



Examination of Smartphone Addiction in Terms of Generation and Gender Variables

İsmail Demirbağ^{1,a,*}

¹ Asst. Prof., Sivas Cumhuriyet University, Faculty of Communication, Department of Radio, Television and Cinema

*Corresponding author

Research Article

History

Received: 19/05/2025

Accepted: 10/06/2025

ABSTRACT

The aim of this study was to examine whether individuals' levels of smartphone addiction differ according to generational cohort (X, Y, Z) and gender (female, male). Employing a quantitative research approach and a 3x2 factorial design, data were collected from 434 individuals aged between 18 and 65. A personal information form and the Smartphone Addiction Scale – Short Form were used as data collection instruments. Prior to analysis, assumptions such as normality and homogeneity of variance were checked. Subsequently, two-way analysis of variance (two-way ANOVA) was conducted. The results revealed a significant main effect of generation on smartphone addiction scores ($F_{(2, 428)} = 14.88, p < .001, \eta^2 = .065$). According to Bonferroni post hoc test results, individuals from Generations Z and Y had significantly higher addiction scores than those from Generation X. However, the main effect of gender was not statistically significant ($F_{(1, 428)} = 3.25, p > .05$), indicating that smartphone addiction levels did not differ substantially between male and female participants. Furthermore, the interaction effect between generation and gender was also found to be non-significant ($F_{(2, 428)} = 0.48, p > .05$). In conclusion, the study found that smartphone addiction levels differ significantly across generations, whereas gender and the interaction between generation and gender do not have a significant impact. These findings suggest that digital addictions may be shaped by generation-specific psychosocial dynamics and that technology usage habits vary with age.

Keywords: Smartphone Addiction, Generation, Gender, Factorial Design

Akıllı Telefon Bağımlılığının Kuşak ve Cinsiyet Değişkenleri Açısından İncelenmesi

Süreç

Geliş: 19/05/2025

Kabul: 10/06/2025

Öz

Bu araştırmanın amacı, bireylerin akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin kuşak (X, Y, Z) ve cinsiyet (kadın, erkek) değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemektir. Nicel araştırma yaklaşımıyla ve 3x2 faktöriyel desen ile yürütülen çalışmada, 18–65 yaş aralığındaki 434 bireyden elde edilen veriler kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği – Kısa Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde normallik ve varyans homojenliği gibi varsayımsal kontrollerin ardından iki yönlü varyans analizi (iki yönlü ANOVA) uygulanmıştır. Bulgulara göre, kuşak değişkeninin temel etkisi akıllı telefon bağımlılığı puanlarında anlamlı farklılık göstermektedir ($F_{(2,428)} = 14.88, p < .001, \eta^2 = .065$). Bonferroni testi sonuçlarına göre Z ve Y kuşaklarının puanları X kuşağından anlamlı düzeyde yüksektir. Cinsiyetin temel etkisine dair anlamlı bir fark bulunmamış ($F_{(1,428)} = 3.25, p > .05$), kadın ve erkek bireylerin bağımlılık düzeylerinin benzer olduğu gözlenmiştir. Ayrıca, kuşak ve cinsiyetin etkileşim etkisi de anlamlı bulunmamıştır ($F_{(2,428)} = .48, p > .05$). Sonuç olarak, kuşaklar arasında akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin farklılaştığı; ancak cinsiyetin ve kuşak-cinsiyet etkileşiminin bu bağımlılık üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Araştırma, dijital bağımlılıkların kuşak temelli psikososyal dinamiklerle açıklanabileceğine ve teknoloji kullanım alışkanlıklarının yaşa bağlı olarak çeşitlilik gösterdiğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Akıllı Telefon Bağımlılığı, Kuşak, Cinsiyet, Faktöriyel Desen

Copyright



This work is licensed under
Creative Commons Attribution 4.0
International License

^a demirbag@cumhuriyet.edu.tr



0000-0002-0222-3000

How to Cite: Demirbağ, İ. (2025). Examination of smartphone addiction in terms of generation and gender variables. *International Journal of Current Social Science*, 4(1), 30–36.

Giriş

Geçmişten günümüze insanlar arasındaki iletişim sürekli olarak değişkenlik göstermiş olup, teknolojinin insanların hayatını kolaylaştırmasıyla insanlar arasındaki etkileşim yüz yüze görüşmeden ziyade, görsel, yazılı ve işitsel şekle dönüşmüştür. Hayatı bu kadar kolaylaştıran akıllı telefonlar dokunmatik ekranlara, wi-fi üzerinden mobil internet erişimine, medya oynatıcılara ve dijital kameralar gibi diğer işlevlere sahiptir. Genelde kullanıcılar akıllı telefonlar ile telefon görüşmeleri yapmalarının yanı sıra oyun oynamakta, arkadaşlarıyla sohbet edebilmekte, web hizmetlerine erişebilmekte ve bilgi aramaktadırlar.

