

ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

ÇOCUKLARDA BİLGİSAYAR OYUNU BAĞIMLILIĞI İLE DUYGU
AYARLAYABİLME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

TEZİ YAZAN
Hakan ULUM

TEZ DANIŞMANI
DANIŞMAN: Prof. Dr. Deniz Aynur GÜLER

YÜKSEK LİSANS TEZİ

YENİCE/TARSUS
EYLÜL-2016

T.C
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ' NE

201410001 numaralı öğrencimiz olan **Hakan ULUM** tarafından hazırlanan “Çocuklarda Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı İle Duygu Ayarlayabilme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı bu tez çalışması jürilerimiz tarafından **oy birliği** ile Psikoloji Anabilim Dalında **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

.....
Üniv. İçi - Tez Danışmanı - Jüri Başkanı: Prof. Dr. Deniz Aynur GÜLER

.....
Üniv. İçi - Jüri Üyesi: Yrd. Doç. Dr. Murat KOÇ

.....
Üniv. Dışı - Jüri Üyesi: Doç. Dr. Lütfi ÜREDİ
(Mersin Üniversitesi)

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.



Yrd. Doç. Dr. Murat KOÇ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 Sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

ÖNSÖZ

Bilgisayar teknolojisinin günümüzde gelmiş olduğu nokta hiç şüphesiz ki çok ilerlemiş durumdadır. Bu teknolojinin bu denli geliştirilmesiyle beraber, bilgisayarlar mobil (taşınabilir) türevleriyle (Akıllı telefonlar, tabletler, vb.) günlük yaşamımızın önemli bir kısmını kaplamıştır. Bilgisayarların insanoğluna sunmuş olduğu en şaşırtıcı ve dikkat çekici bir boyut olan Sanal Gerçekliğin ulaştığı seviye; bilgisayarlarda, bilgisayar tabanlı oyun konsollarında, tabletlerde, akıllı telefonlarda her yaştan insanın dikkatini çekmektedir. Özellikle insanın olgunlaşmamış hali olan çocukların (6-13 yaş) bu dikkat noktasında kontrolü kaybetmesi bağımlılık sorununu beraberinde getirir. Çocukların bilişsel, duygusal ve fiziksel gelişimini sağlıklı bir biçimde tamamlaması açısından bu sorunun göz ardı edilmesi ciddi problemleri beraberinde getirecektir. Özellikle duygularını kontrol edemeyen çocuk, kendisine ve topluma zarar verecektir. Yapılan bu çalışmada Çocuklarda 6-13 yaş aralığındaki çocukların bilgisayar oyunu bağımlılığı ve duygu ayarlayabilme yetisinin düzeyleri saptanmış ve bu iki olgunun birbirleri ile ilişkisi araştırılmıştır.

Çalışmamda, değerli hocam ve tez danışmanım Prof. Dr. Deniz Aynur GÜLER desteğini benden esirgemeyerek, içten bir yaklaşım göstererek, kıymetli bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşarak büyük katkı ve emek vermiştir. Bu sebeple hocama sonsuz teşekkürlerimi bir borç bilirim. Ayrıca birçok bilimsel çalışmayı berber yürüttüğümüz, bilgi ve birikimlerini benimle paylaşıp, gelişimime katkıda da bulunan, bu çalışmada da desteğini sürdüren Doç. Dr. Lütfi ÜREDİ hocama sonsuz teşekkürler ederim. Bunun yanında, söz konusu eğitim olduğunda öğretmenlerine her türlü destek ve yardımı sağlayan, her zaman yanında olan saygıdeğer Okul Müdürüm Kiyasettin CEBE'YE çok teşekkür ederim. Araştırmamın veri toplama aşamasında, kıymetli zamanlarını bana ayıran, içtenlikle sorulara cevap veren ANNELERE teşekkür ederim.

Son olarak sonsuz desteklerini hissettiğim, bu süreçte bana hep anlayışla yaklaşan aileme teşekkür eder, sevgilerimi sunarım.

30/09/2016

Hakan ULUM

ÖZET

ÇOCUKLARDA BİLGİSAYAR OYUNU BAĞIMLILIĞI İLE DUYGU AYARLAYABİLME ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Hakan ULUM

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Deniz Aynur GÜLER

Eylül 2016, 77 Sayfa

Jüri : Prof. Dr. Deniz Aynur GÜLER
: Yrd. Doç. Dr. Murat KOÇ
: Doç. Dr. Lütfi ÜREDİ

