


Üniversite öğrencilerinin teknoloji ile imtihanı: Duygusal zekâ ve nomofobi ilişkisi

University students' challenge with technology: Relationship of emotional intelligence and nomophobia

Rukiye Can Yalçın¹ 

Pınar Fayganoğlu² 

Memduh Begenirbaş³ 

¹ Dr. Öğr. Üyesi, MSÜ-Kara Harp Okulu, Ankara, Türkiye, rcyalcin@kho.msu.edu.tr

ORCID: 0000-0003-4500-6935

² Dr. Öğr. Üyesi, MSÜ-Kara Harp Okulu, Ankara, Türkiye, pfayganoğlu@kho.msu.edu.tr

ORCID: 0000-0001-9447-4896

³ Doç. Dr., MSÜ-Kara Harp Okulu, Ankara, Türkiye, mbegenirbas@kho.msu.edu.tr

ORCID: 0000-0003-0917-0973

Öz

Nomofobi, modern zaman bağımlılığı olarak ifade edilebilmektedir. Kavramın en önemli psikolojik etkenleri, cinsiyet ve sosyoekonomik durumun yanı sıra kişilik, duygusal zekâ, sosyal beceriler, uyum yetenekleri, benlik saygısı, sigara, alkol ve uyuşturucu tüketimi, eşlik eden diğer psikopatolojilerdir (Bragazzi ve Del Puente, 2014). Düşük duygusal zekâyı sahip bireylerin bağımlılık türlerine yatkınlığını ortaya koyan çalışmalardan hareketle, yine farklı bir bağımlılık türüne atıfta bulunan nomofobi yaşama olasılıklarının da yüksek olduğu değerlendirilmektedir. Söz konusu noktadan hareketle, bu çalışma, üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ ve nomofobi düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek üzere gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda, Ankara'da bulunan üniversitelerde eğitim gören 258 öğrenciden anket yoluyla elde edilen veriler analiz edilmiştir. Çalışmada her bir değişkene ait doğrulayıcı faktör analizi (DFA) AMOS programı ile yapılmıştır. Değişkenler arası ilişkileri ortaya koymak için korelasyon analizi, hipotezlerin test edilmesi amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyi nomofobi üzerinde önemli etkilere sahiptir. Bu bağlamda, duygusal zekanın nomofobi ile negatif ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Elde edilen bulgular ışığında, üniversite öğrencileri ve eğitim sektörü yöneticilerine de konu ile ilgili önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Teknoloji, Duygusal Zekâ, Nomofobi

İel Kodları: M12, M14, M51

Sorumlu Yazar/Corresponding Author:

Rukiye Can Yalçın,

MSÜ-Kara Harp Okulu, Ankara, Türkiye, rcyalcin@kho.msu.edu.tr

Başvuru/Submitted: 1/09/2021

Revizyon/Revised: 3/12/2021

Kabul/Accepted: 20/01/2022

Yayın/Online Published: 25/03/2022

Atıf/Citation: Can Yalçın, R., & Fayganoğlu, P., & Begenirbaş, M. Üniversite öğrencilerinin teknoloji ile imtihanı: Duygusal zekâ ve nomofobi ilişkisi, *bmj* (2022) 10 (1): 82-98, doi: <https://doi.org/10.15295/bmj.v10i1.1924>

Abstract

Nomophobia can be expressed as modern-day addiction. Its most critical psychological predictors are personality, emotional intelligence, social skills, adaptability, self-esteem, smoking, alcohol and drug consumption, other accompanying psychopathologies, and gender and socioeconomic status (Bragazzi and Del Puente, 2001). Based on the studies revealing the susceptibility of individuals with low emotional intelligence to addiction types, it is considered that the probability of experiencing nomophobia, which refers to a different kind of addiction, is also high. Starting from that point, this study was carried out to examine the relationship between emotional intelligence and nomophobia in university students. Accordingly, the data obtained through a questionnaire from 258 students studying at universities in Ankara were analyzed. Confirmatory factor analysis (CFA) of each variable was performed with the AMOS program. In order to reveal the relationship between variables and test the hypotheses, correlation analysis and hierarchical regression analysis have been carried out. According to the findings, the emotional intelligence level of university students has significant effects on nomophobia. In this context, it has been concluded that emotional intelligence is negatively related to nomophobia. In the light of the findings, suggestions have been presented for university students and education sector administrators on the subject.

Keywords: Technology, Emotional Intelligence, Nomophobia

İel Codes: M12, M14, M51

Extended Abstract

University students' challenge with technology: Relationship of emotional intelligence and nomophobia

Literature

Currently widespread phenomenon 'Nomophobia' indicates the emotional state of individuals when they cannot use a mobile phone. Therefore, it is considered that the inability to access mobile phones and other facilities accessed in this way, which is reported to be used intensively by the young population, has some negative consequences on these individuals (Erdem, Kalkın, Türen & Deniz, 2016).

The related literature shows that the effect of not using mobile phones on individuals is tried to be revealed through different concepts (Bragazzi ve Del Puente, 2014). In this context, studies on the determinants of nomophobia mainly focus on individual psycho-social concepts.

On the other hand, emotional intelligence, conceptualized for the first time by Salovey and Mayer (1990), can be defined as the individual's ability to be aware of the emotions of others, to control their behaviour in solving problems, to achieve success and to establish good relations with people, to effectively use the information obtained from this process in their thoughts and actions.

In the literature, it is stated that individuals with low emotional intelligence may have difficulties in expressing their feelings and taking responsibility, blaming, criticizing, adaptation problems, inability to empathize, alienation that develops with a pessimistic perspective, depression, addiction, and eating disorders (Goleman, 2000). On the other hand, studies have revealed that people with high emotional intelligence have developed self-control and can stay away from substance addiction (Trinidad, Unger, Chou & Johnson, 2005) behavioural and internet addiction (Alexander, Van Deursen, Bolle, Hegner & Kommers, 2015).

Although personality, emotional intelligence, social skills, adaptability, self-esteem, smoking, alcohol and drug consumption, and other accompanying psychopathologies are expressed as the most critical psychological predictors of nomophobia, which can be described as modern-day addiction (Bragazzi & Del Puente, 2014), few empirical studies directly address the relationship between emotional intelligence and nomophobia (Gentina, Tang, & Dancoine, 2018).

In this context, Black, Belsare, and Schlosser (1999) found that the sample group with computer addiction mostly had a personality disorder and antisocial features; Kara, Baytemir, and Inceman-Kara (2021), on the other hand, concluded that there is a positive relationship between the feeling of loneliness and nomophobia. On the other hand, negative emotional states can also cause various addictions. While Engelberg and Sjöberg (2004) revealed the relationship between unhealthy internet use and low emotional intelligence, Parker, Taylor, Eastabrook, Schell and Wood (2008) also concluded that low emotional intelligence significantly predicted various addictions such as gambling and internet use.

Research subject

The research subject investigates the effect of emotional intelligence on nomophobia in university students.

Research purpose and importance

Limited studies focus on the effects of emotional intelligence on nomophobia in Turkey. However, mobile devices and especially mobile phones for educational purposes, have increased considerably during the current pandemic. In this respect, this study is considered essential to reveal the present situation about the nomophobia level of university students.

Contribution of research to the literature

It is thought that university students who use mobile phones intensively due to different needs may be more deeply affected by nomophobia than other user groups. However, it is the basic assumption of the research that emotional intelligence can be practical in addition to the needs such as access to information and socialization of those who are mobile phone users with an addiction degree. Therefore, it can be claimed that the research plays a leading role to reveal the relationship between the relatively current and new concept of nomophobia and emotional intelligence. Therefore, it is evaluated to contribute to the literature in this sense.

Design and method

This study aims to analyze the impacts of emotional intelligence on nomophobia at a general and sub dimensional level through a quantitative technique.

Data collection method

The data in this study has been obtained through an online questionnaire from 258 students studying at universities in Ankara.

Quantitative/qualitative analysis

This study performed the AMOS program's confirmatory factor analysis (CFA) of each variable. Furthermore, correlation analysis and hierarchical regression analysis have been carried out to reveal the relationship between variables and test the hypotheses.

Research hypotheses:

The research hypotheses are determined as follows:

H₁: Emotional intelligence significantly and negatively affects nomophobia.

H_{1a}: Emotional intelligence significantly and negatively affects not being able to access information.

H_{1b}: Emotional intelligence significantly and negatively affects giving up convenience.

H_{1c}: Emotional intelligence significantly and negatively affects not being able to communicate.

H_{1d}: Emotional intelligence significantly and negatively affects losing connectedness.

Findings and discussion

Findings as a result of analysis

The analysis results revealed that emotional intelligence negatively and significantly impacts nomophobia ($\beta=-0,503$, $p<0,01$). Regarding the sub-dimensions of nomophobia; emotional intelligence significantly and negatively affects not being able to access information ($\beta=-0,740$, $p<0,01$), giving up convenience ($\beta=-0,618$, $p<0,01$), not being able to communicate (It also negatively and significantly affects $\beta=-0,731$, $p<0,01$) and losing connectedness ($\beta=-0,457$, $p<0,01$). In addition, emotional intelligence explains 21,9% of the total variance of nomophobia.

Hypothesis test results

The results support the Hypothesis-1 and sub-hypotheses developed in the theoretical part of the study.

Discussing the findings with the literature

This study shows that students with high emotional intelligence are less affected by nomophobia, and a decrease in emotional intelligence increases the probability of experiencing nomophobia. Our findings can find support from the literature. For example, Gentina, Tang, and Dancoine's (2018) study that included Z generation participants concluded that high emotional intelligence is negatively related to nomophobia.

Conclusion, recommendation and limitations

Results of the article

In this study, the relationship between nomophobia and emotional intelligence has been examined. It is relatively more appropriate to choose university students born in the Z generation who can use mobile phones extensively for many different purposes. Therefore, it was predicted that there was a significant and negative relationship between emotional intelligence and nomophobia and its sub-dimensions, and the hypotheses created in this direction were tested. In the research results, it has been determined that emotional intelligence negatively and significantly affects nomophobia and the sub-dimensions of nomophobia. In this sense, all hypotheses formed within the scope of the research were accepted.

