

Makale Türü/Article Type: Araştırma Makalesi

ÇALIŞANLARIN NOMOFOBİ, YAŞAM DOYUMU VE İŞ PERFORMANSLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN NOMOPHOBIA, LIFE SATISFACTION AND WORK PERFORMANCE OF EMPLOYEES

Gözde Nur KIYAK¹

Mehmet ORHAN²

Öz

Bu araştırmada Düzce Üniversitesi idari personelinin nomofobi, yaşam doyumu ve iş performansı arasındaki ilişki incelenmiştir. Bununla beraber bu değişkenlerin çalışanların demografik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Çalışma kapsamında idari personele nomofobi, iş performansı, yaşam doyumu ölçeği ile birlikte demografik değişkenlerin oluşturduğu bir anket uygulanmıştır. Anket verileri tesadüfi örnekleme yöntemi ile yüz yüze toplanmıştır. Bu bağlamda elde edilen verilerden uygun olan 256' sı değerlendirmeye alınmıştır. Araştırma kapsamında verileri analiz etmek ve hipotezleri test etmek amacıyla frekans, faktör, güvenilirlik, korelasyon ve regresyon analizleri uygulanmıştır. Bunlarla beraber farklılıkları incelemek amacı ile t testi, ANOVA ve ANCOVA analizi uygulanmıştır. Uygulanan analizler sonucunda nomofobi alt boyutlarının yaşam doyumu ve iş performansı ile herhangi bir ilişkisi olmadığı, yaşam doyumu ve iş performansı arasında ise pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte yapılan ANCOVA analizi sonucu bireylerin yaşam doyumlarının yaş ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Nomofobi, Yaşam Doyumu, İş Performansı, İdari Personel

Abstract

In this study, the relationship between nomophobia, life satisfaction and job performance of the administrative staff of Düzce University was examined. In addition, it was investigated whether these variables differ according to the demographic characteristics of the employees. Within the scope of the study, a questionnaire consisting of nomophobia, job performance, life satisfaction scale and demographic variables was applied to the administrative staff. Survey data were collected face to face by random sampling method. In this context, 256 of the data obtained were evaluated. Within the scope of the research, frequency, factor, reliability, correlation and regression analyses were applied in order to analyze the data and test the hypotheses. In addition to these, t test, ANOVA and ANCOVA analysis were applied as difference tests. As a result of the analyses, it was concluded that the nomophobia sub-dimensions did not have any relationship with life satisfaction and job performance, but there was a positive and significant relationship between life satisfaction and job performance. Further, as a result of the ANCOVA analysis, it was concluded that the life satisfaction of individuals was related to age.

Keywords: Nomophobia, Life Satisfaction, Job Performance, Administrative Staff

¹ Yüksek Lisans Öğrencisi/ Düzce Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü /İşletme Anabilim Dalı/
gozdekiyak@gmail.com/ <https://orcid.org/0000-0002-3230-635X>

² Dr. Öğr. Üyesi/ Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi / Sosyal Bilimler MYO/
mehmetorhan01@gmail.com/<https://orcid.org/0000-0003-1160-0258>

1. Giriş

Son çeyrek asırda hızla gelişen teknoloji doğrultusunda birçok iletişim aracı insan hayatının vazgeçilmez unsurlarından biri haline gelmiştir. Bu araçlar bireylerin birbirleri ile olan ilişkilerinde önemli gelişmeler meydana getirmiş, mekândan ve zamandan bağımsız olarak bireylere ulaşabilme imkânı sağlamıştır. Bu farklılaşmaya neden olan iletişim kanallarından biri mobil telefonlardır (Şener, 2011). Türkiye açısından değerlendirildiğinde yetişkin nüfusun %100 oranında mobil telefon kullandığı görülmektedir (Aktaş, 2019). Mobil telefonların akıllı telefona dönüşmesi ile beraber telefonla vakit geçirme oranının yükseldiği görülmektedir. Bunda önemli rol oynayan internetin icadı ve gerekli altyapıların sağlanmasıyla akıllı telefonlar; fotoğraf ve video çekmek, müzik dinlemek, oyun oynamak, iletişim kurmak, alışveriş yapmak, bankacılık ve diğer önemli işlemleri gerçekleştirme özelliğine sahip olmuştur (Hoffner ve Lee, 2015; Kank ve Jung, 2014). Bununla birlikte son zamanlarda COVID-19 pandemisi ile hayatımıza giren uzaktan eğitim ve uzaktan çalışmanın yaygınlaşması da eğitim ve iş yaşamına erişim sağlamak açısından insan hayatının vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Bu nedenlerden dolayı akıllı telefon kullanım yaşı oldukça düşmüş ve yetişkinlerin dışında hemen hemen her çocuğun da değişen bu teknolojiye oldukça kolay uyum sağladığı gözlenmektedir. Dolayısı ile akıllı telefonların bağımlılık derecesine gelmesinde en temel nedenlerden biri telefonlardan internete erişim sağlanabilmesidir (Meral, 2017).

Akıllı telefonların insan hayatını kolaylaştırdığı, maliyet ve zaman açısından oldukça yarar sağladığı söylenebilir. Fakat bu araçların birçok faydası olmakla beraber her şeyin aşırı kullanımında olduğu gibi akıllı telefon kullanımında da aşırıya kaçmak bağımlılık yaratabilmekte, bu ise insan hayatını olumsuz etkileyebilmektedir. Bu doğrultuda gündelik hayatın vazgeçilmez bir parçası haline dönüşen akıllı telefonlar bireylerde yeni bir fobi ortaya çıkmasına neden olmuştur (Meral, 2017). Oluşan bu fobi No-Mobile Phone ifadesinin kısaltması olan ‘nomofobi’ kavramı olarak ifade edilmektedir. Bu kavram ilk olarak 2008 yılında İngiltere’de Posta İdaresi tarafından yapılan bir araştırma ile ortaya çıkarılmıştır (Erdem vd., 2017). Nomofobi kavramı; klinik psikolojide kişilerin, cep telefonu, bilgisayar ve tablet gibi haberleşme araçlarından yoksun kalmaları durumunda ortaya çıkan endişe, huzursuzluk ve korku olarak belirtilmektedir (Yıldırım ve Correia, 2015).

Küreselleşen dünyada teknolojiden uzak kalmak mümkün görülmemektedir. Teknolojinin yararlarından faydalanmak gerek sosyal hayat gerekse çalışma hayatında oldukça önemli faydalar sağlayabilmektedir. Bunun yanı sıra bu kullanımın bağımlılığa dönüşmesi bireyin gerek sosyal hayatında gerekse iş hayatında oldukça ciddi sorunlara neden olabileceği gibi sağlık açısından da zararlı görülmektedir (Adnan ve Gezgin, 2016).

Nomofobinin ilişkili olabileceği değişkenlerden biri yaşam doyumudur (Büyükalim, 2020; Kaçak, 2020; Çırak, 2021). Yapılan araştırmalar incelendiğinde bireylerin telefon kullanmadıkları durumlarda yaşam kalitelerinin düştüğüne yönelik sonuçlar gözlemlenmiştir (Aktaş, 2019).

Nomofobinin ilişkili olabileceği bir diğer değişken ise iş performansıdır (Köse vd., 2012; Örucü ve Yıldız, 2014). Akıllı telefonların yapılan işlerin kolaylıkla düzenlenebilmesi, toplantı, görüşme ve tüm evrak işlerinin telefonun içine sığdırılabilmesi ve çok daha fazla kolaylık sunması gibi birçok olumlu sonuçları bulunmaktadır. Bunun yanı sıra çalışanlar

üzerinde olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Akıllı telefonların aşırı ve kontrol dışı kullanımı bireylerin fiziksel (göz, sırt, baş, el ve bilek rahatsızlıkları, uyku düzensizlikleri) ve psikolojik (huzursuzluk, stres, gerginlik, duygu durum bozukluğu, endişe, kaygı, konsantrasyon bozukluğu) sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Aksu ve Doğan, 2021). Akıllı telefon bağımlılığı, çalışan bireylerin yapmakla sorumlu oldukları işler için ayırması gereken vakitten çalabilmekte veya odaklanma açısından güçlük oluşturarak yapılan işin kalitesini ve verimini düşürebilmektedir (Erdem vd., 2017). Bahsedildiği üzere akıllı telefonların aşırı kullanımı sonucu oluşan bağımlılık yaşam doyumunu ve iş performansını olumlu etkilediği gibi olumsuz da etkileyebilmektedir (Sungur, 1997).