Akıllı telefonların lüks olmaktan ziyade ihtiyaç olarak tercih edilmesi insanların hayatına pozitif yönde katkı sağladığı gibi negatif olarakta olumsuz yönde etkilemektedir. Akıllı telefonun insanların hayatında yer almasıyla birlikte önemli faydalar sağladığı gibi, akıllı telefonların aşırı kullanılması davranışsal bozukluklara neden olmaktadır. Akıllı telefonların sürekli olarak kendini yenilemesi ve küresel boyutta ilginin artması, insanlar arasındaki etkileşimi değiştirdiği gibi küçüğünden büyüğüne her yaş grubundaki insanlar tarafından yoğun şekilde kullanılması konusunda dünya çapında endişelere yol açmıştır. Artık insanların bütün işlerini bu cihazlarla yapması, yeni güne başladıkları esnada her şeyden önce akıllı telefonlara yönelmeleri, toplum içinde yalnızlaşıp bu cihazlarla mutlu olmaları ve onsuz yapamama duygusu bağımlılık haline dönüşmüştür. Özellikle 2019 yılında başlayıp 2020 yılında Türkiye’de de görülen ve etkisi hala hissedilen pandemi süreci ile insanların alışkanlıkları değişmiş ve dijital dünyaya daha fazla alışmışlardır. Bu durum dijital bağımlılığa dönüşmüş ve insanlar yalnız hareket etmeye başlamışlardır.

Kişilerin biyolojik ya da genetik yatkınlığı olmak üzere, sosyal çevre gibi birçok etken bağımlılıktan kaynaklanmaktadır (Griffiths, 2003: 558-559; aktaran Aktaş ve Yılmaz, 2017: 87). Özellikle insanların hayatında önemli yer tutan akıllı telefon bağımlılığı, akıllı telefonların aşırı kullanımının günlük hayat standartlarını etkileyerek çok hızlı bir şekilde duygusal değişimlere neden olması olarak ifade edilmektedir (Han vd., 2017; Yang vd. 2019; aktaran Öztürk, 2021: 267). Küresel boyutta akıllı telefon kullanımı, büyük ölçüde nomofobi sorunlarına ve akıllı telefonları kullanamayan insanların yaşadığı kaygı bozukluklarına neden olmaktadır (Dasgupta vd., 2017: 199; aktaran Balci ve Bal, 2022: 106).

Son dönemlerde akıllı telefon bağımlılığı kuşaklar arasında o kadar yoğun hale gelmiştir ki, artık insanların akıllı telefonları kullanmama korkusu olan ve psikolojilerini negatif yönde etkileyen nomofobi’ye dönüşmüştür.

Kuşaklar kavramı genellikle tarihsel döneme ve yaş grubuna göre (1946-1964 *Baby Boomers kuşağı*, 1965-1979 *X kuşağı*, 1980-1994 *Y kuşağı*, 1995-2012 *Z kuşağı*, 2013-2025 *arası alpha kuşağı*) ayrılmakta olup, her kuşağın kendine özgü duygu ve düşünceleri vardır (<https://pazarlamaitisimi.com/kusaklar-kavrami-baby-boomers-x-y-z-ve-alpha-kusaklari/>). Özellikle kuşaklar

arasında, Z kuşağı ve alpha kuşağının akıllı telefon bağımlılığı teknolojik yeniliklere karşı ilgisi çok daha fazla olsa ve kolaylık sağlasa da, bütün kuşakların gündelik hayatlarında negatif yönde etki yapma olasılığı daha yüksek olabilir.

Bu araştırmanın amacı bireylerin akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin kuşak ve cinsiyet değişkenlerinin temel etkileri ve etkileşim etkisi açısından incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda oluşturulan ve araştırma kapsamında test edilen hipotezler şunlardır:

H₁ : Kuşak değişkeninin temel etkisi açısından bireylerin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark vardır.

H₂ : Cinsiyet değişkeninin temel etkisi açısından bireylerin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark vardır.

H₃ : Kuşak ve cinsiyet değişkenlerinin etkileşim etkisi açısından bireylerin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark vardır.

Literatür Taraması

Türkiye’de sabit telefon haricindeki ilk telefon deneyimi 1991 senesinde 1G teknolojisini temsil eden araç telefonları ile başlamış olup, 23 Şubat 1994 yılı itibarıyla o dönemin Başbakanı Tansu Çiller’in dönemin Cumhurbaşkanı Süleyman Demirel’i aramasıyla ülkemizde ilk defa cep telefonu kullanılmıştır (<https://www.m-tod.org>).

2025 verilerine göre, dünyada 7.2 milyar insan akıllı telefon kullanmakta olup, yaklaşık olarak % 97’sini 18-49 yaş aralığındaki kişiler oluşturmaktadır. Akıllı telefonların en fazla kullanıldığı ülkeler ise, % 88,2 oranı ile Amerika Birleşik Devletleri, %79,8 oranı ile Birleşik Krallık, %78,8 oranı ile Fransa ve Almanya, % 77 ile İtalya’dır. Akıllı telefonlarda harcanan ortalama süre ise, 5 saat 47 dakika ile Filipinler ilk sırada yer alırken, Türkiye’de 4 saat 16 dakikadır (<https://www.demandsage.com/smartphone-usage-statistics/>).

Türkiye’de ise, 2023 yılı verileri dikkate alındığında 16-74 yaş aralığındaki bireylerde %87,1’ iken 2024 yılında % 88,8’e çıkmıştır. 2024 yılında akıllı telefon kullananların %92,2’sini erkekler, % 85,4’ünü kadınlar oluşturmaktadır (<https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hane>).