Suggestions based on results

In today's world, where intense interactions with technology are experienced, it can be stated that it would be beneficial to increase such studies, which examine the concepts related to the effective use of technology by future generations.

Limitations of the article

This study includes some limitations. First, the study was carried out only with the data obtained from university students continuing their education in Ankara. It is considered that future studies in different cultural contexts, students at different educational levels and occupational groups will be helpful in terms of generalizing the results. Secondly, our study results reflect students' thoughts when the questionnaire was administered. It is thought that the results can be improved with studies to be carried out at different times. In addition, the data used in our study were obtained only through questionnaires. Future studies using other qualitative research methods will contribute to the literature.

Giriş

Teknolojinin akıl almaz bir hızla geliştiği ve bu gelişmelerin insan hayatını derinden etkilediği günümüzde, cep telefonlarının en sık kullanılan teknolojik cihazlar olduğu söylenebilir. Hayatımızın her alanında kendisini hissettiren teknolojik gelişmeler, bir yandan insanların hayatını kolaylaştırırken, diğer taraftan da onlara farklı korku, endişe ve sıkıntı kaynakları olarak karşımıza çıkmaktadır. Özellikle son on yıllık süreçte, akıllı cep telefonu kullanımının artış göstermesi ve cep telefonu ile yapılabilecek aktivitelerin giderek çeşitlenmesi, insanların iletişim kurmalarını görece daha kolay bir hale getirirken, bu aletlere olan talebi arttırmakta, bu talep zaman içerisinde ihtiyaca ve buradan da bir bağımlılığa doğru ilerlemektedir.

Akıllı cep telefonlarının yaygınlaşması ile insanlar, bilgiye daha kısa sürede erişebilmektedir. Bunun yanında, gelişen sosyal medya kullanımı ile iletişim konusu iki taraflı bir kavram olmaktan ziyade bireyler ve hatta kitleler arası bir hal almış ve sosyal medyanın bu anlamdaki gücü ve etkisi farklı amaçlar için dahi kullanılabilir hale gelmiştir. Ancak, bu bilgiye erişim kolaylığı ve sürekli güncel kalma isteğinin, süreç içerisinde insanlar üzerinde bir baskı unsuru haline geldiği ve cep telefonlarının insanlar için bir araçtan olmak çıkarak bir zorunluluğa dönüştüğü değerlendirilmektedir. Bu çerçevede, cep telefonu kullanımına ilişkin olarak yapılan çalışmalar incelendiğinde, sonuçların yukarıda değinilen durumu daha net olarak ortaya koyduğu görülmektedir. We Are Social (2021) Raporuna göre, 2021 yılı Ocak ayı itibarıyla toplam nüfusu 7,83 milyar olan dünyada 5,22 milyar insan, ki bu rakam toplam dünya nüfusunun %66,6'sına tekabül etmektedir, mobil telefon kullanmaktadır. Bu durum sözkonusu oranın Ocak 2020'nin verilerine göre %1,8 (93 milyon insan) arttığını göstermektedir. Ocak 2021 verilerine göre 4,66 milyar insan internet kullanmakta ve bu sayı da bir yıl öncesine göre %7,3 (316 milyon) artışı işaret etmektedir. Diğer yandan, aynı rapora göre sosyal medya kullanıcı sayısı da geçtiğimiz yıla göre %13'lük bir artış ile 4,20 milyara ulaşmıştır. Sosyal medya kullanıcı sayısı toplam dünya nüfusunun %53'ünü oluşturmaktadır. Söz konusu raporun Türkiye ile ilgili verileri incelendiğinde ise, Ocak 2021 itibarıyla nüfusu yaklaşık 84 milyon olan ülkemizde 76,89 milyon insanın (toplam nüfusun %90,8'i) mobil bağlantısı; 65,80 milyon insanın (toplam nüfusun %77,7'si) internet erişimi bulunurken, 60 milyon kişinin (toplam nüfusun %70,8'i) ise sosyal medya kullandığı görülmektedir. Rapora göre ülkemizde internet kullanıcı sayısı bir önceki yıla göre %6, sosyal medya kullanıcı sayısı ise %11,1 oranında yükselmiştir. Diğer yandan, ülkemizde farklı cihazlarda günlük ortalama internet kullanım süresi 7 saat 57 dakika iken, mobil internet kullanım süresi 4 saat 19 dakikadır.

Görüldüğü üzere, akıllı cep telefonu ve bu yolla erişilen internet ve sosyal medya gibi mecraların kullanımı giderek artmakta ve insanların bu araçlar ile olan etkileşim süreleri de yükselmektedir. Özellikle Z kuşağı olarak nitelendirilen genç nüfus tarafından yoğun olarak faydalanılan akıllı telefonların, gençlere sosyalleşme veya iletişim kurma gibi imkânlarla ek olarak bilgiye ulaşma olanağı da sağlamaktadır. Üniversite düzeyinde yükseköğrenim gören gençlerin, akademik çalışmalarında görece uzun bir zaman harcamakta ve bilgisayar ya da diz üstü bilgisayar gibi araçlar vasıtasıyla internette faydalanmaktadırlar. Diğer yandan, cep telefonu gibi görece erişimi ve taşınması kolay olan araçlarla internete ulaşabilmeleri, onların akıllı telefonlar ile geçirdikleri sürelerindeki artışı da beraberinde getirmektedir. Bu anlamda, üniversite öğrencileri özelinde düşünüldüğünde, akıllı telefon kullanımının; bir yandan söz konusu bireylere ihtiyaç duydukları sosyalleşmeyi sağlarken, diğer yandan da bilgiye ulaşma ve akademik çalışmalarına katkı sağlama olanağı vermesi sebebiyle hayatlarının oldukça önemli bir unsuru olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Ancak, söz konusu kullanımın bireye olan etkilerinin bireysel bazda farklılıklar gösterebildiği de belirtilen hususlardandır (King, Valença, Silva, Sancassiani, Machado ve Nardi, 2014).

Bu doğrultuda, yazında konuya ilişkin olarak geliştirilen ve bireylerin cep telefonu kullanamama durumunda yaşadıkları korku duygu durumuna atıfta bulunan 'Nomofobi' kavramının da, güncel olarak önemli bir olgu haline geldiği değerlendirilmektedir. Özellikle genç nüfus tarafından yoğun olarak kullanıldığı bildirilen cep telefonları ve bu yolla erişilen diğer imkânlarla erişememe durumunun, bu bireyler üzerinde olumsuz bazı sonuçlar ortaya çıkardığı kaydedilmektedir (Erdem, Kalkın, Türen, ve Deniz, 2016). İlgili yazında, cep telefonu kullanamama durumunun bireyler üzerindeki etkisinin farklı kavramlar ile ortaya koyulmaya çalışıldığı görülmektedir (Bragazzi ve Del Puente, 2014). Bu anlamda, bir bağımlılık olarak ifade edilen olan cep telefonu kullanımı konusundaki bir yoksunluğa dair çalışmalarda, daha ziyade psikolojik kavramlar ile açıklanmaya çalışılmış ve kavramlar ile 'Nomofobi' arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Buna ek olarak, nomofobinin ortaya çıkmasına neden olan kavramlara ilişkin olarak yapılan çalışmalar da ise bireysel psiko-sosyal kavramların öne çıktığı görülmektedir.

Bu bağlamda, bu araştırmanın ana teması bireyin kendisi ve sosyal çevresindeki insanların

duygularının farkında olabilmesi ve davranışları ile duygu durumunu bu çerçevede oluşturması şeklinde kabaca tanımlanabilecek olan 'Duygusal Zeka' kavramı (Salovey ve Mayer, 1990) ile 'Nomofobi' arasında bir ilişki olup olmadığını ortaya koyabilmektedir. İlgili yazında, duygusal zekâsı düşük olan bireylerin sosyal anlamda başarılı olamadıkları ve buna bağlı olarak depresyon ve bağımlılık gibi çeşitli sorunlar yaşadıkları belirtilirken (Goleman, 2000), yüksek duygusal zekâyâ sahip olan bireylerin ise bu tarz sorunlar yaşamadıkları kaydedilmiştir (Alexander, Van Deursen, Bolle, Hegner ve Kommers, 2015). Bu sebeple, madde veya internet bağımlılığı gibi, cep telefonu bağımlılığının da düşük duygusal zekâ skorları ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Bu doğrultuda, sosyalleşme, bilgiye erişme ve akademik çalışmalarında yoğun olarak kullanmaları sebebiyle, üniversite öğrencilerinin 'Nomofobi'den görece daha fazla etkilenebilecekleri değerlendirilmektedir. Diğer bir ifadeyle, farklı ihtiyaçlar sebebiyle yoğun olarak cep telefonu kullanan üniversite gençliğinin, cep telefonu kullanamama korkusundan, diğer kullanıcı kitlelerine kıyasla, daha derinden etkilenebileceği beklenmektedir. Zira, akıllı telefon bağımlılığı için kullanılan bir kavram olan nomofobi (Davie ve Hilber, 2017), esas olarak genç nesli etkileyen çağdaş bir olgudur (Isaacs 2016; Jena 2015). Ancak, söz konusu kitle içerisinde bağımlılık derecesinde cep telefonu kullanıcısı olanların, bilgiye erişim ve sosyalleşme gibi ihtiyaçlarının yanında, bazı psikolojik faktörlerinde bu bağımlılık üzerinde etkili olabileceği ve duygusal zekânın bu faktörlerden biri olabileceği araştırmanın temel varsayımdır. Araştırma kapsamında oluşturulan hipotezlerin test edilmesi amacıyla Ankara'da bulunan üniversitelerde eğitim gören 258 öğrenciden anket yoluyla elde edilen veriler analiz edilmiştir. Araştırmanın, görece güncel ve yeni olan Nomofobi kavramı ile duygusal zekâ arasındaki ilişkiye dair ortaya koyduğu hususlar anlamında öncü bir rol oynayabileceği ve bu anlamda yerli ve yabancı yazına katkı sağlayabileceği değerlendirilmektedir.