Nomofobi kavramı ile ilgili yapılan literatür çalışmaları sonucunda bu çalışmaların çoğunlukla üniversite öğrencileri üzerinde yapıldığı gözlemlenmiştir (Örneğin Erdem vd., 2017; Büyükalım, 2020; Yıldırım vd., 2016; Pavithra vd., 2015; Rosen vd., 2016). Buradan yola çıkılarak çalışan bireyler üzerine yapılan araştırmaların (Aktaş, 2019; Erdem vd., 2017) oldukça kısıtlı olduğu yapılan literatür araştırması sonucunda gözlemlenmiştir. Bu doğrultuda yapılan bu çalışmada nomofobinin çalışan bireylerin çalışma ve sosyal hayatı üzerinde etki edip etmediği, etkisi varsa ne yönde olduğunun belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma sonuçlarının literatüre çalışanların nomofobi, iş performansı ve yaşam doyumu ilişkisinin ortaya çıkarılması açısından katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

2. Kavramsal Çerçeve

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma kapsamında yer alan değişkenlerin kavramsal tanım ve açıklamaları incelenmektedir.

2.1.Nomofobi

Nomofobi; akıllı telefonlar ile ilgili yaşanan bir problem olarak ifade edilmektedir (Yıldırım ve Correia, 2015). Tablet, cep telefonu, bilgisayar gibi akıllı cihazlardan yoksun kalma durumlarından kaynaklanan nomofobi kavramı, endişe, huzursuzluk ve korku durumları ile ortaya çıkan dijital çağın bir hastalığı olarak ifade edilmektedir (Yıldırım ve Kışioğlu, 2018; King vd., 2013). Nomofobi kavramı ilk olarak 2008 yılında İngiltere Posta İdaresi tarafından yapılan bir araştırma sonucu ortaya atılan bir kavram olarak belirtilmektedir. Yapılan araştırma kapsamında, araştırmaya katılan bireylerin %53' ünün akıllı telefonlarını kaybettiklerinde, şarjı bittiğinde veya kapsama alanı dışında olduğunda kendilerini yalnız, mutsuz ve huzursuz hissettikleri ortaya çıkmıştır. Bu durum nomofobinin bilimsel olarak ele alınması gereken bir durum olduğunu ortaya çıkarmış ve sonrasında yapılan farklı araştırmalar ile konu detaylı olarak ele araştırılmıştır (Aktaş, 2019; Bahi ve Deluliis, 2015). 2012 yılında Fransa'da cep telefonu kullanan 1500 kişi üzerinde Mingle Şirketi tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre mobil telefon kullanıcılarının %22'sinin cep telefonu olmadan vakit geçiremedikleri sonucu ortaya çıkarılmıştır (Aktaş, 2019). Yıldırım ve diğerleri tarafından 2015 yılında Türkiye'de 537 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı araştırma sonuçlarında ise, öğrencilerin %42,6 oranında nomofobik davranış sergiledikleri ortaya çıkarılmıştır (Yıldırım ve Correia, 2015).

Nomofobik bireylerin özellikleri incelendiğinde; düzenli olarak mobil telefon kullanma, sürekli olarak telefonu (arama ve mesaj bildirimlerini) kontrol etme, uykuda dahi telefonu

yanından ayıramama, telefona erişim problemi yaşadığı zaman gergin ve sınırlı ruh halinde olma şeklinde sıralanmaktadır (Aşık, 2018; Bragazzi ve Punte, 2014; Dixit vd., 2010).

2.2.Yaşam Doyumu

Yaşam doyumu, bireylerin mutluluğu ile ilgili olacak biçimde ruhen iyi oluşun bilişsel tarafını temsil etmektedir (Diener, 1984). Kendi hayatını değerlendiren kişilerin yargı ve tepkileri öznel iyi oluşu ifade etmektedir. Öznel iyi oluş ise, anlık duygu durumlarına göre değil uzun süreli duygu durumlarına göre şekillenen bir ifade olarak tanımlanmaktadır (Traş vd., 2019). Yaşam doyumu ile ilgili çalışmalar 1959' lu yıllarda başlamış olup, 1970 yılından sonra sosyal bilimlerde araştırılmaya başlanmıştır (Dikmen, 1995). Öte yandan yaşam doyumu ile ilgili farklı bazı tanımlar da çeşitli araştırmacılar tarafından yapılmıştır. Örneğin Dikmen (1995), yaşam doyumunu bireylerin hayata karşı olan genel tutumu, duruşu, sosyal hayatında yaşama karşı verdikleri duygusal tepkiler olarak ifade etmektedir. Buna karşın Terzi (2005), yaşam doyumunu, bireylerin hayatları ile alakalı yaptıkları tüm değerlendirmeleri kapsayan bir ifade olarak değerlendirmektedir. Bunların yanı sıra yaşam doyumu kişilerin yaşamları için belirlemiş oldukları hedeflere ulaşma ölçüsü olarak da ifade edilmektedir (Durak, 2021; Aysan ve Bozkurt, 2004).

Yaşam doyumu bireylerin hayatını bir bütün olarak ele alıp yaptığı değerlendirmeler sonucu oluşturduğu genel yargıların yanı sıra, yaşama dair belirli alanların değerlendirilmesi ile de elde edilebilir. Yaşam doyumları yüksek olan kişilerin gerek iş yaşamında gerekse sosyal yaşamında daha başarılı oldukları ifade edilmektedir. Akıp giden zamanda kişilerin beklentileri sürekli artmaktadır. Bu beklentilerin karşılanma derecesi yaşam doyumu ile doğrudan ilişkilendirilmektedir (Keser, 2005).

2.3.İş Performansı

İş performansı çalışan bireylerin belirli zaman aralıkları içerisinde kendilerine verilen görevleri yerine getirme şartı ile elde edilen sonuçlardır (Kâhya, 2013; Özgen vd., 2002). Ortaya çıkan sonuçlar olumlu ise çalışanların kendilerine verilen görevleri başarılı bir şekilde tamamladığı ve yüksek performans gösterdiği sonucuna varılmaktadır. Ortaya çıkan sonuçlar olumsuz ise, çalışanların başarılı olmadıkları ve düşük performans sergiledikleri söylenebilmektedir (Bingöl, 2006). Öte yandan iş performansı ile ilgili farklı bazı tanımlar da çeşitli araştırmacılar tarafından yapılmıştır. İş performansı, çalışanların belirli bir ücret karşılığında sergilemeleri gereken çaba olarak tanımlanmaktadır (Rousseu ve McLean, 1993). Çalışan bireylerin kendileri ile eşit şekilde çalışan diğer bireylere kıyasla yapılan iş ile alakalı davranış ve sonuçların verimlilik düzeyi olarak ifade edilmektedir (Kohli, 1985). Buna benzer olarak Çalışanların sergiledikleri işe yönelik faaliyetler olarak ifade edilmektedir (Borman ve Motowidlo, 1993).

İş görenlerin iş ile ilgili belirlenmiş olan görev ve sorumluluklarını ne derecede yerine getirdiklerini ifade eden bir terim olan iş performansı, özendirme, fesih, terfi ve ikramiye gibi ödül ve cezalar ile ilgili alınan kararları önemli derecede etkilediği için örgüt açısından olduğu kadar çalışan bireyler açısından da büyük önem arz etmektedir (Yorulmaz ve Karabacak, 2020; Caillier, 2010). Örgütlerin başarı ve başarısızlık oranlarına büyük bir etkisi olan iş performansı, örgütün hedeflerine ulaşabilmesi için yöneticiler tarafından devamlı olarak denetlenmelidir

(Yorulmaz, 2019). Performansı yüksek olan çalışanlar, örgüt performansının artmasında büyük bir etki sağlarken bu durum aynı zamanda işletmenin rekabet gücünün artmasında da etki etmektedir (Krishnan, 2002). İş performansı örgütlerin rekabet gücünü artıran önemli bir etkidir (Wang ve Netemeyer, 2002).

3. Araştırma Literatürü

Çeşitli veri tabanları ve Google Akademik'te yapılan yerli ve yabancı alanyazın taramasında yaşam doyumu, iş performansı ve nomofobi değişkenlerini birlikte ele alan yalnızca bir çalışmaya rastlanmıştır. Bu çalışmada Aktaş (2019) Kütahya kent merkezinde çalışan 200 kişinin oluşturduğu örneklemden veri toplayarak nomofobi, iş performansı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda nomofobi düzeyinin yaşam doyumu ve iş performansını pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde etkilediği ortaya çıkmıştır. Buna karşın nomofobi ile yaşam doyumu ve nomofobi ile iş performansı ilişkisini inceleyen çeşitli çalışmalar mevcuttur. Leep vd. (2014) örneklemini üniversite öğrencilerinin oluşturduğu çalışmada problemlili akıllı telefon kullanımı ile akademik performans, anksiyete ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre problemlili akıllı telefon kullanımının akademik performansı, ruh sağlığını ve mutluluğu olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer çalışmada ise Büyükakim (2020) üniversite öğrencilerinde genel aidiyet, nomofobi ve yaşam doyumu arasındaki yordayıcı ilişkileri incelemiştir. Çalışmaya Konya'da bulunan üniversitelerde eğitim gören ve farklı bölümlerde okuyan 514 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin nomofobi ölçeğinden alınan puan ortalamaları ile yaşam doyumu ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Büyükakim (2020)'nin bulduğu sonuçlarla paralel olarak Meral (2017) örneklemini Ordu Ünye'de devlet okullarında öğrenim gören 284 lise öğrencisinin oluşturduğu çalışmada öğrencilerin yaşam doyumunun akıllı telefon bağımlılığını negatif yönlü ve yüksek düzeyde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Öte yandan, Mert vd. (2018) Sakarya ilinde 290 öğretmen üzerinde yaptıkları çalışmada nomofobi düzeyi arttıkça yaşam doyumunun düştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlardan farklı olarak Blachnio vd. (2018) sosyal medya kullanımı ve yaşam doyumu arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu saptamış ve sosyal medyanın kullanılmaya başladığı ilk dönemlerde bireyin yaşam doyumunun artacağı sonucuna ulaşmışlardır. Çırak (2021) ise Ankara ilinde bulunan 451 üniversite öğrencisi üzerinde uygulamış olduğu çalışmada nomofobi ve yaşam doyumu arasında herhangi bir ilişki saptamamıştır.

