Alpha Katsayısı Bulguları

Ölçek/Boyut	N	Cronbach's Alpha(α)
Önemli sanal kaytarma faaliyetleri	6	0,573
Önemsiz sanal kaytarma faaliyetleri	5	0,623
Sanal Kaytarma Ölçeği	11	0,670

Çalışmada kullanılan sanal kaytarma ölçeğinin 11 ifadeden oluşan güvenirlik katsayısı (α) 0,67 olarak belirlenerek yeterli güvenirlikte olduğu tespit edilmiştir. Sanal kaytarma faaliyetini ölçmek üzere çalışmada kullanılan ölçek 14 maddeden oluşmaktadır. Fakat bir ölçeğin güvenilir olması için ölçek maddelerinin birbirleri ile yüksek düzeyde korelasyona sahip olması beklenmektedir. Ölçek maddeleri arasında beklenen bu korelasyon eğer 0,20 altında ise bu korelasyon değerlerine sahip ölçek maddesi ölçekten çıkarılmalıdır (Can, 2018). Sanal kaytarma ölçeğinde bulunan önemli sanal kaytarma alt boyutuna ait 4 ve 8, önemsiz sanal kaytarma alt boyutuna ait 14 numaralı maddelerde ölçek içindeki korelasyon düzeylerinin düşüklüğü ve ölçeğin bütününe güvenirlik katsayısının azaltması nedeniyle çalışmadan çıkarılmıştır. Yapılan değişiklikler sonucunda sanal kaytarma ölçeğinin alt

boyutlarından olan önemli sanal kaytarmanın 6 maddeden oluşan güvenilirlik katsayısı (α) 0,57 ölçülerek güvenilir olduğu tespit edilmiştir. Sanal kaytarma ölçeğinin alt boyutlarından olan önemsiz sanal kaytarmanın 5 maddelik güvenilirlik katsayısının ise (α) 0,62 olarak tespit edilerek yeterli güvenilirlikte olduğu belirlenmiştir.

4.3 Normal Dağılım Analizi

Çalışmada analize hazır hale getirilen verilerin normal dağılıma uygunluğunu tespit etmek için Skewness-Kurtosis testi uygulanarak hesaplanan çarpıklık ve basıklık katsayı değeri Tablo 6’da gösterilmektedir.

Tablo 6. Sanal Kaytarma ve Nomofobi Ölçeklerinin Çarpıklık ve Basıklık Katsayısı İstatistikleri

Değişkenler	Skewness		Kurtosis	
	Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Nomof_ORT	0,245	0,110	-0,130	0,219
Nomof_BE_ORT	0,369	0,110	-0,709	0,219
Nomof_RFE_ORT	0,290	0,110	-0,434	0,219
Nomof_IK_ORT	0,107	0,110	-0,622	0,219
Nomof_CBK_ORT	0,423	0,110	-0,600	0,219
SanalK_ORT	0,057	0,110	-0,420	0,219
SanalK_Onemli_ORT	0,170	0,110	-0,351	0,219
SanalK_Onemsiz_ORT	0,224	0,110	-0,645	0,219

Sanal kaytarma ve nomofobi ölçekleriyle alt boyutlarının çarpıklık ve basıklık katsayısı istatistikleri Tablo 6’da verilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde tüm katsayıların ± 1 aralığında bulunduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre değişkenlerin normal dağılıma uyduğu söylenebilir.

4.4 Ölçeklerin Doğrulayıcı Faktör Analizleri

Çalışmanın bu kısmında yapısal olarak incelenen araştırma modelinin toplanan veri ile bütünlüğünü belirlemek amacıyla uyum iyiliği indeks değeri incelenmiştir. Araştırma modelinin uyum indeksini belirlemek amacıyla CMIN/DF, GFI, CFI ve RMSEA değerleri mükemmel uyum ve kabul edilebilir uyum değerli aşağıdaki tabloda yer almaktadır. Aşağıda yer alan referans değerleri dikkate alınarak bu çalışmanın doğrulayıcı faktör analizi değerlendirilmiştir.

Tablo 7. Modelin Geçerliliği İçin Uyum İstatistiği Değerleri

İndeks	Mükemmel uyum değerleri	Kabul edilebilir uyum değerleri
CMIN(χ^2/df)	<2	<5
GFI	>0,95	>0,90
CFI	>0,95	>0,90
RMSEA	<0,05	<0,10

(Gürbüz, 2019)

Doğrusal faktör analizinin yapılması için elde edilmesi gereken temel değerler belirlendikten sonra çalışmada kullanılan nomofobi ölçeğine ilişkin doğrulayıcı faktör analiz değerleri aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

Tablo 8. Nomofobi Ölçeği DFA Modelinin Geçerliliği İçin Uyum İstatistiği Değerleri

	CMIN/DF	GFI	CFI	RMSEA
Düzye 1	2,705	0,911	0,927	0,059
Düzye 2	2,675	0,911	0,928	0,058
Kabul Edilebilir Uyum	≤ 5	$\geq 0,90$	$\geq 0,90$	$\leq 0,080$

Nomofobi Ölçeği DFA modelinin geçerliliği için Düzye 1 ve Düzye 2 uyum istatistiği değerleri Tablo 8’de verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre ölçeğin her iki düzye yapısal geçerlilik için uyum indeks değerinin kabul edilebilir değerler aralığında olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 9. Nomofobi Ölçeği, Bilgiye Erişememe Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları

Bilgiye Erişememe	Tahmin	S. Tahmin	S. Hata	Kritik Değer	p
Akıllı Telefonumdan Bilgiye Sürekli Erişemediğimde Rahatsızlık Duyarım.	1	0,753			
Akıllı Telefonumdan Bilgiye İstediğim An Erişemediğimde Canım Sıkılır.	1,029	0,782	0,069	14,821	0,000
Akıllı Telefonumdan Haberlere Ulaşamamak Beni Huzursuz Yapar.	0,693	0,519	0,067	10,382	0,000
Akıllı Telefonumun Özelliklerini Kullanamama Durumunda Rahatsız Olurum.	0,899	0,629	0,072	12,519	0,000

($p < 0,05$)

Nomofobi ölçeği, bilgiye erişememe alt boyutu maddelerinin boyut üzerindeki etki katsayıları Tablo 9’da incelendiğinde, bütün maddelerin etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Standart tahmin değerlerine göre en yüksek etki (Standart tahmin: 0,782) “*Akıllı Telefonumdan. Bilgiye İstediğim An Erişemediğimde Canım Sıkılır*” maddesinde, en düşük etki ise (Standart tahmin: 0,519) “*Akıllı Telefonumdan. Haberlere Ulaşamamak Beni Huzursuz Yapar*” maddesinde olduğu görülmektedir.

Tablo 10. Nomofobi Ölçeği, Rahatlıktan Feragat Etme Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları

Rahatlıktan Feragat Etme	Tahmin	S. Tahmin	S. Hata	Kritik Değer	p
Akıllı Telefonumun Sarjının Bitmesinden Korkarım.	1	0,628			
Kontörüm Bittiğinde Kotamı Aştığımda Paniğe Kapılırım.	1	0,618	0,1	10,025	0,000
Akıllı Telefonum Çekmediğinde Kontrol Ederim.	0,848	0,479	0,102	8,331	0,000
Akıllı Telefonum Olmadığında Biryerlerde Mahsur Kalacağımdan Korkarım.	0,594	0,307	0,105	5,668	0,000
Akıllı Telefonuma Bakamadıysam Güçlü Bir İstek Hissederim.	0,757	0,484	0,09	8,388	0,000

(p<0,05)

Nomofobi ölçeği, rahatlıktan feragat etme alt boyutu maddelerinin boyut üzerindeki etki katsayıları Tablo 10’da incelendiğinde, bütün maddelerin etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Standart tahmin değerlerine göre en yüksek etki (S.tahmin: 0,628) “*Akıllı Telefonumun Sarjının Bitmesinden Korkarım*” maddesinde, en düşük etki ise (S.tahmin: 0,307) “*Akıllı Telefonum Olmadığında Bir yerlerde Mahsur Kalacağımdan Korkarım*” maddesinde olduğu görülmektedir.

Nomofobi ölçeği, iletişim kuramama alt boyutu maddelerinin boyut üzerindeki etki katsayıları Tablo 11’de yer almaktadır.

Tablo 11. Nomofobi Ölçeği, İletişim Kuramama Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları

İletişim Kuramama	Tahmin	S. Tahmin	S.Hata	Kritik Değer	p
Eğer Akıllı Telefonum Yanımda Yoksa..					
Ailem ve Arkadaşlarımla İletişim Kuramayacağım İçin Kaygılanırım.	1	0,763			
Ailem ve Arkadaşlarım Bana Ulaşamayacakları İçin Endişelenirim.	1,082	0,837	0,045	23,845	0,000
Gelen Arama Ve Mesajları Alamayacağım İçin Huzursuzlanırım.	0,963	0,779	0,054	17,998	0,000
Ailem ve Arkadaşlarım İle İletişim Halinde Olmadığım İçin Endişelenirim.	1,158	0,904	0,054	21,29	0,000
Birinin Bana Ulaşmaya Çalışıp Çalışmadığını Bilmediğim İçin Gerilirim.	0,962	0,752	0,056	17,275	0,000
Ailem ve Arkadaşlarımla Olan Bağlantım Kesileceği İçin Huzursuzlanırım.	1,06	0,824	0,055	19,212	0,000

(p<0,05)

Elde edilen bulgular neticesinde bütün maddelerin etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Standart tahmin değerlerine göre en yüksek etki (S.Tahmin: 0,904) “*Ailem ve Arkadaşlarımla İletişim Halinde Olmadığım İçin Endişelenirim*” maddesinde, en düşük etki ise (S.Tahmin: 0,752) “*Birinin Bana Ulaşmaya Çalışıp Çalışmadığını Bilmediğim İçin Gerilirim*” maddesinde olduğu görülmektedir.

Tablo 12. Nomofobi Ölçeği, Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları

Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	Tahmin	S.Tahmin	S.Hata	Kritik Değer	p
Çevrimiçi Kimliğimden Kopacağım İçin Gerilirim.	1	0,603			
Sosyal Medya gibi Ağlara Erişemediğim İçin Rahatsızlık Duyarım.	1,154	0,679	0,109	10,628	0,000

<i>(Devamı)</i>					
Çevrimiçi Güncelleme Bildirimlerini Almadığım İçin Kendimi Tuhaf Hissederim.	1,349	0,750	0,122	11,024	0,000
E-Postaları Kontrol Edemediğim İçin Huzursuzlanırım.	0,997	0,550	0,108	9,274	0,000
Ne Yapacağımı Bilemediğim İçin Kendimi Tuhaf Hissederim.	0,64	0,332	0,104	6,128	0,000

($p<0,05$)

Nomofobi ölçeği, çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu maddelerinin boyut üzerindeki etki katsayıları Tablo 12’de yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre bütün maddelerin etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Standart tahmin değerlerine göre en yüksek etki (S.Tahmin: 0,750) “Çevrimiçi Güncelleme Bildirimlerini Almadığım İçin Kendimi Tuhaf Hissederim” maddesinde, en düşük etki ise (S.Tahmin: 0,332) “Ne Yapacağımı Bilemediğim İçin Kendimi Tuhaf Hissederim” maddesinde olduğu görülmektedir.

Tablo 13. Nomofobi Ölçeği Alt Boyutlarının Kendi Aralarındaki İlişkileri İçin Korelasyon Katsayıları

	Bilgiye Erişememe	Rahatlıktan Feragat Etme	İletişim Kuramama	Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme
Bilgiye Erişememe	1	0,731	0,371	0,310
Rahatlıktan Feragat Etme		1	0,453	0,419
İletişim Kuramama			1	0,186
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme				1

Nomofobi ölçeği alt boyutlarının kendi aralarındaki ilişkileri için korelasyon katsayıları Tablo 13’de verilmiştir. Tüm alt boyutlar arasında istatistiksel olarak pozitif ilişki tespit edilmiştir. Korelasyon katsayılarına göre en yüksek ilişki bilgiye

erişememe ile rahatlıktan feragat etme boyutları arasında ($r=0,731$), en düşük iletişim kuramama ile çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutları arasında ($r=0,186$) olduğu görülmektedir.

Çalışmanın bağımlı değişkenini ölçmek için kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve iki alt boyutu için yapılmış olan geçerlilik analizleri aşağıdaki kısımda yer almaktadır. DFA analizi kabul değerleri referans alınarak Tablo 14'te sanal kaytarma ölçeğinin DFA analizine yer verilmektedir.

Tablo 14. Sanal Kaytarma Ölçeği DFA Modelinin Geçerliliği İçin Uyum İstatistiği Değerleri

	CMIN/DF	GFI	CFI	RMSEA
Düzye 1	2,47	0,966	0,911	0,055
Düzye 2	2,282	0,97	0,924	0,051
Kabul Edilebilir Uyum	≤ 5	$\geq 0,90$	$\geq 0,90$	$\leq 0,080$

Sanal kaytarma ölçeği DFA modelinin geçerliliği için Düzye 1 ve Düzye 2 uyum istatistiği değerleri Tablo 14'te verilmiştir. Ölçeğin yapısal geçerlilik için uyum indeksleri değerlerinin kabul edilebilir değerler aralığında olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 15. Sanal Kaytarma Ölçeği, Önemli Sanal Kaytarma Faaliyetleri Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları

Önemli Sanal Kaytarma	Tahmin	S. Tahmin	S. Hata	Kritik Değer	p
Sanal Toplulukları Ziyaret Ederim.	1	0,410			
Eğlence Amaçlı Video İzlerim.	1,031	0,432	0,176	5,866	0,000
Blogları Okurum.	1,07	0,411	0,204	5,236	0,000
Müzik, Film vb. İndiririm.	1,544	0,598	0,263	5,877	0,000
Oyun Oynarım.	0,721	0,244	0,197	3,67	0,000
Kişisel WEB Sayfası İle İlgilenirim.	1,15	0,383	0,23	5,003	0,000

($p<0,05$)

Sanal kaytarma ölçeği, önemli sanal kaytarma faaliyetleri alt boyutu maddelerinin boyut üzerindeki etki katsayıları Tablo 15'te yer almaktadır. Elde edilen

bulgulara göre bütün maddelerin boyut üzerinde etkiye sahip olduğu söylenebilir. Standart tahmin değerlerine göre en yüksek etki (S. Tahmin: 0,598) “*Müzik, Film vb. İndiririm*” maddesinde, en düşük etki ise (S. Tahmin: 0,244) “*Oyun Oynarım*” maddesinde olduğu görülmektedir.