Literatür taraması

Nomofobi

Nomofobi, insanlar ve mobil bilgi iletişim teknolojileri, özellikle de akıllı telefonlar arasındaki sık etkileşimlerin bir sonucu olarak hayatımıza giren modern zaman fobisidir (Yıldırım ve Correia, 2015). 'No mobile phone phobia' kelimelerinin kısaltılması olan ve 'cep telefonu ile iletişim kuramama korkusu' olarak ifade edilen (King, Valença ve Nardi, 2010) nomofobi, akıllı telefonlardan ve hizmetlerinden yararlanamama korkusu olarak tanımlanmaktadır (King, Valença, Silva, Baczynski, Carvalho ve Nardi, 2013). Genel anlamda nomofobi, akıllı telefonun fiziksel varlığında bile gerçek yoksunluk durumuna benzer zihinsel ve fiziksel sorunlara neden olmaktadır (Erdem vd., 2016). Klinik psikoloji açısından istemsiz ve mantıksız bir korkuya yol açan (King vd., 2013) nomofobi, akıllı telefonda hatırı sayılır zaman harcayan ve her yerde şarj cihazı taşıyan kişiler için ciddi bir sağlık sorunu olabilir. Artık akıllı telefon üzerinden bağlantı veya iletişimi sürdürmemeye konusundaki patolojik korku olarak, nomofobinin klinik özellikleri; sürekli cep telefonu kullanımı, cep telefonunun çeşitli nedenlerle kullanılmadığı durumlarda ve ortamlarda endişe ve gerginlik hissi, bir mesaj veya çağrı gelip gelmediğini kontrol etmek için sürekli ekrana bakılması, cep telefonunu sürekli açık tutmak, yatakta mobil cihazla uyumak, insanlarla çok az yüz yüze sosyal etkileşim ve cep telefonu kullanımı için borçlanmak veya aşırı harcama yapmak olarak ifade edilmektedir (Bragazzi ve Del Puente, 2014).

Nomofobi, bağımlılık/müptelalık problemlerine yakın bir kavram olsa da fobiler kapsamında ele alınmakta ve yersiz korkular ve bu korkuların yarattığı olumsuz zihinsel ve fiziksel durumlar ile ilişkilendirilmektedir (Erdem vd., 2016). Kullanıcıların zihinsel sağlığına zarar veren (Sharma, Sharma, Sharma ve Wavare, 2015) bu tür anormal davranış ve alışkanlıkların, özgül fobinin belirli bir nesne veya durumdan kaynaklanan mantıksız korku ve kaygıyı temsil eden bir anksiyete bozukluğu olarak tanımlandığı Zihinsel Bozuklukların Teşhis ve İstatistik El Kitabı'na (DSM-V) göre fobik durumlar kapsamında değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmektedir (Bragazzi ve Del Puente, 2014). Nomofobik kişiler, akıllı telefonlarını kullanamama durumunda, iş, aile ve diğer sosyal ortamlardaki insanlarla ilişkilerinde ve etkileşimlerinde önemli sorunlar yaşayabileceklerini ve / veya iletişim kuramazlarsa önemli fırsatları kaçıracaklarını düşünür ve korkarlar. Sonuç olarak, nomofobik insanların bu mantıksız ve hayali varsayımları anksiyete bozukluğuna neden olabilmektedir (Hoeven, Van Zoonen ve Fonner, 2016). Dolayısıyla, normal anksiyeteden farklı olarak, bu nomofobi ile ilişkili anksiyete bozukluğunun, insanların yaşamlarının sosyal, mesleki ve diğer önemli işlevsel alanları üzerinde bazı olumsuz etkiler yapması beklenmektedir (King vd., 2014; LeBeau, Glenn ve Liao, 2010).

Yıldırım ve Correia (2015) nomofobiyi *iletişim kuramama, çevrimiçi olamama, bilgiye erişememe ve cihazdan yoksunluk* olmak üzere dört boyutlu bir yapıda ele almaktadır. Nomofobinin bir boyutu olarak ortaya çıkan ilk tema, *iletişim kuramama*, insanlarla anlık iletişimi kaybetme ve anında iletişime izin veren hizmetleri kullanamama durumlarında hissedilen duyguları ifade etmektedir. *Çevrimiçi olamama*

bireyin akıllı telefonların her an her yerde sağladığı iletişim imkânlarını kaybetme durumunda hissettikleri ilgilidir. Bu boyut, kişinin özellikle sosyal medyada çevrimiçi kimliğinden kopuk olma durumundaki duygularını yansıtır. *Bilgiye erişememe* akıllı telefonlar aracılığıyla bilgiye erişimi kaybetmenin, akıllı telefonlardan bilgi alamamanın ve akıllı telefonlarda bilgi arayamamanın rahatsızlığını yansıtmaktadır. Gençlerin bilgiye erişim için kullandıkları en önemli vasıtalarından olan akıllı telefonu kullanamama onlar için önemli bir sorun kaynağı olabilmektedir. Son olarak, *cihazdan yoksunluk* boyutu ise akıllı telefonların sağladığı kolaylıktan vazgeçme sonucunda hissedilen duyguları yansıtmaktadır. Kişi akıllı telefonun sağladığı kolaylığı tekrar elde etmeyi ve bu kolaylıktan yararlanmayı istemektedir. Bu boyut bağlamında akıllı telefonlarının pilinin her zaman dolu olmasının önemi vurgulanır.

Duygusal zekâ

Duygusal zekâ kavramının temellerini insanları anlama, yönetme ve insan ilişkilerinde akıllıca davranma yeteneğini ifade etmek üzere kullandığı “sosyal zekâ” kavramı ile Thorndike (1920) ortaya atmıştır. 20. yüzyılın başlarından itibaren zekâ ölçümüne yönelik farklı araçlar geliştirilmiş, 1940’lı yıllarda David Wechsler zekâyı bireyin amaçlı olarak hareket etme, rasyonel düşünme ve çevresiyle etkili bir şekilde başa çıkma konusundaki toplam kapasitesi olarak tanımlamıştır (1958). Zekânın ölçümüne yönelik IQ testleri geliştiren Wechsler genel zekânın entelektüel olmayan bölümlerine dikkat çekmiş ve ardından sosyal zekâ ile ilgili yapılan deneysel çalışmalarla birlikte duygusal zekâ kavramı yazında kullanılmaya başlanmıştır. Gardner (1983) içsel (intrapersonal) ve kişilerarası (interpersonal) zekâ kavramlarını, 1985’lere gelindiğinde Bar-On duygusal zekâ için kişilerin başarılarında etkin olan özelliklerinden bahsetmiştir. Duygusal zekâ, 1990’lı yıllarla birlikte yoğun bir şekilde çalışılmaya başlanmıştır (Salovey ve Mayer, 1990; Goleman, 1995; Gibbs, 1995). İlk kez Salovey ve Mayer (1990) tarafından kavramsallaştırılan duygusal zekâ “bireyin öncelikle kendisinin devamında da başkalarının duygularının farkında olabilmesi, problemlerin çözümünde davranışlarını kontrol edebilmesi, başarıya ulaşma ve insanlarla iyi ilişki kurmada bu süreçten elde ettiği bilgiyi düşünce ve eylemlerinde etkin olarak kullanabilmesi” olarak ifade edilmiştir. 1995 yılında ise Goleman’ın “Duygusal Zekâ Neden IQ’dan Daha Önemlidir” adlı kitabı ile duygusal zekâ kavramı daha fazla dikkat çekmeye başlamış ve günümüze kadar oluşturulan farklı modeller ile duygusal zekâ kavramı yazında güncelliğini korumaya devam etmiştir.

Aslında duygusal zekâ kavramının ön plana çıkmasında diğer zekâ alanlarında başarılı olan pek çok insanın gerçek hayatta başarısızlıklar göstermesinin nedenleri incelendiğinde bu insanlarda duygusal zekâ düzeyinin düşük olduğunun farkına varılmasının önemli bir etken olduğu düşünülmektedir (Cumming, 2005). Zira özel, iş ya da eğitim hayatında amaçlarını gerçekleştirmek için duygularını istedikleri doğrultuda kullanabilen insanlar duygusal anlamda zeki olarak nitelendirilmektedir (Yeşilyaprak, 2001). Duygusal zekâ, insanların duygularını fark etmesine, duygularını uygun şekilde kullanarak genel yaşam kalitesine katkıda bulunmasına ve sağlıklı ve verimli bir profesyonel ilişkiler ağı oluşturmasına olanak sağlamaktadır (Üzel ve Hangül, 2012).

Duygusal zekâyı, kişinin kendisinin ve başkalarının duygularını izleme, aralarında ayırım yapma ve bu bilgiyi kişinin düşüncelerine ve eylemlerine rehberlik etmek için kullanma becerisini içeren sosyal zekânın alt kümesi olarak tanımlayan Salovey ve Mayer (1990), yaşam görevlerinin ve yapıcı düşüncenin duygusal bilgilerle yüklü olduğunu, bu duygusal bilginin işlenmesi gerektiğini (belki bilişsel bilgidan farklı bir şekilde) ve bireylerin bunu yapma becerilerinde farklılık gösterebileceğini ifade etmektedir. Duygusal zekâ bireyin kendini harekete geçirebilme, problemlere rağmen yoluna devam edebilme, dürtülerini kontrol ederek isteklerini erteleyebilme, ruh halini düzenleyebilme, sıkıntılarını öğrenmeyi engellemesine izin vermeme, empati kurabilme ve umutsuzluğa kapılmama olarak tanımlamaktadır (Goleman, 2000). Diğer bir ifade ile duygusal zekâyı sahip kişilerin en azından sınırlı bir pozitif akla haiz hem kendilerinin hem de başkalarının duygularının farkında ve içsel deneyimlerinin olumlu ve olumsuz yönlerine açık ve onları kabul ederek iletişim kurabilen bireyler olduğu kabul edilmektedir (Salovey ve Mayer, 1990). Bu nedenle de duygusal açıdan zeki bireyler, önemli hedeflere doğru ilerlerken duygularını doğru bir şekilde algılayıp, onları düzenlemek için entegre, sofistike yaklaşımlar kullanabilirler. Genel gelişimi kalıtım, çevre, sosyal yaşam, ebeveyn tutumu, cinsiyet gibi birçok faktöre bağlı olarak değişebilen duygusal zekâ düzeyi iletişim ve problem çözme becerisi, stresle baş edebilme, akademik başarı gibi yetenekleri de olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Özdemir ve Dilekmen, 2014).