Bağımlılık insanların, ruh ve beden sağlığına ya da sosyal hayatına zarar vermesine rağmen, birtakım eylemleri tekrarlamaya yönelik engellenemez bir istek duymaları durumudur. Kendini engelleme eyleminde söz konusu çocuklar olunca daha karmaşık bir otokontrol yapısı vardır. Gelişen bilgisayar teknolojisi ile sanal gerçekliğin doruk noktalara ulaştığı bilgisayar oyunları, bilgisayar tabanlı cihazlar (Akıllı telefon, tablet, oyun konsolu) ile kolay ulaşılabilir hale gelmiştir. Durum böyle olunca çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığına sık rastlanılır olmuştur. Yapılan araştırmalar bağımlılık derecesinde bilgisayar oyunu oynayan çocukların zihinsel, duygusal ve fiziksel gelişimlerinin olumsuz etkilendiğini ortaya koymuştur. Bilgisayar oyunu bağımlısı çocuklar, duygusal açıdan sıkça tutarsızlık yaşamakta (saldırgan, asosyal, içine kapanık, öz güvensiz, vb.) ve duygularını kontrol etme aşamasında sıkıntıya düşmektedirler. Duygularını ayarlayabilme açısından zayıf kalmaktadırlar. Bu araştırma, çocuklarda (6-13 yaş) bilgisayar oyunu bağımlılığı ile duygu ayarlayabilme arasındaki ilişkiyi incelemek amacı ile yapılmıştır. Yapılan bu çalışmada çocukların bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık derecesi ve duygularını ayarlayabilme yetkinlikleri çeşitli değişkenler göz önünde bulundurularak tespit edilmeye çalışılmış ve bu

iki olgu arasındaki ilişki saptanmaya çalışılmıştır. Çalışmada tarama türü bir araştırmadır. Araştırma da nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, Mersin İli Merkezi ve İlçelerinde yaşayan, 6-13 yaşları ve aralığında bilgisayar oyunu oynayan çocuk sahibi 220 anne ve bu 220 çocuk oluşturmaktadır. Veriler geçerliği, güvenirliği sağlanmış, bilgisayar oyun bağımlılığına ve duygu ayarlayabilme yetisine yönelik ölçekler kullanılarak toplanmıştır. Bilgisayar ortamına aktarılan veriler, istatistiksel teknikler kullanılarak analiz edilip, yorumlanmıştır. Araştırma bulgularına göre çocuklarda (6-13 yaş) bilgisayar oyunlarını oynayama yönelik bağımlılık sık rastlanılan bir durum olmakla beraber cinsiyet, yaş, annenin eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir. Bununla beraber çocukların duygu ayarlayabilme yetkinliğinin cinsiyet, annenin eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu iki olgu arasında ki ilişki incelendiğinde çocuklarda bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık ile duygu ayarlayabilme yetkinliği açısından anlamlı bir ilişki olduğu ifade edilebilir.

Anahtar Sözcükler: Çocuk, bilgisayar oyun bağımlılığı, duygu ayarlayabilme.

ABSTRACT

INVESTIGATING THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ADDICTION TO COMPUTER GAMES AMONG CHILDREN AND EMOTION REGULATION

Hakan ULUM

Master's Thesis, Department of Psychology

Advisor: Prof. Dr. Deniz Aynur GÜLER

September, 2016, 77 Pages

Jury : Prof. Deniz Aynur GÜLER
: Assist. Prof. Murat KOÇ
: Assoc. Prof. Lütfi ÜREDİ

Addiction is the case of desiring to repeat a group of unrestrainable actions although it is harmful for the mental and physical health of people, or for their social life. With reference to self-restraining, when the point in question is children, there stands a more complicated auto-control structure. Computer games, in which artificial reality has arrived at its peak by the help of advancing computer technology, are easily reachable through computer based tools (smart phones, tablets, game stations). In such a case that is mentioned, computer addiction is often seen among children. The conducted researches revealed that mental, emotional, and physical development of children playing computer games at addiction level is affected negatively. Computer addicted children show emotional inconsistency (being aggressive, asocial, introvert, diffident) and have trouble in controlling their emotions. Besides, they stay weak in terms of adjusting their emotions. This study was conducted with the aim of investigating the relationship between computer addictions and adjusting emotions among children. In this research study, the level of computer addiction among children and the children's capacity to adjust their emotions were tried to be identified through considering several variables, and the relation between these two cases was tried to be detected. This

study is based on a quantitative research design. The sample of the study covers 220 children at the ages of 6-13, who play computer games, and their 220 mothers living in the city center of Mersin and its districts. The data of the study was gathered through scales on computer addiction and skill of adjusting emotions, which were confirmed in terms of reliability and validity. The data that was transmitted into computer was analyzed and interpreted by means of statistical techniques. According to the findings of the study, besides being an often faced case, computer addiction among children shows a significant difference in terms of gender, age, and the educational status of mothers. Moreover, the skill of adjusting emotions was found to be showing a significant difference regarding gender and the educational status of mothers. Furthermore, by investigating the relation between these two cases, it may be interpreted that there stands a significant relation between computer addiction among children and skill of adjusting emotions.

Key Words: child, computer game addiction, emotion regulation.