Tablo 16. Sanal Kaytarma Ölçeği, Önemsiz Sanal Kaytarma Faaliyetleri Alt Boyutu Maddelerinin Boyut Üzerindeki Etki Katsayıları

Önemsiz Sanal Kaytarma	Tahmin	S. Tahmin	S.Hata	Kritik Değer	p
Bankacılık İşlemleri Yaparım.	1	0,468			
Haber Sitelerini Ziyaret Ederim.	0,979	0,437	0,159	6,164	0,000
İş dışı E-Posta Alır/Gönderirim.	1,237	0,479	0,191	6,482	0,000
Çevrimiçi Alışveriş Yaparım.	1,07	0,479	0,145	7,378	0,000
Genel Amaçlı Web Sitelerini Ziyaret Ederim.	1,34	0,571	0,191	7,011	0,000

($p < 0,05$)

Sanal kaytarma ölçeği, önemsiz sanal kaytarma faaliyetleri alt boyutu maddelerinin boyut üzerindeki etki katsayıları Tablo 16’da incelendiğinde, bütün maddelerin boyut üzerinde etkiye sahip olduğu söylenebilir. Standart tahmin değerlerine göre en yüksek etki (S. Tahmin: 0,571) “*Genel Amaçlı Web Sitelerini Kontrol Ederim*” maddesinde, en düşük etki ise (S. Tahmin: 0,437) “*Haber Sitelerini Ziyaret Ederim*” maddesinde olduğu görülmektedir.

Tablo 17. Sanal Kaytarma Ölçeği Alt Boyutlarının Kendi Aralarındaki İlişkileri İçin Korelasyon Katsayıları

	Önemli Sanal Kaytarma	Önemsiz Sanal Kaytarma
Önemli Sanal Kaytarma	1	0,57
Önemsiz Sanal Kaytarma	0,57	1

Sanal kaytarma ölçeği alt boyutlarının birbirleri arasındaki ilişkileri için korelasyon katsayıları Tablo 17’de yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre iki alt

boyut arasında pozitif ilişki ($r=0,57$) olduğu söylenebilir. Buna göre alt boyutların herhangi birinde meydana gelecek 1 birimlik bir artışın diğer boyutta %57’lik bir artışa sebep olması beklenmektedir.

4.5 Nomofobi ve Sanal Kaytarmaya İlişkin Bulgular

Çalışmanın bu kısmında nomofobi ve sanal kaytarma ölçeğine ait maddelere, sağlık çalışanlarının katılım düzeylerinin genel aritmetik ortalaması ($\bar{X}$) ve standart sapma (σ) katsayı bulguları yer almaktadır.

Tablo 18. Nomofobi Ölçeği, Maddeleri İçin Frekans Dağılımı ve Açıklayıcı İstatistikleri

Nomofobi Ölçeği Soruları	$\bar{X}$	σ
1.Akıllı Telefonumdan Bilgiye Sürekli Erişemediğimde Rahatsızlık Duyarım.	3,18	1,01
2.Akıllı Telefonumdan Bilgiye İstediğim An Erişemediğimde Canım Sıkılır.	3,14	1,00
3.Akıllı Telefonumdan Haberlere Ulaşamamak Beni Huzursuz Yapar.	3,19	1,02
4.Akıllı Telefonumun. Özelliklerini Kulanama Durumunda Rahatsız Olurum.	3,15	1,09
5.Akıllı Telefonumun Sarjının Bitmesinden Korkarım.	3,39	1,01
6.Kontörüm Bittiğinde Kotamı Aştığımda Paniğe Kapılırım.	3,24	1,03
7.Akıllı Telefonum Çekmediğinde Kontrol Ederim.	3,22	1,13
8.Akıllı Telefonum Olmadığında Biryerlerde Mahsur Kalacağımdan Korkarım.	3,41	1,23
9. Akıllı Telefonuma Bakamadıysam Güçlü Bir İstek Hissederim.	3,29	1,00
Eğer Akıllı Telefonum Yanımda Yoksa...		
10.Ailem ve Arkadaşlarımla İletişim Kuramayacağım İçin Kaygılanırım.	3,45	0,93
11.Ailem ve Arkadaşlarım Bana Ulaşamayacakları İçin Endişelenirim.	3,52	0,92
12.Gelen Arama Ve Mesajları Alamayacağım İçin Huzursuzlanırım.	3,49	0,87

<i>(Devamı)</i>		
13.Ailem ve Arkadaşlarım ile İletişim Halinde Olmadığım İçin Endişelenirim.	3,53	0,91
14.Birinin Bana Ulaşmaya Çalışıp Çalışmadığını Bilmediğim İçin Gerilirim.	3,46	0,91
15.Ailem ve Arkadaşlarımla Olan Bağlantım Kesileceği İçin Huzursuzlanırım.	3,45	0,91
16.Çevrimiçi Kimliğimden Kopacağım İçin Gerilirim.	3,27	1,14
17.Sosyal Medya gibi Ağlara Erişemediğim İçin Rahatsızlık Duyarım.	3,36	1,17
18.Çevrimiçi Güncelleme Bildirimlerini Alamadığım İçin Kendimi Tuhaf Hissederim.	3,31	1,21
19. E-Postaları Kontrol Edemediğim İçin Huzursuzlanırım.	3,14	1,24
20.Ne Yapacağımı Bilemediğim İçin Kendimi Tuhaf Hissederim.	3,50	1,32

($\bar{X}$ =Aritmetik Ortalama, σ =Standart Sapma)

Tablo 18’de yer alan bulgulara göre en yüksek ortalamanın ($\bar{X}$ =3,53) “*Ailem ve Arkadaşlarımla Olan Bağlantım Kesileceği İçin Huzursuzlanırım.*” maddesine, en düşük ortalamanın ise ($\bar{X}$ =3,14) “*Akıllı Telefonumdan Bilgiye İstediyim An Erişemediğimde Canım Sıkılır.*” maddesine ait olduğu görülmektedir.

Tablo 19. Sanal Kaytarma Ölçeği, Maddeleri İçin Frekans Dağılımı ve Açıklayıcı İstatistikleri

Sanal Kaytarma Ölçeği	$\bar{X}$	σ
1.Sanal Toplulukları Ziyaret Ederim.	3,17	1,08
2.Eğlence Amaçlı Video İzlerim.	3,24	1,06
3.Blogları Okurum.	3,20	1,15
5.Müzik, Film vb. İndiririm.	3,19	1,14
6.Oyun Oynarım.	3,56	1,31
7.Kişisel WEB Sayfası İle İlgilenirim.	3,45	1,33
9. Bankacılık İşlemleri Yaparım	3,34	0,97
10.Haber Sitelerini Ziyaret Ederim.	3,21	1,01

<i>(Devamı)</i>		
11.İş dışı E-Posta Alır/Gönderirim	2,98	1,17
12.Çevrimiçi Alışveriş Yaparım	3,49	1,02
13.Genel Amaçlı Web Sitelerini Ziyaret Ederim	3,06	1,06

Tablo 19’da yer alan bulgulara göre en yüksek ortalamanın ($\bar{X}$ =3,56) “*Oyun Oynarım.*”, en düşük ortalamaya sahip maddenin ise ($\bar{X}$ =3,06) “*Genel Amaçlı Web Sitelerini Ziyaret Ederim.*” maddesine ait olduğu görülmektedir.

Tablo 20. Ankete Katılan Bireylerin Nomofobi ve Sanal Kaytarmaya İlişkin Temel Bulguları

DEĞİŞKENLER	N	$\bar{X}$	σ
Nomofobi	494	3,33	0,52
Bilgiye Erişememe	494	3,17	0,78
Rahatlıktan Feragat Etme	494	3,31	0,68
İletişim Kuramama	494	3,48	0,77
Çevrimiçi Bağlantıyı Kaybetme	494	3,31	0,83
Sanal Kaytarma	494	3,26	0,54
Önemli Sanal Kaytarma	494	3,30	0,67
Önemsiz Sanal Kaytarma	494	3,22	0,66

Nomofobi ve sanal kaytarma ile ilgili genel aritmetik ortalamalara Tablo 20 üzerinden bakıldığında; katılımcıların nomofobi düzeylerinin ortalama ($\bar{X}$ =3.33) ve sanal kaytarma düzeylerinin ise ortalama ($\bar{X}$ =3.26) olduğu söylenebilir. Hem nomofobi hem de sanal kaytarmanın alt boyutları açısından bakılacak olursa; katılımcıların iletişim kuramadıkları ($\bar{X}$ =3.48) ve çevrimiçi bağlantıyı kaybettikleri ($\bar{X}$ =3.31) zamanlarda huzursuzluk yaşadıkları görülmektedir. Sanal Kaytarma bakımından ise katılımcıların önemli sanal ($\bar{X}$ =3.30) kaytarma faaliyetlerini önemsiz sanal kaytarma faaliyetlerinden daha fazla yaptıkları gözlemlenmektedir.

4.5.1 Nomofobiye ilişkin bulgular

Çalışmanın bu kısmında katılımcıların nomofobi düzeyleri ile demografik özellikleri arasındaki ilişkiyi saptamaya yönelik bulgular yer almaktadır. Tablo gösteriminde yer alan “*Nomof_ORT*” ifadesi genel nomofobi ortalamasını ifade ederken,

“*Nomof_BE_ORT*” ifadesi ankette kullanılan nomofobi ölçeğinin alt boyutlarından bilgiye erişememe, “*Nomof_RFE_ORT*” ifadesi rahatlıktan feragat etme, “*Nomof_IK_ORT*” ifadesi iletişim kuramama ve “*Nomof_CBK_ORT*” ifadesi ise çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutunu ifade etmektedir. Nomofobi ile cinsiyet, medenî hal ve eğitim durumu arasındaki ilişkiyi belirlemek için Student-t testi uygulanmıştır. Nomofobi ve alt boyutlarının yaş, iş deneyimi (yıl), mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi ve çalıştığı birimdeki görevi değişkenleri bakımından incelenmesi için ise ANOVA testi yapılmıştır. ANOVA test değerinde farklılık tespit edilen ortalamalar üzerinde ise çoklu karşılaştırma testlerinden olan TUKEY testi uygulanmıştır.

Tablo 21. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	σ	T	P
Nomof_ORT	Kadın	302	3,387	0,477	2,861	0,004
	Erkek	192	3,249	0,584		
Nomof_BE_ORT	Kadın	302	3,276	0,746	3,939	0,000
	Erkek	192	2,995	0,813		
Nomof_RFE_ORT	Kadın	302	3,350	0,655	1,753	0,080
	Erkek	192	3,241	0,714		
Nomof_IK_ORT	Kadın	302	3,564	0,712	3,056	0,002
	Erkek	192	3,349	0,835		
Nomof_CBK_ORT	Kadın	302	3,299	0,840	0,544	0,587
	Erkek	192	3,341	0,828		

($p < 0,05$)

Ankette kullanılan nomofobi ölçeği ve alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında farklılık olup olmadığı Tablo 21’de t testi analizi gösterilmiştir. Elde edilen bulgulara göre ankette kullanılan nomofobi ölçeği ile bilgiye erişememe ve iletişim kuramama boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağı, nomofobi ($t=2,861$ ve $p=0,004$), bilgiye erişememe ($t=3,939$ ve $p=0,000$) ve iletişim kuramama ($t=3,056$ ve $p=0,002$) algılarının kadın katılımcılarda erkek katılımcılara göre daha yüksek olmasıdır. Bu bağlamda kadınların genel anlamda erkeklere oranla daha fazla nomofobik olduklarının yanı sıra iletişim kuramadıklarında ve bilgiye erişemediklerinde erkeklere oranla daha fazla kaygılandıkları da söylenebilir. Nomofobi ve alt boyutlarının,

cinsiyet değişkeni arasında farklılığı ortaya koymak üzere geliştirilen bu tablo ile çalışmanın hipotezlerinden H2b, H3b ve H5b desteklenmiştir. H2, H3 ve H5 hipotezi ise kısmen desteklenmektedir.

Ankette kullanılan nomofobi Ölçeği ve alt boyutları ile medeni durum değişkeni arasında farklılık olup olmadığı Tablo 22’de t testi ile gösterilmektedir.

Tablo 22. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Medeni Durum Değişkeni Bakımından İncelenmesi.

	Medeni Durum	N	$\bar{X}$	σ	T	p
Nomof_ORT	Evli	170	3,335	0,478	0,058	0,954
	Bekâr	324	3,332	0,549		
Nomof_BE_ORT	Evli	170	3,053	0,816	-2,343	0,020
	Bekâr	324	3,226	0,761		
Nomof_RFE_ORT	Evli	170	3,206	0,630	-2,424	0,016
	Bekâr	324	3,361	0,699		
Nomof_IK_ORT	Evli	170	3,574	0,746	1,955	0,051
	Bekâr	324	3,432	0,777		
Nomof_CBK_ORT	Evli	170	3,404	0,869	1,711	0,088
	Bekâr	324	3,269	0,814		

(p<0,05)

Elde edilen bulgulara göre ankette kullanılan nomofobi ölçeğinin bilgiye erişememe ve rahatlıktan feragat etme alt boyutlarında medeni durum değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağı bekâr katılımcıların bilgiye erişememe ($t=-2,343$ ve $p=0,020$) ve rahatlıktan feragat etme ($t=2,424$ ve $p=0,016$) algılarının evli katılımcılara göre daha yüksek olmasıdır. Bu bağlamda bekâr katılımcıların bilgiye erişemediklerinde ve rahatlıktan feragat ettiklerinde evli katılımcılara oranla daha fazla kaygılandıkları söylenebilmektedir. Nomofobi ve alt boyutları ile cinsiyet arasındaki farklılığı ortaya koyan bu tablo ile çalışmanın hipotezlerinden H2c, H3c ve H4c desteklenmiştir. H4 hipotezi ise kısmen desteklenmektedir.

Ankette kullanılan nomofobi ölçeği ve alt boyutları ile eğitim durumu değişkeni arasında farklılık olup olmadığı Tablo 23’te gösterilmektedir.