Genellikle akıllı telefonlar epeyce fazla işleve sahip olan, dokunmatik ekranlı cihazlar olup, insanların arasındaki görüşmeyi kolaylaştıran, internete ve dijital medyaya hızlı erişim sağlayan, iletişim için daha önce kullanılan telefon ve günümüzün dijital makinelerin işlevlerini küçük cihazda birleştiren yenilikçi bir buluş olarak ifade edilmiştir (Hock Ting ve Chen, 2020: 215). Akıllı telefonlar günlük yaşamda bir çok aktiviteyi kolaylaştırdığı için insanlar için giderek daha vazgeçilmez hale gelmiştir (Haug vd., 2015).

Akıllı telefonlar, daha hızlı ve kolay iletişim sağlamada, sosyalleşmede, eğlence aracı olmada, bilgiye erişimi kolaylaştırmada ve zaman yönetimini iyileştirme gibi sayısız faydaları nedeniyle insanların hayatının önemli bir parçası olsa da aşırı kullanılması durumunda bağımlılığa

neden olabilir (Açıkgöz vd., 2022). Shaffer'a (1996) göre teknolojik bağımlılık, insanların kötü olan ruhsal durumlarını azaltarak olumlu yönde katkı sağlaması için cihaza bağımlı hale geldiklerinde gelişen insan-makine etkileşimini içermektedir (Al-Barashdi vd., 2014). Akıllı telefon bağımlılığı, potansiyel bir bozukluk olarak belirtilmiş olup, insanların telefonunu aşırı ve kontrolsüz şekilde kullanması cihaza karşı psikolojik yönden bağımlı hale geldiklerini göstermektedir (Kwon vd, 2003b: James vd., 2023: 1). Akıllı telefonu aşırı kullanan bireylerde, sosyal sorunlarla birlikte gerginlik, kaygı ve günlük yaşamlarında olumsuz semptomlar yaşadıkları görülmüştür (Lee vd., 2015: 298). Aynı zamanda akıllı telefonların aşırı kullanımı tolerans, yoksunluk, ruh halinin negatif yönde değişmesi düzensizliği, istek kaybı gibi birçok bağımlılık halini içeren durumların insanlarda görünmesinde önemli bir etkidir (Demirci vd., 2014: 227).

Bianchi ve Philips (2005) yılında z kuşağı üzerinde yapmış oldukları çalışmada, cep telefonu kullanım yoğunluğunun depresyon sorunu oluşturduğunu belirlemişlerdir.

Stanford Üniversitesi tarafından 2010 yılında 200 iPhone kullanan öğrenci üzerinde yapılan çalışmada, hem markayı benimsedikleri hem de uzun süre kullanmalarından dolayı bağımlı hale geldikleri ve hemen hemen hepsinin yaşam tarzlarının bir parçası olarak gördükleri belirlenmiştir (Hpe, 2010; aktaran Kwon vd., 2013)

Mok vd. (2014) yılında yapmış oldukları çalışmada, Seul de 463 üniversite öğrencisi ile yüz yüze görüşerek anket uygulamışlardır. Kwon (2013) yılında akıllı telefon bağımlılığını ölçmek için geliştirmiş oldukları (*günlük yaşam bozukluğu, olumlu beklenti, geri çekilme, aşırı kullanım, tolerans ve siber uzay odaklı ilişki*) ölçeği kullanmışlardır. Araştırma sonucunda telefona bağımlı olan bireylerde kaygı bozuklukları ve sosyalleşememe sorunu olduğunu tespit etmişlerdir.

Yıldırım ve Correia (2015) yılında yapmış oldukları çalışmada, Birleşik Devletlerde 300 üniversite öğrencisiyle yüz yüze görüşerek 20 maddeli 7'li likert ölçeği geliştirmişlerdir. Yapılan analizler sonucunda iletişim kuramama, bağlantıyı kaybetme, bilgiye erişememe ve rahatlıktan vazgeçme olarak 4 faktör bulmuşlardır.

Duke ve Montag (2017) yılında yapmış oldukları çalışmada, 2016 yılında 605 katılımcı ile online çevrim içi anket yapmışlardır. Akıllı telefonu gün içinde kullanan kişilerin iş hayatının daha verimsiz geçtiği, iş zamanı akıllı telefonda, kendilerinin en uygun olduğunu düşündüklerinden daha fazla zaman harcadıklarını telefon kullanımının iş yerindeki olumsuz etkilerinin farkında olmalarına rağmen, katılımcıların akıllı telefon kullanma davranışlarına devam ettiklerini ve kişisel yaşamları üzerinde olumsuz yönde etkisi olduğunu belirlemişlerdir.

Chen vd. (2017) yılında yapmış oldukları çalışmada, Çin'deki lisans öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığını öğrenmek üzerine 2016 yılında 1441 öğrenci üzerinde anket çalışması yapmışlardır. Araştırma sonucunda akıllı

telefon bağımlısı olan kişilerde kaygı, depresyon ve uyku kalitesinin kötü olduğunu tespit etmişlerdir.