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1: Duygu Ayarlama Ölçeği Alt Ölçeklerinde Bulunan Maddeler.....	29
Tablo 2: Çocuklarda Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği Alt Ölçeklerinde Bulunan Maddeler.....	31
Tablo 3: Alt Ölçeklerden Alınan Puanlara Göre Çocukların Bilgisayar Oyunlarına Olan Bağımlılık Düzeyleri	34
Tablo 4: 6-13 Yaş Çocukların Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeyleri.....	35
Tablo 5: 6-13 Yaş Çocukların Bilgisayar Oyunlarına Olan Bağımlılık Düzeylerinin Cinsiyete Göre Değişimi Tablosu.....	36
Tablo 6: 6-13 Yaş Çocukların Bilgisayar Oyun Bağımlılıklarının Annelerin Öğrenim Düzeylerine Göre Değişimi ANOVA Tablosu.....	38
Tablo 7: 6-13 Yaş Çocukların Bilgisayar Oyun Bağımlılık Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarının Betimsel İstatistikleri (Öğrenim Durumu).....	38
Tablo 8: 6-13 Yaş Çocukların Bilgisayar Oyun Bağımlılıklarının Yaşa Göre Değişimi ANOVA Tablosu.....	39
Tablo 9: 6-13 Yaş Çocukların Bilgisayar Oyun Bağımlılık Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarının Betimsel İstatistikleri (Yaş).....	40
Tablo 10: 6-13 Yaş Çocukların Duygu Ayarlama Düzeyleri.....	40
Tablo 11: 6-13 Yaş Çocukların Duygu Ayarlayabilmelerinin Cinsiyete Göre Değişimi Tablosu.....	41
Tablo 12: 6-13 Yaş Çocukların Duygu Ayarlayabilmelerinin Annelerin Öğrenim Düzeylerine Göre Değişimi ANOVA Tablosu.....	42
Tablo 13: 6-13 Yaş Çocuklarda Duygu Ayarlayabilme Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarının Betimsel İstatistikleri (Öğrenim Durumu)	42
Tablo 14: 6-13 Yaş Çocukların Duygu Ayarlayabilmelerinin Annelerin Öğrenim Düzeylerine Göre Değişimi ANOVA Tablosu.....	43
Tablo 15: 6-13 Yaş Çocuklarda Duygu Ayarlayabilme Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarının Betimsel İstatistikleri (Yaş)	44
Tablo 16: 6-13 Yaş Çocuklarda Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Duygu Ayarlama Arasındaki İlişki.....	44

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Şekil Duygu Ayarlama.....	22
------------------------------------	----



GRAFİKLER LİSTESİ

Grafik 1: Örneklem Grubundaki Çocukların Cinsiyete Göre Dağılım Grafiği.....	25
Grafik 2: Örneklem Grubundaki Çocukların Yaşa Göre Dağılım Grafiği.....	26
Grafik 3: Örneklem Grubundaki Annelerin Öğrenim Durumuna Göre Dağılım Grafiği.....	27



KISALTMALAR LİSTESİ

BİLSEM : Bilim ve Sanat Merkezi

CADÖ : Conners Kısa Form Anne Baba Derecelendirme Ölçeği

DAÖ : Duygu Ayarlama Ölçeği

DEHB : Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu

ŞİBO : Şiddet İçerikli Bilgisayar Oyunları

Vb. : Ve benzeri

Vd. : Ve diğerleri

İÇİNDEKİLER

KAPAK..	i
TEZ İMZA SİRKÜSÜ..	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	vi
TABLolar LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	ix
GRAFİKLER LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xi
İÇİNDEKİLER	xii

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Sorular.....	6
1.3. Araştırmanın Önemi	7
1.4. Varsayımlar	10
1.5. Sınırlılıklar	11

İKİNCİ BÖLÜM

2. KURAMSAL TEMEL VE İLGİLİ AÇIKLAMALAR	11
2.1. Çocuk	12
2.2. Oyun	13
2.2.1. Bilgisayar (Video) Oyunları	14
2.3. Bağımlılık Nedir?	18
2.3.1. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı	19
2.4. Duygu Ayarlama	21
2.5. Bilgisayar Oyun Bağımlılığının Duygu Ayarlayabilme Yetkinliği İle Bağdaştırılması.....	23

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. YÖNTEM.....	24
3.1. Araştırma Modeli,	24
3.2. Evren ve Örneklem.....	24
3.3. Veri Toplama Aracı.....	27
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	28
3.3.2. Duygu Ayarlama Ölçeği (DAÖ)	28
3.3.3. Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği.....	30
3.4. Verilerin Toplanması,.....	32
3.5. Verilerin Çözümü ve Yorumu	32

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. BULGULAR VE YORUM	33
5. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	45
5.1. Sonuç.....	45
5.2. Öneriler.....	48
6. KAYNAKLAR.....	49
7. ÖZGEÇMİŞ.....	54
8. EKLER.....	57
8.1. Ek-1: Kişisel Bilgi Formu	57
8.2. Ek-2: Duygu Ayarlama Ölçeği.....	58
8.3. Ek-3: Duygu Ayarlama Ölçeği Kullanım İzni	61
8.4. Ek-4: Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği.....	62
8.5. Ek-5: Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni.....	64

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GİRİŞ

Bu bölümde, araştırmanın yapılmasının gerekçesi ve nedenleri ele alınarak; araştırmanın problemi, amacı ve önemi, sayıtlar, sınırlılıklar ve tanımlar yer almaktadır.