Duygusal zekâ ile ilgili çalışmaların “yetenek temelli” ve “kişilik özellikleri temelli” olmak üzere iki temel yaklaşım etrafında yürütüldüğü görülmektedir. İlk olarak, duyguları tanıma, ifade etme gibi yeteneklerle ilgili olan yetenek temelli yaklaşıma (Petrides ve Furnham, 2001) göre bu yetenekler bireyin duygularını düşünce gelişimini desteklemek için kullanıldığı bilişsel-duygusal yetenekleridir (Deniz,

Özer ve Işık, 2013). Bu yaklaşım bilgi işleme süreci olarak duygusal zekâ olarak da ifade edilmektedir (Petrides ve Furnham, 2001). Yetenek tabanlı yaklaşım duygusal zekâyı bilişsel zekâ testlerine benzeyen bir yeterlilik kümesi olarak değerlendirir ve öncelikle bilişsel yetenek alanıyla ilgili doğru ve yanlış yanıtlarla maksimum performans testlerinin kullanılmasını gerektirir (Petrides ve Furnham (2000a, 2000b, 2001). Diğer bir ifade ile, performans testleriyle ölçülen duygusal zekânın (Deniz vd., 2013) test edilebilmesi için bilişsel yeterlilikler değerlendirilir (Matthews, Zeidner ve Roberts, 2012). Yetenek modelinde öne çıkan Mayer ve Salovey (1997) duygusal zekâyı duyguyu doğru algılama, değerlendirme ve ifade etme yeteneği; düşüncüyü kolaylaştırdıklarında duygulara erişme ve/veya duygular üretme yeteneği; duygu ve duygusal bilgiyi anlama yeteneği ve duygusal ve entelektüel büyümeyi desteklemek için duyguları düzenleme yeteneği olmak üzere dört boyutta ele almışlardır.

Diğer yandan duygusal zekâ çalışmalarına yön veren diğer yaklaşım ise karma model olarak da ifade edilen duygusal zekâyı bir kişilik özelliği olarak değerlendiren çalışmalardır (Petrides ve Furnham, 2001). Karma model olmasının sebebi bu modellerde kişilik özelliği ve duyguyla ilgili yeterliliklerin bir arada olmasıdır (Mayer, Roberts ve Barsade, 2008). Shapiro (1999) duygusal zekâyı; iyimserlik, özmotivasyon, sevecenlik gibi kişilik özellikleri ile ilişkili olarak açıklarken, Deniz vd. (2013) ise empati, iyimserlik, dürtüsellik, motivasyon, farkındalık, mutluluk gibi kişilik özelliklerinin duygusal zekada belirleyici gücünün altını çizmişlerdir (Deniz vd., 2013). Yazında sıklıkla ele alınan karma modellere bakılacak olursa Bar-On (1997) geliştirdiği modelde duygusal zekâyı kişisel, kişilerarası, uyumluluk, stresle başa çıkma ve genel ruh hali olmak üzere beş boyutta incelerken; Goleman (2000) ise; bireylerin kendi duyguları ile ilgili farkındalığı, kendi duygularını yönetmesi, kendisini motive etmesi, empati ve sosyal beceriler olmak üzere beş boyutlu bir model ortaya koymuştur.

Duygusal zekâyı, “özellik” ve “bilgi işlem süreci” olarak duygusal zekâ olmak üzere iki boyutlu bir yapıda inceleyen Petrides ve Furnham (2000b)’a göre, “zekâ” bir yetenek iken, duygusal zekâ bir “kişilik” özelliğidir ve kişiliğin temel boyutları ile ilişkilidir. Özellik olarak duygusal zekâ, öz bildirim anketleriyle ölçülür, kişilik alanıyla ilgilidir ve kişisel beyana bağlı olarak ölçüldüğü için gerçekte var olan değil algılanan becerileri yansıtır (Petrides ve Furnham, 2001). Petrides ve Furnham (2000a; 2001) kişilik özelliği olarak duygusal zekâyı ölçmek üzere Duygusal Zekâ Özelliği Ölçeği’ni (Trait Emotional Intelligence Questionnaire-TEIQue) geliştirmiştir (Petrides, 2009). Ölçek ilk çalışmada duygusal zekâyı 144 madde ile 15 özelliği dört alt boyutla ölçmek üzere oluşturulmuştur. Daha sonra ölçeğin 30 maddelik kısa formu (TEIQue-s) oluşturulmuştur (Petrides, 2009; Petrides ve Furnham, 2003). Ölçeğin kısa formu duygusal zekâyı aynı zamanda kişilik özellikleri olarak da değerlendirilen *iyi oluş, sosyallik, duygusallık ve özkontrol* olmak üzere dört boyutta ölçmektedir (Petrides, 2009). Söz konusu boyutlardan *öz kontrol* duyguları kontrol edebilme (duygu düzenleme), karar verme ve gerektiğinde değiştirebilme, baskı ve stresi yönetebilme, yapılan işlerden olumlu veya olumsuz yönde etkilenme ve isteklerini kontrol edebilme özelliklerini ifade eder. *İyi oluş* boyutu; genel olarak doyumlu ve mutlu olmayı, hayata karşı iyimser olmayı, iyi özelliklere sahip olmayı, özelliklerinin ve güçlü yönlerinin farkında olma ve pozitif bakabilmeyi kapsar. *Duygusallık boyutu*; bireyin kendisinin ve başkasının duygularını fark etme, anlama, duyguları ayırt edebilme, yakın çevreye duyguları gösterebilme, empati kurabilme, kişilerarası ilişkileri sürdürüebilme özelliklerini kapsar. Son olarak, *sosyallik* boyutu ise diğer insanların duygularını yönetebilme, insanlarla baş edebilme, sosyal ağlar kurabilme, içten ve açık şekilde haklarını savunabilme ve öz saygı özelliklerini içerir. Petrides ve Furnham yeni durumlara uyum sağlayabilme ve zorluklar karşısında vazgeçmeyerek devam etme özelliklerini dört boyut altında incelemese de genel duygusal zekâ toplam puanına dâhil etmişlerdir (Petrides, 2000a).

Duygusal zekâ ve nomofobi arasındaki ilişki

21. yüzyılın başında teknoloji ile ilgili bir fobi olarak ortaya çıkan ve çok sayıda çalışmaya konu olan nomofobi kavramı hala üzerinde çalışılması gereken bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır (León-Mejía, Gutiérrez-Ortega, Serrano-Pintado ve González-Cabrera, 2021). Birçok araştırma, gençlerde problemlerli cep telefonu kullanım davranışları (Cheever, Rosen, Carrier ve Chavez, 2014; Sanchez-Martínez ve Otero, 2009) ve cep telefonu bağımlılığının (Walsh, White, Cox ve Young, 2011) yaygınlığını ortaya koymuştur. Problemlerli cep telefonu kullanımının temel olarak bireylerin dürtüler üzerinde sınırlı kontrol sahibi olması ve cep telefonlarını bir statü sembolü olarak görülmesi (Chóliz, 2012), yalnızlık veya kişisel alışkanlıklar (Park, 2005), depresyon (Lu, Watanabe, Liu, Uji, Shono ve Kitamura, 2011), anksiyete ve sosyal içe dönüklük (Hong, Chiu ve Huang, 2012), psikolojik sıkıntı (Beranuy, Oberst, Carbonell ve Chamorro, 2009) ve uykusuzluk (Jenaro, Flores, Gomez-Vela, Gonzalez-Gil, ve Caballo, 2007) gibi faktörlerle ile ilişkilendirildiği görülmektedir.

Diğer yandan, yazında düşük duygusal zekâyı sahip bireylerin duygularını ifade etmekte zorlanma, sorumluluk almama, suçlama, eleştirme, azarlama, kin tutma, uyum problemi, empati kuramama, karamsar bakış açısıyla birlikte gelişen yabancılaşma, depresyon, bağımlılık, yeme bozuklukları gibi

sorunlar yaşayabileceği ifade edilmektedir (Goleman, 2000). Yapılan çalışmalar duygusal zekâsı yüksek kişilerin öz kontrolleri gelişmiş ve madde bağımlılığından (Trinidad, Unger, Chou ve Johnson, 2005), davranışsal ve internet bağımlılığından da (Alexander vd., 2015) uzak durabilecek kişiler olduğunu ortaya koymuştur.

Modern zaman bağımlılığı olarak ifade edilebilecek olan nomofobinin en önemli psikolojik yordayıcıları olarak ise, cinsiyet ve sosyoekonomik durumun yanı sıra kişilik, duygusal zekâ, sosyal beceriler, uyum yetenekleri, benlik saygısı, sigara, alkol ve uyuşturucu tüketimi, eşlik eden diğer psikopatolojiler ifade edilmesine rağmen (Bragazzi ve Del Puente, 2014), doğrudan duygusal zekâ ve nomofobi ilişkisini ele alan az sayıda ampirik çalışma bulunmaktadır (Gentina, Tang ve Dancoine, 2018). Bu bağlamda, Black, Belsare ve Schlosser (1999) yaptıkları çalışmada bilgisayar bağımlılığı yaşayan örneklem grubunun çoğunlukla kişilik bozukluğu ve antisosyal özellikler taşıdıkları; Kara, Baytemir ve Inceman-Kara (2021) ise yalnızlık duygusu ile nomofobi arasında pozitif ilişki olduğu sonucuna varmışlardır. Psikolojik sorunlar problemlerini internet kullanımının sadece sonucu değil aynı zamanda nedeni de olabilmektedir (Beranuy, Oberst, Carbonell ve Chamarro, 2009). Diğer yandan olumsuz duygu durumları da çeşitli bağımlılıklara neden olabilmektedir. Engelberg ve Sjöberg (2004) sağlıklı internet kullanımı ve düşük duygusal zekâ ilişkisini ortaya koyarken, Parker, Taylor, Eastabrook, Schell ve Wood (2008) de düşük duygusal zekânın kumar ve internet kullanımı gibi çeşitli bağımlılıkları anlamlı olarak yordadığı sonucuna varmışlardır. Dolayısıyla, düşük duygusal zekaya sahip bireylerin bağımlılık türlerine yatkınlığını ortaya koyan çalışmalardan hareketle, yine farklı bir bağımlılık türüne atıfta bulunan nomofobi yaşama olasılıklarının da yüksek olduğu değerlendirilmektedir.