Nomofobi ve iş performansı ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde ise bunların birlikte incelendiği sınırlı sayıda çalışma olduğu tespit edilmiştir. Buna göre Yılmaz vd. (2020) Ankara ilinde inşaat sektöründe çalışan 486 personel üzerinde yaptıkları çalışmada iş yerinde akıllı telefon kullanımının iş tutumlarına etkilerini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre akıllı telefon bağımlılığının iş performansını negatif yönde etkilediği sonucu ortaya çıkmıştır. Benzer bir çalışma olarak Wang ve Suh (2018) 187 çalışan birey üzerinde nomofobinin çalışanlar üzerindeki etkilerini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre nomofobinin iş performansı üzerinde negatif etkileri olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunlarla paralel olarak Demirci vd.

(2021) Eskişehir’de faaliyet gösteren yiyecek içecek işletmelerinde 686 çalışan birey üzerinde yapmış oldukları çalışmada nomofobinin tüm alt boyutlarının İşgören performansını olumsuz yönde etkilediği sonucuna varmıştır. Tüm bu çalışma sonuçları ile örtüşen Kenar vd., (2019)’nin Antalya ve Burdur ilinde 395 çalışan birey üzerinde yaptığı çalışmada katılımcıların akıllı telefon bağımlılığını negatif yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Bunlara karşın Aktaş (2019)’ın çalışmasında nomofobinin alt boyutlarının İşgören verimliliğini pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Aktaş (2019)’un sonuçları ile benzer olarak Gök (2019)’un çalışmasında özel sektörde çalışan bireylerin nomofobi düzeylerinin daha yüksek, nomofobi ve sosyal izolasyon arasında ise pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca King vd. (2014), nomofobi ile ilgili yapmış oldukları çalışmada nomofobinin panik atak yaşayan bireylerde diğerlerine kıyasla daha fazla kaygı, stres, panik, terleme, titreme, nefes alma da değişiklik ve depresyona yol açtığı sonucuna ulaşmıştır.

Nomofobi düzeylerinin cinsiyet ile ilişkisini inceleyen çalışmalara bakıldığında ise Chóliz (2012) ergenlere uyguladığı çalışmasında kadınların erkeklerden daha fazla akıllı telefon bağımlılığı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Friebel ve Seabright (2011)’ de kadınların erkeklere oranla daha fazla telefon ile vakit geçirdiği sonucuna ulaşmıştır. Buna karşın Balcı ve Gülnar (2009) yapmış oldukları araştırmada cinsiyete göre telefon bağımlılığı arasında anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Fakat diğer çalışmaların aksine bu çalışmada erkek katılımcılar %25,5, kadın katılımcılar ise %21,9 oranında bağımlılık sonuçları ortaya çıkmıştır.

Bunlar dışında nomofobi kavramı literatürde başarı (Adnan ve Gezgin, 2016; Türen vd., 2017; Güler ve Veysikarani, 2019; Turan ve İşçitürk, 2018; Burucuoğlu, 2017; Yılmaz vd., 2018) değişkeni ile ilişkilendirildiği ve bu çalışmaların genel olarak örneklemini öğrencilerin oluşturduğu gözlenmiştir.

Bununla beraber yaşam doyumu ve iş performansı arasındaki ilişki incelendiğinde ilk kez Braysfield, Wells ve Strate tarafından araştırmaya konu edinilmiş olan yaşam doyumu ve iş performansı arasındaki ilişki araştırması sonucu iki değişken arasında pozitif bir ilişki olduğu, bu ilişki ne derecede güçlü ise çalışan bireylerin performanslarının da o derecede yüksek olacağı ve bununla kuruma olumlu şekilde etki edeceği sonucuna ulaşılmıştır (Berry, 1977). Yaşam doyumu ve iş performansı ile ilgili literatür incelendiğinde Uludağ (2019) Ankara ili Gençlik ve Spor Müdürlüğünde gerçekleştirdiği çalışmasında yaşam doyumunun İşgören performansı üzerinde demografik değişkenler açısından anlamlı bir etkiye sahip olup olmadığını elde etmiştir. Çalışma sonucunda yaşam doyumu ile iş performansı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer bir çalışma olarak Raslan ve Göçen (2021) Şanlıurfa ilinde görev yapan 416 öğretmene iş tatmini ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışma sonucunda öğretmenlerin iş tatminleri ile yaşam doyumları arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

4. Yöntem

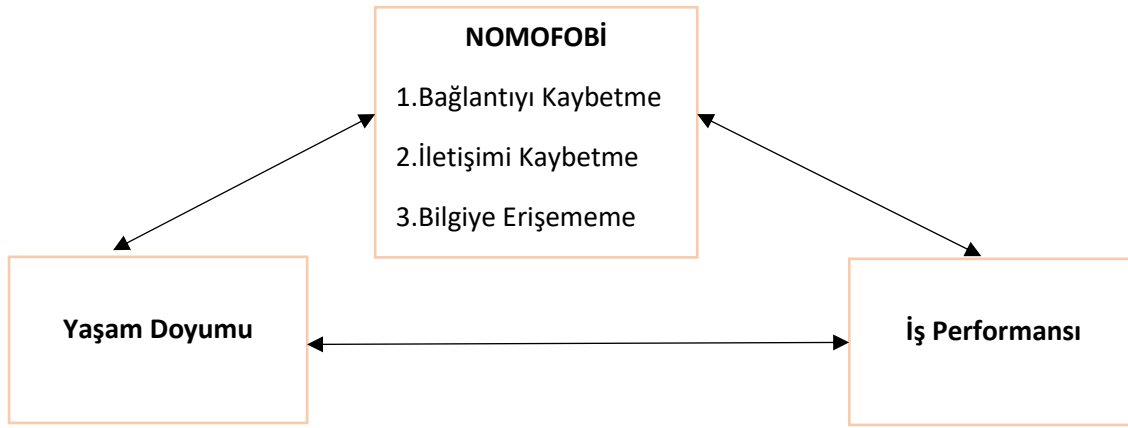
4.1.Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı Düzce Üniversitesi İdari Personeli ’nin nomofobi düzeylerinin belirlenmesi ve bunun yaşam doyumlarına ve iş performansına etkisinin ölçülmesidir.

4.2.Araştırmanın Evren Örnekleme

Bu çalışmanın evrenini Düzce Üniversitesi idari personeli oluşturmaktadır. Çalışmanın evreninin 942 idari personel oluşturmaktadır. Evrenin tamamına ulaşmak mümkün olmadığından dolayı kolayda örnekleme yöntemi ile 256 idari personele ulaşılmıştır. Kolayda örnekleme, ana kütle içerisinde çekilecek örnek kesimin araştırmacı tarafından belirlendiği tesadüfi olmayan örnekleme yöntemi olarak ifade edilmektedir (Malhotra, 2004; Aaker vd., 2007; Zikmund, 1997). Araştırmada kullanılan veriler 2021-2022 Eğitim Öğretim yılı güz döneminde toplanmıştır. Araştırma kapsamında toplanan veriler anket tekniği ile uygulanmıştır. Anket verileri yüz yüze toplanmıştır. Araştırma kapsamında gerekli etik kurul izinleri alınmıştır.

4.3.Araştırma Modeli ve Hipotezleri



Nomofobi, iş performansı ve yaşam doyumu ilişkisini inceleyen bu çalışma ilişkisel tarama modelindedir ve betimsel nitelikte bir araştırmadır. İki veya daha çok değişken arasında değişim varlığı veya derecesini belirlemeyi hedefleyen araştırma desenlerinin tümü ilişkisel tarama modeli olarak tanımlanmaktadır (Karasar, 2005). Araştırma kapsamında nomofobinin, iş performansı ve yaşam doyumu ile ilişkisinin test edilmesi için aşağıdaki hipotezler geliştirilmiştir:

H1: Nomofobi alt boyutu olan bağlantıyı kaybetme ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Nomofobi alt boyutu olan iletişim kuramama ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Nomofobi alt boyutu olan bilgiye erişememe ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H4: Nomofobi alt boyutu olan bağlantıyı kaybetme ile iş performansı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H5: Nomofobi alt boyutu olan iletişim kuramama ile iş performansı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H6: Nomofobi alt boyutu olan bilgiye erişememe ile iş performansı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H7: Yaşam doyumu ile iş performansı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H8: Nomofobi ve iş performansı yaşam doyumunu etkilemektedir.