1.1. Problem

Bilgisayar teknolojisi bugün; var oluş noktası olan basit hesaplama araçlarından, daha gelişmiş hesap makinelerine, 1950'li yıllarda geliştirilmeye başlanan ve bugünkü bilgisayar donanımlarının ilk versiyonlarını içeren cihazlardan, daha hızlı daha karmaşık bilgisayar sistemlerine, hayatımızın her alanına girmiş bilgisayar tabanlı akıllı cihazlara kadar olan hızlı bir gelişim sürecinden geçerek gelmiştir. Bugün gelinen nokta ile çıkış noktası arasında çok büyük bir fark olduğu ortadadır. Gelişim süreci bu kadar büyük olan bilgisayar teknolojisinin, yaygınlaşması ve ulaşılabilir olması da o kadar hızlıdır. Artık insanların kolayca ulaşabildiği bilgisayar teknolojisi mobil cihazlarla daha sık kullanılır olmuştur. Bu cihazların kullanım amaçları çeşitlilik göstermekle beraber sıkça oyun oynamak için kullanılmaktadırlar. Bu oyunların kullanıcı gruplarından birisi de çocuklardır (6-13 yaş). Çocuklar artık bilgisayar teknolojisi kullanılan tablet ve akıllı telefonlara kolayca ulaşp, bu cihazlarda oyun oynamaktadırlar. Ebeveynler bu cihazları çocuklarına eğitim amaçlı, araştırma amaçlı ve oyun amaçlı kullanım için alsalar da, çocuklar kullanım amacından sapabilirler. Çocuklar yapısı ve doğası gereği oyun oynamayı sevdikleri için, oyun oynama zamanını aşabilmektedirler. Ebeveynler bu konuda endişe duymakta ve olmasının da gerekli olduğunu düşündüğü bu cihazların varlığı konusunda kararsız kalmaktadırlar.

Bağımlılık insanın, zihin ve beden sağlığına, yaşam kalitesini düşürüp sosyal yaşamını etkilemesine rağmen, bazı eylemleri tekrar etmeye yönelik engel olunamaz bir haz duymalarını ifade eder. Engellemenin kontrolü söz konusu olduğunda çocuklar daha çok zorluk çekebilmektedirler (Yalçın, 2006; Horzum, 2011; www.acililkyardım.com, 2016). Hızla gelişim gösteren bilgisayar teknolojisi ile sanal gerçekliğin doruk noktalara ulaştığı bilgisayar oyunları, mobil cihazlar ile daha kolay

ulaşılabilir durumdadır (Doğu, 2006; Kan, 2012). Bu durumda çocuklarda bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık artış göstermiştir. Yapılan araştırmalar bilgisayar oyunu oynayan çocukların bağımlı duruma gelmesi ile zihinsel, duygusal ve fiziksel gelişimlerinin negatif yönde etkilendiğini gözler önüne sermektedir. Bilgisayar oyunlarına bağımlı çocuklar, duygusal anlamda sıkıntı çekmektedirler (Akbulut, 2013; Burak ve Ahmetoğlu, 2015; akır, 2013; Dolu ve ark., 2010; İnan ve ark., 2014; Karaca ve ark., 2016; Öz, 2009).