Kumcağız vd. (2020) yılında yapmış oldukları çalışmada, 1241 üniversite öğrencisine anket yapmışlardır. Analizler sonucunda, cinsiyete göre akıllı telefon kullananlar arasında anlamlı bir fark olmasa da kullanım süreleri arasında anlamlı bir fark olduğu, boş zamanlarında genelde akıllı telefon kullandıkları, özellikle yalnız yaşayanların daha fazla akıllı telefon bağımlısı olduğu belirlenmiştir.

Açıkgöz vd. (2022) yılında yapmış oldukları çalışmada, akıllı telefon bağımlılığının insanların uyku kalitesini ne düzeyde etkileyip etkilemediğini belirlemeye çalışmışlardır. Bu kapsamda, 910 genç ile görüşmüşler ve akıllı telefon bağımlılığı olan bireylerde uyku kalitesini negatif yönde etkilediğini belirlemişlerdir.

James vd (2023) yılında yapmış oldukları çalışmada, akıllı telefon bağımlılığının davranışları ne şekilde etkilediğini incelemek için 2022 Şubat ve Mayıs ayları arasında akıllı telefon bağımlılığı, sorunlu akıllı telefon kullanımı, aşırı akıllı telefon kullanımı, akıllı telefon kullanım bozukluğu ve nomofobi kelimelerini taramışlardır. Çalışma sonucunda, bu konunun en fazla Çin'deki araştırmacılar tarafından çalışıldığını, Türkiye'deki araştırmacıların ise 155 çalışma ile üçüncü sırada yer aldığı görülmüştür. Akıllı telefon bağımlılığı araştırmalarında en fazla kullanılan örneklem türü ise öğrenciler üzerinde yapıldığını belirlemişlerdir.

Kheradmand vd. (2023) yılında yapmış oldukları çalışmada, akıllı telefon bağımlısı olanların kişilik özelliklerini belirlemeye çalışmışlar, bu kapsamda akıllı telefon bağımlılığı olan kişilerde nevrotiklik ve dışadönüklüğün yaygınlığının olduğunu tespit etmişlerdir.

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu çalışmada, bireylerin akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin cinsiyet ve kuşak değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemeyi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda araştırma, nicel araştırma yaklaşımı ile betimsel nitelikte ve zaman boyutunda kesitsel olarak yürütülen 3x2 faktöriyel desenli nicel bir araştırmadır. Araştırmada üç kategorili kuşak (X, Y, Z) ile iki kategorili bir değişken olan cinsiyet (kadın, erkek) değişkenlerinin hem temel etkileri hem de etkileşim etkileri analiz edilmiştir.

Araştırma Grubu

Araştırma grubu 18 ile 65 yaş aralığında (34.33±14.28) X, Y ve Z kuşağındaki bireylerden oluşmaktadır. Literatürde kuşakların doğum yılı aralıkları farklı araştırmacılar tarafından çeşitli şekillerde tanımlanabilmektedir. Bu çalışmada ise Altın (2022) temel alınarak kuşaklar şu şekilde sınıflandırılmıştır: X Kuşağı (1965-1979), Y Kuşağı (1980-1999) ve Z Kuşağı (2000 ve sonrası). Tablo 1'de katılımcılara ilişkin kişisel bilgilere yer verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Kişisel Bilgiler

Değişken	Düzy	F	%
Cinsiyet	Kadın	218	50.2
	Erkek	216	49.8
Kuşak	Z Kuşağı	193	44.5
	Y Kuşağı	131	30.2
	X Kuşağı	110	25.3

Tablo 1'e göre çalışmaya katılan bireylerin cinsiyet dağılımı incelendiğinde, katılımcıların %50.2'sini kadınlar (n = 218), %49.8'ini ise erkekler (n = 216) oluşturmaktadır. Katılımcıların kuşaklara göre dağılımında ise %44.5'i Z kuşağında (n = 193), %30.2'si Y kuşağında (n = 131) ve %25.3'ü X kuşağında (n = 110) yer almaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında bireylerin bazı kişisel bilgilerini elde etmek için bilgi formu oluşturulmuş ve akıllı telefon bağımlılığı düzeylerini belirlemek için akıllı telefon bağımlılığı ölçeği – kısa formu kullanılmıştır.

Kişisel bilgi formu. Katılımcılara yönelik demografik sorular sorulmuştur.

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği – Kısa Formu. Kwon ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen Noyan ve arkadaşları (2015) tarafından uyarlanan ölçme aracı bireylerin akıllı telefon bağımlılığı düzeylerini değerlendirmek için kullanılmıştır. Ölçek, 6'lı likert tipi derecelendirme ile puanlanan ve 10 maddeden oluşan tek boyutlu bir yapıya sahiptir. Ölçekten alınan puanlar 10 ile 60 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puan arttıkça akıllı telefon bağımlılığı düzeyinin ve bağımlılık riskinin arttığı değerlendirilmektedir. Noyan ve arkadaşları (2015) tarafından ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .91 olarak hesaplanmıştır. Mevcut araştırma kapsamında elde edilen