Tablo 23. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Eğitim	N	$\bar{X}$	σ	T	p
Nomof_ORT	Lisans	399	3,320	0,518	-1,518	0,130
	Lisans Üstü	55	3,433	0,514		
Nomof_BE_ORT	Lisans	399	3,173	0,754	-0,576	0,565
	Lisans Üstü	55	3,236	0,846		
Nomof_RFE_ORT	Lisans	399	3,301	0,675	-0,796	0,426
	Lisans Üstü	55	3,378	0,684		
Nomof_IK_ORT	Lisans	399	3,482	0,781	-0,661	0,509
	Lisans Üstü	55	3,555	0,659		
Nomof_CBK_ORT	Lisans	399	3,262	0,807	-2,011	0,045
	Lisans Üstü	55	3,498	0,892		

(p<0,05)

Lise ve önlisans eğitim düzeyine sahip katılımcılar, sayılarındaki istatistiksel yetersizlikten dolayı çalışmanın bu kısmına dahil edilmemiştir. Elde edilen bulgulara göre ankette kullanılan nomofobi ölçeğinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme boyutunda eğitim durumu değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağı (t=-2,011 ve p=0,045), lisansüstü eğitime sahip katılımcılarda çevrimiçi bağlantıyı kaybetme algısının lisans eğitimine sahip katılımcılara göre daha yüksek olmasıdır. Bu bağlamda lisansüstü eğitime sahip katılımcıların çevrim içi bağlantı kuramadıklarında lisans mezunlarına göre daha fazla kaygı yaşadığı söylenebilir. Buna göre çalışmanın hipotezlerinden H6d desteklenmiştir. H6 hipotezi ise kısmen desteklenmektedir.

Tablo 24. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Yaş Grubu Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Yaş Grubu	N	$\bar{X}$	σ	F	P	Farklılığın Kaynağı
Nomof_ORT	18-25 Yaş	166	3,335	0,538	2,607	0,051	
	26-35 Yaş	225	3,283	0,498			
	36-45 Yaş	76	3,404	0,526			
	46 Yaş ve üzeri	27	3,543	0,606			
	Total	494	3,333	0,525			
Nomof_BE_ORT	18-25 Yaş	166	3,193	0,716			

(Devamı)

	26-35 Yaş	225	3,174	0,823		
	36-45 Yaş	76	3,105	0,779	0,268	0,848
	46 Yaş ve üzeri	27	3,111	0,889		
	Total	494	3,166	0,784		
Nomof_RFE_ORT	18-25 Yaş	166	3,364	0,654		
	26-35 Yaş	225	3,266	0,694		
	36-45 Yaş	76	3,242	0,717	1,598	0,189
	46 Yaş ve üzeri	27	3,496	0,569		
	Total	494	3,308	0,680		
Nomof_IK_ORT	18-25 Yaş	166	3,500	0,745		
	26-35 Yaş	225	3,409	0,762		
	36-45 Yaş	76	3,634	0,771	1,730	0,160
	46 Yaş ve üzeri	27	3,525	0,918		
	Total	494	3,480	0,769		
Nomof_CBK_ORT	18-25 Yaş	166	3,220	0,830		
	26-35 Yaş	225	3,236	0,780		
	36-45 Yaş	76	3,529	0,782	8,746	0,000
	46 Yaş ve üzeri	27	3,956	1,078		
	Total	494	3,315	0,835		

(p<0,05)

Ankette kullanılan nomofobi ölçeği ve alt boyutları ile yaş grubu değişkeni arasında farklılık olup olmadığı ANOVA testi ile incelenerek elde edilen bulgular Tablo 24’te gösterilmiştir. Elde edilen bulgulara göre ankette kullanılan nomofobi ölçeği ve alt boyutlarında yaş grubu değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağı olan gruplar TUKEY testiyle belirlenerek ilgili ölçeğin karşısına yazılmıştır. TUKEY testi ile belirlenen bu farklılığa göre (F=8,746 ve p=0,000) 36-45 yaş aralığındaki katılımcıların 18-25 yaş arasındaki katılımcılara, 46 yaş ve üzeri katılımcıların 18-25 yaş arasındaki katılımcılara, 36-45 yaş arası katılımcıların 26-35 yaş arası katılımcılara ve 46 yaş ve üzeri katılımcıların 26-35 yaş arasındaki katılımcılara göre çevrimiçi bağlantıyı kaybettiklerinde daha fazla kaygılandıkları söylenebilmektedir. Elde edilen bulgular neticesinde çalışmanın hipotezlerinden H2a ve H6a desteklenmektedir.

Tablo 25. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutlarının İş Deneyimi Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	İş Deneyimi	N	$\bar{X}$	σ	F	P	Farklılığın Kaynağı
Nomof_ORT	1 Yıdan Az	55	3,355	0,509			1-5 Yıl ile 16 Yıl ve üzeri

(Devamı)

	1-5 Yıl	246	3,278	0,514		
	6-10 Yıl	101	3,311	0,490	3,001	0,018
	11-15 Yıl	50	3,456	0,505		
	16 Yıl ve üzeri	42	3,533	0,651		
	Total	494	3,333	0,525		
Nomof_BE_ORT	1 Yıldan Az	55	3,245	0,752		
	1-5 Yıl	246	3,134	0,757		
	6-10 Yıl	101	3,136	0,764	0,497	0,738
	11-15 Yıl	50	3,260	0,941		
	16 Yıl ve üzeri	42	3,214	0,840		
	Total	494	3,166	0,784		
Nomof_RFE_ORT	1 Yıldan Az	55	3,364	0,610		
	1-5 Yıl	246	3,257	0,667		
	6-10 Yıl	101	3,269	0,711	2,222	0,066
	11-15 Yıl	50	3,348	0,693		
	16 Yıl ve üzeri	42	3,576	0,707		
	Total	494	3,308	0,680		
Nomof_IK_ORT	1 Yıldan Az	55	3,521	0,721		
	1-5 Yıl	246	3,465	0,760		
	6-10 Yıl	101	3,411	0,769	0,739	0,566
	11-15 Yıl	50	3,627	0,767		
	16 Yıl ve üzeri	42	3,512	0,885		
	Total	494	3,480	0,769		
Nomof_CBK_ORT	1 Yıldan Az	55	3,233	0,753		1 Yıldan Az ile 16 Yıl ve üzeri, 1-5 Yıl ile 16 Yıl ve üzeri
	1-5 Yıl	246	3,191	0,794		
	6-10 Yıl	101	3,372	0,829	5,680	0,000
	11-15 Yıl	50	3,516	0,837		
	16 Yıl ve üzeri	42	3,771	0,991		
	Total	494	3,315	0,835		

(p<0,05)

Ankette kullanılan nomofobi ölçeği ve alt boyutları ile iş deneyimi değişkeni arasında farklılık olup olmadığı ANOVA testi ile incelenerek elde edilen bulgular Tablo 25'te yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre Ankette kullanılan nomofobi ölçeği ve alt boyutlarında iş deneyimi değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağı olan gruplar TUKEY testiyle belirlenerek ilgili ölçeğin karşısına yazılmıştır. Tukey testi ile belirlenen bu farklılıkların ilkinde göre (F=3,001 ve p=0,018) 16 yıl ve üzeri iş deneyimi olan katılımcıların 1-5 yıl arası iş deneyimi bulunan katılımcılara göre nomofobi düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilmektedir. TUKEY testi ile belirlenen bir diğer farklılık ise (F=5,680 ve p=0,000) 16 yıl ve üzeri iş deneyimi bulunan

katılımcıların 1 yıldan az ve 1-5 yıl arası iş deneyimi bulunan katılımcılara oranla çevrimiçi bağlantıyı kaybettiklerinde daha fazla kaygı ve korku yaşadıkları söylenebilmektedir. Elde edilen bulgulara göre çalışmanın hipotezlerinden H2e ve H6e desteklenmektedir.

Tablo 26. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Mesai Saatlerinde İnternette Gezinme Süresi Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Mesai Saatlerinde İnternette Gezinme Süresi	N	$\bar{X}$	σ	F	P	Farklılığın Kaynağı
Nomof_ORT	1 saat ve altı	245	3,277	0,528	5,672	0,004	1 saat ve altı ile 4 saat ve üzeri, 1-3 saat ile 4 saat ve üzeri
	1- 3 saat	176	3,321	0,497			
	4 saat ve üzeri	51	3,541	0,456			
	Total	472	3,322	0,514			
Nomof_BE_ORT	1 saat ve altı	245	3,031	0,798	13,241	0,000	1 saat ve altı ile 4 saat ve üzeri, 1-3 saat ile 4 saat ve üzeri
	1- 3 saat	176	3,183	0,720			
	4 saat ve üzeri	51	3,623	0,647			
	Total	472	3,1	0,774			
Nomof_RFE_ORT	1 saat ve altı	245	3,202	0,684	9,656	0,000	1 saat ve altı ile 4 saat ve üzeri, 1-3 saat ile 4 saat ve üzeri
	1- 3 saat	176	3,313	0,649			
	4 saat ve üzeri	51	3,647	0,597			
	Total	472	3,292	0,674			
Nomof_IK_ORT	1 saat ve altı	245	3,429	0,790	2,126	0,120	
	1- 3 saat	176	3,507	0,744			
	4 saat ve üzeri	51	3,660	0,606			
	Total	472	3,483	0,757			
Nomof_CBK_ORT	1 saat ve altı	245	3,367	0,836	1,951	0,143	
	1- 3 saat	176	3,217	0,825			
	4 saat ve üzeri	51	3,227	0,647			
	Total	472	3,296	0,815			

(p<0,05)

Ankette kullanılan nomofobi ölçeği ve alt boyutları ile mesai saatlerinde internette gezinme süresi değişkeni arasında farklılık olup olmadığı ANOVA testi ile incelenerek elde edilen bulgular Tablo 26’da verilmiştir. Anketin demografik bilgi formu kısmında mesai saatleri içerisinde internette gezinme süreniz maddesine “hiç gezinmiyorum” ifadesini belirten katılımcıların sayısındaki yetersizlikten dolayı çalışmanın bu kısmından çıkarılmıştır. Elde edilen bulgulara göre nomofobi ölçeği ve alt boyutlarında mesai saatlerinde internette gezinme süresi değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. TUKEY testi ile belirlenen

bu farklılıklara göre mesai saatlerinde 4 saat ve üzeri internette gezinen katılımcıların ortalama nomofobi düzeyi ($F=5,672$ ve $p=0,004$) 1-3 saat ve 1 saat altı gezinen katılımcılara oranla daha yüksektir. Tespit edilen diğer farklılıklara göre ise 4 saat ve üzeri internette gezinen katılımcıların 1-3 saat ve 1 saat altı mesai saatlerinde internette gezinen katılımcılara oranla bilgiye erişemediklerinde ($F=13,241$ ve $p=0,000$) ve rahatlıklarından feragat ettiklerinde ($F= 9,656$ ve $p= 0,000$) daha fazla kaygı ve korku yaşamaktadırlar. Elde edilen bulgular neticesinde çalışmanın hipotezlerinden H2f, H3f ve H4f desteklenmektedir.

Tablo 27. Ankette Kullanılan Nomofobi Ölçeği ve Alt Boyutlarının Görev Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Görev	N	$\bar{X}$	σ	F	P	Farklılığın Kaynağı
Nomof_ORT	Hekim	55	3,332	0,538	1,415	0,244	
	Hemşire ve Ebe	334	3,278	0,500			
	Tıbbi Tekniker	42	3,410	0,515			
	Total	431	3,297	0,507			
Nomof_BE_ORT	Hekim	55	3,136	0,840	0,260	0,771	
	Hemşire ve Ebe	334	3,129	0,749			
	Tıbbi Tekniker	42	3,220	0,894			
	Total	431	3,139	0,775			
Nomof_RFE_ORT	Hekim	55	3,255	0,631	3,556	0,029	Hemşire ve Ebe ile Tıbbi Tekniker
	Hemşire ve Ebe	334	3,238	0,661			
	Tıbbi Tekniker	42	3,529	0,758			
	Total	431	3,268	0,671			
Nomof_IK_ORT	Hekim	55	3,573	0,857	1,176	0,310	
	Hemşire ve Ebe	334	3,443	0,734			
	Tıbbi Tekniker	42	3,341	0,783			
	Total	431	3,450	0,755			
Nomof_CBK_ORT	Hekim	55	3,276	0,857	2,366	0,095	
	Hemşire ve Ebe	334	3,238	0,801			
	Tıbbi Tekniker	42	3,524	0,747			
	Total	431	3,271	0,806			

($p<0,05$)

Ankette kullanılan nomofobi ölçeği ve alt boyutları ile görev değişkeni arasında farklılık olup olmadığı ANOVA testi ile incelenerek elde edilen bulgular Tablo 27’de verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre nomofobi ölçeği ve alt boyutlarının görev değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. Tukey testi ile tespit edilen farklılığa göre ($F=3,556$ ve $p=0,029$) tıbbi teknikerlerin, hemşire ve ebeler göre rahatlıktan feragat ettiklerinde daha fazla kaygılandıkları söylenebilmektedir. Elde edilen bulgular neticesinde çalışmanın hipotezlerinden H4g desteklenmektedir.

4.5.2 Sanal kaytarmaya ilişkin bulgular

Çalışmanın bu kısmında katılımcıların sanal kaytarma düzeyleri ile demografik özellikleri arasındaki ilişkiyi saptamaya yönelik bulgular yer almaktadır. Tablo gösteriminde yer alan “*SanalK_ORT*” ifadesi sanal kaytarma faaliyeti düzeyinin ortalamasını, “*SanalK_Onemli_ORT*” ifadesi ankette kullanılan ölçeğin alt boyutu olan önemli sanal kaytarma faaliyetinin düzeyini ve “*SanalK_Onemsiz_ORT*” ifadesi ise ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeğinin alt boyutlarından olan önemsiz sanal kaytarma faaliyeti düzeyini ifade etmektedir. Bu kısımda yer alan sanal kaytarma ve alt boyutları ile cinsiyet, medenî hal ve eğitim durumu arasındaki ilişkiyi belirlemek için Student-t testi uygulanmıştır. Sanal kaytarma ve alt boyutları ile yaş, iş deneyimi, mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi ve çalıştığı birimdeki görevi arasındaki farklılığı ortaya koymak içinse ANOVA testi uygulanmıştır. Elde edilen farklılıkların kaynağını belirlemek için ise karşılaştırmalı analiz test yöntemlerinden olan TUKEY testi uygulanmıştır.

Tablo 28. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği ve Alt Boyutlarının Cinsiyet Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	σ	T	p
SanalK_ORT	Kadın	302	3,309	0,483	2,417	0,016
	Erkek	192	3,189	0,616		
SanalK_Onemli_ORT	Kadın	302	3,309	0,624	0,338	0,735
	Erkek	192	3,288	0,733		
SanalK_Onemsiz_ORT	Kadın	302	3,309	0,589	3,981	0,000
	Erkek	192	3,070	0,740		

($p<0,05$)

Ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında farklılık olup olmadığı t testi ile incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 28’de gösterilmektedir. Bu bulgulara göre ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeğinin önemsiz sanal kaytarma faaliyeti alt boyutunun cinsiyet değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark gösterdiği tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağına göre kadın katılımcılar erkek katılımcılara göre daha fazla sanal kaytarma ($t=2,417$ ve $p=0,016$) ve önemsiz sanal kaytarma faaliyeti ($t=3,981$ ve $p=0,000$) gerçekleştirmektedir. Bu bulgu çalışmanın hipotezlerinden olan H7b ve H9b hipotezini desteklemiştir. H7 ve H9 hipotezi ise kısmen desteklenmektedir.