şimdilerde geleneksel oyunların yerini, bilgisayar oyunları almıştır. Geleneksel oyunlar oynayan çocuklar, oyun alanlarında diğer çocuklarla bir araya gelip, etkileşim göstererek, daha sağlam iletişim kurarlar. Çocuklar birlikte oyun oynayarak, toplumsal yaşama hazırlanıp, sosyal açıdan zenginleşip, deneyimler edinip büyürler. Bilgisayar oyunları ile büyüyen çocuklar ise sanal dünyanın içerisine gömölüp, sosyal açıdan kazanım elde edememektedirler. Bu açıdan bakıldığında bilgisayar oyunları sosyalleşme açısından olumsuz etki göstermektedir (Ünal, 2009; Tuğrul ve ark., 2014). Köse (2013) yaptığı araştırmada sonucunda ilköğretim çağındaki öğrencilerin sosyalleşme sürecinde bilgisayar oyunlarının oldukça yüksek bir etkiye sahip olduğunu saptamıştır. Araştırmada 13-15 yaş aralığındaki öğrencilerden elde edilen verilere ışıkında; onların daha çok eve hapsedikleri ve yüz yüze iletişimden uzaklaştıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Çocuklar duygusal yönden gelişime ihtiyaç duyan, gelişime açık ve hızla gelişen 6-13 yaş grubunda bulunan insanlardır. Duygu, çocukların i dünyası ile alakalı durumdur. Çocuk i dünyasında hissettiklerini nasıl ifade edeceğini, ne derece dışarı yansıtacağını, yaşadığı duygusal sorunlarla nasıl başa çıkacağını bilemeyebilir. Bu zaman geçtikçe doğru tecrübeler ile şekillenecek bir yetkinliktir. Bu yetkinliğin kazanılması gereken kritik evre olan çocuklukta bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık onların duygu ayarlama yetkinliğini olumsuz etkileyecektir. Örneğin şiddet içeren bilgisayar oyunu bağımlısı olan çocuklar, kızdığı zaman nasıl davranması gerektiğini kestiremeyebilir. Bu durumda öfke kontrolünü sağlayamaz, kendisine ve çevresine zarar verebilir. şiddet içeren bilgisayar oyunu bağımlısı olan çocuklar ile ilgili yapılan çalışmaların sonuçları bu durumu desteklemektedirler (şahin, 2015; Kıran, 2013; Ağaoğlu ve Metin, 2015; Dolu ve ark., 2010; İnan ve ark., 2010; Burak ve Ahmetoğlu,

2015). ŞİBO konusunda yapılan çalışmalar çeşitli sonuçları yansıtmaktadır. Bunlardan bazıları;

Burak ve Ahmetoğlu'nun (2015) bilgisayar oyunlarının ilkökul ve ortaokul öğrencilerinin saldırganlık düzeylerine etkisinin incelenmesi amaçladığı çalışmada, 484 öğrenci çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırmada, çalışma grubunu oluşturan katılımcıların %37,8'inin şiddet yönelten bilgisayar oyunu oynadıkları sonucuna ulaşılrken, %62,2'sinin şiddet yönelten bilgisayar oyunu oynamadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Fakat katılımcılara oyun isimleri verilip, bu oyunların şiddete yönelten türden olup olmadığını sorunca, katılımcıların %35,75'inin şiddet yönelten bilgisayar oyunu oynamadıkları, %64,25'inin ise şiddet yönelten bilgisayar oyunu oynadıkları belirlenmiştir. Buradan çıkarılan sonuç katılımcıların söylediklerinin tersine oynadıkları bilgisayar oyunlarının şiddete yönelten türde olup olmadığını farkında olmadıkları olmuştur. Bununla beraber katılımcıların %90,1'i bilgisayar oyunu oynarken aileleri tarafından kurallar ile sınırlandırıldıklarını, %9,9'u da böyle bir sınırlama ile karşılaşmadıklarını söylemişlerdir.

Çakır (2013) ortaokul düzeyinde öğrenim gören çocuklar ve ebeveynlerinin bilgisayar oyunları üzerine görüşlerinin incelenmesi ve çocuklar üzerindeki etkilerinin ortaya çıkarmak için 215 kişi ile bir araştırma yapmış ve ebeveynlerin büyük kısmının çocukları bilgisayar oyunlarının bıraktığı olumsuz etkilerinden sakınmak için kurallar belirledikleri sonucuna varmıştır. Bu araştırmanın sonucunda çoğu aile çocuklarının bilgisayar oyunlarından olumsuz etkilendiği, bu konuda endişe duyduklarını ifade etmişlerdir.

Dolu ve arkadaşları (2010) yaptığı araştırma da şiddete yönelten bilgisayar (video) oyunlarının yayılmasıyla beraber pek çok çalışmada elde edilen sonuçları düzenli bir alan yazın taramasıyla değerlendirek insanlar için alınması lazım gelen önlemleri belirleme, insanların farklı bir bakış açısı ile konuya yaklaşmalarını sağlama, devlet politikaları ile ilgili öneriler sunmayı amaçlamaktadır. Bu analiz sonucunda şiddet içerikli bilgisayar (video) oyunlarının çocuklarda ve gençlerde (7-28 yaş aralığı) yarattığı olumsuzluklar çoğu araştırmacı tarafından kanıtlanmış, bilgisayar oyunlarının yetişmekte olan insanları şiddete eğilimli hale getirmekte olduğu ortaya konmuştur.

İşçibaşı'nın (2011) bilgisayar internet ve video oyunları arasında çocuklar (18 yaşından küçükler) adlı araştırmasında; bilgisayar, internet ve video oyunlarının

çocukların küçük yaşlarda teknoloji ile etkileşime girmesinin zararlarına işaret etmesine karşın, dijital teknolojiye ilgi duyması en azından onların gelecekleri açısından faydalı olduğu düşüncesiyle, ailelerin gerek internet kullanımında ve gerek video oyunları seçiminde, kontrolü elden bırakmamaları ifade edilmiştir.

