

# Cep Telefonu Problemlili Kullan?m (PU) ?lçe?i

## RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Cep Telefonu Problemlili Kullan?m (PU) ?lçe?i*. Turkish Psychological Scales. Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=18425>

## Özet

Cep Telefonu Problemlili Kullanım (PU) Ölçeği, bireylerin mobil cihazlarla kurduğu ilişkinin potansiyel olarak sorunlu veya bağımlılık düzeyinde olup olmadığını değerlendirmeyi amaçlayan psikometrik bir araçtır. Ölçek, Çiğdem Tekin tarafından 2012 yılında bir yüksek lisans tezi kapsamında Türkçe'ye uyarlanmış ve geçerlik-güvenirlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Bu uyarlama çalışması, ölçeğin Türkiye popülasyonunda mobil telefon kullanımına yönelik bağımlılık eğilimlerini, sosyal ilevsellikteki bozulmaları ve olumsuz fiziksel/psikolojik sonuçları ölçmede kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir enstrüman olduğunu göstermiştir.

Ölçek, toplam 24 maddeden oluşmakta olup, kullanıcıların deneyimlerini 5'li Likert tipi bir derecelendirme (0=kesinlikle katılmıyorum, 4=kesinlikle katılıyorum) formatında ifade etmelerini istemektedir. Yapılan analizler, ölçeğin yüksek iç tutarlılığı (Cronbach Alfa=0.854) ve güçlü kapsam geçerliği indekslerine (KG=0.89) sahip olduğunu ortaya koymuştur.

## Anahtar Kelimeler

Cep Telefonu Problemlili Kullanım, Mobil Bağımlılık, Psikometrik Özellikler, Uyarlama, Psikolojik Ölçek, Akıllı Telefon Kullanım, Kapsam Geçerliği.

## Yazarlar

Çiğdem Tekin

## Amaç

Cep Telefonu Problemlili Kullanım (PU) Ölçeği'nin temel amacı, bireylerin mobil cihaz kullanım alışkanlıklarının yol açtığı potansiyel sorunlar ve bağımlılık düzeylerini psikolojik ve davranışsal açıdan ölçmektir. Ölçek, cep telefonunun aşırı kullanımının bireyin günlük yaşam, sosyal çevre ve fiziksel sağlık üzerindeki olumsuz etkilerini tespit etmeyi hedefler.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması, Türkiye'deki akademik araştırmacılar ve klinisyenler için, özellikle genç yetişkinler arasında hızla artan problemlili kullanım eğilimlerini standart ve güvenilir yöntemlerle inceleme imkanı sunmuştur. Bu sayede, cep telefonu bağımlılığının riski taşıyan bireylerin erken tespiti ve müdahale programlarının geliştirilmesi desteklenmektedir.

## Yapı

Cep Telefonu Problemlili Kullanım (PU) Ölçeği, mobil cihaz kullanımının patolojik boyutlarını yansıtan çok boyutlu bir yapıyı ölçmektedir. Ölçek, genellikle literatürde kabul gören ve uyarlama

çalımasında da desteklenen üç ana alt boyuta sahiptir:

**Bağımlılık (Addiction):** Bireyin telefondan uzak kaldığında ya da anksiyete, huzursuzluk ve kontrol kaybı gibi yoksunluk belirtilerini ifade eder (Örn: "Cep telefonum çekmediği zaman çok sinirlenirim.").

**Sosyal İlişkilerdeki Bozulma (Impairment in Social Relations):** Cep telefonu kullanımının yüz yüze etkileşimlerin önüne geçmesi, sosyal izolasyon veya iletişim tercihlerindeki kaymayı içerir (Örn: "Biriyle konuştuktansa o kişiye SMS yazmayı tercih ederim.").

**Kullanımın Olumsuz Sonuçları (Negative Outcomes):** Aşırı kullanım bağı olarak ortaya çıkan fiziksel rahatsızlıklar (ağrı), akademik veya mesleki performansta düşüş gibi somatik ve işlevsel sonuçları kapsar (Örn: "Cep telefonu ile çok mesaj yazdıktan sonra parmaklarımda ağrı olmuştur.").

## Geçerlik

Ölçeğin geçerlik analizleri, ayrı olarak Kapsam Geçerlik İndeksi (KGİ) hesaplamaları üzerinden yürütülmüştür. Uzman değerlendirmelerine dayanan bu indeksler, maddelerin ölçülmek istenen yapıya ne derece temsil ettiğini güçlü bir şekilde göstermiştir.

Analiz sonuçlarına göre, ölçeğin alt boyutlarına ait Kapsam Geçerlik İndeksi (KGİ) değerleri şunlardır:

Birinci alt boyuta ait maddelerin KGO ortalaması alınarak bulunan KGİ değeri: **0.92**.

İkinci alt boyuta ait KGİ değeri: **0.80**.

Üçüncü alt boyuta ait KGİ değeri: **0.95**.