Tablo 29. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Medeni Durum Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Medeni Durum	N	$\bar{X}$	σ	t	p
SanalK_ORT	Evli	170	3,315	0,482	1,565	0,118
	Bekâr	324	3,235	0,569		
SanalK_Onemli_ORT	Evli	170	3,402	0,623	2,448	0,015
	Bekâr	324	3,248	0,685		
SanalK_Onemsiz_ORT	Evli	170	3,211	0,677	-0,136	0,892
	Bekâr	324	3,219	0,654		

($p<0,05$)

Ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutları ile medeni durum değişkeni arasında farklılık olup olmadığı t testi ile incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 29’da gösterilmektedir. Bu bulgulara göre ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeğinin önemli sanal kaytarma alt boyutu ile medeni durum değişkeni bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark gösterdiği tespit edilmiştir. Farklılığın kaynağı, evli katılımcıların önemli sanal kaytarma faaliyetlerini ($t=2,448$ ve $p=0,015$) bekâr katılımcılara göre daha fazla gerçekleştirmeleridir. Bu bulgu çalışmanın hipotezlerinden H8c hipotezini desteklemiştir. H8 hipotezi ise kısmen desteklenmektedir.

Ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutları ile eğitim durumu değişkeni arasında farklılık olup olmadığı t testi ile incelenmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 30’da gösterilmektedir.

Tablo 30. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği ve Alt Boyutlarının Eğitim Durumu Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Eğitim	N	$\bar{X}$	σ	t	p
SanalK_ORT	Lisans	399	3,255	0,537	-0,821	0,412
	Lisans Üstü	55	3,317	0,440		
SanalK_Onemli_ORT	Lisans	399	3,276	0,658	-1,491	0,137
	Lisans Üstü	55	3,415	0,592		
SanalK_Onemsiz_ORT	Lisans	399	3,231	0,646	0,329	0,743
	Lisans Üstü	55	3,200	0,653		

(p<0,05)

Lise ve önlisans eğitim düzeyine sahip katılımcılar, sayılarındaki istatistiksel anlamda yetersizlikten dolayı çalışmanın bu kısmına dahil edilmemiştir. Elde edilen bulgulara göre ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutlarında eğitim durumu değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 31. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği Ve Alt Boyutlarının Yaş Grubu Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Yaş Grubu	N	$\bar{X}$	σ	F	p	Farklılığın Kaynağı
SanalK_ORT	18-25 Yaş	166	3,231	0,583	5,779	0,001	18-25 Yaş ile 46 Yaş ve üzeri, 26-35 ile 36-45 Yaş, 26-35 ile 46 Yaş ve üzeri
	26-35 Yaş	225	3,202	0,510			
	36-45 Yaş	76	3,402	0,500			
	46 Yaş ve üzeri	27	3,566	0,498			
	Total	494	3,262	0,542			
SanalK_Onemli_ORT	18-25 Yaş	166	3,243	0,689	9,767	0,000	18-25 Yaş ile 36-45 Yaş, 18-25 Yaş ile 46 Yaş ve üzeri, 26-35 ile 36-45 Yaş, 26-35 ile 46 Yaş ve üzeri
	26-35 Yaş	225	3,207	0,613			
	36-45 Yaş	76	3,548	0,676			
	46 Yaş ve üzeri	27	3,741	0,639			
	Total	494	3,301	0,668			
SanalK_Onemsiz_ORT	18-25 Yaş	166	3,216	0,656	0,471	0,703	
	26-35 Yaş	225	3,196	0,664			
	36-45 Yaş	76	3,226	0,675			
	46 Yaş ve üzeri	27	3,356	0,655			
	Total	494	3,216	0,661			

(p<0,05)

Ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutları ile yaş grubu değişkeni arasında farklılık olup olmadığı ANOVA testi ile incelenerek elde edilen

bulgular Tablo 31’de yer almaktadır. Bu bulgulara göre ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutlarında yaş grubu değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. TUKEY testi sonuçlarına göre; ($F=5,779$ ve $p=0,001$) 46 yaş ve üzeri katılımcıların 26-35 ve 18-25 yaş arası katılımcılara göre daha fazla sanal kaydardıkları söylenebilmektedir. Bunun yanı sıra 36-45 yaş arası katılımcıların 26-35 yaş katılımcılara oranla daha fazla sanal kaydardıkları söylenebilmektedir. Ayrıca 36-45 yaş arası katılımcıların ($F=9,767$ ve $p=0,000$) 18-25 yaş arası katılımcılara, 46 yaş ve üzeri katılımcıların 18-25 yaş arası katılımcılara, 36-45 yaş arası katılımcıların 26-35 yaş arası katılımcılara ve 46 ve üzeri yaş arası katılımcıların 26-35 yaş arası katılımcılara göre daha fazla önemli sanal kaydardıkları da söylenebilmektedir. Elde edilen bu bulgular neticesinde çalışmanın hipotezlerinden H7a ve H8a desteklenmiştir.

Tablo 32. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği ve Alt Boyutlarının İş Deneyimi Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	İş Deneyimi	N	$\bar{X}$	σ	F	p	Farklılığın Kaynağı
SanalK_ORT	1 Yıldan Az	55	3,162	0,630	5,149	0,000	1 Yıldan Az ile 16 Yıl ve üzeri, 1-5 Yıl ile 16 Yıl ve üzeri, 6-10 Yıl ile 16 Yıl ve üzeri
	1-5 Yıl	246	3,205	0,523			
	6-10 Yıl	101	3,280	0,527			
	11-15 Yıl	50	3,362	0,503			
	16 Yıl ve üzeri	42	3,569	0,496			
	Total	494	3,262	0,542			
SanalK_Onemli_ORT	1 Yıldan Az	55	3,185	0,779	5,683	0,000	1 Yıldan Az ile 11-15 Yıl, 1 Yıldan Az ile 16 Yıl ve üzeri, 1-5 Yıl ile 11-15 Yıl, 1-5 Yıl ile 16 Yıl ve üzeri, 6-10 Yıl ile 16 Yıl ve üzeri
	1-5 Yıl	246	3,224	0,636			
	6-10 Yıl	101	3,295	0,644			
	11-15 Yıl	50	3,540	0,621			
	16 Yıl ve üzeri	42	3,635	0,658			
	Total	494	3,301	0,668			
SanalK_Onemsz_ORT	1 Yıldan Az	55	3,135	0,642	2,450	0,045	1-5 Yıl ile 16 Yıl ve üzeri
	1-5 Yıl	246	3,183	0,647			
	6-10 Yıl	101	3,261	0,711			
	11-15 Yıl	50	3,148	0,651			
	16 Yıl ve üzeri	42	3,490	0,611			
	Total	494	3,216	0,661			

($p<0,05$)

Ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutları ile iş deneyimi değişkeni arasında farklılık olup olmadığı ANOVA testi ile incelenerek elde edilen

bulgular Tablo 32’de yer almaktadır. Elde edilen bulgulara göre ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutlarının iş deneyimi değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. TUKEY testi sonuçlarından ilkinde göre ($F=5,149$ ve $p=0,000$); 16 yıl ve üzeri iş deneyimine sahip olan katılımcıların 1-5 yıl, 1 yıldan az ve 6-10 yıl arası iş deneyimine sahip olan katılımcılara oranla daha fazla sanal kaydardıkları söylenebilmektedir. TUKEY testi ile belirlenen önemli sanal kaytarma ile iş deneyimi arasındaki farklılık tespitine göre ise ($F= 5,683$ ve $p=0,000$) 11-15 yıl arası iş deneyimine sahip katılımcıların 1-5 yıl ve 1 yıldan az iş deneyimine sahip olan katılımcılara göre daha fazla önemli sanal kaytarma yaptıkları ve 16 yıl ve üzeri iş deneyimine sahip katılımcıların 6-10, 1-5 ve 1 yıldan az iş deneyimine sahip katılımcılara oranla daha fazla önemli sanal kaytarma yaptıkları söylenebilmektedir. Tukey testi ile önemsiz sanal kaytarma alt boyutu ile iş deneyimi arasındaki belirlenen farklılığa göre ise ($F=2,450$ ve $p=0,045$) 16 yıl ve üzeri iş deneyimine sahip katılımcıların 1-5 yıl arası iş deneyimine sahip katılımcılara oranla daha fazla önemsiz sanal kaydardıkları söylenebilmektedir. Elde edilen bu bulgular neticesinde çalışmanın hipotezlerinden H7e, H8e ve H9e desteklenmiştir. H9 hipotezi kısmen desteklenmektedir.

Tablo 33. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği ve Alt Boyutlarının Mesai Saatlerinde İnternette Gezinme Süresi Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Mesai Saatlerinde internette gezinme süresi	N	$\bar{X}$	σ	F	p
SanalK_ORT	1 saat ve altı	245	3,246	0,558	1,197	0,303
	1- 3 saat	176	3,214	0,520		
	4 saat ve üzeri	51	3,346	0,485		
	Total	472	3,245	0,537		
SanalK_Onemli_ORT	1 saat ve altı	245	3,318	0,703	1,264	0,283
	1- 3 saat	176	3,218	0,610		
	4 saat ve üzeri	51	3,317	0,605		
	Total	472	3,280	0,660		
SanalK_Onemsiz_ORT	1 saat ve altı	245	3,161	0,689	2,349	0,097
	1- 3 saat	176	3,209	0,641		
	4 saat ve üzeri	51	3,380	0,576		
	Total	472	3,203	0,662		

($p<0,05$)

Ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutları ile iş yerinde internette gezinme süresi değişkeni arasında farklılık olup olmadığı ANOVA testi ile

incelenerek elde edilen bulgular Tablo 33’de yer almaktadır. Anketin demografik bilgi formu kısmında yer alan mesai saatleri içerisinde internette “hiç gezinmiyorum” ifadesini işaretleyen katılımcıların sanal kaytarma yapmadıkları varsayılarak çalışmanın bu kısmına dahil edilmemiştir. Elde edilen bulgulara göre ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutlarında iş yerinde internette gezinme süresi değişkeni bakımından istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilememiştir.

Ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutlarının görev değişkeni bakımından farklılık olup olmadığı ANOVA testi ile incelenerek elde edilen bulgular Tablo 34’de verilmiştir.

Tablo 34. Ankette Kullanılan Sanal Kaytarma Ölçeği ve Alt Boyutlarının Görev Değişkeni Bakımından İncelenmesi

	Görev	N	$\bar{X}$	σ	F	p	Farklılığın Kaynağı
SanalK_ORT	Hekim	55	3,197	0,487	2,252	0,106	
	Hemşire ve Ebe	334	3,202	0,520			
	Tıbbi	42	3,383	0,640			
	Tekniker						
	Total	431	3,219	0,530			
SanalK_Onemli_ORT	Hekim	55	3,303	0,727	0,831	0,436	
	Hemşire ve Ebe	334	3,242	0,634			
	Tıbbi	42	3,369	0,720			
	Tekniker						
	Total	431	3,262	0,655			
SanalK_Onemsiz_ORT	Hekim	55	3,069	0,667	3,400	0,034	Hekim ile Tıbbi Tekniker
	Hemşire ve Ebe	334	3,154	0,634			
	Tıbbi	42	3,400	0,737			
	Tekniker						
	Total	431	3,167	0,653			

(p<0,05)

Bu bulgulara göre ankette kullanılan sanal kaytarma ölçeği ve alt boyutlarında görev değişkeni açısından istatistiksel olarak anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. Tukey testi sonucuna göre (F=3,400 ve p=0,034) tıbbi teknikerlerin hekimlere göre daha fazla önemsiz sanal kaydardıkları söylenebilmektedir. Elde edilen bulgular neticesinde çalışmanın hipotezlerinden H9g desteklenmektedir.

4.6 Nomofobi ve Sanal Kaytarma Arasındaki İlişki

Çalışmanın bağımsız değişkeni olan nomofobi ile bağımlı değişkeni olan sanal kaytarma arasındaki ilişkiyi tespit etmek için korelasyon katsayısı hesaplanmıştır.

Tablo 35. Nomofobi ile Sanal Kaytarma Arasındaki İlişki İçin Korelasyon Analizi Bulguları

		Sanal Kaytarma
Nomofobi	R	,487
	p	0,000

($p<0,05$)

Çalışmanın bağımsız değişkeni olan nomofobi ile sanal kaytarma değişkeni arasındaki ilişki Tablo 35’te yer almaktadır. Bu bulgulara göre iki değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir ($r=0,487$ ve $p=0,000$). Buna göre nomofobi veya sanal kaytarma değişkenlerinden herhangi birisindeki artışın diğer değişkende de %48,7’lik bir artışa neden olması beklenmektedir. Elde edilen bu bulguya göre çalışmanın ana hipotezi olan H1 hipotezi desteklenmektedir.

Tablo 36. Nomofobinin Sanal Kaytarma Üzerindeki Etki Katsayısı

Nomofobi	Tahmin	S. Tahmin	S. Hata	Kritik Değer	p
Nomofobi	0,409	0,754	0,083	4,952	0,000

($p<0,05$)

Çalışmanın bağımsız değişkeni olan nomofobinin, çalışmanın bağımlı değişkeni olan sanal kaytarma üzerindeki etki katsayısı Tablo 36’da incelendiğinde, etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Standart tahmin katsayısına göre sağlık çalışanlarındaki nomofobi algısındaki 1 birimlik artışın sanal kaytarma faaliyetinde de 0,754 birim artışa neden olması beklenmektedir.