4.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veriler dört ölçme aracı ile toplanmıştır.

a. Kişisel Bilgi Formu; araştırmacı tarafından hazırlanan formda örneklem kapsamındaki bireyler hakkında bilgiler elde etmek için kullanılmıştır. Bu formda yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, unvan, gelir düzeyi, kurumda çalışma süresi, birimde çalışma süresini belirlemeye yönelik sorular bulunmaktadır.

b. Nomofobi Ölçeği; bireylerin nomofobi düzeylerini belirlemek için Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen ve Yıldırım vd. (2016) tarafından Türkçeye çevrilen Nomofobi ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 20 madde, 4 alt boyutlu ve 5'li likert tipi derecelendirmeye sahip bir ölçektir. Alt boyutlar; çevrimiçi olamama, iletişimi kaybetme, cihazdan yoksunluk, bilgiye ulaşamamak olarak ifade edilmektedir. Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen ölçeğin güvenilirlik değerleri 0,95 olarak hesaplanmıştır. Yıldırım vd. (2016) tarafından uyarlanan ölçeğin güvenilirliğini gösteren Cronbach Alpha katsayısı ise 0,92 olarak bulunmuştur.

c. Yaşam Doyumu Ölçeği; Genel yaşam doyumunu ölçmek amacı ile Diener vd. (1985) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği 5 maddelik tek boyutlu ve 7'li likert tipi derecelendirmeye sahip bir ölçektir. Ölçekten alınan puanların artması yaşam doyumunun da arttığını göstermektedir. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Durak, Şenol-Durak ve Gencoz (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0,81 olarak bulunmuştur. Madde-test korelasyonları ise 0,55 ile 0,63 arasında sıralanmıştır.

d. İş Performansı; Çalışanların iş performansını ölçmek amacı ile geliştirilen iş performansı ölçeği Kirkman ve Rosen (1999) ile Sigler ve Pearson (2000) tarafından kullanılmış olup tüm değişkenlerin güvenilirlikleri kabul edilebilir 0,70 Cronbach Alpha düzeyinin üzerinde bulunmuştur. Çöl (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ve tekrar güvenilirliği test edilen iş performansı ölçeği 4 ifade ve tek alt boyuttan oluşmaktadır. Çöl (2008) çalışmasında ölçeğin Cronbach's Alpha katsayısı 0,83 olarak bulunmuştur. Faktör yükleri ,781 ile ,847 arasında değişmektedir.

4.5. İstatistiksel Analizler

Yapılan araştırma kapsamında SPSS 21.0 programı kullanılarak hipotezlerin değerlendirilmesi neticesinde normallik testi, frekans analizi, faktör analizi, geçerlilik güvenilirlik testi, korelasyon analizi ve regresyon analizi, farklılık testleri olarak ise t-testi, ANOVA ve ANCOVA analizleri uygulanmıştır.

5. Bulgular

5.1. Frekans Analizi

Ulaşılan bulgular sonucunda araştırmaya katılan bireylerin demografik özellikleri Tablo 1' de verilmiştir. Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların cinsiyete göre eşit bir dağılım

sergilemektedirler (%50,4 kadın, %49,6 erkek). Medeni durum incelendiğinde çoğunluğun %59,8 evli bireylerden oluştuğu görülmektedir. Eğitim durumu açısından değerlendirildiğinde ise büyük bir çoğunluğun %60,9 lisans seviyesinde eğitim düzeyinde olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Yaş aralıkları açısından yapılan incelemede ağırlıklı olarak 26-35 yaş grubundaki katılımcılardan oluştuğu (%42,2) devamında ise 36-44 yaş grubundaki katılımcılardan (%34,4) oluştuğu görülmektedir. Aylık gelir açısından yapılan incelemede katılımcıların %58,2'sinin gelirin 4000₺-5999₺ aralığında saptanmıştır. Kurumda çalışma süreleri tablosu incelendiğinde ise 4-6 yıl olarak çalışanlar katılımcıların %24,2'sini oluştururken, 7-9 yıldır çalışanlar %22,7'sini ve 1-3 yıldır çalışanlar ise katılımcıların %22,7'sini oluşturarak dengeli bir dağılım göstermektedir. Birimde çalışma süreleri incelendiğinde ise 1-3 yıl çalışanlar örneklemin %30,1'ini ve 4-6 yıl çalışanlar ise %29,3'ünü oluşturarak oransal olarak yakın bir dağılım sergilemektedir. Unvan açısından yapılan değerlendirme sonucuna göre ise katılımcıların ağırlıklı olarak memurlardan (%36,3) oluştuğu görülmüştür.

Tablo 1. Frekans Analizi

Cinsiyet	N	%	Yaş	N	%
Kadın	129	50,4	18-25	26	10,2
Erkek	127	49,6	26-35	108	42,2
Toplam	256	100,0	36-44	88	34,4
Medeni Durum			45 ve üstü	34	13,3
Evli	153	59,8	Toplam	256	100,0
Bekar	103	40,2	Aylık Gelir		
Toplam	256	100,0	2825-3999 ₺	21	8,2
Eğitim Durumu			4000-5999 ₺	149	58,2
İlköğretim-Lise	31	12,1	6000-9999 ₺	77	30,1
Önlisans	30	11,7	10.000 ₺ ve üstü	9	3,5
Lisans	156	60,9	Toplam	256	100,0
Lisansüstü	39	15,2	Kurumda Çalışma Süresi		
Toplam	256	100,0	1 yıldan az	16	6,3
Unvan			1-3 yıl	58	22,7
Genel Sekreter/Yrd./Daire Başkanı/ Fakülte/Enstitü/Yüksekokul Sekreteri	10	3,9	4-6 yıl	62	24,2
Müdür/ Uzman/Uzman Yrd./	15	5,9	7-9 yıl	58	22,7
Şef	35	13,7	10 yıl ve üstü	62	24,2
Memur	93	36,3	Toplam	256	100,0
Bilgisayar İşletmeni	44	17,2	Birimde Çalışma Süresi		
Teknisyen/Tekniker	28	10,9	1 yıldan az	23	9,0
Diğer	31	12,1	1-3 yıl	77	30,1
Toplam	256	100,0	4-6 yıl	75	29,3
			10 yıl ve üstü	38	14,8
			Toplam	38	14,8

5.2.Faktör Analizi

Çalışma kapsamında Nomofobi ölçeği olarak Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen ve Yıldırım vd. (2016) tarafından yapı geçerlilik çalışması yapılan nomofobi ölçeği kullanılmıştır. Orijinal ölçek 4 alt faktörden oluşmaktadır. Alt faktörler; bilgiye ulaşamama, rahatlıktan feragat etme, iletişim kuramama ve çevrimiçi bağlantıyı kaybetme olarak ifade edilmektedir. KMO testi değeri 0,5 ile karşılaştırılır ve bu değer 0,5'ten 1'e doğru yaklaştıkça ele alınan değişkenler için faktör analizinin uygunluk derecesi artmaktadır (Özdemir, 2008). Yapılan çalışma sonucunda elde edilen verilerin 3 alt boyut altında toplandığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, nomofobi ölçeğinin 7. Maddesinin binişik yüke sahip olması nedeni ile 7. soru çıkarılarak faktör analizi tekrar edilmiştir. Sonuç olarak nomofobi ölçeği 19 ifade ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Tablo 2'de ifade edildiği gibi faktör yükleri ,476 ile ,879 arasında değişiklik göstermektedir. Nomofobi ölçeği ve alt boyutları değerlendirildiğinde toplam açıklanan varyans değeri 69,215 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin 1. Alt boyutu için açıklanan varyans 25,380, 2. Alt boyut için 24,571, 3. Alt boyut için ise 19,264 olarak ifade edilmiştir. Büyüköztürk (2018), çok boyutlu ölçeklerde açıklanan varyans oranının %30'dan fazla olması gerektiğini ifade etmiştir. Bu değer yapılan çalışma verileri incelendiğinde yeterli görülmektedir. Verilerin faktör analizine uygun olup olmadığının araştırılması için uygulanan KMO örneklem yeterliliği ve Bartlett küresellik testi uygulanmıştır. (Kalaycı, 2010) KMO testi için uygun görülen alt sınırı ,50 olarak ifade etmiş olup ,80 ile ,90 arasında çıkan sonuçları ise çok iyi olarak değerlendirilmesi gerektiğini ifade etmiştir. Yapılan analiz sonucu 3 faktörlü ve 19 ifadeden oluşan nomofobi ölçeğinin KMO değerinin ,918 olarak bulunmuş olup bu değer çok iyi olduğu söylenebilir. Ayrıca, nomofobi değişkeninin tüm ölçek için Cronbach's Alpha değeri ,946, alt boyutlarının Cronbach Alpha değerleri ise sırasıyla; bağlantıyı kaybetmeme alt boyutu için ,726, iletişim kuramama alt boyutu için ,915, bilgiye erişememe içinse ,728 olarak belirlenmiştir. Bu değerler üç alt boyutun da yüksek derecede güvenilir olduğuna işaret etmektedir.