verilerle ölçüm sonuçlarının güvenilirliğine ilişkin iç tutarlılık katsayısı yeniden hesaplanmış ve .89 olarak bulunmuştur. Buna göre ölçüm sonuçlarının yüksek düzeyde güvenilir olduğu görülmüştür.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında verilerin analizine ulaşmak için betimsel istatistiklerden ve hipotezlerin test edilmesinde iki yönlü varyans analizinden faydalanılmıştır. İki yönlü varyans analizinde tespit edilen anlamlı farkların kaynağı devam testleri ile incelenmiştir. İki yönlü varyans analizi gerçekleştirilmeden önce varsayımsal incelemeler gerçekleştirilmiştir. Tek değişkenli normallik çarpıklık ve basıklık katsayılarına dayalı değerlendirilmiş olup ± 1.5 aralığı referans olarak alınmıştır. Bu değer aralığı normallik açısından ciddi bir varsayım ihlali olmadığına işaret etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre frekans dağılımındaki oranın 4 katı geçmemesi ve varyansların birbirine oranının 10 katı geçmemesi bu varsayımların sağlandığının göstergesidir. Bu referans kriterlere göre varsayımlar kontrol edilmiştir. Elde edilen bulguların anlamlılık düzeyi %95 güven aralığında %5 hata payı ile yorumlanmıştır. Verilerin analizinde R (4.2.3) programlama ve yazılım dilinden ve JAMOVİ (2.14.4) programından faydalanılmıştır.

Bulgular

Tablo 2. Akıllı Telefon Bağımlılığı Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

	Ort.	SS	Med.	Mod	Min	Max	Çarpıklık	Basıklık
ATB	28.13	9.26	28.00	27.00	10	52	.23	-.53

ATB = Akıllı telefon bağımlılığı

Tablo 3. Kuşak ve Cinsiyet Alt Gruplarında Akıllı Telefon Bağımlılığı Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler

Kuşak	Cinsiyet	f	Varyans	Çarpıklık	Basıklık
Z Kuşağı	Kadın	90	70.74	-.27	-.31
	Erkek	103	75.35	.36	-.07
Y Kuşağı	Kadın	73	93.18	.35	-.76
	Erkek	58	116.59	.23	-1.18
X Kuşağı	Kadın	55	48.30	.16	-.54
	Erkek	55	82.98	.23	-.88

Tablo 4. Akıllı Telefon Bağımlılığın Etkileşim Etkilerini Belirleyen İki Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

	χ^2 Tip III	sd	χ^2 /sd	F	p	η^2_p
Kuşak	2393.10	2	1196.55	14.88	<.001	.065
Cinsiyet	261.46	1	261.46	3.25	.072	.007
Kuşak*Cinsiyet	77.81	2	38.90	.48	.617	.002
Hata	34424.58	428	80.43			

Tablo 2 incelendiğinde araştırmanın yürütüldüğü örneklem grubunun akıllı telefon bağımlılığı puanları 10 ile 52 arasında değişmekte olup puan ortalamaları 28.13 ± 9.26 'dır. Ortalama ve medyan değerleri birbirine yakındır, fakat mod (tepe değer) bir miktar düşüktür. Çarpıklık ve basıklık katsayıları referans aralıktadır. Buna göre normallik varsayımı açısından varsayım ihlali gözlenmemiştir. Tablo 3'te iki yönlü varyans analizinin ek varsayımsal incelemelerine ilişkin kuşak ve cinsiyet alt gruplarındaki betimsel istatistiklere yer verilmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde kuşak ve cinsiyet alt gruplarında frekans dağılımı oranlarının 1.05 ile 1.87 arasında değiştiği görülmüştür. Varyansların birbirine oranı ise 1.06 ile 2.41 arasında değişmektedir. Çarpıklık ve basıklık katsayıları ise referans kriter aralığındadır. Buna göre iki yönlü varyans analizinin yürütülmesi için dengeli bir desenin oluştuğu, varyansların homojen olduğu ve alt gruplarda akıllı telefon bağımlılığı puanlarının normal dağılım gösterdiği gözlenmiştir. Tablo 4'te hipotezlerin test edilmesi için kurulan iki yönlü varyans analizi modeline ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4'te akıllı telefon bağımlılığındaki farklılıklara ilişkin cinsiyet ve kuşak değişkenlerinin temel etkilerinin ve etkileşim etkilerinin ele alındığı iki yönlü varyans analizi bulgularına yer