4.7 Hipotez Testi Sonuçları

Tablo 37. Çalışmanın Bulguları Sonucu Kabul Edilen/Ret Edilen Hipotezler

Hipotezler	Kabul	Ret
H1: Sağlık çalışanlarında nomofobinin sanal kaytarma üzerinde etkisi vardır.	Kabul	
H2: Sağlık çalışanlarında nomofobi demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.	Kısmen Kabul	
H2a: Sağlık çalışanlarında nomofobi yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.	Kabul	
H2b: Sağlık çalışanlarında nomofobi cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.	Kabul	
H2c: Sağlık çalışanlarında nomofobi medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.	Kabul	

<i>(Devamı)</i>		
H2d: Sağlık çalışanlarında nomofobi eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H2e: Sağlık çalışanlarında nomofobi iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H2f: Sağlık çalışanlarında nomofobi mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H2g: Sağlık çalışanlarında nomofobi ile çalıştığı bölümdeki görev değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H3: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.	<i>Kısmen Kabul</i>	
H3a: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H3b: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H3c: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H3d: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H3e: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H3f: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H3g: Sağlık çalışanlarında nomofobinin bilgiye erişememe alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H4: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.	<i>Kısmen Kabul</i>	
H4a: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H4b: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H4c: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H4d: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H4e: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>

<i>(Devamı)</i>		
H4f: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H4g: Sağlık çalışanlarında nomofobinin rahatlıktan feragat etme alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H5: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.	<i>Kısmen Kabul</i>	
H5a: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H5b: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H5c: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H5d: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H5e: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H5f: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H5g: Sağlık çalışanlarında nomofobinin iletişim kuramama alt boyutu çalıştığınız bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H6: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.	<i>Kısmen Kabul</i>	
H6a: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H6b: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H6c: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H6d: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu eğitim durumu arasında bir farklılık vardır	<i>Kabul</i>	
H6e: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H6f: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>

<i>(Devamı)</i>		
H6g: Sağlık çalışanlarında nomofobinin çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H7: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.	<i>Kısmen Kabul</i>	
H7a: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H7b: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H7c: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H7d: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H7e: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H7f: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma mesai saatlerinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H7g: Sağlık çalışanlarında sanal kaytarma çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H8: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.	<i>Kısmen Kabul</i>	
H8a: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H8b: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal Kaytarma alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H8c: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H8d: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H8e: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H8f: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu mesai saatleri içinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H8g: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemli sanal kaytarma alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H9: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu demografik değişkenlere göre farklılık göstermektedir.	<i>Kısmen Kabul</i>	

<i>(Devamı)</i>		
H9a: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu yaş değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H9b: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H9c: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu medeni hâl değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H9d: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H9e: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu iş deneyimi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	
H9f: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu mesai saatlerinde içerisinde internette gezinme süresi değişkenine göre farklılık göstermektedir.		<i>Ret</i>
H9g: Sağlık çalışanlarında, sanal kaytarmanın önemsiz sanal kaytarma alt boyutu çalıştığı bölümdeki görevi değişkenine göre farklılık göstermektedir.	<i>Kabul</i>	

BÖLÜM 5: TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma sağlık çalışanlarında nomofobi ve sanal kaytarma arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla hazırlanmıştır. Yapılan literatür taramasında, sağlık çalışanları üzerinde bu iki değişkenin aynı anda incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Tüm bunlar göz önünde bulundurularak yapılan bu çalışmanın neticesinde, sağlık çalışanlarının nadiren nomofobik oldukları ve nadiren sanal kaytarma yaptıkları belirlenmiştir.

Elde edilen bulgular nomofobi ve alt boyutları bakımından incelendiğinde genel olarak sağlık çalışanlarının iletişim kuramadıklarında ve çevrimiçi bağlantıyı kaybettiklerinde, bilgiye erişemedikleri ve rahatlıktan feragat ettiklerinden daha fazla kaygı ve korku yaşadıkları söylenebilir. Ayrıca kadın sağlık çalışanlarının erkek sağlık çalışanlarına oranla daha fazla nomofobik oldukları, bilgiye erişemediklerinde ve iletişim kuramadıklarında, erkek sağlık çalışanlarına oranla daha fazla kaygılandıkları söylenebilir. Literatür incelendiğinde, daha önce nomofobi ve cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkinin incelendiği diğer çalışmalarda da çoğunlukla kadın katılımcıların nomofobi düzeylerinin erkek katılımcılara oranla daha fazla olduğu sonucuna ulaşıldığı görülmektedir. Lee ve Park (2014) tarafından öz kontrol ve sosyal geri çekilmenin akıllı cep telefonu bağımlılığı üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yapılan çalışmada, kadınların erkeklere oranla daha fazla nomofobik olduklarını ortaya koymuşlardır. Yılmaz, Köse ve Doğru (2018) tarafından iletişim fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeylerini tespit etmek amacıyla yapılan çalışmada, kadınların erkeklere oranla bilgiye erişemediklerinde daha fazla kaygı duyduklarını ortaya koymuşlardır. Ataş (2021) nomofobi, stresle başa çıkabilme ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi ortaya koyabilmek için yaptığı çalışmasın da ise, nomofobi ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiyi de incelemiş ve kadınların nomofobi düzeylerinin erkeklere oranla daha fazla olduğunu tespit etmiştir. Bunların yanı sıra erkeklerin nomofobi düzeylerinin kadınlara oranla daha fazla olduğunu belirten çalışmalar da mevcuttur (Kwon, Lee, Won, Min, Hahn & Kim, 2013; Öztunç, 2013).

Nomofobi ve alt boyutlarının medeni durum ile ilişkisi incelendiğinde ise bekâr katılımcıların bilgiye erişemediklerinde ve rahatlıktan feragat ettikleri durumlarda, evli katılımcılara oranla daha fazla kaygı ve korku yaşadıkları söylenebilir. Literatür taraması sonucunda benzer sonuçlara ulaşan çalışmaların mevcut olduğu görülmüştür. Tohumcu (2018) tarafından benlik saygısı, yalnızlık ve akıllı cep telefonu bağımlılığı

arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılan çalışmada, nomofobi ve alt boyutları ile medeni durum arasındaki ilişkiyi de tespit etmiştir. Bu ilişkiye göre bekâr katılımcıların nomofobi düzeylerinin evli katılımcılara oranla daha yüksek olduğu ifade edilmektedir (Tohumcu, 2018). Dongre, Inamdar ve Gaddani (2017) tarafından yapılan Hindistan'daki tıp öğrencilerinin nomofobi düzeylerini belirlemeye yönelik çalışmada ise katılımcıların nomofobi ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme alt boyutu düzeyinin, bekâr katılımcılarda evli katılımcılara oranla daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Yücel ve Ünsalver (2020) bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ve nomofobi arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, akıllı cep telefon bağımlılığı ve medeni durum değişkeni arasındaki ilişkiyi incelenmiş ve bekâr katılımcıların akıllı cep telefonlarına olan bağımlılıklarının evli katılımcılara oranla daha yüksek olduğu tespit etmişlerdir.

Nomofobi ölçeği ve alt boyutlarının eğitim durumu ile ilişkisi incelendiğinde lisansüstü eğitime sahip sağlık çalışanlarının çevrimiçi bağlantı kuramadıklarında, lisans mezunlarına göre daha fazla kaygı ve korku yaşadığı söylenebilir. Literatürde nomofobi ve alt boyutları ile eğitim durumu arasında farklılığın olmadığına dair çalışmalar mevcuttur (Arslan, Tozkoparan & Kurt 2019; Gürbüz & Özkan, 2020). Fakat yüksek eğitim düzeyine sahip katılımcıların diğer katılımcılara oranla nomofobi düzeylerinin daha yüksek olduğuna dair çalışmalar da mevcuttur. Ankara, Tekin ve Öz (2020) akıllı telefon bağımlılığı ve sosyo-ekonomik faktörler arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, lisans mezunu kişilerin, önlisans ve lise mezunu kişilere oranla nomofobi düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır.

Nomofobi ve alt boyutlarının yaş değişkeni ile ilişkisi incelendiğinde; 36-45 yaş aralığındaki katılımcıların 18-25 yaş arasındaki katılımcılara, 46 yaş ve üzeri katılımcıların 18-25 yaş arasındaki katılımcılara, 36-45 yaş arası katılımcıların 26-35 yaş arası katılımcılara ve 46 yaş ve üzeri katılımcıların 26-35 yaş arasındaki katılımcılara göre çevrimiçi bağlantıyı kaybettiklerinde daha fazla kaygılandıkları söylenebilir. Nomofobi ve alt boyutlarının iş deneyimi değişkeni ile ilişkisi incelendiğinde, 16 yıl ve üzeri iş deneyimi olan katılımcıların 1-5 yıl arası iş deneyimi bulunan katılımcılara göre nomofobi düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. 16 yıl ve üzeri iş deneyimi bulunan katılımcıların 1 yıldan az ve 1-5 yıl arası iş deneyimi bulunan katılımcılara oranla çevrimiçi bağlantıyı kaybettiklerinde daha fazla kaygı yaşadıkları söylenebilir. Hem yaşça diğer sağlık çalışanlarından fazla, hem de iş

deneyimi 16 yıl ve üzeri olan sağlık çalışanlarının, nomofobi ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme düzeylerinin yüksekliği, ailesi ile sık sık iletişim kurma ihtiyacının bir sonucu olduğu düşünülmektedir.

Nomofobi ve alt boyutlarının mesai saatleri içerisinde internette gezinme süresi değişkeni ile ilişkisi incelendiğinde; 4 saat ve üzeri mesai saatleri içerisinde internette gezinen katılımcıların 1 saat ve altı ve 1-3 saat arası mesai saatlerinde internette gezinme süresine sahip katılımcılara göre nomofobi düzeyinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Cep telefonlarının internete erişimdeki rolü göz önüne alındığında, nomofobi düzeyi yüksek katılımcıların cep telefonları ile geçirdikleri zamanın çoğunu internete bağlanarak harcadıkları düşünülmektedir. Ayrıca 4 saat ve üzeri mesai saatleri içerisinde internette gezinen sağlık çalışanlarının 1-3 saat ve 1 saat altı mesai saatleri içerisinde internette gezinen sağlık çalışanlarına oranla bilgiye erişemediklerinde ve rahatlıktan feragat ettiklerinde daha fazla kaygı korku yaşadığı tespit edilmiştir. Nomofobi ve alt boyutlarının görev değişkeni ile arasındaki ilişki incelendiğinde ise tıbbi teknikerlerin, hemşire ve ebeler göre rahatlıktan feragat ettiklerinde daha fazla kaygılandıkları söylenebilmektedir.

Sanal kaytarma ve alt boyutlarının cinsiyet değişkeni ile arasındaki ilişki incelendiğinde, kadın sağlık çalışanlarının erkek sağlık çalışanlarına oranla sanal kaytarma ve önemsiz sanal kaytarma faaliyetini daha fazla gerçekleştirdiği tespit edilmiştir. Kadın sağlık çalışanlarının erkek sağlık çalışanlarına oranla nomofobi düzeylerindeki yüksekliğin kadın sağlık çalışanlarını sanal kaytarma yapmaya tetiklediği düşünülmektedir. Ayrıca evli sağlık çalışanlarının önemli sanal kaytarma faaliyetlerini bekâr sağlık çalışanlarına oranla daha fazla gerçekleştirdikleri belirlenmiştir. Kadın sağlık çalışanlarını önemsiz sanal kaytarma faaliyeti düzeylerinin, erkek sağlık çalışanlarına oranla daha yüksek olması, önemsiz sanal kaytarma alt boyutuna ait maddelerden olan çevrimiçi alışveriş yaparım ifadesine kadın sağlık çalışanlarının daha fazla katıldıklarının neden olduğu düşünülmektedir.

Sanal kaytarma ve alt boyutlarının yaş değişkeni ile olan ilişkisi incelendiğinde; 46 yaş ve üzeri katılımcıların 26-35 ve 18-25 yaş arası katılımcılara göre daha fazla sanal kaydardıkları söylenebilir. Bunun yanı sıra 36-45 yaş arası katılımcıların, 26-35 yaş katılımcılara oranla daha fazla sanal kaydardıkları söylenebilmektedir. Ayrıca 36-45 yaş arası katılımcıların 18-25 yaş arası katılımcılara, 46 yaş ve üzeri katılımcıların 18-25 yaş arası katılımcılara, 36-45 yaş arası

katılımcıların 26-35 yaş arası katılımcılara ve 46 ve üzeri yaş arası katılımcıların 26-35 yaş arası katılımcılara göre daha fazla önemli sanal kaytarma faaliyeti gerçekleştirdikleri söylenebilir. Sanal kaytarma ve alt boyutları iş deneyimi bakımından incelendiğinde ise 16 yıl ve üzeri iş deneyimine sahip olan katılımcıların 1-5 yıl, 1 yıldan az ve 6-10 yıl arası iş deneyimine sahip olan katılımcılara oranla daha fazla sanal kaydardıkları söylenebilmektedir. 11-15 yıl arası iş deneyimine sahip katılımcıların 1-5 yıl ve 1 yıldan az iş deneyimine sahip olan katılımcılara göre daha fazla önemli sanal kaytarma yaptıkları ve 16 yıl ve üzeri iş deneyimine sahip katılımcıların 6-10, 1-5 ve 1 yıldan az iş deneyimine sahip katılımcılara oranla daha fazla önemli sanal kaytarma yaptıkları söylenebilmektedir. 16 yıl ve üzeri iş deneyimine sahip katılımcıların 1-5 yıl arası iş deneyimine sahip katılımcılara oranla daha fazla önemsiz sanal kaydardıkları söylenebilmektedir. Sanal kaytarma ve alt boyutlarının görev değişkeni bakımından incelendiğinde ise tıbbi teknikerlerin hekimlere göre daha fazla önemsiz sanal kaytarma faaliyeti gerçekleştirdikleri söylenebilir.

Çalışmanın bağımsız değişkeni olan nomofobi ve bağımlı değişkeni olan sanal kaytarma arasındaki ilişki incelendiğinde ise pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sağlık çalışanlarının nomofobi düzeylerindeki bir birimlik artışın sanal kaytarma düzeyinde 0,487 birimlik bir artışa neden olması beklenmektedir. Literatürde nomofobi veya akıllı cep telefonu bağımlılığı ile sanal kaytarma arasındaki ilişkiyi inceleyen literatürde ki diğer kaynaklara bakıldığında pozitif yönlü ilişkinin varlığının tespit edildiği görülmektedir (Sarıkaya, 2018; Yıldız, 2021; Arman & Ören, 2021)

5.1 Öneriler

Çalışmaya katılan sağlık çalışanlarının nomofobik oldukları tespit edilmiştir. Nomofobinin kişide kaygı ve korku yaratan bir davranış bozukluğu olduğu bilindiğinden bu konuda kurumlar nomofobiye dikkat çekmek ve önlem almak için çalışma yürütebilir.

Sanal kaytarmaya karşı örgütlerin genellikle erişim engellemelerine başvurduğu gözlemlenmektedir. Bu engellemeler çalışanları sanal kaytarmanın olumsuz etkilerinden korunmasının yanında olumlu etkilerinden de mahrum bırakmaktadır. Sanal kaytarmaya yönelik engellemelerin çalışanların örgüte olan

bağımlılığını da olumsuz etkilediği göz önünde bulundurularak çalışanların sanal kaytarmaya ilişkin bilgilendirilmesi ve engellemeleri kaldıracak yenilikçi politikaların geliştirilmesi sağlanabilir.