Cep Telefonu Problemlili Kullanım Ölçeği'ne ait tüm KGO'ların ortalaması alınarak, ölçeğin genel Kapsam Geçerlik İndeksi (KGİ) **0.89** olarak hesaplanmıştır. Bu yüksek değer, ölçeğin yapısal kapsamının tatmin edici düzeyde olduğunu ve amaçlanan yapıya bağlı olarak bir şekilde ölçtüğünü kanıtlamaktadır.

## Güvenirlilik

Ölçeğin güvenilirliği, iç tutarlılık ve zamana karşı kararlılık olmak üzere iki temel yöntemle test edilmiştir. İç tutarlılık analizi için hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı **0.854** olarak bulunmuştur. Bu değer, psikometrik standartlara göre ölçeğin maddeleri arasında yüksek düzeyde bir iç tutarlılığın mevcut olduğunu göstermektedir.

Zamana karşı kararlılık değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilen test-tekrar test analizinde, ölçeğin toplam puanı için korelasyon katsayısı **0.86** olarak tespit edilmiştir. Bu yüksek korelasyon, ölçeğin farklı zamanlarda uygulandığında tutarlı ve kararlı sonuçlar ürettiğini ve

ölçüm hatasının düşük olduğunu göstermektedir.

## Faktör Analizi

Cep Telefonu Problemleri Kullanımı Ölçeği'nin yapısal geçerliliği, kaynakta belirtilen üç farklı alt boyuta dayandırılmaktadır: Bağımlılık, Sosyal ilişkiler ve Sonuçlar. Bu alt boyutların varlığı, uyarılma çalışmasında bir faktör analizinin (muhtemelen Doğrulayıcı veya Açıklayıcı Faktör Analizi) gerçekleştirildiğini ve ölçeğin 24 maddesinin bu üç faktör altında toplandığını ifade etmektedir.

Üç faktörlü yapı, problemleri mobil kullanımın tek bir boyut yerine, davranışsal, sosyal ve fiziksel bileşenleri içeren karmaşık bir yapı olduğunu vurgulamaktadır. Bu faktör yapısı, klinisyenlere ve araştırmacılara, sadece genel bir puan yerine, problemleri kullanımın hangi spesifik alanda yoğunlaştığını anlamaya imkân sunar.

## Ölçek Bilgileri

**Test Type:** Geliştirme (Uyarılma, Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması)

**Format:** 24 maddeden oluşan, kâğıt-kalem veya dijital ortamda uygulanabilen öz bildirim ölçeği.

**Language Available:** Türkçe

**Population Group:** Genel Popülasyon (Özellikle ergenler ve genç yetişkinler gibi yoğun mobil telefon kullanıcıları.)

**Age Group:** Yetişkinler ve Genç Yetişkinler

**Population Details:** Ölçek, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır.

**Test Methodology:** 5'li Likert tipi derecelendirme kullanılmaktadır. Yanıt seçenekleri 0 (kesinlikle katılmıyorum) ile 4 (kesinlikle katılıyorum) arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınan toplam puanın yüksek olması, cep telefonu problemleri kullanım düzeyinin yüksek olduğunu gösterir.

## Anahtar Kelimeler

Problemleri Telefon Kullanımı, PU Ölçeği, Psikometrik Ölçek, Güvenilirlik Analizi, Kapsam Geçerliliği, Çiğdem Tekin, Mobil Cihaz Bağımlılığı.

## Yazarlar

**Author ORCID Identifier:** Bilinmiyor

**Affiliation Email addresses:** cigdem.tekin@inonu.edu.tr

**Correspondence Address:** İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya, Türkiye.

## İzinler, Ücret ve Test Yılı

**Test Yılı:** 2012 (Uyarılma ve geçerlilik/güvenirlilik çalışması yapılıdı yılı).

**İzinler ve Ücret:** Ölçeğin kullanımı için sorumlu yazar Çiğdem Tekin ile doğrudan e-posta yoluyla iletişime geçilmesi önerilmektedir. Akademik ve araştırma amaçlı kullanımlar için izin ve ücret bilgileri yazar tarafından sağlanmalıdır. İletişim e-posta adresi: cigdem.tekin@inonu.edu.tr.

## Kaynaklar

Tekin, Ç. (2012). *Cep telefonu problemlili kullanım (PU) ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.

Ölçeğin orijinal PDF belgesi buradan indirilebilir: [cep-telefonu-problemlili-kullanim-pu-olcegi-toad.pdf](#)

## Cep Telefonu Problemlili Kullanım (PU) Ölçeği Maddeleri

**IMPORTANT:** The following scale items must be preserved in their original language and must not be changed in any way.

Ölçek toplam 24 maddeden oluşmaktadır. Aşağıda örnek maddeler ve ait oldukları alt boyutlar listelenmiştir:

Cep telefonum çekmediği zaman çok sinirlenirim. (Bağımlılık alt boyutu)

Biriyle konuşmaktansa o kişiye SMS yazmayı tercih ederim. (Sosyal ilişkiler)

Cep telefonu ile çok mesaj yazdığım için sonrasında parmaklarımın ağrıdığı olmuştur. (Sonuçlar)