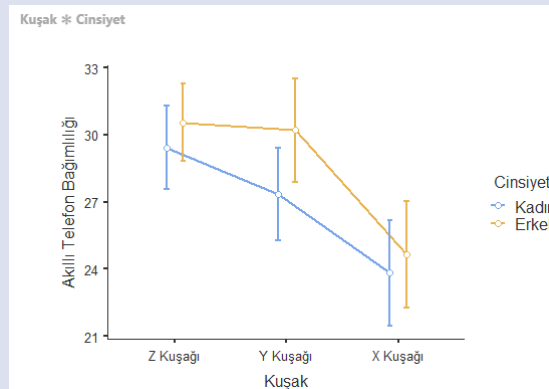
verilmiştir. Bulgulara göre kuşak değişkeninin temel etkisi açısından akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmuştur ($F_{(1,428)} = 14.88$ ve $p < .001$). Etki büyüklüğü orta düzey etki olduğuna işaret etmektedir ($\eta^2_p = 0.065$). Bonferroni devam testi sonuçlarına göre Z ve Y kuşakları arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($t_{(428)} = 1.18$ ve $p > .05$). Z ve X kuşağı arasında ($t_{(428)} = 5.37$ ve $p < .001$) ve Y ve X kuşağı arasında ($t_{(428)} = 3.91$ ve $p < .001$). anlamlı fark bulunmuştur. Z ve Y kuşaklarının akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları X kuşağının akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamalarına göre daha yüksektir. Cinsiyet değişkeninin temel etkisi açısından akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($F_{(1,428)} = 3.25$ ve $p > .05$). Kadın ve erkeklerin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları benzerlik göstermektedir. Kuşak ve cinsiyetin etkileşim etkisi açısından akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($F_{(1,428)} = .48$ ve $p > .05$). Tüm kuşaklarda kadın ve erkeklerin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları benzerlik göstermektedir. Tablo 5'te tahmin edilen marjinal ortalamalara ilişkin betimsel istatistiklere yer verilmiştir.

Tablo 5. Tahmin Edilen Marjinal Ortalamalara İlişkin Betimsel İstatistikler

Cinsiyet	Kuşak	Ort.	Std. Hata	%95 Güven Aralığı	
				Alt Limit	Üst Limit
Kadın	Z Kuşağı	29.42	.94	27.56	31.28
	Y Kuşağı	27.36	1.05	25.29	29.42
	X Kuşağı	23.82	1.21	21.44	26.20
Erkek	Z Kuşağı	30.55	.88	28.82	32.29
	Y Kuşağı	30.21	1.18	27.89	32.52
	X Kuşağı	24.64	1.21	22.26	27.01

Tablo 5'te verilen cinsiyet ve kuşak değişkenlerine göre akıllı telefon bağımlılığı puanlarının tahmin edilen marjinal ortalamaları incelendiğinde, kadınlarda Z kuşağı (Ort. = 29.42, SH = .94, %95 GA [27.56, 31.28]) en yüksek bağımlılık düzeyine sahipken, bu puanlar Y kuşağında (Ort. = 27.36, SH = 1.05, %95 GA [25.29, 29.42]) ve özellikle X kuşağında (Ort. = 23.82, SH = 1.21, %95 GA [21.44, 26.20]) azalmaktadır. Benzer şekilde erkeklerde de Z kuşağı en yüksek bağımlılık puanını göstermekte (Ort. = 30.55, SH = .88, %95 GA [28.82, 32.29]), Y kuşağı (Ort. = 30.21, SH = 1.18, %95 GA [27.89, 32.52]) bu değere yakın iken, X

kuşağında akıllı telefon bağımlılığı puanları anlamlı derecede düşmektedir (Ort. = 24.64, SH = 1.21, %95 GA [22.26, 27.01]). Genel olarak, Z ve Y kuşakları arasında akıllı telefon bağımlılığı puanları daha yüksek gözlemlenirken, X kuşağında bu puanların belirgin şekilde azaldığı görülmektedir. Bu sonuçlar, genç kuşaklarda (özellikle Z kuşağı) akıllı telefon kullanımına bağlı bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu; daha yaşlı kuşaklarda (X kuşağı) ise bağımlılık düzeylerinin azaldığını göstermektedir. Şekil 1'de tahmin edilen marjinal ortalamalara ilişkin grafiğe yer verilmiştir.



Şekil 1. Tahmin Edilen Marjinal Ortalamalar Grafiği

Tablo 6. Hipotezlerin Kabul Ve Ret Durumları

Hipotez	Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	Kabul/Ret	Etki Büyüklüğü
H ₁	Kuşak	ATB	Kabul	0.065
H ₂	Cinsiyet	ATB	Ret	-
H ₃	Kuşak*Cinsiyet	ATB	Ret	-

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada bireylerin akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin kuşak ve cinsiyet açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bulgular, bireylerin akıllı telefon bağımlılığı düzeylerinin kuşak değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiğini, fakat cinsiyet değişkeni ve kuşak*cinsiyet etkileşimine göre farklılaşmadığını ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, dijital bağımlılıkların özellikle kuşak temelli psiko-sosyal dinamiklerle açıklanabileceğini ve teknoloji kullanım alışkanlıklarının yaşa bağlı olarak değişebileceğini göstermiştir.

Araştırma kapsamında test edilen H₁ “*Kuşak değişkeninin temel etkisi açısından bireylerin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark vardır.*” hipotezi doğrulanmıştır. Kuşak değişkenine ilişkin ana etki, Z ve Y kuşağındaki bireylerin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamalarının X kuşağında yer alan bireylere kıyasla daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu farklılığa ilişkin istatistiksel etki, orta düzeyde olup akıllı telefon bağımlılığındaki değişkenliğin yaklaşık olarak %6.5’i kuşak değişkeni ile açıklanmıştır. Altın ve Altın (2021) tarafından yapılan araştırmada akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasındaki farklılıklar iki yönlü varyans analizi ile incelenmiş ve kuşak değişkeni açısından anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir. Bu bulgu, mevcut araştırma sonuçları ile çelişkili görünse de bulgular birbiriyle tutarlılık göstermektedir. Altın ve Altın’ın (2021) yapmış olduğu araştırma Y ve Z kuşakları üzerinde yürütülmüştür. Bu anlamda Y ve Z kuşakları arasında anlamlı fark olmaması mevcut araştırmayı desteklemektedir. Kumcağız vd. (2020) yaptıkları çalışma sonucunda, cinsiyete göre akıllı telefon kullananlar arasında anlamlı bir fark olmasa da kullanım süreleri arasında anlamlı bir fark olduğu, boş zamanlarında genelde akıllı telefon kullandıkları, özellikle yalnız yaşayanların daha fazla akıllı telefon bağımlısı olduğunu belirlemişlerdir.