Sağlık çalışanlarının işleri gereği akıllı cep telefonu kullanımlarının sanal kaytarma ile farkının tespitine yönelik akademik çalışma gerçekleştirilebilir.

Sağlık çalışanları içerisinde çeşitli mesleklerin arasındaki sanal kaytarma düzeylerinin tespiti ve nedenlerine yönelik akademik çalışma gerçekleştirilebilir.



KAYNAKÇA

Ahmadi, H., Bagheri, F., Ebrahimi, S.A., Rokni, M.A.N. ve Kahrer, M.S. (2011). Deviant work behavior: explaining relationship between organizational justice and cyber-loafing as a deviant work behavior. *American Journal of Science Research*, 24, 103-116.

Akbaba, A. N. B. (2019). Sanal kaytarmanın verimliliğe ve maliyete etkisi: bir uygulama. *Verimlilik Dergisi*, 3, 161-179.

Akça, A. (2013). Okul yöneticilerinin iş dışı internet kullanım (siber aylaklık) davranışlarının incelenmesi. 12.08.2022 tarihinde, <http://dspace.yildiz.edu.tr/xmlui/handle/1/425> adresinden erişildi.

Akçit, V. (2011). Örgütlerde ödüllendirme ve cezalandırmanın örgüt çalışanlarının performansına etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Ana Bilim Dalı. Pamukkale Üniversitesi. Denizli, Türkiye.

Akhoroz, M. (2019). *Examining the relationship between personality traits and nomophobia among preservice teachers*. Master Of Thesis. Graduate School of Natural and Applied Sciences. Computer Education and Instructional Technology, Middle East Technical University. Ankara, Türkiye.

Al, F. A. (2021). *Sağlık Çalışanlarında İş Tatmin Düzeyi İle Nomofobi ve Sosyal Medya Bağımlılığı İlişkisinin Değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi. Gazi Osman Paşa Araştırma ve Uygulama Merkezi Aile Hekimliği Ana Bilim Dalı. Sağlık Bilimleri Üniversitesi. İstanbul, Türkiye.

Alpar, R. (2022). *Spor Sağlık ve Eğitim Bilimlerinde Örneklerle Uygulamalı İstatistik ve Geçerlilik Güvenirlik*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Anandarajan, M., & Simmers, C. A. (2004). *Personal web usage in the workplace: A guide to effective human resources management*. USA: Information Science Publishing.

Ankara, H. G., Tekin, B. & Öz, E. (2020). Elmayı en çok kim ısıyor? Akıllı telefon bağımlılığını etkileyen sosyoekonomik faktörlerin tespiti. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, (3)13, 240. Doi: 10.17671/gazibtd.690046

Arman, A., & Ören, T. Ş. (2021). Yiyecek içecek işletmeleri çalışanlarında sanal kaytarma ve nomofobi ilişkisi üzerine. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 9(3). 2228-2258.

Arslan, H., Tozkoporan, S. B., & Kurt, A. A. (2019). Öğretmenlerde Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusunun ve Gelişmeleri Kaçırma Korkusunun İncelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 21(3). 248-249.

Askew, K., Coover, M. D. & Bauer, J. A. (2011). *Work environment factors predict cyberloafing. Poster presented at the Annual Meeting of the Association for Psychological Science*. Washington DC.

Ataş, M. (2021). *Ergenlerin mobil telefonsuz kalma korkusu (Nomofobi), stresle başa çıkabilme ve algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Necmettin Erbakan Üniversitesi. Konya, Türkiye.

Avcı, N. & Küçükusta, D. (2009). Konaklama işletmelerinde örgütsel öğrenme, örgütsel bağlılık ve işten ayrılma eğilimi arasındaki ilişki. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 20(1). 33-44.

Bailey, N. B. K. D. E., & Kurland, N. B. (1999). The advantages and challenges of working here, there, anywhere, and anytime. *Organizational Dynamics*, 28(2), 53-68.

Bal, E. & Balcı, Ş. (2020). Akıllı cep telefonu bağımlılığı: kişilik özellikleri ve kullanım örüntülerinin etkinliği üzerine bir inceleme. *Erciyes İletişim Dergisi*, 7(1). 369-394. Doi: 10.17680/erciyesiletisim.654569

Blanchard, A. L. & Henle, C. A. (2008). Correlates of different forms of cyberloafing: The role of norms and external locus of control. *Computers in Human Behavior*, 24(3). 1067–1084. Doi:10.1016/J.CHB.2007.03.008

Blau, G., Yang, Y. & Ward-Cook, K. (2006). Testing a measure of cyberloafing. *Journal of Allied Health*, 35(1). 9-17.

Bragazzi NL. & Del Puente G. A. (2014) Proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research And Behavior Management*, 7. 155-160.

Büyük-Öztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırmanın temelleri*. Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık.

Cain, J., & Malcom, D. R. (2019). An assessment of pharmacy students' psychological attachment to smartphones at two colleges of pharmacy. *American journal of pharmaceutical education*, 83(7).

Can, A. (2018). *SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*. Ankara: Pegem Akademik Yayıncılık.

Cazzulino, F., Burke, R. V., Muller, V., Arbogast, H., & Upperman, J. S. (2014). Cell phones and young drivers: a systematic review regarding the association between psychological factors and prevention. *Traffic injury prevention*, 15(3), 234-242.

Cocoradă, E., Maican, C.I, Cazan, A., & Maican, M.A. (2018). Assessing the smartphone addiction risk and its associations with personality traits among adolescents, children and youth services review. *Elsevier*, 93. 345–354.

Cüceloğlu D. İnsan ve Davranışı. Remzi Kitabevi, 2016..

Çetinkaya, F. (2018). Psikolojik sözleşme ihlaller ve örgütsel sinizm ilişkisi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 10, 652-674. Doi:10.20491/isarder. 2018.412

Çırak, M. (2021). Nomophobia in university students: The role of digital addiction, social connectedness and life satisfaction. Unpublished master's thesis. Hacettepe University, Ankara: Türkiye

Darvishi, M., Noori, M., Nazer, M. R., Sheikholeslami, S., & Karimi, E. (2019). Investigating different dimensions of nomophobia among medical students: a cross-sectional study. *Open access Macedonian journal of medical sciences*, 7(4), 573.

Demir, İ. B., Ürek, D. & Uğurluoğlu, Ö. (2017). Sağlık çalışanlarının sanal kaytarma davranışlarının işte üretkenliklerine etkisi. *AJIT-e: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi*, 8(30), 291-303. Doi:10.5824/1309-1581.2017.5.013.x

Demirci, K., Orhan, H., Demirdaş, A., Akpınar, A., & Sert, H. (2014). Validity and reliability of the Turkish version of the smartphone addiction scale in a younger population. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 24(3), 226-234.

Demirci, O. O., Sağaltıcı, E., & Yıldırım, A. (2015). Özgül fobinin göz hareketleri ile duyarsızlaştırma ve yeniden işleme yöntemi ile tedavisi: bir olgu sunumu. *Klinik Psikiyatri*, 18(4), 124-129.

Derin, N., & Gökçe, S. G. (2016). Are cyberloafers also innovators?: A study on the relationship between cyberloafing and innovative work behavior. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 235, 694-700.

Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, AK., Bindal, A., Goyal, A. & Zaidi, A. K. (2010). A study evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India. *Indian J Community Med*, 35, 339-341.

Doğrul, B. & Tekeli, S., (2010). İş-Yaşam dengesinin sağlanmasında esnek çalışma. *Sosyal ve Beşerî Bilimler Dergisi*, 2(2), 11-18.

Dongre, S. A, Inamdar, F. İ. & Gaddani, L. P. (2017). Nomophobia: a study to evaluate mobile phone dependence and impact of cell phone on health. *National journal of community medicine*, 11(7), 692.

Doorn, O. N. (2011). *Cyberloafing: a multi-dimensional construct placed in a theoretical framework*. Master of Science in Innovation Management Thesis. Eindhoven University of Technology Bsc Industrial Engineering And Management Science. Eindhoven, Netherlands.

Durak, H. Y. (2019). Investigation of nomophobia and smartphone addiction predictors among adolescents in Turkey: demographic variables and academic performance. *The Social Science Journal*, 56(4), 492-517.

Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 63, 509-516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>

Erdayı, A. Ü. (2021). İş yeri dışında bir esnek çalışma modeli olarak ev eksenli tele çalışma: beklentiler ve sorunlu alanlar. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(41) , 1211-1246. Doi: 10.21550/sosbilder.

Evren, C., Ögel, K, & Uluğ B. (2012). *Alkol ve madde bağımlılığı tanı ve tedavi el kitabı*. Ankara: Türkiye Psikiyatri Derneği.

Gezgin, M. D., Şahin, L. Y., & Yıldırım, S. (2017). Sosyal ağ kullanıcılarının nomofobi düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulaması Dergisi*, 7(1), 1-15.

Gezgin, M.D ve Çakır, D. (2016). Analysis of nomophobic behaviors of adolescents regarding various factors. *J Human Sci*, 13, 2504-2519.

Göktaş, H. (2019). Lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı, mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) ve akademik başarıları arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi. Isparta: Türkiye.

Güdük, Ö. & Önder, E. (2018). Sağlık sektöründe işyeri iletişimi açısından whatsapp uygulaması kullanımının AHP yöntemi ile değerlendirilmesi. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 5(2), 119-129.

Gülduran, Ç. A. & Şahin Perçin, N. (2020). Beş büyük kişilik özelliğinin sanal kaytarma davranışı ve iş performansı üzerindeki etkisi: otel işletmelerinde bir araştırma. *Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 37-56.

Güney, B. (2017). Dijital bağımlılığın dijital kültüre dönüşmesi: netlessfobi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 1(2), 207-213.

Gürbüz, I. B., & Özkan, G. (2020). What is your level of nomophobia? An investigation of prevalence and level of nomophobia among young people in Turkey. *Community Mental Health Journal*, 56(5), 1-9.

Gürbüz, S. & Şahin, F. *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık, 2018.

Gürbüz, S. *AMOS ile yapısal eşitlik modellemesi*. Seçkin Yayıncılık, 2019..

Güzeller, C. O & Coşguner, T. (2012). Development of a problematic mobile phone use scale for Turkish adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking*, 15(4), 205.

Harwood, J., Dooley, J. J., Scott, A. J., & Joiner, R. (2014). Constantly connected—The effects of smart-devices on mental health. *Computers in Human Behavior*, 34, 267-272.

İnal, E. E., Demirci, K., Çetintürk, A., Akgönül, M., & Savaş, S. (2015). Akıllı telefonun aşırı kullanımının el işlevi, sıkıştırma gücü ve medyan sinir üzerindeki etkileri. *Kas ve sinir*, 52 (2), 183-188.

İnce, M., & Gül, H. (2011). The relation of cyber slacking behaviors with various organizational outputs: example of Karamanoğlu Mehmetbey University. *European Journal of Scientific Research*, 52(4), 507-527.

İncesu, E., Yorulmaz, M. & Evirgen, H. (2017). Örgütsel sinizmin tükenmişlik üzerine etkisi: hastane çalışanlar üzerine bir araştırma. *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi*, 3(3), 370-380.

Jia, H., Jia, R., & Karau, S. (2013). Cyberloafing and personality: the impact of the big five traits and workplace situational factors. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 20(3), 358-365.

Johnson, P. R., & Indvik, J. (1997). The boomer blues: depression in the workplace. *Public Personnel Management*, 26(3), 359-365. <https://doi.org/10.1177/009102609702600305>.

Kalaycı, Ş. *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayın Dağıtım, 2010.

Kaplan, M., & Öğüt, A. (2012). Algılanan örgütsel adalet ile sanal kaytarma arasındaki ilişkinin analizi: hastane çalışanları örneği. *Dokuz Eylül Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 13(1), 1-13.

Kaplan-Akıllı, G. & Gezgin, D. M. (2016). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri ile farklı davranış örüntülerinin arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40), 61-62.

Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in human behavior*, 31, 351-354.

Kerse, G. & Karabey, C. N. (2017). Algılanan örgütsel desteğin örgütsel özdeşleşmeye etkisi: örgütsel sinizmin aracı rolü. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(4), 375-398.

Kim, S. J. ve Byrne, S. (2011). Conceptualizing personal web usage in work contexts: A preliminary framework. *Computers in Human Behavior*, 27(6), 2271–2283. Doi:10.1016/J.CHB.2011.07.006.

King, A. L. S., Valença A. M. & Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: the mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reducing phobias or worsening of dependence? *Cogn Behav Neurol*, 23, 52-54.

King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140–144. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>.

Köroğlu, E. (2014). 5. Baskı (DSM-5) Amerikan Psikiyatri Birliği, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Kwon M., Lee, J-Y., Won, W-Y., Min, J-A., Hahn, C. & Kim, D-J. (2013) The Smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), 1-7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>.

Landers, R. N. & Lounsbury, J.W. (2006), An investigation of Big Five and narrow personality traits in relation to Internet usage. *Computers in Human Behavior*, 22(2), 283-293.

Larose, R. (2010). Medya alışkanlıkları sorunu. *İletişim Teorisi* , 20 (2), 194-222.

Lawrence, T. B. & Robinson, S. L. (2007). Ain't misbehavin: Workplace deviance as organizational resistance. *Journal of management*, 33(3), 378-394.

Lepp, A., Barkley, J. E., & Karpinski, A. C. (2015). The relationship between cell phone use and academic performance in a sample of US college students. *Sage Open*, 5(1), <https://doi.org/10.1177/2158244015573169>.

Li, J., Lepp, A., & Barkley, J. E. (2015). Locus of control and cell phone use: Implications for sleep quality, academic performance, and subjective wellbeing. *Computers in Human Behavior*, 52, 450-457. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.06.021>.

Li, S. & Chung, T. (2006), Internet Function And Internet Addictive Behavior, *Computers In Human Behaviour*, 22(6), 1067-1071.

Lim, V. K. & Chen, D. J. (2012). Cyberloafing at the workplace: Gain or drain on work? *Behaviour & Information Technology*, 31(4), 343-353.

Lim, V. K. (2002). The IT way of loafing on the job: Cyberloafing, neutralizing and organizational justice. *Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 23(5), 675-694.

Lim, V. K. G. & Chen, D. J. Q. (2009). Impact of cyberloafing on affect, work depletion, facilitation and engagement. Conference paper SIOP 2009, 1–20.