Karaca ve arkadaşları (2016) ortaokul öğrencilerinde bilgisayar oyun bağımlılığı ve sosyal anksiyete düzeyi ve aralarındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla örneklem grubunu oluşturan 1019 öğrenci ile yürüttüğü araştırmada öğrencilerin %47,7'sinin normal kullanıcı, %46,7'sinin problemlili kullanıcı ve %5,6'sının bilgisayar oyunu bağımlısı olduğu belirlenmiştir. Bu araştırmanın verilerine göre, örneklem grubundaki öğrencilerin yaklaşık yarısı problemlili bilgisayar oyunu kullanıcısı olduğu belirgindir. Elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin sosyal anksiyete düzeyleri yüksek değildir ve bilgisayar oyun bağımlılığı ile sosyal anksiyete orta düzeyde ilişkilidir.

Kıran (2013) ortaöğretim öğrencileri arasında şiddet içeren bilgisayar oyunlarına yönelim ve bunlardan etkilenme düzeyini tespit edebilmek amacıyla yaptığı çalışmanın sonucunda gençlerin çoğunluğunun bilgisayar oyunu oynadıkları ve bunlarında yine çoğunluğunun şiddet içeren oyunları tercih ettikleri tespit edilmiştir. Bu sonuçla beraber şiddet içeren oyun oynayan öğrencilerin okuma alışkanlıklarının daha düşük olduğu, internet kafelere daha çok gittikleri, bilgisayar başında daha çok zaman geçirdikleri, geleceğe dönük beklentilerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Ortaöğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu tutumları ile saldırganlık ve yalnızlık eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacı ile Solak (2012) tarafından yapılan araştırma sonucunda, ortaöğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu tutumları ile saldırganlık eğilimleri arasında anlamlı pozitif korelasyon olduğu; buna karşın, bilgisayar oyunu tutumları ile yalnızlık eğilimleri arasında anlamlı bir korelasyon olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyet, okul türü, ev bilgisayarı sahipliği, kişisel bilgisayar sahipliği, bilgisayar oyunu oynama durumu, bilgisayar oyun türü tercihi değişkenlerine göre öğrencilerin bilgisayar oyun tutumları arasında anlamlı farklılığın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sınıf düzeyi, ebeveyn eğitim düzeyi, kardeş sayısı, aile aylık gelir düzeyi, çalışma ortamı sahipliği, bilgisayar kullanma süresi, bilgisayar oyunu oynama süresi, ebeveyn bilgisayar oyunu oynama kısıtlaması değişkenlerine göre ise öğrencilerin bilgisayar oyun tutumları arasında anlamlı farklılığın olmadığı sonucuna

ulaşılmıştır. Araştırmada ayrıca, bilgisayar oyunu oynama süresi arttıkça dolaylı saldırganlık eğiliminin de arttığı ortaya konulmuştur.

Şahin (2015) bilgisayar oyunlarının 4, 5 ve 6. Sınıf öğrencilerinin şiddet eğilimlerine etkilerini araştırmak amacı ile yürüttüğü çalışmanın örneklem grubundaki öğrencilerin bilgisayar oyunlarını çok fazla oynadıkları ve bunun şiddet eğilimlerini artırdığı araştırma verilerine yansımıştır. Araştırma sonuçlarına göre, bilgisayar oyunlarında en çok tercih edilen türler içinde strateji geliştirici ve eğitici oyunlar yer almaktadır. Öğrencilerin büyük bir çoğunluğu oyun salonlarına gitmeden tek başına oynamayı tercih etmektedirler. Öğrencilerin çoğunluğunun bilgisayarda şiddet içeren oyunları tercih etmedikleri ve bilgisayar oyunlarındaki şiddetten ciddi düzeyde rahatsızlık duydukları da araştırmanın sonuçları arasındadır.

Ağaoğlu ve Metin'in (2015) Bilim ve Sanat Merkezlerinde (BİLSEM) öğrenim gören ve görmeyen 4. Sınıftan 8 sınıfa kadar okuyan öğrencilerin bilgisayarda şiddet içerikli oyunları oynama durumlarını araştırmak için, 502 öğrenci ile yürüttüğü çalışmada ulaşılan sonuçlar, BİLSEM 'de öğrenim gören katılımcıların öğrenim görmeyen katılımcılara göre bilgisayarda şiddet içerikli oyunlar daha çok oynadığını, oynanan oyun türlerinin de başını aksiyon-macera, mantık-zekâ türünde oyunlar çektiği sonucuna ulaşılmıştır. Bununla beraber, şiddet içeren bilgisayar oyunlarını yalnızca örgün eğitim görenlerin daha fazla oynadıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Bilgisayar oyunlarına gereğinden fazla zaman ayırmak sosyal yaşamda, eğitim yaşamında kesintilere ve psikolojik bağımlılığa neden olmaktadır. Bilgisayar oyunu bağımlılığı çocuklarda beraberinde saldırgan davranışları, kişilik bozukluklarını, hiperaktiviteyi, fiziksel rahatsızlıkları, ruhsal rahatsızlıkları, anti sosyal yapıyı, düşünce bağımsızlığı ve his kaybını, kişilerarası ilişkileri bozukluğunu, kaçınma ve özgüven sorununu, kişilik olgunlaşmasında sorunları getirebilmektedirler (Çelik, Şahin, ve Eren, 2014).