Prensky (2001) 1980 yılı ve sonrasında doğan bireyleri dijital yerli olarak tanımlamıştır. Yıl olarak Y ve Z kuşaklarına karşılık gelen bu kavrama göre dijital yerliler, dijital teknolojilerin yaşamlarına erken yaşta girmesiyle birlikte, bu teknolojilere daha fazla maruz kalmış ve dolayısıyla daha yoğun kullanım alışkanlıkları geliştirmiş olabilir. Araştırma kapsamında test edilen H₂ “*Cinsiyet değişkeninin temel etkisi açısından bireylerin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark vardır.*” hipotezi doğrulanmamıştır. Cinsiyet değişkenine ilişkin ana etki, kadın ve erkeklerde akıllı telefon bağımlılığının farklılaşmadığını; her iki cinsiyet grubunun da ortalama olarak benzer eğilimlere sahip olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde, Altın ve Altın (2021) yapmış olduğu araştırmada cinsiyet değişkeninin akıllı telefon

bağımlılığı puan ortalamalarında anlamlı bir fark oluşturmadığını raporlamıştır. Mevcut araştırmada cinsiyetin etkisinin anlamlı olmaması, dijital teknolojiye erişimin günümüzde her iki cinsiyet için de benzer hale gelmiş olmasıyla ilişkilendirilebilir. Araştırma kapsamında test edilen H₃ “*Kuşak ve cinsiyet değişkenlerinin etkileşim etkisi açısından bireylerin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark vardır.*” hipotezi doğrulanmamıştır. Kuşak ve cinsiyet değişkenlerinin etkileşim etkisi açısından akıllı telefon bağımlılığının farklılaşmadığı görülmüştür. Literatürde bu değişkenlerin etkileşim etkisinin akıllı telefon bağımlılığında fark oluşturup oluşturmadığına yönelik araştırmalar sınırlıdır. Mevcut araştırmadaki bulgunun aksine, Altın ve Altın’ın (2021) yapmış olduğu araştırmada cinsiyet ve kuşak etkileşiminin akıllı telefon bağımlılığı puan ortalamalarında anlamlı bir fark oluşturduğu raporlanmıştır. Ancak araştırmacılar, söz konusu farkın istatistiksel olarak küçük bir etki büyüklüğüne sahip olduğunu ve fiziksel aktivite düzeyinin temel etkisi kontrol altına alındığında bu farklılığın ortadan kalktığını belirtmişlerdir. Bu bağlamda, ilgili bulguların mevcut araştırmanın sonuçlarını dolaylı olarak desteklediği söylenebilir. Kuşak ve cinsiyet etkileşimine yönelik bulgular, kadın ve erkek bireylerin farklı kuşaklarda benzer akıllı telefon kullanım kalıplarına sahip olabileceğini düşündürmektedir. Kuşakların dijitalleşme ile tanışma biçimleri farklılık gösterse de, bu etkileşimin cinsiyetle birlikte akıllı telefon bağımlılığındaki farklılığı açıklamada istatistiksel bir etkisinin olmadığı anlaşılmaktadır.

Araştırma kapsamında elde edilen bulgulara yönelik sonuçlar, teknoloji bağımlılığına yönelik önleyici stratejilerin geliştirilmesinde yaş gruplarının ve kuşak özelliklerinin dikkate alınmasının önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle Z ve Y kuşağı bireylerinin dijital teknoloji ile daha erken yaşta tanışmaları ve daha yoğun etkileşim içinde olmaları nedeniyle, bu gruplarda dijital bağımlılık veya akıllı telefon bağımlılığını azaltmaya yönelik dijital okuryazarlık, zaman yönetimi ve bilinçli teknoloji kullanımı gibi müdahale programlarının hazırlanması ve deneysel çalışmalarla bu programlarının dijital bağımlılık türleri üzerinde nedensel etkilerinin test edilmesi önerilmektedir. Mevcut araştırma literatüre önemli katkılar sunmakla birlikte bazı sınırlılıklara sahiptir. Bu araştırma kapsamında elde edilen veriler zaman boyutunda kesitsel desen ile elde edilmiştir; bu nedenle nedensel ilişkiler bağlamında yorum yapılmamalıdır. İleride yapılacak araştırmalarda teknoloji kullanım alışkanlıklarının zaman içerisindeki değişimi boylamsal desenlerle incelenebilir. Ayrıca çeşitli psiko-sosyal değişkenlerin aracı ya da düzenleyici rollerine odaklanan yapısal eşitlik modelleri ile ileri istatistiksel tekniklerin kullanılması önerilmektedir.