Lim, V. K. G. & Teo, T. S. H. (2005). Prevalence, perceived seriousness, justification and regulation of cyberloafing in Singapore: An exploratory study. *Information & Management*, 42(8), 1081–1093. Doi:10.1016/J.IM.2004.12.002

Linares, C. V. & Breeze, J. (2015). Is instant messaging the future of workplace communication for oral and maxillofacial surgery? *Faculty Dental Journal*, 6(4), 180-185. Doi: 10.1308/rcsfdj.2015.180

Martin, A. J., & Dowson, M. (2009). Interpersonal relationships, motivation, engagement, and achievement: yields for theory, current issues, and educational practice. *Review of Educational Research*, 79(1), 327-365.

Masadeh, T. S. Y. (2021). Prevalence of nomophobia and cyberloafing behaviors among undergraduate students. *European Journal of Education Studies*, 8(2). 342-360.

Mastrangelo, P. M., Everton, W., & Jolton, J. A. (2006). Personal use of work computers: Distraction versus destruction. *CyberPsychology & Behavior*, 9(6), 730-741.

Mills, J. E., Hu, B., Beldona, S., & Clay, J. (2001), Cyberslacking!: a liability issue for wired workplaces. *Cornell Hotel And Restaurant Administration quarterly*, 42(5), 34-47.

Nakip, M. *Pazarlama Araştırma Teknikleri*. Seçkin Yayıncılık, 2013.

Olivencia-Carrión, M. A., Ferri-García, R., del Mar Rueda, M., Jiménez-Torres, M. G. & LópezTorrecillas, F. J. Pr. (2018) Temperament and characteristics related to nomophobia. *Elsevier*, 266, 5-10.

Örücü, E. & Yıldız, H. (2014) İşyerinde kişisel internet ve teknoloji kullanımı: sanal kaytarma. *Ege Akademik Bakış*, 14(1), 99-114.

Örücü, E. & Özudoğru, M. (2018). Örgütsel güven ile sanal kaytarma davranışları arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir çalışma. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(3), 66-80. Doi: 10.30803/adusobed.407273.

Özaşçılar, M. (2009). *Cep telefonu kullanımının sosyolojik boyutu, bireysel güvenlik ve günlük hayattaki yeri*.Yayınlanmamış Doktora Tezi. Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi. İstanbul, Türkiye.

Özdamar, K. *SPSS Uygulamalı Temel İstatistik*. Nisa Kitabevi, 2018.

Özdaş, K. & Çelikkol, Ö. (2013). Psikolojik Sözleşme: kavramsal çerçeve ve bir içerik analizi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(7), 141-154. Doi:10.20875/sb.82620.

Özkalp, E., & Yıldız, H. (2018). Olumlu ve olumsuz sanal kaytarma davranışlarının işteki stres üzerindeki etkisi. *İş, Güç: Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 20(1), 57-74.

Özkalp, E., Aydın, U. & Tekeli, S. (2011). Sapkın örgütsel davranışlar ve çalışma yaşamında yeni bir olgu: sanal kaytarma (cyberloafing) ve iş ilişkilerine etkileri. *Çimento İşveren Sendikası Dergisi*, 26(2), 18-33.

Öztunç, M. (2013). Analysis of problematic mobile phone use, feelings of shyness and loneliness in accordance with several variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 106, 456–466. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.05>

Paparcharsisi, Z. (2010). Social networking: addictive, compulsive, problematic, or just another media habit? A networked self: identity, Community and Culture on Social Network Sites.(Ed: R., Kim, J.H. & Peng, W.). *A Networked Self. Larose* (59-81). NY: Routledge.

Peters, O., & Ben Allouch, S. (2005). Always connected: a longitudinal field study of mobile communication. *Telematics and Informatics*, 22(3), 239-256.

Polat, R. (2017). Dijital hastalık olarak nomofobi. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 1(2), 164-172. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/410708>

Polzer- Debruyne, A. M. (2008). *Psychological and workplace attributes that influence personal web use (PWU): A dissertation presented in partial fulfilment of the requirements for the degree of*. Doctor of Philosophy in Industrial/ Organisational

Psychology, Massey University. Albany, New Zealand. 01.09.2022 tarihinde <https://mro.massey.ac.nz/handle/10179/772> adresinden erişildi.

Popham, WJ. *Educational statistics. Use and interpretation*. Inist-CNRS. 413, 1967.

Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 237-246.

Qutishat, M., Lazarus, E. R., Razmy, A. M., & Packianathan, S. (2020). “University Students’ Nomophobia prevalence, sociodemographic factors and relationship with academic performance at a University in Oman”. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 13, 100206.

Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325.

Sart, G. *Motivasyon ve duygulanım. Öğrenme psikolojisi*. Nobel Yayınları, 2020.

Schaufeli, W. B. & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25(3), 293-315.

Schmiesing, R.J., Safrit, R.D. & Gliem, J.A. (2003). Factors affecting extension agents’ perceptions of organizational justice and job satisfaction. *Journal of International Agricultural and Extension Education*, 10(2), 25-33.

Schwebel, D. C., Stavrinos, D., Byington, K. W., Davis, T., O’Neal, E. E., & De Jong, D. (2012). Distraction and pedestrian safety: how talking on the phone, texting, and listening to music impact crossing the street. *Accident Analysis & Prevention*, 45, 266-271.

Seymour, L. & Nadasen, K. (2007). Web access for IT staff: A developing world perspective on web abuse. *The Electronic Library*, 25, 543-557. Doi:10.1108/02640470710829532.

Shan, Z., Deng, G., Li, J., Li, Y., Zhang, Y., & Zhao, Q. (2013). Correlational analysis of neck/shoulder pain and low back pain with the use of digital products,

physical activity and psychological status among adolescents in Shanghai. *Plos one*, 8(10), 78-109. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0078109>

Sıldıroğlu-Erdemli, Ö. & Toptaş, B. (2016). Çalışanı işte tutma içinde (Balcı, A. ve Aydın, İ. Ed.) *Prof. Dr. Ziya Bursalıoğlu'na Armağan*, 553-574. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi.

Sırakaya, M. (2018). Ön Lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanım durumlarına göre incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 14(2), 714-727. Doi: 10.17860/mersinefd.359458.

Sirgy, M.J., Efraty, D., Siegel, P. & Lee, D.J. (2001). A new measure of quality of work life (QWL) based on need satisfaction and spillover theories. *Social Indicators Research*, 55, 241-302.

Spear-King, A. L. Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. (2014). "Nomophobia": Impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*, 10, 28.

Spector, P. E. & Jex, S. M. (1998). Development of four self-report measures of job stressors and strain: interpersonal conflict at work scale, organizational constraints scale, quantitative workload inventory, and physical symptoms inventory. *Journal of Occupational Health Psychology*, 3(4), 356-367. Doi:10.1037/1076-8998.3.4.356

Spector, P.E. & Fox, S. (2002). An emotion-centered model of voluntary work behavior: Some parallels between counterproductive work behavior and organizational citizenship behavior. *Human Resource Management Review*, 12(2), 269-292.

Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. *Using Multivariate Statistics (6th ed.)*. Pearson Education, 2013.

Tanır, G. (2021). *Fiziksel aktivitenin teknoloji çağı hastalıkları nomofobi ve nomofobi ile ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi. Aydın, Türkiye.

Thornton, B., Faires, A., Robbins, M., ve Rollins, E. (2014). The mere presence of a cellphone may be distracting. *Social Psychology*, 45, 479-488.

Tohumcu, M. U. (2008). *İnternet ve akıllı telefon bağımlılığı ile benlik saygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkinin çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Uygulamalı Psikoloji Ana Bilim Dalı, Haliç Üniversitesi. İstanbul, Türkiye.

Turan, E. Z., & İşçitürk, G. B. (2018). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 1931-1950. Doi: 10.26466/opus.461523.

Türen U, Erdem H. & Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) yayılımı: Türkiye’den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örnekleme. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 10(1), 1-3.

Ugrin, J. C., Pearson, J. M. & Odom, M. D. (2007). Profiling cyber-slackers in the workplace: demographic, cultural, and workplace factors. *Journal of Internet Commerce*, 6(3), 75–89. Doi:10.1300/J179v06n03_04.

Uysal, İ. & Kılıç, A. F. (2022). Normal dağılım ikilemi. *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 12(1), 220-248. <https://doi.org/10.18039/ajesi.962653>.

Üçok, D. & Turgut, T. (2014). İstismarcı Yönetici Davranışının İşyerindeki Sapkın Davranışlar Üzerindeki Rolü. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İİBF Dergisi*, 9, 163-179.

Varoğlu, D. & Sığı, Ü. (2013). Örgütsel davranışın karanlık yüzü: İşyerinde üretkenlik karşıtı davranışlar. (Ed: Ü. Sığı ve S. Gürbüz) *Örgütsel Davranış*, 627. İstanbul: Beta Basım Yayın.

Vitak, J., Crouse, J. & LaRose, R. (2011). Personel internet use at work: understanding cyberslacking. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1751-1759.

Wagner, D. T., Barnes, C. M., Lim, V. K., & Ferris, D. L. (2012). Lost sleep and cyberloafing: Evidence from the laboratory and a daylight saving time quasiexperiment. *Journal of Applied Psychology*, 97(5), 1068 -1076.

We Are Social. (2021). Digital 2021: The latest insights into the “state of digital”. 01.08.2022 tarihinde <https://wearesocial.com/uk/blog/2021/01/digital-2021-the-latest-insights-into-the-state-of-digital/> adresinden erişildi.

Yıldırım, C. & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137.

Yıldırım, C., Sumuer, E., Adnan, M. ve Yıldırım, S. (2016). A growing fear: prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 5(32), 1322-1331.

Yıldırım, F. (2018). Otel işletmelerinde yıldırma ve işe yabancılaştırmanın sanal kaytarma davranışına etkisinde psikolojik sözleşme ihlali algısının aracılık rolü. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 21, 39.

Yıldırım, O. (2019). Ergenlerde akıllı telefonda yoksun kalma korkusu (Nomofobi) ile sosyodemografik değişkenler, temel psikolojik ihtiyaçlar, sürekli kaygı ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi. Bursa: Türkiye

Yıldırım, S., & Kışioğlu, A. N. (2018). Teknolojinin getirdiği yeni hastalıklar: nomofobi, netlessfobi, fomo. *SdÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 25(4), 473-480.

Yıldız, H., Yıldız, B. & İyigün, N. Ö. (2016). Psikolojik sözleşme algısının sanal kaytarma davranışları üzerindeki etkisi. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 47, 147-165.

Yıldız, R. (2021). *Nomofobinin sanal kaytarma üzerindeki etkisi: Antalya Belek örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Akdeniz Üniversitesi. Antalya, Türkiye.

Yılmaz, M., Köse, A. & Doğru, B. Y. (2018). Akıllı telefonda yoksun kalmak: nomofobi üzerine bir araştırma. *AJIT-e: Akademik Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 9(35), 46. Doi: 10.5824/1309-1581.2018.5.0

Yücel, E. & Ünsalver, B. (2019). Ergenlerin Nomofobi Düzeyleriyle Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Psikoloji Araştırmaları Sempozyumu, içinde ‘’ Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Kullanım Sıklığı ile Uyku Kalitesi İlişkisinin İncelenmesi’’ 94-99.

Zoghbi, P. (2009). Inequity, conflict, and compliance dilemma as causes of cyberloafing. *International Journal of Conflict Management*, 20(2), 188-201.

Ek-1 Anket Formu

ANKET FORMU

Değerli katılımcı,

Hazırlanan bu anket çalışmasında Ankara Şehir Hastanesi geneli sağlık çalışanlarında, iletişim araçlarından uzak kalma sonucu ortaya çıkan rahatsızlık durumu olarak tanımlanabilecek nomofobinin, mesai saatleri içerisinde iletişim araçlarının kullanma şekli ve sıklığını nasıl etkilediğini belirlemek amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki ölçekler sizlere sunulmuştur.

Araştırmaya katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Uygulamanın herhangi bir aşamasında araştırmaya katılmaktan vazgeçerek formları kendinize alma hakkınız saklı tutulmaktadır. Araştırma verileri yalnızca bilimsel raporlarda kullanılacaktır.

I.Demografik Sorular

1.Yaşınız	1.() 18-25 2.() 26-35 3.() 36-45 4.() 46-55 5.() 56-65 6.() 66 yaş ve üstü
2.Cinsiyet	1.() Kadın 2.() Erkek
3.Medeni Hal	1.() Evli 2.() Bekâr
4.Eğitim Durumu	1.() Lise 2.() Ön Lisans 3.() Üniversite/ Lisans 4.() Lisans Üstü
5.İş Deneyminiz (Yıl Olarak)	1.() 1'den az 2.() 1 - 5 3.() 6 - 10 4.() 11 - 15 5.() 16 - 20 6.() 21 ve üzeri
6.Mesai Saatleri İçerisinde İnternette Gezinme Süreniz	1.() Hiç Gezinmiyorum 2.() 1 saat ve altı 3.() 1 - 3 saat arası 4.() 4 – 6 saat 5.() 7 saat ve üzeri
7.Çalıştığınız bölümdeki göreviniz	1.() Hekim 2.() Hemşire 3.() Diğer.....

II.Nomofobi Ölçeği

Akıllı telefon kullanımınızla ilgili aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi uygun boşluğa "X" ile belirtiniz.	Hiçbir Zaman (1)	Çok Az (2)	Nadiren (3)	Çoğunlukla (4)	Her Zaman (5)
1.Akıllı telefonumdan sürekli olarak bilgiye erişemediğimde kendimi rahatsız hissedirim.					
2.Akıllı telefonumdan istediğim her an bilgiye bakamadığımda canım sıkılır.					
3.Haberlere (gündem, spor, hava durumu ve diğer haberlere) akıllı telefonumdan ulaşamamak beni huzursuz yapar.					
4.Akıllı telefonumu ve telefonumun özelliklerini istediğim her an kullanamadığımda rahatsız olurum.					
5.Akıllı telefonumun şarjının bitmesinden korkarım.					
6.Kontörüm (TL kredim) bittiğinde veya aylık kota sınırimi aştığımda paniğe kapılırım.					
7.Telefonum çekmediğinde veya kablosuz Internet bağlantısına erişemediğimde sürekli olarak sinyal olup olmadığını veya kablosuz erişim bağlantısı bulup bulamayacağımı kontrol ederim.					
8.Akıllı telefonumu kullanamadığımda bir yerlerde mahsur kalacağımdan korkarım.					
9.Akıllı telefonuma bir süre bakadıysam bakmak için güçlü bir istek hissedirim.					
Eğer Akıllı Telefonum Yanımda Yoksa..					
10.Ailemle ve/veya arkadaşlarımla hemen iletişim kuramayacağım için kaygı duyarım.					
11.Ailem ve/veya arkadaşlarım bana ulaşamayacakları için endişelenirim.					
12.Gelen aramaları ve mesajları alamayacağım için kendimi huzursuz hissedirim.					
13.Ailemle ve/veya arkadaşlarımla iletişim halinde olamadığım için endişelenirim.					
14.Birinin bana ulaşmaya çalışıp çalışmadığını bilemediğim için gerilirim					
15.Ailem ve arkadaşlarımla olan bağlantım kesileceği için kendimi huzursuz hissedirim.					
16.Çevrimiçi kimliğinden kopacağım için gergin olurum.					
17.Sosyal medya ve diğer çevrimiçi ağlarda güncel kalamadığım için rahatsızlık duyarım					
18.Bağlantılarımdan ve çevrimiçi ağlardan gelen güncelleme bildirimlerini takip edemediğim için kendimi tuhaf hissedirim.					
19.Elektronik postalarımı kontrol edemediğim için kendimi huzursuz hissedirim.					
20.Ne yapacağımı bilemiyor olacağımdan kendimi tuhaf hissedirim.					