Tablo 2. Nomofobi Ölçeği Faktör Analizi Bulgusu

Nomofobi	Soru İfadeleri	Faktör Yükleri	Açıklanan Varyans	Özdeğerler	Cronbach Alfa Değeri
Bağlantıyı Kaybetmeme	Nomofobi18	,879	25,380	4,822	,726
	Nomofobi17	,809			
	Nomofobi16	,766			
	Nomofobi19	,703			
	Nomofobi20	,696			
	Nomofobi9	,612			
	Nomofobi6	,589			
	Nomofobi8	,586			
İletişim Kuramama	Nomofobi11	,903	24,571	4,668	,915
	Nomofobi13	,867			
	Nomofobi10	,829			
	Nomofobi15	,791			
	Nomofobi12	,740			
	Nomofobi14	,727			
	Nomofobi2	,829	19,264	3,660	,728

Bilgiye Erişememe	Nomofobi1	,817			
	Nomofobi4	,777			
	Nomofobi3	,662			
	Nomofobi5	,476			
Değerlendirme Kriterleri: KMO Örneklem Yeterliliği: .918, Bartlett's Küresellik Testi için Ki Kare: 3776.9, p=0,000<0.001, Faktör elde etme metodu: Temel bileşenler analizi, Döndürme metodu: Varimax, Açıklanan Varyans Toplamı: 0,69 Cronbach's Alpha Katsayısı: .946					

Kirkman ve Rosen (1999) ile Sigler ve Pearson (2000) tarafından kullanılmış olan ve Çöl (2008) tarafından Türkçe uyarlaması yapılarak geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yapılan iş performansı ölçeği 5 ifade ve tek alt boyuttan oluşmaktadır. Tablo 3'te soruların faktör yüklerinin ,800 ile ,847 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin açıklanan varyans değeri %66,812 olarak bulunmuştur. KMO değeri ,784 olarak bulunmuş olup bu değer iyi olduğu kabul edilmektedir. İş performansı değişkeninin Cronbach Alpha değeri ,834 olarak bulunmuş olup bu değer ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğuna işaret etmektedir.

Tablo 3. İş performansı Ölçeği Faktör Analizi Bulgusu

İş Performansı	Soru Maddeleri	Faktör Yükleri	Açıklanan Varyans	Özdeğerler
	İP2	,820	66,812	2,672
	İP1	,847		
	İP3	,802		
	İP4	,800		
Değerlendirme Kriterleri: KMO Örneklem Yeterliliği: .784, Bartlett's Küresellik Testi için Ki Kare: 390.281, p=0,000<0.001, Faktör elde etme metodu: Temel bileşenler analizi, Döndürme metodu: Varimax, Açıklanan Varyans Toplamı: .67 Cronbach's Alpha Katsayısı: .834				

Öte yandan Diener vd. (1985) tarafından geliştirilen yaşam doyumu ölçeği tek alt boyut ve 5 maddeden oluşmaktadır. Yaşam doyumu ölçeğine ait faktör analizi sonucu Tablo 4'te verilmiştir. Buna göre faktör yükleri incelendiğinde değerlerin ,764 ile ,880 arasında olduğu görülmektedir. Açıklanan varyans değeri ise %71,042 olarak ifade edilmiştir. Yapılan analiz sonucu tek faktörlü ve 5 ifadeden oluşan yaşam doyumu ölçeğinin KMO değeri ,877 olarak bulunmuş olup bu değer ise çok iyi olarak ifade edilebilir. Yaşam doyumu değişkeninin Cronbach Alpha değeri ,895 olarak bulunmuş olup bu değer ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğuna işaret etmektedir.

Tablo 4. Yaşam Doyumu Ölçeği Faktör Analizi Bulgusu

Yaşam Doyumu	Değişkenler	Faktör Yükleri	Açıklanan Varyans	Özdeğerler
	YD3	,854	71,042	3,552
	YD2	,866		
	YD1	,880		
	YD4	,845		
	YD5	,764		

Değerlendirme Kriterleri: KMO Örneklem Yeterliliği: .877, Bartlett's Küresellik Testi için Ki Kare: 743.520, $p=0,000<0,001$, Faktör elde etme metodu: Temel bileşenler analizi, Döndürme metodu: Varimax, Açıklanan Varyans Toplamı: .71, Cronbach's Alpha Katsayısı: .895

5.3.Ölçeklere ait Tanımsal İstatistikler

Tablo 5' te ölçeklere ait tanımsal istatistikler verilmiştir. Korelasyon referans değerleri incelendiğinde korelasyon katsayısı 0,10 ile 0,29 arasında bulunan değerlerin zayıf, 0,30 ile 0,49 arasında bulunan değerlerin orta, 0,50 ile 1,00 arasında çıkan değerlerin ise güçlü olduğu ifade edilmektedir (Cohen, 1988). Yapılan çalışmada korelasyon ile ilgili referans değerleri bu değerlere göre verilmiştir.

Tablo 5. Tanımsal İstatistikler

	Ort.	S.S	Çarpıklık	Basıklık	N1	N2	N3	İP	YD
Bağlantıyı Kaybetme	2,585	1,027	,797	,646	1				
İletişim Kuramama	3,513	,997	-,704	-,329	,581**	1			
Bilgiye Erişememe	3,340	1,010	-,340	-,576	,692**	,569**	1		
İş Performansı	4,221	,603	-1,051	2,905	,004	,089	,038	1	
Yaşam Doymu	3,869	1,460	-,074	-,768	,086	-,111	-,013	,129*	1

* $p<0,05$, ** $p<0,01$ anlamlı ilişki var.

Tablo 5'te çarpıklık değerlerinin ,797 ile-,074 arasında basıklık değerlerinin ise ,646 ile-,768 arasında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çarpıklık basıklık katsayılarının -1,5 ile +1,5 arasında olması dağılımın normal dağıldığı anlamına gelmektedir (Tabachnick vd. 2013; Durak, 2021). Yapılan analiz sonucu çarpıklık basıklık katsayıları -1,5 ile +1,5 arasında olduğundan dolayı verilerin normal dağıldığını söylemek mümkündür. Araştırma hipotezini test etmek amacı ile yapılan değişkenler arasındaki ilişkilerin yönünü ve derecesini belirlemek için korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan korelasyon analizi sonucu nomofobi alt boyutları ile iş performansı ve yaşam doymu arasındaki ilişkiler incelendiğinde nomofobi alt boyutu olan bağlantıyı kaybetme ile yaşam doymu arasında orta ve negatif yönlü bir ilişki vardır. Buna göre "H1: Nomofobi 1. Alt boyutu ile yaşam doymu arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır." hipotezi reddedilmiştir. Yaşam doymu ile nomofobi 2. Alt boyutu olan iletişimi kaybetme arasındaki ilişki incelendiğinde iletişim kuramama ile yaşam doymu arasında ilişki bulunmamaktadır. Buna göre "H2: Nomofobi 2. Alt boyutu ile yaşam doymu arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır." hipotezi reddedilmiştir. Yaşam doymu ve nomofobi 3. Alt boyutu olan bilgiye erişememe alt boyutu ilişkisi incelendiğinde ise ilişki bulunmamaktadır. Buna göre göre "H3: Nomofobi 3. Alt boyutu ile yaşam doymu arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır." hipotezi reddedilmiştir. Nomofobi alt boyutları ve iş performansı ilişkisi incelendiğinde ise herhangi bir ilişki bulunmamıştır. Bu doğrultuda Hipotez 4,5, ve 6 reddedilmiştir. Yaşam

doyumunu ve iş performansı ilişkisi incelendiğinde ise zayıf ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre “H7: Yaşam doyumunu ile iş performansı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır” hipotezi kabul edilmiştir.

5.4.Regresyon Analizi Bulguları

Yapılan çalışmada yaşam doyumunun bağımlı ile iş performansı ve nomofobi alt boyutlarının bağımsız değişken olduğu regresyon analizi bulgusu Tablo 6’da verilmiştir. Regresyon sonucu elde edilen varyans analizi sonuçlarına göre (F 5,159, $p<.001$) kurulan regresyon modelinin anlamlı olduğu belirlenmiştir. Tablo 6’ da verilen regresyon analiz sonucu değerlendirildiğinde nomofobi 1. Alt boyutu olan bağlantıyı kaybetmemedeki 1 birim artışın yaşam doyumunu .394 birim pozitif yönde etkilerken, iş performansındaki 1 birim artışın ise yaşam doyumunu pozitif yönde .369 etkilediği söylenebilir. Nomofobi 2 alt boyutu olan bağlantıyı kaybetmeme değişkeninin yaşam doyumunu anlamlı olarak negatif etkilediği ama üçüncü alt boyutu olan bilgiye erişememenin ise yaşam doyumunu anlamlı etkilediği elde edilmiştir. Bu bulgular ışığında H8 hipotezinin kısmen kabul edilebileceği söylenebilir.