Bu kapsamda daha önce yapılan çalışmalardan elde edilen bulgular ve incelediğimiz değişkenler arası ilişkilerinden yola çıkarak aşağıdaki hipotezler geliştirilmiştir:

Hipotez₁: *Duygusal zekâ nomofobiyi negatif ve anlamlı olarak etkiler.*

Hipotez_{1a}: *Duygusal zekâ bilgiye erişememeyi negatif ve anlamlı olarak etkiler.*

Hipotez_{1b}: *Duygusal zekâ cihazdan yoksunluğu negatif ve anlamlı olarak etkiler.*

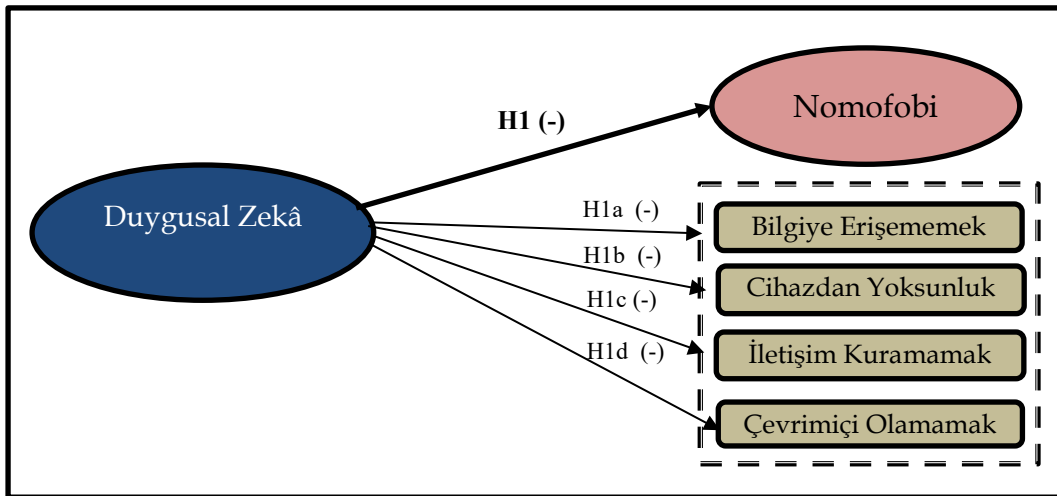
Hipotez_{1c}: *Duygusal zekâ iletişim kuramamayı negatif ve anlamlı olarak etkiler.*

Hipotez_{1d}: *Duygusal zekâ çevrimiçi olamamayı negatif ve anlamlı olarak etkiler.*

Yöntem

Araştırma modeli

Çalışmada, günümüz Z kuşağının vazgeçemediği teknoloji ve onun odak noktasında bulunan cep telefonlarından yoksun olmanın korkusu ve bu kapsamda üniversite öğrencilerinin duygusal zekâlarının nomofobi ile ilişkileri ve etkilerini ortaya koymak amaçlanmaktadır. Söz konusu maksada hizmet edecek şekilde Şekil-1'deki model oluşturulmuş ve geliştirilen hipotezler model üzerinde gösterilmiştir.



Şekil 1: Çalışmanın Modeli ve Geliştirilen Hipotezler

Araştırmada, ele alınan değişkenler arasındaki nedensel ilişkiyi belirlemek için korelasyonel araştırma deseninden yararlanılacaktır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2008). Bu yöntem neden sonuç ilişkisinin olabileceğine dair araştırmacılara bir fikir vermesi açısından uygundur (Büyüköztürk, 2007) ve bu amaca hizmet edecek katılımcı grubuna ulaşılacaktır. Katılımcılardan anket formunda yer alan değişkenlere ait alınan veriler, geçerlilik analizi kapsamında yapısal eşitlik modeli kullanılarak (YEM_AMOS 21) doğrulayıcı faktör analizlerine (DFA) tabi tutulacak, güvenilirlik analizleri ile betimleyici istatistikler, değişkenlere ait ortalamalar arasındaki farklılıklar, korelasyon ve regresyon analizleri ise SPSS 21 paket programı kullanılarak yapılacaktır.

Katılımcılar

Araştırma katılımcıları teknolojiye yatkınlık ve cep telefonunu yoğun olarak kullandıkları düşüncesinden hareketle Ankara'da faaliyet gösteren özel bir üniversitenin bir fakültesinde öğrenimlerine devam eden öğrencilerden oluşturmaktadır. Çalışmanın evreni 732 kişiden oluşmaktadır. Bu kapsamda anket formları araştırmanın evreni dâhilindeki katılımcılara elektronik ortamda iletilerek kendi istek ve iradeleri ile doldurmalarına azami özen gösterilmiştir. Elektronik olarak 527 katılımcıya anket formları gönderilmiş ve 265'inden geri dönüş alınmıştır. Cevaplanan anket formlarındaki verilerin girişi esnasında ve sonrasında yapılan uç analizi sonucunda 7 katılımcının anket formunun uç analizlerinden elde edilen sonuçlara göre uygun olmadığı tespit edilmiş ve bu formlara ait veriler çalışma dışında bırakılmıştır. Araştırmaya toplam 258 katılımcının verileri ile devam edilmiştir. Coşkun ve arkadaşlarının (2019) yapmış oldukları çalışmada 750 kişilik bir evrende örneklem büyüklüğü 254 kişi olarak belirlenmiş olup, bu çalışmada da söz konusu koşul sağlanmaktadır.

Araştırmaya katılanların % 40'ı (103) kadın, %60'ı (155) erkektir. Sınıflarına bakıldığında %9'u (24) hazırlık sınıfı, %19'u (49) 1. sınıf, %36'sı (94) 2. sınıf, %22'si (57) 3. sınıf ve %14'ü (34) ise 4. sınıf öğrencisidir. Öğrencileri cep telefonlarını günde kaç saat kullandıkları sorulduğunda; % 26'sı (66) 1 saat ve daha az, % 20'si (53) 1-2 saat arası, %31'i (79) 2-3 saat arası, %19'u (48) 3 saat ve üzeri olarak cevap vermiştir.

Araştırmada kullanılan ölçekler

Araştırmada kullanılan ölçeklere ait bilgiler aşağıda yer almaktadır. Ayrıca ölçeklerin geçerlilik kapsamında DFA neticesinde elde edilen uyum iyiliği değerleri Tablo-1'de toplu olarak gösterilmektedir. Ölçeklerdeki sorulara verilen yanıtların normal dağılım gösterip göstermediği basıklık ve çarpıklık (kurtosis ve skewness) değerlerine bakılarak belirlenmiştir. Bu kapsamda Duygusal Zekâ Ölçeğine ait basıklık ve çarpıklık değerleri sırasıyla -0,504 ve 0,291, Nomofobi Ölçeğine ait basıklık ve çarpıklık değerleri ise sırasıyla -0,020 ve -0,490 olarak tespit edilmiştir. Özellikle sosyal bilimlerdeki parametrik testlerde basıklık ve çarpıklık değerlerinin +1,5 ile -1,5 arasında yer alması normal dağılım için yeterli görülmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu kapsamda araştırmada kullandığımız ölçeklere katılımcılar tarafından verilen cevapların normal dağılıma uyduğunu söyleyebiliriz.

Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği-Kısa Formu (DZÖÖ-KF): Çalışmada katılımcıların duygusal zekâ düzeyini belirlemek üzere Petrides ve Furnham'ın (2003) geliştirdiği Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği-Kısa Formu (DZÖÖ-KF) kullanılmıştır. 30 maddeden oluşan ölçek, toplam duygusal zekâ özelliğini ölçmek üzere tasarlanmış 7'li Likert tipi (1: Kesinlikle Katılmıyorum, 7: Kesinlikle Katılıyorum) bir ölçme aracıdır. Ölçek duygusal zekâyı Öznel İyi Oluş, Öz Kontrol, Duygusal ve Sosyal olmak üzere dört boyutta ölçmektedir. Yapılan farklı çalışmalarda Cronbach Alfa katsayıları iyi oluş için 0,74-0,80, öz kontrol için 0,59-0,75, duygusal için 0,66-0,69, sosyal için 0,60-0,69 ve toplam DZÖÖ için 0,87-0,90 arasında belirlenmiştir (Petrides, 2009; Petrides vd., 2010). Deniz, Özer ve Işık (2013) tarafından Türkçe uyarlama çalışmasında ise Cronbach Alfa değerleri iyi oluş için 0,72, öz kontrol için 0,70, duygusal için 0,66, sosyal için 0,70 ve toplam DZÖÖ için 0,81 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin faktör yapısını doğrulamak ve geçerliliğini test etmek için sadece Yapısal Eşitlik Modeli (YEM_AMOS) kullanılarak DFA uygulanmıştır çünkü söz konusu ölçeğin daha önceki çalışmalarda faktör analizine tabi tutularak geçerliliği test edilmiştir. Ölçek çok boyutlu olduğundan birincil ve ikincil düzey DFA sonuçlarına bakılmıştır. Bu kapsamda birincil düzey DFA uyum iyiliği değerleri; $\Delta\chi^2=365,853$, $sd=88$, $\Delta\chi^2/sd=4,157$, $RMSEA=0,111$, $GFI=0,855$, $CFI=0,778$, $AGFI=0,777$, ikincil düzey DFA uyum iyiliği değerleri ise; $\Delta\chi^2=202,880$, $sd=79$, $\Delta\chi^2/sd=2,568$, $RMSEA=0,078$, $GFI=0,917$, $CFI=0,901$, $AGFI=0,857$ olarak bulunmuştur. Söz konusu uyum iyiliği değerlerine bakıldığında birincil düzey uyum iyiliği değerleri kabul edilebilir sınırlar içerisinde değildir (Baron ve Kenny, 1986). Bu nedenle çalışmada duygusal zekâ değişkeni alt boyutlar bazında değil ikincil düzey seviyede yani sanki tek boyutluymuş gibi değerlendirilerek analizlere devam edilecektir. Ölçeğin yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach Alfa değeri 0.84 olarak rapor edilmiştir.

