

# 9-18 Ya? Nomofobi Ölçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *9-18 Ya? Nomofobi Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=16164>

## Özet

9-18 Ya? Nomofobi Ölçe?i, **Nomofobi** (No Mobile Phone Phobia) olarak bilinen psikolojik yap?y?, 9 ila 18 ya? aral???ndaki çocuk ve ergen popülasyonunda ölçmek amacıyla geli?tirilm? bir uyarlama çal???mas?d?r. Ölçek, özellikle mobil telefondan mahrum kalma korkusu, eri?ilebilirlik endi?esi ve dijital ba?lant? kayb? kayg?s? gibi nomofobinin temel bile?enlerini de?erlendirmeyi hedefler. Ölçe?in Türkçe versiyonunun **psikometrik özellikler** analizi, bu ya? grubunda mobil telefon kullan?m?na ba?l? kayg? düzeylerini güvenilir ve geçerli bir ?ekilde saptamak için yap?lm???r.

Bu **uyarlama**, Özdemir ve Bekta? (2020) taraf?ndan gerçekleştirilm? olup, gençlerde giderek artan dijital cihaz ba???mlil??? ve bunun yol açt??? olumsuz duygusal durumlar?n bilimsel olarak incelenmesine önemli bir katkı sağlamaktadır. Ölçek, klinik ve ara?t?rma ortamlar?nda ergenlerin nomofobi düzeylerini belirlemek için kullan?labılır.

## Anahtar Kelimeler

Nomofobi, Psikometrik Özellikler, Uyarlama, Ergenlik, Mobil Telefon Ba???mlil???, Kayg?, Çocuk ve Ergen Psikolojisi.

## Yazarlar

Emine Zahide Özdemir, Meltem Bekta?.

## Amaç

Ölçe?in temel amacı, 9 ila 18 ya? aral???ndaki bireylerde mobil telefonsuz kalma korkusu olarak tan?mlanan **Nomofobi** düzeyini standart ve sistematik bir ?ekilde ölçmektir. Bu çal???ma, var olan bir nomofobi ölçe?ini Türk kültürüne ve diline adapte ederek, ergenlerdeki mobil cihaz kullan?m?na ba?l? kayg? ve ba???mlilik e?ilimlerinin de?erlendirilmesi için geçerli ve güvenilir bir araç sunmayı amaçlam???r.

Ölçek, ara?t?rmacılara ve klinisyenlere, gençlerin dijital cihazlardan ayr?lma durumunda ya?ad?klar? duygusal tepkileri, bili?sel çarp?tmalar? ve davran???sal sonuçlar? objektif kriterlerle belirleme imkanı tan?r. Bu sayede, nomofobinin önlenmesi ve tedavisine yönelik müdahale programlar?n?n geli?tirilmesine zemin haz?rlar.

## Yap?

Ölçek, modern psikolojide giderek önem kazanan bir yap? olan **Nomofobi**'yi ölçmektedir. Nomofobi, bireyin mobil telefonuna eri?ememe, ?arj?n?n bitmesi, kapsama alan? d???nda

kalmaması veya kontörünün bitmesi gibi durumlar karışmasında yoğun bir kaygı ve huzursuzluk hissetmesi durumu olarak tanımlanır. Bu durum, teknoloji bağımlılığına bir alt tipi olarak kabul edilmektedir.

Ölçeğin ölçtüğü temel boyutlar genellikle şunları kapsar: **iletişim kuramama korkusu**, **bilgiye erişim kaybı korkusu**, **başlantı kurulamama korkusu** ve **özgürlüğün kaybı** veya rahatsızlık hissi. Bu boyutlar, nomofobik deneyimin çok yönlü doğasını yansıtmaktadır.

## Geçerlik

Özdemir ve Bektaş (2020) tarafından gerçekleştirilen **uyarlama** çalışmasında, ölçeğin yapısal uygunluğunu ve geçerliliğini belirlemek için kapsamlı analizler yapılmıştır. Çalışmada, ölçeğin orijinal yapısına uygunluğunu inceleyen doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ve açılmayıcı faktör analizi (AFA) süreçlerini içermektedir.

Yapılan analizler, ölçek maddelerinin ölçülmek istenen **Nomofobi** yapısının yeterli düzeyde temsil ettiğini göstermiştir (Yapı Geçerliliği). Ayrıca, ölçeğin geçerlik çalışmaları kapsamında, nomofobiyle ilişkili olduğu bilinen diğer psikolojik yapılarla (örneğin, genel anksiyete veya internet bağımlılığı) olan korelasyonlar incelenmiş ve beklenen yönde ilişkiler bulunarak ölçütün etkin zamanlı geçerliliği desteklenmiştir.

## Güvenirlilik

Ölçeğin **güvenirlilik** analizleri, iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) ve test-tekrar test yöntemleri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İç tutarlılık katsayısının yüksek çıkması, ölçek maddelerinin homojen olduğunu ve aynı yapıyı ölçtüğünü göstermektedir.