Kaynakça

- Açıkgöz, A., Açıkgöz, B., & Açıkgöz, O. (2022). The Effect of internet addiction and smartphone addiction on sleep quality among Turkish adolescents. *PeerJ*, (10), 1-17.
- Aktaş, H., & Yılmaz, N. (2017). Üniversite Gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social and Education Research*, 3(1), 85-100.
- Al-Barashdi, H., Bouazza, A., & Jabur, N. H. (2014). Smartphone addiction among university undergraduates: a literature review. *Journal of Scientific Research & Reports*, 4(3), 210-225.
- Altın, S. (2022). Dijitalleşen dünyada kuşakların e-hizmet kalite algısı, e-memnuniyeti ve e-sadakatı arasındaki ilişkiler. B. Aydın, Z. U. Özkara & A. Taş (Eds.), *Disiplinlerarası bakış açısıyla salgın ve dijitalleşme* (s. 257-275). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Altın, S., & Altın, Y. (2021). Pandemi döneminde akıllı telefon kullanan bireylerde nomofobi, kaygı ve fiziksel aktivite ilişkisinin incelenmesi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 98-120.
- Bacı, Ş., & Bal E. (2022). Gelişmeleri kaçırma korkusu (fomo) ile akıllı telefon bağımlılığı ilişkisinde kullanım süresinin aracılık rolü. *Medeniyet ve Toplum Dergisi*, 6(2), 103-120.
- Bianchi, A., & Phillips J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyber Psychology & Behavior*, 8(1), 39-51.
- Chen, B., Liu, F., Ding, S., Ying, X., Wang, L., & Wen, Y. (2017). Gender differences in factors associated with smartphone addiction: a cross-sectional study among medical college students. *BMC Psychiatry*, (17), 1-9.
- Demirci, K., Orhan, H., Demirdağ, A., Akpınar, A. & Sert, H. (2014). Smartphone addiction scale in younger population. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24(3), 226-234.
- Duke, E., & Montag, C. (2017). Smartphone addiction, daily interruptions and self-reported. *Addictive Behaviors Reports*, (6), 90-95.
- Haug, S., Paz Castro, R., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., & Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 299-307.
- Hock, T. C., & Chen, Y. Y. (2020). Smartphone Addiction (Editor: Cecilia A. Essau ve Paul H. Delfabbro), Chapter 8. Australia: Adolescent Addiction, Academic Press.
- James, J.E. R., Dixon, G., Dragomir, M.G., Thirwell, E., & Hitcham, L. (2023). Understanding the construction of behavior in smartphone addiction: a scoping review. *Addictive Behaviors*, (137), 1-9.
- Kheradmand, A., Amirlatifi, E. S., & Rahbar, Z. (2023). Personality traits of university students with smartphone addiction. *Frontiers*, (4), 1-6.
- Kumcağız, H., Terzi, Ö., Koç, B., & Terzi, M. (2020). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı. *İnsan ve Toplum Bilimler Araştırması Dergisi*, 9(1), 13-39.
- Kwon, M., Lee, J.Y., Won, W.Y., Park, J.W., Min, J.A., Hahn, C., Gu, X., Choi, J.H., & Kim, D.J. (2013). Development and validation of smartphone addiction scale (SAS). *PLoS One*, 8(2), <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC3584150/#>.
- Lee, J., Cho, B., Kim, Y., & Noh, J. (2015). Smartphone Addiction in University Students and Its Implication for Learning, (Editors: Guang Chen, Vive Kumar, Kinshuk Ronghuai Huang, Siu Cheung Kong), *Emerging Issues in Smart Learning*. London: Springer.
- Mok, J.Y., Choi, S.W., Kim, D.J., Choi, J.S., Lee, J., Ahn, H., Choi, E.J., Song, W.Y. (2014). Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, (10), 817-828.
- Noyan, C. O., Enez Darçın, A., Nurmedov, S., Yılmaz, O., & Dilbaz, N. (2015). Akıllı telefon bağımlılığı ölçeğinin kısa formunun üniversite öğrencilerinde Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(Özel Sayı 1), 73-81.
- Öztürk, M. (2021). Öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ve interneti kullanma durumlarının incelenmesi. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 23(41), 266-278.
- Prensky, M. (2001). Digital natives, *Digital Immigrants Part 1. On the Horizon*, 9(5), 1-6. <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>.
- Tabachnick, B. & Fidell, L. (2013) *Using Multivariate Statistics* (Sixth Edition), USA: Pearson Education Limited.
- Yıldırım, Ç., & Correia, A.P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, (49), 130-137. <https://www.m-tod.org/tarihte-bugun-turkiyede-ilk-cep-telefonu-gorusmesi-28-yil-once-yapildi> (Erişim Tarihi: 10.05.2025).
- <https://www.demandsage.com/smartphone-usage-statistics/> (Erişim Tarihi: 13.05.2025).
- [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2024-53492](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2024-53492) (Erişim Tarihi: 01.05.2025).
- <https://pazarlamaitisimi.com/kusaklar-kavrami-baby-boomers-x-y-z-ve-alpha-kusaklari/> (Erişim Tarihi: 30.04.2025).