Nomofobi Ölçeği: Çalışmada katılımcıların nomofobi düzeyi Yıldırım ve Correia (2015) tarafından geliştirilen ve Yıldırım, Sumuer, Adnan ve Yıldırım (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Nomofobi Ölçeği ile ölçülmüştür. Ölçeğin Cronbach's Alpha değeri orijinal hali için 0,95, Türkçe uyarlama çalışması için 0,92 olarak belirlenmiştir. Ölçek Bilgiye Ulaşamama (4 madde), Çevrimiçi Olamama (5 madde), İletişim Kuramama (6 madde) ve Cihazdan Yoksunluk (5 madde) olmak üzere dört boyutu 20 madde ile ölçmektedir. Alt boyutlar bakımından Cronbach alpha (α) değeri orijinal ölçek için 0.81 ile 0,94; Türkçe uyarlama çalışması için 0,74 ve 0,94 arasında hesaplanmıştır. Ölçek Türkçe'ye uyarlaması yapılarak daha önceki çalışmalarda kullanıldığı için geçerleme çalışması kapsamında sadece DFA'ya tabi tutulmuştur. Ölçek, dört alt boyutu olduğundan yapısal eşitlik modeli (YEM_AMOS) kullanılarak birincil ve ikincil düzey DFA analizine tabi tutulmuştur. Birincil düzey analiz sonucundaki uyum iyiliği değerleri; $\Delta\chi^2=274,577$, $sd=138$, $\Delta\chi^2/sd=1,990$, $RMSEA=0,062$, $GFI=0,904$, $CFI=0,912$, $AGFI=0,868$, ikincil düzey analiz uyum iyiliği değerleri ise; $\Delta\chi^2=277,275$, $sd=140$, $\Delta\chi^2/sd=1,981$, $RMSEA=0,064$, $GFI=0,903$, $CFI=0,911$, $AGFI=0,865$ olarak tespit edilmiştir. Söz konusu DFA ve güvenilirlik analizi sonuçları kabul edilebilir sınırlar içerisinde ve ölçeğin hem alt boyutlar bazında hem de genel olarak sanki tek boyutluymuş gibi analizlerde kullanımına imkân vermektedir. Ölçeğin alt boyutları ve genel anlamdaki güvenilirlik analizi kapsamında ölçeğin iç tutarlık düzeyleri; bilgiye erişememek için 0,78, cihazdan yoksunluk için 0,76, iletişim kuramama için 0,78, çevrimiçi olamama için 0,71 ve genel olarak ise 0,84 olarak bulgulanmıştır.

Tablo.1: Ölçeklerin DFA Uyum İyiliği Değerleri

	$\Delta\chi^2$	sd	$\Delta\chi^2/sd$	RMR	CFI	GFI	AGFI
			<5	<,08	>,90	>,90	>,85
Duygusal Zekâ (DZ)	365,853	88	4,157	0,111*	0,778*	0,855*	0,777*
(1. Düzey)							
Duygusal Zekâ (DZ)	202,880	79	2,568	0,078	0,901	0,917	0,857
(2. Düzey)							
Nomofobi (NF)	274,577	138	1,990	0,062	0,912	0,904	0,868
(1. Düzey)							
Nomofobi (NF)	277,275	140	1,981	0,064	0,903	0,911	0,865
(2. Düzey)							

* Uyum iyiliği değerleri kabul edilebilir sınırlar içerisinde değildir (Meydan ve Şeşen, 2011).

Bulgular

Araştırmada öncelikle verilerin ortalamaları, standart sapmaları ve her bir değişkenin diğer değişkenler ile olan ilişkilerine (korelasyon düzeylerine) bakılmıştır. Analiz sonuçları Tablo-2'de verilmiştir.

Tablo.2: Ortalama, Standart Sapma ve Değişkenler Arası Korelasyon Değerleri

	Ort.	Ss.	DZ	NF	BE	CY	İK	ÇO
Duygusal Zekâ (DZ)	3,455	0,6463	(0,84)					
Nomofobi (NF)	2,528	0,6613	-0,506**	(0,84)				
Bilgiye Erişememek (BE)	2,258	0,7624	-0,582**	0,578**	(0,78)			
Cihazdan Yoksunluk (CY)	2,440	0,8200	-0,441**	0,810**	0,317**	(0,76)		
İletişim Kuramamak (İK)	2,142	0,7606	-0,593**	0,726**	0,259**	0,495**	(0,78)	
Çevrimiçi Olamamak (ÇO)	2,523	0,8964	-0,258**	0,735**	0,251**	0,441**	0,324**	(0,71)

* $p<,005$, ** $p<,001$, **Not:** Cronbach Alfa güvenilirlik katsayıları parantez içinde verilmiştir.

Tablo-2'ye bakıldığında, duygusal zekâ ile genel olarak nomofobi ($r=-0,506$, $p<0,01$) arasında orta seviyede (Büyüköztürk, 2007) ancak negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Duygusal zekânın nomofobi alt boyutları olan bilgiye erişememek ($r=-0,582$, $p<0,01$), cihazdan yoksunluk ($r=-0,441$, $p<0,01$), iletişim kuramamak ($r=-0,593$, $p<0,01$) ile orta düzeyde negatif yönlü, çevrimiçi olamamak ($r=-0,258$, $p<0,01$) ile de düşük seviyede yine negatif yönlü ilişkisi bulunmuştur.

Araştırmada, duygusal zekânın nomofobiye olan etkilerini ortaya koymak ve daha önceki konu ile ilgili çalışma ve teorilerden yola çıkarak geliştirilen hipotezleri test etmek amacıyla hiyerarşik regresyon analizleri yapılmıştır. Bu analizlerde ilk aşamada söz konusu demografik değişkenler analize sokularak demografik değişkenlerin etkilerini kontrol altına almak amaçlanmıştır. Daha sonraki aşamada ise bağımsız değişken olan duygusal zekâ değişkeni modele dâhil edilerek, bağımlı değişken olan nomofobi (alt boyutları dâhil) üzerindeki etkilerine bakılmıştır. Yapılan regresyon analizlerine ait sonuçlar Tablo 3'te yer almaktadır.

Tablo 3: Nomofobiyi Yordayan Duygusal Zekânın Hiyerarşik Regresyon Analiz Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	Nomofobi (NF)		Bilgiye Erişememek (BE)		Cihazdan Yoksunluk (CY)		İletişim Kuramamak (İK)		Çevrimiçi Olamamak (ÇO)	
	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2	β	ΔR^2
Demografik Değişkenler		0,055		0,010		0,008		0,017		0,024
Cinsiyet	0,146		-0,028		-0,096		-0,100		-0,081	
Sınıf	0,070		0,159		-0,142		-0,101		-0,107	
Kullanım Süresi	0,107*		0,009		-0,013		0,065		0,-107	
ΔF		4,884*		0,704		0,643		1,482		2,063
Duygusal Zekâ (DZ)	-0,503	0,219	-0,740	0,357	-0,618	0,217	-0,731	,352	-0,457	0,098
ΔF		75,419**		139,603**		69,467**		139,035**		27,994**

* $p<0,05$ ** $p<0,01$

Tablo 3'te de görüldüğü üzere araştırmada ele alınan demografik değişkenlerin genel olarak nomofobiyi istatistiki olarak anlamlı yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır ($\Delta F=4,884$, $\Delta R^2=0,055$, $p<0,05$). Bu kapsamda özellikle cep telefonu kullanım süreleri fazla olan öğrencilerin nomofobi yaşamaları az kullananlara oranla daha yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre, duygusal zekânın nomofobiyi ($\beta=-0,503$, $p<0,01$) negatif ve anlamlı olarak yordadığı tespit edilmiştir. Nomofobi alt boyutları bazında da ele alındığında, duygusal zekânın nomofobi alt boyutları olan bilgiye erişememek ($\beta=-0,740$, $p<0,01$), cihazdan yoksunluk ($\beta=-0,618$, $p<0,01$), iletişim kuramamak ($\beta=-0,731$, $p<0,01$) ve çevrimiçi olamamayı ($\beta=-0,457$, $p<0,01$) da negatif ve anlamlı olarak etkilemektedir. Ayrıca duygusal zekâ, nomofobi toplam varyansının % 21,9'unu açıklamaktadır. Bu bulgular, duygusal zekâsı yüksek olan öğrencilerin nomofobiden daha az etkilendiğini, duygusal zekânın düşmesinin nomofobi yaşama olasılığını artırdığını göstermektedir. Sonuçlar çalışmanın teorik kısmında geliştirilen Hipotez-1 ve alt hipotezleri destekler niteliktedir. Çalışmada geliştirilen hipotezlere ilişkin sonuçlar toplu olarak Tablo-4'te verilmiştir.