Bilgisayar teknolojisinin bu kadar kolay ulaşıldığı çağımızda kritik çocukluk çağında bu teknolojinin doğru kullanılmasının öğretilmesi çok önemlidir. Bu teknolojiyi doğru kullanım alışkanlığı kazanmış çocuklar (4 ve 5. sınıf), öğrenme ihtiyaçlarını kolayca karşılayabilmektedirler, alternatif öğrenme ortamı fırsatı yakalayabilmektedirler. (Durmuş ve Kaya, 2008). Çocukların (6-13 yaş) duygu ayarlayabilme yetisinin kazandırılmasında birinci dereceden sorumlu olan ebeveynler

ve öğretmenlere büyük görevler düşmektedir. Bu yetinin kazandırılmasında en büyük engellerden biri ise sık karşılaşılan bir durum olan bilgisayar oyunu bağımlılığıdır. Bu bakımdan çocuklarda var olan bilgisayar oyunu bağımlılığı ile duygu ayarlayabilme yetkinlikleri iyi analiz edilmelidir. Böylece çocuklara kritik evrede kazandırılması gereken duygu ayarlayabilme yetisinin kazandırılmasında bu engelin etkisinin en aza indirilmesi söz konusu olabilir. Yapılan bu araştırmanın, bu alanda yapılan diğer çalışmalara yeni bir boyut kazandırması amaçlanmaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı ve Sorular

Araştırmanın genel amacı; 6-13 yaş arasındaki çocukların bilgisayar oyunu bağımlılığı ve duygu ayarlayabilme düzeylerini ortaya çıkarmak ve bu iki olgu (bilgisayar oyun bağımlılığı ve duygu ayarlayabilme) arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Bu genel amaç doğrultusunda, 6-13 yaş arasındaki çocukların bilgisayar oyun bağımlılığının ve duygu ayarlayabilme yetkinliğinin çeşitli değişkenler açısından nasıl farklılaştığı gözler önüne serilmeye çalışılmış ve aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1. 6-13 yaş grubundaki çocukların bilgisayar oyun bağımlılıkları hangi düzeydedir?
2. 6-13 yaş grubundaki çocukların cinsiyetlerine göre bilgisayar oyun bağımlılıkları arasında anlamlı fark var mıdır?
3. 6-13 yaş grubundaki yaşlarına göre bilgisayar oyun bağımlılıkları arasında anlamlı fark var mıdır?
4. 6-13 yaş grubundaki çocukların annelerinin eğitim düzeylerine göre bilgisayar oyun bağımlılıkları arasında anlamlı fark var mıdır?
5. 6-13 yaş grubundaki çocukların duygu ayarlayabilmeleri hangi düzeydedir?
6. 6-13 yaş grubundaki çocukların cinsiyetlerine göre duygu ayarlayabilme yetkinlikleri arasında anlamlı fark var mıdır?

7. 6-13 yaş grubundaki çocukların annelerinin eğitim düzeylerine göre duygu ayarlayabilme yetkinlikleri arasında anlamlı fark var mıdır?

8. 6-13 yaş grubundaki çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı ile duygu ayarlayabilme yetkinlikleri arasında anlamlı ilişki var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

İnsanların daha sağlıklı, rahat, farkında yaşam sürmesi için yapılan araştırmalar, önce insanın doğasını anlamaktan geçer. İnsanın doğasını anlamak ise onun gelişim sürecinin nasıl işlediğini bilmeyi gerektirir. Gelişim üzerine yapılan tüm araştırmalar gelişimin birbiri ile iç içe geçmiş alanlarda devam ettiğini göstermektedir. İnsan zihinsel, bedensel ve duygusal yönden gelişir. Bu alanlardan birisinin engele takılması diğer alanları da etkileyecektir. Bu alanlardan duygusallık boyutu, kritik bir dönem olan çocukluk döneminde (2-11 yaş) şekil almaya başlar. Duygusal açıdan doyuma ulaşamamış, duygusal olarak kendisini ifade edemeyen bir çocuk gelişimini sağlıklı bir şekilde sürdüremez (Santrock, 2006)