Tablo 6. Regresyon Analizi Bulgusu

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	B	Standart Hata	T	F	P
Yaşam Doyumu	Sabit Terim	2,897	,695	4,171	4,864	,000
	Bağlantıyı Kaybetmeme	,394	,126	3,119		,002
	İletişimi Kaybetme	-,361	,115	-3,146		,002
	Bilgiye Erişememe	-,101	,127	-,798		,426
	İş Performansı	,369	,148	2,495		,013

5.5.Farklılık Analizi Bulguları

Cinsiyet değişkeni dikkate alınarak yapılan t testi sonucunda nomofobi boyutlarından bağlantıyı kaybetme ve iletişimi kaybetme boyutlarında sadece bir farklılık gözlenmiştir. Buna göre elde edilen sonuçlar Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Cinsiyete Göre Değişkenlere Ait T Testi Bulguları

	Cinsiyet	A.O	Standart Sapma	T	P
Bağlantıyı Kaybetme	Kadın	2,7888	1,076	3,251	,010
	Erkek	2,3789	,9336		
İletişimi Kaybetme	Kadın	3,6860	,8761	2,835	,000
	Erkek	3,3373	1,082		

Tablo 7 incelendiğinde nomofobi 1. alt faktörü olan bağlantıyı kaybetme ve nomofobi 2. alt boyutu olan iletişimi kaybetmenin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır ($p<0,05$). Nomofobi 3. Alt boyutu olan bilgiye erişememe, iş performansı ve yaşam doyumunda anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Bir diğer farklılık analizinde değişkenler eğitim durumu bağımsız değişkenine göre ANOVA testine tabi tutularak elde edilen sonuçlar Tablo 8’ de verilmiştir.

Tablo 8. Eğitim Durumuna Göre ANOVA Testi Bulguları

	Eğitim Durumu	A.O	Standart Sapma	F	P	Farklılığın Kaynağı
Bağlantıyı Kaybetme	İlköğretim-Lise	3,241	1,330	7,404	,000	İlköğretim ve Lise-Lisans
	Önlisans	2,433	,8132			
	Lisans	2,413	,9052			İlköğretim ve Lise-Önlisans
	Lisansüstü	2,868	1,1231			
Yaşam Doyumu	İlköğretim-Lise	4,361	1,525	4,165	,007	Önlisans-Lisansüstü
	Önlisans	3,420	1,506			
	Lisans	3,735	1,398			
	Lisansüstü	4,359	1,445			

Tablo 8’ e bakıldığında yapılan ANOVA analizi sonucunda nomofobi 1. Alt faktörü olan bağlantıyı kaybetmeme ve yaşam doyumunun eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık gösterdiği ($p < 0,05$) sonucuna ulaşılmıştır. İletişimi kaybetme, bilgiyi kaybetme ve iş performansı eğitime göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p > 0,05$).

Ayrıca Yaş değişkenine göre değişkenler ANOVA analizine tabi tutulmuştur. Elde edilen sonuçlar Tablo 9’ da verilmiştir.

Tablo 9. Yaş Durumuna Göre ANOVA Testi Bulguları

	Yaş	A.O	Standart Sapma	F	P	Farklılığın Kaynağı
Bağlantıyı Kaybetmeme	18-25	2,831	1,219	4,481	,004	26-35 grubu ile 36-44
	26-35	2,795	1,000			
	36-44	2,312	,861			
	45 ve üstü	2,437	1,189			
	Toplam	2,585	1,027			
Bilgiye Erişememe	18-25	3,615	1,121	6,931	,000	(18-25 grubu ile 36-45) (26-35 grubu ile 36-44)
	26-35	3,600	,934			
	36-44	3,013	,878			
	45 ve üstü	3,152	1,212			
	Toplam	3,340	1,010			
Yaşam Doyumu	18-25	4,423	1,504	6,401	,000	(26-35 grubu ile 45 ve üstü)
	26-35	3,624	1,516			
	36-44	3,700	1,236			
	45 ve üstü	4,664	1,451			
	Toplam	3,869	1,460			

Tablo 9’da nomofobi alt faktörleri, iş performansı ve yaşam doyumunun yaşa göre farklılık gösterip göstermediğine dair sonuçlar verilmiştir. Buna göre nomofobinin 1.alt faktörü

bağlantıyı kaybetmeme, 3.alt faktörü bilgiye erişememe ve yaşam doyumu yaşa göre anlamlı bir farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır ($p<0,05$). Diğer değişkenler olan nomofobi 2.alt boyutu olan iletişimi kaybetmeme ve iş performansı eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık görülmemiştir($p>0,05$).

5.6.ANCOVA Testi

Tablo 12' de düzeltilmiş yaşam doyumu ölçeği ortalama puanlarına göre yaş durumu incelendiğinde, en yüksek yaşam doyumu düzeyine sahip 46 yaş ve üstü bireyler olduğu, bunu sırasıyla 18-25 yaş grubu, 36-45 yaş grubu ve 26-35 yaş grubunun takip ettiği söylenebilir. Grupların düzeltilmiş yaşam doyumu ölçeği ortalama puanları arasında gözlenen farkın anlamlı olup olmadığını test etmek amacıyla verilere ANCOVA analizi uygulanmıştır.

Tablo 12. Yaşam Doyumu Ölçeğinin Yaş Grubuna Göre Betimsel İstatistikleri

Yaş Grupları	N	Ort.	Düzeltilmiş Ort.
18-25	26	44,231	42,88
26-35	108	36,241	36,41
36-45	88	37,000	37,21
46 ve üstü	34	46,647	46,59

Elde edilen ANCOVA testi bulguları Tablo 13'te verilmiştir.

Tablo 13. Yaş Değişkenine Göre Düzeltilmiş Yaşam Doyumu Ölçeği Puanlarının Nomofobi Alt Boyutları ile İş Performansına Göre ANCOVA Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	K.T.	Sd	K.T.	F	P	Eta-Kare
Model	72,174	7	10,311	5,422	,000	,133
İş performansı	10,768	1	10,768	5,663	,018	,022
Bağlantı	18,206	1	18,206	9,574	,002	,037
İletişim	16,106	1	16,106	8,470	,004	,033
Bilgi	1,094	1	1,094	,575	,449	,002
Yaş	33,056	3	11,019	5,795	,001	,066
Hata	471,589	248	1,902			
Toplam	4376,920	256				

Tablo 13 incelendiğinde, ANCOVA testi sonuçlarına göre nomofobi alt boyutları ve iş performansının yaş değişkenine göre düzeltilen yaşam doyumu ölçeği ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($F=5,79$ $p<0,05$). Buradan yola çıkılarak bireylerin yaşam doyumlarının yaş ile ilişkili olduğunu ifade etmek mümkündür. Eta-kare değerleri incelendiğinde ise nomofobi alt boyutları olan bağlantıyı kaybetmeme ile iletişimi kaybetmeme, yaş ve iş performansının, bilgiye erişememe değişkeninden bağımsız olarak yaşam doyumu ölçeği puanlarındaki değişkenliğin iş performansı için %2,2, bağlantıyı kaybetmeme için %3,7, iletişimi kaybetmeme için %3,3, yaş aralıkları için ise %6,6 açıkladığı görülmektedir. Buna bağlı olarak grupların düzeltilmiş yaşam doyumu ölçeği puanları arasında yapılan Bonferroni testi sonuçlarına göre 46 yaş ve üstü bireylerin yaşam doyumu ($X_{ort}=46,59$) 26-35 yaş grubu yaşam doyumu ortalamasından ($X_{ort}=36,24$) daha yüksektir.