Tablo 4: Hipotez Sonuçları

Hipotez No.	Geliştirilen Hipotez	Hipotez Sonucu
H1	Duygusal zekâ nomofobiyi negatif ve anlamlı olarak etkiler.	KABUL
H1a	Duygusal zekâ bilgiye erişememeyi negatif ve anlamlı olarak etkiler.	KABUL
H1b	Duygusal zekâ cihazdan yoksunluğu negatif ve anlamlı olarak etkiler.	KABUL
H1c	Duygusal zekâ iletişim kuramamayı negatif ve anlamlı olarak etkiler.	KABUL
H1d	Duygusal zekâ çevrimiçi olamamayı negatif ve anlamlı olarak etkiler.	KABUL

Sonuç ve tartışma

Teknolojik gelişmelerin her geçen gün yenilenen yapısı ve teknolojiye olan ihtiyacın bir gereksinim, zorunluluk ve hatta bir bağımlılığa dönüştüğü günümüzde, teknolojik araçlardan en uygun olarak kullanılanlarından olan cep telefonundan yoksun olmaya atıfta bulunan Nomofobi kavramı ve bu kavrama ilişkin olarak yapılan çalışmaların çeşitlenmesi, bireylerin teknoloji ile olan etkileşimlerine dair önemli bulgular ortaya koymaktadır. Bu anlamda, Z kuşağı olarak nitelendirilen ve teknolojik gelişmeler sonucu ortaya çıkan araçlar ile görece daha erken yaşlarda tanışan bireylerin, cep telefonu gibi araçlar ile yaşadıkları tecrübelerin, diğer nesillerden daha farklı olması da beklenebilecek bir durumdur. Sosyalleşme, bilgi edinme ve/veya akademik çalışmalar gibi alanlarda özellikle üniversiteli gençler tarafından yoğun olarak kullanılan cep telefonlarının, bu bireyleri farklı bağlamlarda ve farklı şekillerde etkilediği de dile getirebilecektir. Yazında özellikle cep telefonu ile etkileşim süreleri yüksek olan ve Z kuşağı olarak nitelendirilen kitle üzerindeki çalışmalar incelendiğinde, bir tür yoksunluk olarak nitelendirilen nomofobinin, psiko-sosyal kavramlar ile anlamlı ilişkiye sahip olduğu bildirilmektedir. Bu bağlamda, bu çalışmada, sözü edilen kavramlardan olan ve bireylerin duygusal anlamdaki farkındalıklarına atıfta bulunan duygusal zekâ ile nomofobi arasındaki ilişki ele alınmış olup örneklem olarak Z kuşağı mensubu olan üniversite öğrencileri seçilmiştir.

İlgili yazında, duygusal zekâ ve nomofobi arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmalara bakıldığında farklı bulguların ortaya koyulduğu görülmektedir. Örneğin, Van Deursen, Bolle, Hegner ve Kommers (2015) tarafından yapılan çalışmada, duygusal zekâ ve nomofobi arasında anlamlı ilişki bulunmadığı dile getirilmektedir. Söz konusu araştırmanın örneklemini incelendiğinde katılımcıların 15-60 yaş arasında olduğu ve yoğunluğunun 26 yaş üzerinde yer aldığı görülmektedir. Ancak, bahse konu örneklemin nomofobi gibi teknolojik araçların yoğun kullanımına değinen bir kavram için uygun olmadığı belirtilebilecek olup değinildiği üzere çok farklı amaçlar ile cep telefonunu kullanabilen Z kuşağından alınacak bir örneklemin, kavrama ilişkin elde edilmek istenen bulgulara ilişkin daha net sonuçlar ortaya koyabileceği değerlendirilmektedir. Bu doğrultuda, Gentina, Tang ve Dancoine (2018) tarafından yapılan ve Z kuşağına mensup katılımcıların yer aldığı çalışma da, yüksek duygusal zekânın nomofobi ile negatif ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır.

Söz konusu hususlar dikkate alındığında, nomofobi ve duygusal zekâ arasındaki ilişkinin irdelendiği bu çalışmada, kavramlar arası ilişkilerin daha berrak ve net olarak elde edilmesi amacıyla, Z kuşağına dünyaya gelen ve birçok farklı amaçla cep telefonunu yoğun olarak kullandığı söylenebilecek olan üniversite öğrencilerinin seçilmesi görece daha uygun olduğu değerlendirilmiştir. Araştırma dâhilinde, belirtildiği üzere, duygusal zekâ ile nomofobi ve onun alt boyutları arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğu öngörülmüş olup bu yönde oluşturulan hipotezler test edilmiştir. Araştırmanın sonuçları bağlamında, duygusal zekânın nomofobiyi ve nomofobinin alt boyutları olan bilgiye erişememeyi, cihazdan yoksunluğu, iletişim kuramamayı ve çevrimiçi olamamayı da negatif ve anlamlı olarak yordadığı tespit edilmiştir. Bu anlamda, araştırma kapsamında oluşturulan hipotezlerin hepsi kabul edilmiştir.

Sonuçlar çerçevesinde, sosyalleşme, bilgiye erişme ve akademik çalışmalar gibi farklı nedenlerden dolayı yoğun olarak cep telefonu kullanan ve Z kuşağına dünyaya gelen bireylerin, cep telefonundan yoksun kalmaları ile duygusal zekâları arasındaki anlamlı bir ilişki bulunduğu değerlendirilmektedir.

Araştırmanın yazına teknolojik gelişmelerin, bireyler üzerindeki psikolojik etkilerinin ortaya koyulması anlamında katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Özellikle, teknoloji ile yoğun etkileşimlerin yaşandığı günümüz dünyasında, teknolojinin gelecek nesiller tarafından etkin ve olumsuz getirilerinden arındırılmış bir şekilde kullanımına ilişkin kavramların irdelendiği bu gibi çalışmaların artmasında fayda olduğu ifade edilebilecektir. Diğer bir ifade ile gençlerin teknoloji ile imtihanlarında teknolojinin beraberinde getirdiği karanlık sonuçlarından öte sunduğu imkân ve kolaylıklardan daha çok faydalanabilmeleri için desteklenmeleri gerekmektedir. Bu durumun özellikle nomofobinin gençlerde neden olduğu stres ve gerginliğin (Bragazzi ve Del Duente, 2014) yanı sıra oldukça kritik olan akademik başarı üzerindeki olumsuz sonuçları (Hong vd., 2012; Yıldırım ve Coreia, 2015) göz önünde bulundurulduğunda daha da önemli olduğu değerlendirilmektedir. Nomofobi gibi bireylerin psikolojik yönlerine de atıfta bulunan çağdaş kavramların farklı çalışmalarca ele alınarak, kavrama ilişkin bilgilerin derinleşmesinin, mobil teknolojilerin sağlıklı ve daha etkili bir şekilde kullanımına ilişkin değerli katkılar sunabileceği değerlendirilmektedir.

Bu çalışma bazı kısıtlar içermektedir. İlk olarak çalışma sadece Ankara'da eğitimine devam eden üniversite öğrencilerinden elde edilen verilerle gerçekleştirilmiştir. İleride daha farklı kültürel bağlamlarda, farklı eğitim düzeyindeki öğrencilerde ve meslek gruplarında yapılacak çalışmaların sonuçların genellenebilmesi açısından faydalı olacağı değerlendirilmektedir. İkinci olarak, çalışma

sonuçlarımız öğrencilerin anket uygulandığı andaki düşüncelerini yansıtmaktadır. Farklı zamanlarda yapılacak çalışmalarla sonuçların geliştirilebileceği düşünülmektedir. Ayrıca, çalışmamızda kullanılan veriler sadece anket yoluyla elde edilmiştir ve ileride konu ile ilgili farklı nitel araştırma yöntemleri kullanılarak yapılacak çalışmaların yazına katkı sağlayacağı değerlendirilmektedir.

Hakem Değerlendirmesi / Peer-review:

Dış bağımsız

Externally peer-reviewed

Çıkar Çatışması / Conflict of interests:

Yazar(lar) çıkar çatışması bildirmemiştir.

The author(s) has (have) no conflict of interest to declare.

Finansal Destek / Grant Support:

Yazar(lar) bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

The author(s) declared that this study has received no financial support.

Etik Kurul Onayı / Ethics Committee Approval:

Bu çalışma için etik kurul onayı, Milli Savunma Üniversitesi, Kara Harp Okulu Etik Kurulu/Komitesinden 07/04/2021 tarihli karar ile alınmıştır.

Ethics committee approval was received for this study from National Defense University, Military Academy, Ethics Committee on 07/04/2021.

Yazar Katkıları / Author Contributions:

Fikir/Kavram/Tasarım - *Idea/Concept/Design*: : R.C.Y., P.F., M.B., Veri Toplama ve/veya İşleme - *Data Collection and/or Processing*: R.C.Y., P.F., M.B., Analiz ve/veya Yorum - *Analysis and/or Interpretation*: : R.C.Y., P.F., M.B., Kaynak Taraması - *Literature Review*: : R.C.Y., P.F., M.B., Makalenin Yazımı - *Writing the Article*: : R.C.Y., P.F., M.B., Eleştirel İnceleme - *Critical Review*: : R.C.Y., P.F., M.B., Onay - *Approval*: : R.C.Y., P.F., M.B.

Kaynakça / References

- Afacan Fındıklı, M., Okan, G. ve Sığrı, Ü. (2019). Karanlık Liderlik Ölçeği: Çalışanların Algısı Üzerine Bir Ölçeklendirme Çalışması. *Nitel Sosyal Bilimler*, 1(1), 89-115.
- Alexander, J. A. M., Van Deursen, A. J. A. M., Bolle, C. L., Hegner, S. M., ve Kommers, P. A. M. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior. The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behavior*, 45, 411-420. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039>.
- Baron, R.M. ve Kenny, D.A. (1986). The Moderator Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Bar-On, R. (1997). *Bar-On Emotional Quotient Inventory: User's manual*. Toronto: MultiHealth Systems.
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X., ve Chamarro, A. (2009). Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in human behavior*, 25(5), 1182-1187.

