

Problemlerli Cep Telefonu Kullan?m? Ölçe?i

RECOMMENDED CITATION

memjavad (2025). *Problemlerli Cep Telefonu Kullan?m? Ölçe?i*. Turkish Psychological Scales.
Retrieved from <https://tr-scales.arabpsychology.com/?p=29321>

Ölçek Çeđidi: Uyarlama

Kaynak/Referans:

Koç, A., Ceylan, E., Uysal, N., Gökler M.E. (2019). Problemlili Cep Telefonu Kullanma Ölçeđi'nin (PUMP) Türkçe Formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Yeni Symposium*, 57(3), 10-14.

Sorumlu Yazar: Ayşegül Koç

Geçerlilik:

Yapı geçerliliği açılmaya faktör analizi (AFA) ile değerlendirildi

Güvenirlik:

Ölçeđin güvenilirliğini değerlendirmek için madde toplam puan korelasyonu, iç tutarlılık (Cronbach alfa) ve test-tekrar test korelasyonu kullanıldı.

1. ____ Cep telefonuma harcadığım zaman miktarını azalttımda kendimi daha az tatmin olmuğ hissediyorum.
2. ____ Cep telefonu kullanmadımda huysuz ve asabi oluyorum
3. ____ Cep telefonuma ayrdığım zaman miktarı diğer önemli işlerimi yapmama engel olur.
4. ____ Cep telefonumla harcadığım zaman çok fazla olduğunu düşünüyorum
5. ____ Cep telefonu kullanmadığım zaman onu kullanmayı düşünüyor ya da onu kullanacağım bir sonraki zamanı planlıyorum
6. ____ Cep telefonu kullanmak için beraber olduđum insanlar görmezden geldim
7. ____ Uyuyor olmam gerektiđini bildiđim zamanlar cep telefonu kullandım
8. ____ Okulda ya da işte cep telefonu kullanmam sebebiyle sorun yaşadım
9. ____ Kullanmanın zararlı olduğunu bildiğim zaman cep telefonu kullandım
10. ____ Cep telefonu kullanmam ilikimde sorunlara yol açmıtır.
11. ____ Daha fazla memnun olmam için cep telefonumla harcadığım zamanı imdikinden daha fazla olmasđ gerekir.
12. ____ Cep telefonumdan vazgeçmek benim için duygusal olarak çok zor olurdu.
13. ____ Geçmişte şu an cep telefonuyla harcadığım zamanı normal olmadığımı düşünürdüm
14. ____ İnsanlar cep telefonumla çok zaman harcadım? söyler.
15. ____ Cep telefonuma mesaj ya da arama gelmediđinde endişeli hissederim
16. ____ Ders çalışmam ya da iş yapmam gerektiğini bildiğim zamanlar cep telefonu kullandım
17. ____ Hayatıma müdahale ettiği için cep telefonumu kullanmayı bıraktığım zaman,

genellikle ona geri dönüyorum.

18. _____ Zaman zaman kendimi beraber zaman geçirmek istediğim ya da benle zaman geçirmek isteyen insanlarla zaman geçirmek yerine cep telefonumla zaman geçirirken buluyorum.

19. _____ Cep telefonu kullanmam sebebiyle az daha bir kazaya sebep oluyordum.

20. _____ Birileri benden cep telefonumu bırakmamı istediğinde bile kullanmaya devam ettim.

Derecelendirme: Kesinlikle Katılmıyorum: 1 puan, Biraz Katılmıyorum: 2 puan, Kararsızım: 3 puan, Biraz Katılıyorum: 4 puan, Kesinlikle Katılıyorum: 5 puan

İletişim: akoc@ybu.edu.tr



PDF: [problemler-cep-telefonu-kullanimi-olcegi-toad.pdf](#)

Link: neuropsychiatricinvestigation.org