III. Sanal Kaytarma Ölçeği

Mesai saatleri içerisinde iletişim cihazlarının kullanımı ile ilgili aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi uygun boşluğa "X" ile belirtiniz.	Hiçbir Zaman (1)	Çok Az (2)	Nadiren (3)	Çoğunlukla (4)	Her zaman (5)
1.İnternet üzerinde oluşmuş olan sanal toplulukları ziyaret ederim (ekşi sözlük vb. gibi).					
2.İnternet üzerinden eğlence amaçlı video seyredirim (YouTube, dailymotion vb.gibi).					
3.Blogları okurum.					
4.Sosyal içerikli ağları kullanırım (Facebook, Twitter vb. gibi).					
5.İnternet üzerinden müzik, video, film veya belge indiririm.					
6.Eğlence amaçlı veya boş zaman doldurmak için oyun oynarım.					
7.Kişisel Web sayfası ile ilgilenirim.					
8.İnternet üzerinden iş arama sitelerini ziyaret ederim.					
9.İnternet üzerinden bankacılık işlemleri yaparım (EFT vb. gibi).					
10.İnternet üzerinden haber sitelerini ziyaret ederim (gazete ve diğer haber siteleri gibi).					
11.İş dışı haberleşme için e-posta alır, gönderir veya kontrol ederim.					
12.Kişisel amaçlı ürünler için internet üzerinden alışveriş yaparım (Trendyol, Sahibinden vb. gibi).					
13.İş dışı genel amaçlı Web sitelerini ziyaret ederim.					
14.Yatırımla ilgili Web sitelerini ziyaret ederim (Binance ve Bankaların Borsa siteleri gibi).					

KATILIMLARINIZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİZ.

Ek-2 Etik Kurul İzin Formu

Evrak Tarih ve Sayısı: 07.06.2022-37282



T.C.
ATILIM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

Sayı : E-59394181-604.01.02-37282
Konu : Muhammet Ali Öztürk Etik Kurul Raporu

07.06.2022

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Enstitünüz İşletme Anabilim Dalı Sağlık Yönetimi Tezli Yüksek Lisans Programı, 20316927003 numaralı öğrencisi Muhammet Ali Öztürk'ün, "Sağlık Çalışanlarında Nomofobinin Sanal Kaytarma Üzerindeki Etkisi " başlıklı tez çalışması kapsamında yapmayı planladığı anket çalışması, "Atılım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu" üyeleri tarafından onaylanmıştır.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof.Dr. Serkan ERYILMAZ
Rektör Yardımcısı

Ek:

- 1- Muhammet Ali öztürk rapor (1 sayfa)
- 2- Muhammet Ali öztürk başvuru (12 sayfa)

Ek-3 Hastane İzin Belgesi



T.C.
ANKARA VALİLİĞİ
İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ
Ankara Şehir Hastanesi Başhekimliği

Sayı : E-72300690-799
Konu : Muhammet Ali ÖZTÜRK'ün Tez
Çalışması Hk.

ANKARA İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜNE
(Ankara Eğitim ve Tescil Birimi)

İlgi : 23/06/2022 tarihli ve 90739940-799-E-90739940-799-1354 sayılı yazınız.

İlgide kayıtlı yazınıza istinaden, Atılım Üniversitesi Rektörlüğü İşletme Anabilim Dalı Sağlık Yönetimi Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Muhammet Ali ÖZTÜRK'ün Prof. Dr. Dilaver TENGİLİMOĞLU danışmanlığında "Sağlık Çalışanlarında Nomofobinin Sanal Kaytarma Üzerindeki Etkisi" konulu tez çalışmasını Hastanemizde yapma talebi, Tıpta Uzmanlık Eğitim Kurulumuzun 17.06.2022 tarih ve 41 sayılı toplantısında görüşülmüş olup, uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize arz ederim.

e-imzalıdır.
Dr. Öğr. Üyesi Aziz Ahmet SUREL
Koordinatör Başhekim

Ek-4 Nomofobi Ölçeği Kullanım İzni



Evren Şumuer
20.03.2022 10:20



Kime: muhammet ali

Merhaba,

Nomofobi Ölçeğinin Türkçe uyarlamasını izin istemeden çalışmalarınızda kullanabilirsiniz.

Ölçeği çalışmalarınızda kullanma izni için yazıyorsanız, bu mesaj Nomofobi Ölçeğinin Türkçe uyarlamasını çalışmalarınızda kullanma isteğinizi onayladığımızı gösterir niteliktedir.

Nomofobi ölçeği hakkında daha fazla bilgi için, lütfen aşağıdaki sayfayı ziyaret ediniz.

Bu sayfa ölçek maddelerini ve puanlama rehberini de içermektedir.

<https://yildirimcaglar.github.io/#nomophobia>

İlginiz için teşekkür ederiz.

Kolaylıklar dilerim.

Saygılarımla,

Not: Ölçek Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilmiş, Yıldırım, Sumuer, Adnan ve Yıldırım (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır.

Dr. Evren Şumuer
Doçent
Kocaeli Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Bölümü
41380 İzmit – Kocaeli

Evren Sumuer, PhD
Associate Professor
Kocaeli University
Faculty of Education
Department of Computer Education and Instructional Technology
41380 İzmit – Kocaeli / Turkey

On 19 Mar 2022, at 21:37, muhammet ali

Sayın Hocam,
Atılım Üniversitesi Sağlık Yönetimi Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Sağlık çalışanları üzerinde nomofobisinde değişkeni olduğu bir çalışma yürütüyorum. Çalışmamda tarafınızca hazırlanmış "Nomofobi Ölçeğini" kullanmak istemekteyim. Değerli görüşlerinizi bekliyorum. Teşekkür Ederim

Ek-5 Sanal Kaytarma Ölçeği Kullanım İzni

Sanal Kaytarma Ölçeği Hk.



muhammet ali

19.03.2022 21:52



Kime:

Sayın Hocam,

Atılım Üniversitesi Sağlık Yönetimi Tezli Yüksek Lisans öğrencisiyim. Sağlık çalışanlarında sanal kaytarmanın bir değişkeni olduğu bir çalışma yürütmekteyim. Çalışmamda tarafınızca hazırlanmış Sanal Kaytarma Ölçeğini kullanmak istemekteyim. Ölçeği bana bu adres üzerinden mail atarmısınız ?. Değerli görüşlerinizi bekliyorum. Teşekkür ederim

TURNİTİN RAPORU

Muhammet Ali Öztürk, 20316927003

ORIJİNALLIK RAPORU

% 19	% 18	% 5	% 10
BENZERLİK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	acikerisim.gelisim.edu.tr İnternet Kaynağı	%3
2	Submitted to Istanbul Gelisim University Öğrenci Ödevi	%3
3	acikbilim.yok.gov.tr İnternet Kaynağı	%3
4	docs.neu.edu.tr İnternet Kaynağı	%1
5	acikerisim.nevsehir.edu.tr İnternet Kaynağı	%1
6	www.isarder.org İnternet Kaynağı	%1
7	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	%1
8	www.researchgate.net İnternet Kaynağı	<%1
9	acikerisim.aku.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1

10	acikerisim.pau.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
11	dspace.balikesir.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
12	www.atilim.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
13	www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
14	openaccess.cag.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
15	Submitted to Mugla University Öğrenci Ödevi	<% 1
16	openaccess.izu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
17	dspace.yildiz.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
18	Submitted to Beykent Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
19	Submitted to Haliç Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
20	dspace.gazi.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
21	Submitted to Atilim University Öğrenci Ödevi	<% 1

22	burkonturizm.com İnternet Kaynağı	<% 1
23	www.jrtr.org İnternet Kaynağı	<% 1
24	www.nyconference.org İnternet Kaynağı	<% 1
25	Submitted to Balıkesir Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
26	toad.halileksi.net İnternet Kaynağı	<% 1
27	acikerisim.pau.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
28	adudspace.adu.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
29	9lib.net İnternet Kaynağı	<% 1
30	Submitted to Siirt Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<% 1
31	docs.wixstatic.com İnternet Kaynağı	<% 1
32	earsiv.kastamonu.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
33	iksadyayinevi.com İnternet Kaynağı	<% 1

34	scholarcommons.usf.edu İnternet Kaynağı	<% 1
35	Submitted to Batman University Öğrenci Ödevi	<% 1
36	acikerisim.omu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
37	en.eurasiatourismcongress.com İnternet Kaynağı	<% 1
38	pt.scribd.com İnternet Kaynağı	<% 1
39	www.emissc.org İnternet Kaynağı	<% 1
40	www.futourismcongress.com İnternet Kaynağı	<% 1
41	revistaclinicapsicologica.com İnternet Kaynağı	<% 1
42	www.akademikbilgisistemi.com İnternet Kaynağı	<% 1
43	acikerisim.ybu.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
44	studylibtr.com İnternet Kaynağı	<% 1
45	Submitted to Karadeniz Teknik University Öğrenci Ödevi	<% 1

46	Submitted to Amman Arab University for Graduate Studies Öğrenci Ödevi	<% 1
47	Submitted to Konya Necmettin Erbakan University Öğrenci Ödevi	<% 1
48	Submitted to Marmara University Öğrenci Ödevi	<% 1
49	core.ac.uk İnternet Kaynağı	<% 1
50	Submitted to Afyon Kocatepe University Öğrenci Ödevi	<% 1
51	Submitted to Yeditepe University Öğrenci Ödevi	<% 1
52	acikerisim.maltepe.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
53	link.springer.com İnternet Kaynağı	<% 1
54	openaccess.ogu.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
55	www.sead.com.tr İnternet Kaynağı	<% 1
56	www.uuyayinlari.com İnternet Kaynağı	<% 1

57	Ibrahim Dalbudak, Taner Yilmaz, Sihmehmet Yigit. "Nomophobia Levels and Personalities of University Students", Journal of Education and Learning, 2020 Yayın	<% 1
58	abis-files.istanbul.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
59	acikerisim.erbakan.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
60	acikerisim.fsm.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
61	ded.dem.org.tr İnternet Kaynağı	<% 1
62	docplayer.biz.tr İnternet Kaynağı	<% 1
63	hal.archives-ouvertes.fr İnternet Kaynağı	<% 1
64	isletmecilik.org İnternet Kaynağı	<% 1
65	sbk2019.org İnternet Kaynağı	<% 1
66	www.bilmat.org İnternet Kaynağı	<% 1
67	yonorg2022.sdu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1

68	Submitted to Esenyurt University Öğrenci Ödevi	<% 1
69	birimler.dpu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
70	dergipark.gov.tr İnternet Kaynağı	<% 1
71	dergipark.ulakbim.gov.tr İnternet Kaynağı	<% 1
72	f749d2de-b9db-4cec-b6d0- ee07a424fefb.filesusr.com İnternet Kaynağı	<% 1
73	odk.mu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
74	open.metu.edu.tr İnternet Kaynağı	<% 1
75	openaccess.hacettepe.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı	<% 1
76	utek2019.com İnternet Kaynağı	<% 1
77	www.iscs-a.org İnternet Kaynağı	<% 1
78	www.nypi.re.kr İnternet Kaynağı	<% 1

79 ADNAN, Müge and GEZGİN, Deniz Mertkan. "<div>Modern Çağın Yeni Fobisi: Üniversite Öğrencileri", Ankara Üniversitesi, 2016.

Yayın

<%1

80 ELİF TÜRKAN ARSLAN. "SANAL KAYTARMA: BİR KAMU KURUMUNDA HEMŞİRELER ÜZERİNDE AMPİRİK BİR ARAŞTIRMA", Journal of International Social Research, 2016

Yayın

<%1

81 GEZGİN, Deniz Mertkan, ŞAHİN, Yusuf Levent and YILDIRIM, Soner. "SOSYALAĞKULLANICILARININ NOMOFOBİ DÜZEYLERİN FAKTÖRLER", Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi, 2017.

Yayın

<%1

82 YAZICIOĞLU, İrfan and ÖZATA, Esra. "Gastronomi ve Mutfak Sanatları Bölümü Öğrencilerinin Ders Programı Algılarının Akademik Başarıları Üzerine Etkisi", Gazi Üniversitesi, Turizm Fakültesi, 2017.

Yayın

<%1

83 İPEK, Selçuk and KAYNAR, İlknur. "" Vergiye gönüllü uyum " Konusunda Çanakkale iline yönelik Ampirik bir çalışma", Celal Bayar Üniversitesi İİBF, 2009.

Yayın

<%1

84

6822d126-530b-4b2b-afcc-
39167d4b7444.filesusr.com

İnternet Kaynağı

<%1

85

ERDEM, Haluk, TÜREN, Ufuk and KALKIN,
Gökdeniz. "Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusu
(Nomofobi) Yayılımı: Türkiye'den Üniversite
Öğrencileri ve Kamu Çalışanları Örnekleme",
Gazi Üniversitesi Bilişim Enstitüsü, 2017.

Yayın

<%1



ÖZGEÇMİŞ

Adı ve Soyadı: Muhammet Ali Öztürk

Öğrenim Durumu: Lisans

Derece	Alan	Üniversite	Yıl
Lisans	Kamu Yönetimi	Anadolu Üniversitesi	2019
Yüksek Lisans			

İş Deneyimi:

Çalıştığı Yer	Görev	Yıl
Ankara Şehir Hastanesi	Hemşire	7

Yabancı Diller: İngilizce

Yayınlar:

Tarih: 09/12/2022