- Black, D. W., Belsare, G., ve Schlosser, S. (1999). Clinical features, psychiatric comorbidity, and health-related quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior. *Journal of Clinical Psychiatry*, 60, 839-844.
- Bragazzi, N. L., ve Del Puente, G. (2014). A Proposal for Including Nomophobia in The New DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155-160.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008), *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (Geliştirilmiş 2. baskı), Ankara, Pegem Akademi ve Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş. (2007). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*, Ankara, Pegem Akademi ve Yayıncılık.
- Charbonneau, D., ve Nicol, A. A. M. (2002). Emotional intelligence and leadership in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 33, 1101-1113.
- Cheever, N. A., Rosen, L. D., Carrier, L. M., & Chavez, A. (2014). Out of sight is not out of mind: The impact of restricting wireless mobile device use on anxiety levels among low, moderate and high users. *Computers in Human Behavior*, 37, 290-297.
- Chóliz, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: The test of mobile phone dependence (TMD). *Progress in Health Sciences*, 2(1), 33-44.
- Cooper, R.K. ve Sawaf, A.(2003), *Liderlikte Duygusal Zekâ*, (Çev. Zelal Bedriye Ayman-Banu Sancar), Sistem Yayıncılık, Üçüncü Basım, İstanbul.
- Cumming, E. A. (2005). *An investigation into the relationship between emotional intelligence and workplace performance: An exploratory study*, Presented Paper. Lincoln University.
- Davie, N. ve Hilber, T. (2017). Nomophobia: Is smartphone addiction a genuine risk for Mobile learning? *International Association for Development of the Information Society*.
- Deniz, M. E., Özer, E., ve Işık, E. (2013). Duygusal zekâ özelliği ölçeği-kısa formu: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 38(169).
- Engelberg, E., ve Sjöberg, L. (2004). Internet use, social skills and adjustment. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(1), 41-47.
- Erdem, H., Kalkın, G., Türen, U., ve Deniz, M. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Mobil Telefon Yoksunluğu Korkusunun (Nomofobi) Akademik Başarıya Etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(3), 923-936.
- Feist, G. J., ve Barron, F. (1996, June). *Emotional intelligence and academic intelligence in career and life success*. Paper presented at the Annual Convention of the American Psychological Society, San Francisco, CA.
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: the theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.
- Gentina, E., Tang, T. L. P., ve Dancoine, P. F. (2018). Does Gen Z's emotional intelligence promote iCheating (cheating with iPhone) yet curb i Cheating through reduced nomophobia? *Computers & Education*, 126, 231-247.
- Gibbs, N. (1995). (October 2). *The EQ factor*. Time, 60-68.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: why it can matter more than IQ*. London: Bloomsbury.
- Goleman, D. (2000), *İşbaşında Duygusal Zekâ*, (Çev. Handan Balkara), Varlık Yayınları Sayı:580 Üçüncü Basım, İstanbul.
- Greenspan, S. I. (1989). *Emotional intelligence*. In K. Field, B. J. Cohler, & G. Wool (Eds.), *Learning and education: psychoanalytic perspectives* (pp. 209-243). Madison, CT: International Universities Press.
- Hoeven, C. L. T., Van Zoonen, W., ve Fonner, K. L. (2016). The Practical Paradox of Technology: The Influence of Communication Technology Use on Employee Burnout and Engagement. *Communication Monographs*, 83(2), 239-263.
- Hong, F.-Y., Chiu, S.-I., & Huang, D.-H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2152-2159.
- Isaacs, D. (2016). *Work-life balance*. *Journal of Pediatrics and Child Health*, 52(1), 5-6.

- Jena, R. K. (2015). Compulsive use of smartphone and its effect on engaged learning and nomophobia. *SMART Journal of Business Management Studies*, 11(1), 42–51.
- Jenaro, C., Flores, N., Gomez-Vela, M., Gonzalez-Gil, F., & Caballo, C. (2007). Problematic internet and cellphone use: Psychological, behavioral, and health correlates. *Addiction Research & Theory*, 15(3), 309–320.
- Kara, M., Baytemir, K., ve Inceman-Kara, F. (2021). Duration of daily smartphone usage as an antecedent of nomophobia: Exploring multiple mediation of loneliness and anxiety. *Behaviour & Information Technology*, 40(1), 85-98.
- King, A. L S., Valença, A. M., ve Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: The Mobile Phone in Panic Disorder with Agoraphobia: Reducing Phobias or Worsening of Dependence? *Cogn Behav Neurol.* 2010;23(1):52–4.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R. ve Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on Virtual Environments or Socialphobia? *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140–144.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S. ve Nardi, A. E. (2014). Nomophobia": Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with Panic Disorder Compared with A Control Group. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 10: 28-35.
- LeBeau, R. T., Glenn, D. ve Liao, B. (2010). Specific Phobia: A Review Of DSM-IV Specific Phobia and Preliminary Recommendations for DSM-V. *Depress Anxiety*, 27, 148–167.
- León-Mejía AC, Gutiérrez-Ortega M, Serrano-Pintado I, González-Cabrera J (2021) A systematic review on nomophobia prevalence: Surfacing results and standard guidelines for future research. *PLoS ONE* 16(5): e0250509. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250509>
- Lu, X., Watanabe, J., Liu, Q., Uji, M., Shono, M., & Kitamura, T. (2011). Internet and mobile phone textmessaging dependency: Factor structure and correlation with dysphoric mood among Japanese adults. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1702–1709.
- Lusch, R. F. ve Serpkenci, R. R. (1990). Personal differences, job tension, job outcomes, and store performance: A study of retail managers. *Journal of Marketing*, 54(1), 85-101.
- Mayer, J. D. ve Salovey, P. (1997). *What is emotional intelligence?* In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). New York: Basic Books.
- Mayer, J. D., Roberts, R. D. ve Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, 507–536.
- Mayer, J. D., Salovey, P. ve Caruso, D. R. (2000). *Competing models of emotional intelligence*. In R. J. Sternberg (Ed.), *Handbook of human intelligence* (pp. 396–420). New York: Cambridge University Press.
- Matthews, G., Zeidner, M. ve Roberts, R. D. (2012). *Emotional intelligence 101*. New York: Springer Publishing Company.
- Meydan, C.H. ve Şeşen, H. (2011). *Yapısal Eşitlik Modellemesi AMOS Uygulamaları*, Detay Yayıncılık, Ankara.
- Özdemir, M., ve Dilekmen, M. (2014). *Eğitim Fakültesi ilköğretim bölümünde okuyan öğrencilerin duygusal zekâ düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. Yıldız Uluslararası Eğitim Araştırmaları ve Sosyal Bilimler Konferansında Sunulan Bildiri, Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Park, W. K. (2005). *Mobile phone addiction*. In R. Ling & P. E. Pedersen (Eds.), *Mobile communications - renegotiation of the social sphere* (pp. 253–272). London: Springer-Verlag.
- Parker, J. D. A., Taylor, R. N., Eastabrook, J. M., Schell, S. L. ve Wood, L. M. (2008). Problem gambling in adolescence: Relationships with Internet misuse, gaming abuse and emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 45(2), 174–180.
- Petrides, K. V. ve Furnham, A. (2000a). Gender differences in measured and self-estimated trait emotional intelligence. *Sex Roles*, 42, 449–461.

- Petrides, K. V. ve Furnham, A. (2000b). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29, 313-320.
- Petrides, K. V. ve Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448.
- Petrides, K. V. ve Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: behavioural validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality*, 17, 39-75.
- Petrides, K. V. (2009). *Psychometric properties of the Trait Emotional Intelligence questionnaire (TEIQue)*. In C. Stough, D. H. Saklofske, & J. D. Parker (Eds.), *Assessing emotional intelligence, Theory, research, and applications* (pp. 85-101). Boston, MA: Springer
- Pilling, B. K. ve Eroglu, S. (1994). An empirical examination of the impact of salesperson empathy and professionalism and merchandise salability on retail buyer's evaluations. *Journal of Personal Selling and Sales Management*, 14(1), 55-58.
- Roberts, R. D., Zeidner, M. ve Matthews, G. (2001). Does emotional intelligence meet traditional standards for an intelligence? Some new data and conclusions. *Emotion*, 1, 196-231.
- Rosenthal, R. (1977). *The PONS Test: Measuring sensitivity to nonverbal cues*. In P. McReynolds (Ed.), *Advances in psychological assessment*. San Francisco, CA: JosseyBass.
- Salovey, P. ve Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C. ve Palfai, T. P. (1995). *Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale*. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health* (pp. 125-154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Salovey, P., Bedell, B., Detweiler, J. B. ve Mayer, J. D. (1999). *Coping intelligently: Emotional intelligence and the coping process*. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping: The psychology of what works* (pp. 141-164). New York: Oxford University press.
- Sanchez-Martínez, M., & Otero, A. (2009). Factors associated with cell phone use in adolescents in the Community of Madrid (Spain). *Cyberpsychology & Behavior*, 12(2), 131-137
- Schmidt, A.A. (2008). *Development and Validation of the Toxic Leadership Scale*. Unpublished Master Thesis, University of Maryland.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J. ve Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and individual differences*, 25(2), 167-177.
- Shapiro, L. E. (1999). *Yüksek EQ'lu bir çocuk yetiştirmek: Anne-babalar için duygusal zekâ rehberi* (Ü. Kartal, Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Sharma, N., Sharma, P., Sharma, N. ve Wavare, R. R. (2015). Rising Concern of Nomophobia Amongst Indian Medical Students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 3(3), 705-707.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6. Edition). Boston: Allyn & Bacon/Pearson Education.
- Thorndike, E. L. (1920). *Intelligence and its uses*. Harper's Magazine, 140, 227-235.
- Thorndike, R. L. ve Stein, S. (1937). An evaluation of the attempts to measure social intelligence. *Psychological Bulletin*, 34, 275-284.
- Trinidad, D. R., Unger, J. B., Chou, C. P. ve Johnson, C. A. (2005). Emotional intelligence and acculturation to the United States: Interactions on the perceived social consequences of smoking in early adolescents. *Substance Use & Misuse*, 40(11), 1697-1706. <https://doi.org/10.1080/10826080500222925>
- Üzel, D., ve Hangül, T. (2012). *Duygusal zekâ ve akademik başarı arasındaki ilişki*. Ulusal Fen Bilimleri ve Matematik Eğitimi Kongresi.
- Van Deursen, A. J., Bolle, C. L., Hegner, S. M. ve Kommers, P. A. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in human behavior*, 45, 411-420.

- Walsh, S. P., White, K. M., Cox, S., & Young, R. M. (2011). Keeping in constant touch: The predictors of young Australians' mobile phone involvement. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 333-342.
- We Are Social (2021). <https://datareportal.com/reports/digital-2021-turkey>
- Wechsler, D. (1940). Nonintellective factors in general intelligence. *Psychological Bulletin*, 37, 444-445.
- Wechsler, D. (1958). *The Measurement and Appraisal of Adult Intelligence*, Williams & Wilkins, Baltimore.
- Yeşilyaprak, B. (2001). Duygusal zekâ ve eğitim açısından doğurguları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 25(25), 139-146.
- Yıldırım, C. ve Correia, A. (2015). Exploring the Dimensions of Nomophobia: Development and Validation of a Self-Reported Questionnaire. *Computers in Human Behavior* 49, 130-137.
- Yıldırım, C., Sumuer, E., Adnan, M. ve Yildirim, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322-1331.