6. Sonuç ve Öneriler

Yapılan bu çalışmada, Düzce Üniversitesi idari personelinin nomofobi düzeyleri, iş performansı ve yaşam doyumu ilişkisi incelenmiştir. Uygulanan analizler neticesinde nomofobi alt boyutları ile iş performansı ve yaşam doyumu arasında beklenenin aksine anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Buradan yola çıkılarak akıllı telefon bağımlılığının bireyin yaşam doyumunu ve iş performansı üzerinde herhangi bir etkiye sahip olmadığını söylemek mümkündür. Bunun sebebi olarak araştırmaya katılan bireylerin yaş aralıklarının ve medeni durumun sonuçların bu şekilde ortaya çıkmasına etkisi olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte araştırmaya veri sağlayan katılımcılar çalışan bireyler olarak belirlenmiş olup çalışan, evli ve çoğunluğu 26-35 yaş arası bireylerden oluşan katılımcılar gün içerisinde çalışma yaşamında aktif rol aldıkları ve ardından ev ve aile sorumlulukları olduğu için nomofobi düzeylerinin düşük olduğu telefonu yalnızca haberleşme aracı olarak kullandıkları ve bunun da yaşam doyumu ve iş performansını etkilemediği düşünülmektedir. Bu çalışma ile benzer bir çalışma olarak (Çırak, 2021) nomofobi ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki saptamamıştır. Buna karşın Büyükalim (2020), Yılmaz vd. (2020), Wang ve Suh (2018), Meral (2017) nomofobi ile yaşam doyumu ve nomofobi ile iş performansı arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yaşam doyumu ve iş performansı arasında orta düzeyde ve pozitif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buradan yola çıkılarak yaşam doyumları yüksek olan bireylerin iş performansının da buna bağlı olarak artacağını söylemek mümkündür. Araştırma sonucu elde edilen yaşam doyumu ve iş performansı arasındaki anlamlı ilişki alanyazında bulunan bazı çalışmalar ile benzerlik göstermektedir. Çalışma daha önce yapılan Aktaş (2019), Raslan ve Göçen (2021 Çınar ve Özyılmaz (2018) çalışmalarını destekleyici niteliktedir. Regresyon analizi sonuçları değerlendirildiğinde ise nomofobinin 1. Alt boyutu olan bağlantıyı kaybetmeme ve iş performansı yaşam doyumu üzerindeki etkisi pozitif bulunurken nomofobi 2. Alt boyutu olan iletişimi kaybetmeme ve 3. Alt boyutu olan bilgiye erişememenin yaşam doyumuna negatif etkisi olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Yapılan ANCOVA analizi sonuçları değerlendirildiğinde ise en yüksek yaşam doyumuna sahip grubun 46 yaş ve üzeri çalışan bireyler olduğu, en düşük yaşam doyumuna sahip grubun ise 18-25 yaş grubu çalışan bireylerden oluştuğu sonucuna ulaşılmıştır. Buradan yola çıkılarak bireylerin hayatlarında belirli kazanımlar elde etmesinin yaşam doyumunu olumlu yönde etkilediğini söylemek mümkündür. Sonuç olarak bireylerin yaşam doyumlarının yükseltilmesinin iş performanslarına pozitif yönde yansıtacağı öngörülmektedir. Çalışanlar için konfor alanı sağlanması, moral ve motivasyon artırıcı teşvikler uygulanması, iş görenlerin karşılaştıkları herhangi bir problemde rahatça dile getirebilmesi ve çözüme kavuşturulması, herhangi önemli bir durum meydana geldiğinde aile ve çevreleri ile iletişim kurabilme konusunda kendilerini özgür hissetmeleri gibi durumlar çalışanların yaşam doyumunu arttıracığı ve bu durumun da bireylerin iş performansına olumlu yansıtacağı düşünülmektedir.

Nomofobi kavramı henüz yeni bir kavram olarak ortaya çıkmakta ve teknolojinin hızla geliştiği bu dönemde oldukça önemli görülmektedir. Yerli ve yabancı alan yazın taramaları sonucu büyük bir çoğunluğu üniversite öğrencileri ve genç bireyler üzerinde yapılan çalışmaların farklı araştırma grupları üzerinde incelenmesinin farklı sonuçlar ortaya çıkaracağı düşünülmekte olup bu konunun derinlemesine araştırılmasının oldukça önemli sonuçlar ortaya

çıkardığı öngörülmektedir. İlerde yapılacak çalışmalarda araştırma örneklemin özel sektör çalışanlarına uygulanması ve her iki sektör açısından karşılaştırma yapılabilmesi adına oldukça önemli sonuçlar ortaya koyabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Adnan, M. ve Gezgin, D. M. (2016). Modern Çağın Yeni Fobisi: Üniversite Öğrencileri Arasında Nomofobi Prevalansı. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 49(1), 141-158. Doi: 10.1501/Egifak_0000001378
- Akkoç, İ. & Erdoğan, B. Z. (2011). Organizasyon Yapısı ve Liderliğin İş Performansına Etkisi. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8 (1), 79-108. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/cagsbd/issue/44613/554130>
- Aksu, B. Ç. & Doğan, A. (2021). Çalışanların Nomofobi Düzeylerinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi ve Bir Araştırma. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 11 (2), 483-508. Doi: 10.48146/odusbodad.927638
- Aşık, N. A. (2018). Aidiyet Duygusu ve Nomofobi İlişkisi: Turizm Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Turizm ve Araştırma Dergisi*, 7 (2), 24-42. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/turar/issue/39666/469369>
- Aysan, F. ve Bozkurt, N. (2004). Okul Psikolojik Danışmanlarının Yaşam Doyumu, Stresle Başa Çıkma Stratejileri ile Olumsuz Otomatik Düşünceleri: İzmir İli Örnekleme, XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı Bildiriler Kitabı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Bahi, R.R. ve Delulis, D. (2015). Nomophobia, (Ed.) Yan, Z., Encyclopedia of Mobile Phone Behavior 1,2,3, IGI Global, Hershey, PA.
- Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılarının Profili. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, 6(1), 5-22.
- Bingöl, D. (2006). *İnsan Kaynakları Yönetimi* (6. Baskı). İstanbul: Arıkan.
- Blachnio, A., Przepiorka, A., Benvenuti, M., Mazzoni, E. & Seidman, G. (2018). Relations Between Facebook Intrusion, Internet Addiction, Life Satisfaction and Selfesteem: A Study in Italy ve the USA. *International Journal of Mental Health ve Addiction*, 14(71), 1-13. Doi: 10.1007/s11469-018-0038-y
- Borman, W. C. ve Motowidlo, S. J. (1993). Expanding The Criterion Domain to Include Elements of Contextual Performance, (Der.), Schmitt, N. ve Borman, W.C. *Personnel Selection in Organizations*, San Francisco, Ca: Jossey-Bass, s. 71–98.
- Bragazzi, N. L. ve Puente, D. G. (2014). A Proposal for Including Nomophobia in the New DsM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155-160.
- Caillier, J. G. (2010). Factors Affecting Job Performance in Public Agencies. *Public Performance & Management Review*, 34 (2): 139-165. Doi:10.2307/41104055

- Chóliz, M. (2012). Mobile Phone Addiction in Adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD). *Prog Health Sci*, 2(1), 33-44.
- Cohen, J. (2013). *Statistical Power Analysis For The Behavioral Sciences*. Routledge. Doi: 10.4324/9780203771587
- Çalık, T (2003). *Performans Yönetimi: Tanımlar, Kavramlar, İlkeler*. (1. Baskı). Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- ÇINAR, Ö., & ÖZYILMAZ, F. Z. (2019). İş Tatmini ile Yaşam Tatmini Arasındaki İlişki: Bayburt Üniversitesinde Bir Uygulama. *Iğdır University Journal of Social Sciences*, (17).
- Çırak, M. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Nomofobi: Dijital Bağımlılık, Sosyal Bağlılık ve Yaşam Doyumunun Rolü.
- Çöl, G. (2011). Algılanan Güçlendirmenin İş Gören Performansı Üzerine Etkileri. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 9(1), 35-46.
- Demirci, B., Kılıç, Ö., Özhasar, B., (2021). Yiyecek İçecek İşletmelerinde Nomofobinin İşgören Verimliliğine Etkisi (The Effect of Nomophobia on Employee Productivity in Food and Beverage Businesses). *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 13(4), 3514-3524. Doi:10.20491/isarder.2021.1338
- Dikmen, A. A. (1995). İş doyum ve yaşam doyum ilişkisi. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 50 (3). Doi: 10.1501/SBFder_0000001851
- Dixit S., Shukla H., Bhagwat A., Bindal A., Goyal A., Zaidi A. K., ve Shrivastava, A. (2010). A study to Evaluate Mobile Phone Dependence Among Students of A Medical College and Associated Hospital of Central India. *Indian Journal of Community Medicine*, 35 (2), 339-341. doi: 10.4103/0970-0218.66878
- Durak, İ. (2021). Psikolojik Sağlık ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Öz Yeterliğin Aracı Etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20 (78), 1175-1190. Doi: 10.17755/esosder.816639.
- Durak, İ. (2021). Yapısal Eşitlik Modellemesinin İşletme Araştırmalarında Kullanımı: Modele Genel Bakış ve Yapılan Uygulamaların Sistemik İncelemesi. Unvan, Y. A. (Ed.) İşletme ve İktisadi Bilimler Araştırmaları içinde (82-111). Lyon: Livre De Lyon. <https://bookchapter.org/kitaplar/Isletme%20ve%20Iktisad%C3%AE%20Bilimler%20Arastirmalari.pdf>
- Durak, M., Şenol-Durak, E., & Gencoz, T. (2010). Türk Üniversite Öğrencileri, İslah Memurları ve Yaşlı Yetişkinler Arasında Yaşam Ölçeğinden Memnuniyetin Psikometrik özellikleri. *Sosyal Göstergeler Araştırması*, 99(3), 413-429. Doi: 10.1007/s11205-010-9589-4
- Erdem, H., Türen, U., ve Ercil, Y. (2017) İş Yükü Fazlalığı Algısını Oluşturan Nedenlerden Birisi Nomofobi (No Mobile Phone Phobia) Olabilir Mi? Could Nomophobia (No Mobile Phone Phobia) Be One of the Causes of Role Overload Perception? *Yönetim ve Çalışma Dergisi/Journal of Management and Labour*, 1(2), 16-30.