Özdemir ve Bektaş'ın (2020) çalışmasında, 9-18 Yaş Nomofobi Ölçeği'nin genel güvenirlilik katsayısının kabul edilebilir düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, ölçeğin farklı zamanlarda veya farklı örneklerde tutarlı sonuçlar verebileceğini, yani ölçüm hatasının düşük olduğunu işaret etmektedir. Yüksek iç tutarlılık değerleri, ölçeğin genç popülasyonda nomofobi düzeylerini stabil bir şekilde ölçmek için uygun olduğunu kanıtlamaktadır.

## Faktör Analizi

Ölçeğin faktör yapısını incelemek amacıyla yapılan açılmayıcı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları, ölçeğin çok boyutlu yapısını desteklemiştir. Bu analizler, orijinal ölçeğin teorik olarak belirlenen alt boyutlarının Türkçe versiyonda da korunduğunu doğrulamıştır.

Çalışmada, faktör yüklerinin yeterli düzeyde olduğu ve maddelerin ilgili alt faktörlere güçlü bir

?ekilde yüklendi?i görülmü?tür. Bu faktör yap?s?, ölçe?in sadece genel bir nomofobi puan? vermekle kalmay?p, ayn? zamanda nomofobinin hangi spesifik bile?enlerinin (örne?in, ileti?im kesintisi veya bilgiye eri?im kayb?) ergenlerde daha bask?n oldu?unu da ortaya koymaya olanak tan?r.

## Ölçek Bilgileri

**Test Türü: Uyarlama** (Adaptasyon)

**Format:** Genellikle 5'li veya 7'li Likert tipi derecelendirme ölçe?i kullan?larak yan?tlanan, kendini raporlama envanteri (Self-report inventory). (Derecelendirme bilgisi orijinal kaynakta bo? b?rak?lm??t?r, ancak standart psikometrik ölçek yap?s?na dayanarak Likert tipi oldu?u varsay?lmaktad?r).

**Mevcut Diller:** Türkçe.

**Popülasyon Grubu:** Çocuklar ve Ergenler.

**Ya? Grubu:** 9-18 ya?.

**Popülasyon Detaylar?:** Türkiye'deki ilkokul, ortaokul ve lise ö?rencileri.

**Test Metodolojisi:** Bireylerin mobil telefon kullan?m?na yönelik kayg? ve korku düzeylerini, belirli senaryolar veya duygusal tepkiler üzerinden de?erlendiren maddelerden olu?ur.

## Anahtar Kelimeler

Nomofobi Ölçe?i, Ergenlerde Anksiyete, Mobil Telefon Kullan?m?, ?ç Tutarlılık, Psikolojik De?erlendirme.

## Yazarlar

**Sorumlu Yazar:** Emine Zahide Özdemir

**Yazar ORCID Tan?mlay?c?s?:** Veri mevcut de?il.

**Ba?lı?k E-posta Adresleri:** [ezahideozdemir@gmail.com](mailto:ezahideozdemir@gmail.com)

**Yaz??ma Adresi:** Yaz??ma detaylar? kaynakta belirtilmemi?tir.

## ?zinler, Ücret ve Test Y?I?

**Test Y?I?:** Türkçe uyarlamas? 2020 y?I?nda yay?mlanm??t?r.

**?zinler ve Ücret:** Ölçe?in kullan?m?na ili?kin ticari veya akademik izinler için sorumlu yazar Emine Zahide Özdemir ile ileti?ime geçilmesi gerekmektedir. Genellikle akademik ara?t?rmalar için telif hakk? sahibinin izni gereklidir.

## Referanslar

Özdemir, E.Z., & Bekta?, M. (2020). Psychometric properties of a Turkish version of the Nomophobia Scale for the Nine-Eighteen Age Group. *Journal of Pediatric Research*, 7(4), 316-322. <https://doi.org/10.4274/jpr.galenos.2020.63425>.

Makalenin orijinal ba?lant?s? için: [0312w053h.y.http.content.ebscohost.com.proxy2.marmara-elibrary.com](http://0312w053h.y.http.content.ebscohost.com.proxy2.marmara-elibrary.com)

Ölçe?in orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [9-18-yas-nomofobi-olcegi-toad.pdf](http://9-18-yas-nomofobi-olcegi-toad.pdf)

## 9-18 Ya? Nomofobi Ölçe?i Maddeleri

**ÖNEML?:** A?a??daki ölçek maddeleri, orijinal dilinde korunmal? ve hiçbir ?ekilde de?i?tirilmemelidir. (Kaynak içerikte ölçek maddeleri sa?lanmam??t?r. Standart prosedür gere?i, yalnızca kaynakta sa?lanan referans ve bilgi korunur.)

Kaynak içerikte ölçek maddeleri aç?kça listelenmemiştir. Maddelere eri?im için yukarıda belirtilen referans makalenin incelenmesi gerekmektedir.