- Friebel, G.ve Searbright, P. (2011). Do Women Have Longer Conversations Telephone Evidence of Gendered Communication Strategies. *Journal of Economic Psychology*, 32(3), 348-356.
- Hoffner, C. A., ve Lee, S. (2015). Mobile phone use, emotion regulation, and wellbeing. *Cyberpsychology. Behavior and Social Networking*, 18(7), 411-416. Doi: 10.1089/siber.2014.0487
- Kaçık, S. & Acar, F. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Gelişmeleri Kaçırma Korkusu (GKK) ve Yaşam Doyumu Düzeylerinin Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Kayseri Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 74-90. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/kayusosder/issue/55597/749652>
- Kahya, C. (2013). Örgütsel Sinizm, İş Performansını Etkiler mi? İş Tatminin Aracılık Etkisi. *Global Journal of Economics and Business Studies*, 2 (3), 34-46. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gumusgjebs/issue/7489/98697>
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*. (5.Baskı). Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. (17. Baskı). Ankara: Nobel.
- Kenar, G. Çetinkaya Bozkurt, Ö. Bulgurcu Gürel, E.B. & Ekşili, N. (2019). Akıllı Telefon Bağımlılığının İş Performansı Üzerindeki Etkisi. *International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal*, (Issn:2630-631X) 5(24): 1456-1467.
- Keser, Aşkın (2005). “İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama”, *Çalışma ve Toplum*, Cilt:4, ss:77-95.
- King ALS, Valença AM, Silva ACO, Baczynski T, Carvalho MR, Nardi AE. Nomophobia: Dependency on Virtual Environments or Social Phobia? *Comput Human Behav* [Internet]. 2013;29(1):140-4.
- Kohli, A. (1985), “Some Unexplored Supervisory Behaviors and Their Influence on Salespeople’s Role Clarity, Specific Self Esteem, Job Satisfaction and Motivation”, *Journal of Marketing Research*, 22, s. 424-433. Doi: 10.1177/002224378502200407
- Köse, S., Oral, L., & TÜresin, H. (2012). İş Yaşamında sosyal kolaylaştırma kavramı ve sanal kaytarma ile ilişkisi: Araştırma görevlileri üzerinde bir araştırma. *Sosyal ve Beşerî Bilimler Dergisi*, 4(1), 287-295. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sobiadsbd/issue/11353/135687>
- Lepp, A., Barkley, J. & Karpınski, A. (2014). The Relationship Between Cell Phone Use, Academic Performance, Anxiety and Satisfaction with Life in College Students. *Computers in Human Behavior*.31, 343-350.
- Malhotra, N. K. (2004). *Marketing Research an Applied Orientation*, 4. Edition, Pearson Prentice Hall, New Jersey.
- Meral, D. (2017). Ortaöğretim Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığının Yalnızlık, Yaşam

Doyumu ve Bazı Kişisel Özellikler Bakımından İncelenmesi. (Yüksek lisans tezi).
<https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir

Mert, A., Çağlayan, R. ve Akgül, A. (2018). Öğretmenlerin Nomofobi Düzeyleri ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. C. Şahin (Ed.), 20. Uluslararası Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Ankara, Türkiye.

Örücü, E., Yıldız, H. (2014). İşyerinde kişisel internet ve teknoloji kullanımı: Sanal kaytarma/ the personal internet and technology usage at the workplace: Cyberslacking. Ege Akademik Bakış. 14(1). 99-114.

Özdemir, Ali. (2008). *Yönetim Bilimlerinde İleri Araştırma Yöntemleri ve Uygulamalar*. İstanbul: Beta.

Özgen, H., Öztürk, A., Yalçın A. (2002). *İnsan Kaynakları Yönetimi*. Adana: Nobel.

Özgür Güler, E. ve Veysikarani, D. (2019). Nomofobi Üzerine Bir Araştırma: Üniversite Öğrencileri Örneği. *Beykoz Akademi Dergisi*, 7(1). 75-88. Doi: 10.14514/BYK.m.26515393.2019.7/1.75-88

Pavithra MB, Madhukumar S, Mahadeva M. A study on nomophobia-mobile phone dependence, among students of a medical college in Bangalore. *National Journal of community medicine* 2015; 6(3): 340-344.

Raslan, I., ve Gökçen, A. (2021). Öğretmenlerin iş tatmini ve yaşam doyumu algıları arasındaki ilişki. *KSÜ Eğitim Dergisi*, 3(2). 45-66.
Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/ksued/issue/67827/974091>

Rosen L, Carrier LM, Miller A, Rokkum J, Ruiz A. (2016). Sleeping with technology: cognitive, affective, technology usage predictors of sleep problems among college students. *Sleep Health* 2(1): 49-56.

Sungur. Z.M (1997), "Fobik Bozukluklar", *Psikiyatri Dünyası Dergisi*, 1 (1), 5-11.

Şener, G. (2011), "Türkiye'de Barış Hareketinde İnternetin Kullanımı: Küresel BAK Örneği" Katılımın" e-hali", 233.

Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using Multivariate Statistics* (Vol. 5, pp. 481-498). Boston, MA: pearson.

Terzi, Ş. (2005). *Öznel İyi Olmaya İlişkin Psikolojik Dayanıklılık Modeli*. (Doktora tezi). Ankara: G. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tokay, B., Aktaş, Y., & Kara, H. Nomofobi Düzeylerinin Yaşam Doyumu ve İş Performansı Üzerindeki Etkisi: Kütahya Kent Merkezinde Bir Uygulama. *Researcher*, 7(2), 16-31.

Traş, Z. ve Öztemel, K. (2019). Examining the Relationships Between Facebook İntensity, Fear of Missing Out, and Smartphone Addiction. *Addicta: The Turkish Journal On Addictions*, 6(1), 91-113

- Turan, E. Z. & Becit İşçitürk, G. (2018). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Nomofobi Düzeylerinin Çeşitli Faktörler Açısından İncelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 9 (16), 1931-1950. Doi: 10.26466/opus.461523
- Türen, U, Erdem, H. ve Kalkın, G. (2017). Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusu (Nomofobi) Yayılımı: Türkiye'den Üniversite Öğrencileri ve Kamu Çalışanları Örnekleme. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, 10 (1), 1-0. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/gazibtd/issue/27536/289670>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2021).
- Wang, G. Ve Netemeyer, R. G. (2002). The Effects Of Job Autonomy, Customer Demandingness, and Trait Competitiveness on Salesperson Learning, Selg-Efficacy, and Performance, *Journal of the Academy of Marketing Science*, 30 (3), 217-228. Doi:10.1177/00970302030003003
- Wang, G., ve Suh, A. (2018). Disorder or Driver? Proceedings of the 2018 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems- CHI' 18. doi: 10.1145/3173574.3173624
- Yıldırım C, Şumuer E, Adnan M, Yıldırım S. A Growing Fear Prevalence of Nomophobia Among Turkish College Students. *Information Development* 2016; 32(5): 1322-1331. Doi: 10.1177/0266666915599025
- Yıldırım, Ç., ve Correia, A.-P. (2015). Exploring the Dimensions of Nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130-137. Doi: 10.1016/j.chb.2015.02.059.
- Yıldırım, S., Kişioğlu, A. N. (2018). Teknolojinin getirdiği yeni hastalıklar: Nomofobi, Netlessfobi, FoMO. *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*. 25(4):473-480. Doi: 10.17343/sdutfd.380640
- Yılmaz, M., Köse, A. & Doğru, Y. B. (2018). Akıllı Telefondan Yoksun Kalmak: Nomofobi Üzerine Bir Araştırma. *AJIT-e: Bilişim Teknolojileri Online Dergisi*, 9 (35), 31-47. Doi: 10.5824/1309-1581.2018.5.003.x
- Yılmaz, S., Yalçın, A. & Türk, M. (2020). Examining The Effects Of Smartphone Use at Work On Work Attitudes. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt:29 Sayı:4, 331-35. Doi: 10.35379/cusosbil.818316
- Yorulmaz, M. (2019). Deniz Ulaştırma Sektörü Çalışanlarında Örgütsel Tutum ve Davranışların Bireysel İş Performansına Etkisi. *Journal of ETA Maritime Science*, 7(1): 79-96. Doi:10.5505/jems.2019.48379