Bilgisayarlar gün geçtikçe insanların hayatında daha fazla yer kaplamaktadırlar. Bu durumda insanların hayat tarzının şekillenmesinde bilgisayarların etkisi yadsınamaz bir gerçektir. Son yıllarda, her yaştan insanın günlük zamanının önemli bir kısmını bilgisayar oyunlarının işgal ettiği gözler önündedir. Doğu (2006) yaptığı tez çalışmasında kitlelerce beğenilen bilgisayar oyunlarının insanlara sunduğu hayat tarzını belirlemeyi amaçlamıştır. Bu çalışma sonucunda bilgisayar oyunları sunduğu yaşam tarzlarıyla gündelik yaşantının sıradan bir parçası olma yolunda kendini ispatladığı, yaşam tarzı olarak bilgisayar oyunlarını bu kadar benimsendiğini ve bağımlılık yaratma noktasında olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Çocukların (6-13 yaş) kazanması gereken önemli bir duygusal özellik, duygu ayarlayabilme yetkinliğidir. Duygu ayarlayabilme insanın iç dünyasını, içinde nasıl denge sağladığı, dışarıya nasıl yansıttığı ile alakalı bir durumdur. Yabancı literatürde *emotion regulation* adı altında geçen duygu ayarlayabilme (kontrol etme) yetkinliği son yıllarda dikkat çeken bir duygusal yetkinlik olmuştur. Duygu ayarlayabilme daha çok insanın otokontrol mekanizması ile alakalı bir durumdur. Otokontrol mekanizması çocuklar da, erişkinlere göre daha hâkim olunamayan bir durumdur. Çocuklar

duygularını ifade etmekte, dışa vurmakta, dengelemekte bir yetişkine göre daha acemice yapar. Bir ocuk zlnce daha kolay ağlayıp, sevinince daha çabuk gülebilir; kızınca daha saldırgan olup, korkunca daha çekingen olabilir; sevdiğini ve sevmediğini daha çok belli edebilir. Bunların bazıları çocukça hareketler olup kabul edilmekle beraber bazıları yavaş yavaş kontrol alınması gereken bir davranıştır. Örneğin kızdığı, fkelen-diği zaman bir çocuğa bunun düzgünce ifade edilmesi gerektiği yetisi kazandırılmalıdır. Bu yetkinliği kazanamamış ocuk kızdığı zaman şiddete başvurabilir. Bu ilerleyen zamanlarda önüne geçilemez bir hal alıp hem çocuğa hem topluma zarar verecektir.

Duygu ayarlayabilme yetkinliği çeşitli etkenlerle şekillenip istenilmeyen bir seviyeye düşebilir. Bilgisayar oyun bağımlılığı bu etkenlerden bir tanesidir. Bağımlılık; ruh ve beden sağlığına, sosyal hayata zarar vermesine rağmen, insanın birtakım eylemleri tekrarlamaya yönelik engellenemez bir istek duyma durumudur. Bilgisayar oyun bağımlılığı ise; çağımızın sanal gerçeklik teknolojisi ile donanmış bilgisayar, konsol, tablet ve akıllı telefonları ile hayatımıza kolayca giren oyunları çocukların (6-13 yaş) engellenemez bir oynama isteğidir. Dikkat edilirse, duygu ayarlayabilme yetkinliği ile bilgisayar oyun bağımlılığı olgularında iki anahtar cümle karşımıza çıkar. Bunlardan birisi duygu ayarlayabilme/otokontrol, diğeri ise engellenemez istek/bilgisayar oyun bağımlılığıdır. İşte bu anahtar cümleler bize yapılan bu çalışmanın gerekliliği ve önemi hakkında ipucu verir.

Bilgisayar oyunlarına 5-18 yaş aralığındaki çocukların bağımlılığı son yıllarda üzerinde sıkça çalışılmış bir konudur. Gerek yurtdışında gerek ise yurtiçinde bu konunun çeşitli değişkenlerle analizi yapılmıştır. Fakat literatür incelendiğinde çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığının son yılların revaçta konusu duygu ayarlayabilme yetkinliği üzerine ilişkisi hakkında yapılmış herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu noktadan hareketle yapılan araştırma sonuçlarının anne ve babalara, eğitim sisteminin en alt kademesinden en st kademesine, kadar yönetici kadrosuna da yol göstereceği düşünülmektedir. Elde edilen veriler, çocuklarda bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığın çeşitli değişkenler açısından nasıl farklılık gösterdiği, duygu ayarlayabilme yetkinliğinin çeşitli değişkenler açısından nasıl farklılık gösterdiği ve bu iki olgu arasındaki ilişkinin nasıl olduğu hakkında bir bakış açısı kazandıracaktır.

Yapılan bu çalışma ile ilgili detaylı bir literatür incelemesi yapıldığında yurtiçi ve

yurtdışında, çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı ve bunun etkileri ile ilgili birçok araştırma göze çarpmaktadır. Bunlardan bazıları ve ulaşılan sonuçları şu şekildedir:

Öz'ün (2009) bilgisayar oyunlarının, çocuklardaki (4. ve 5. sınıf) bilişsel performans düzeyine etkisini ortaya çıkarmak amacı ile yaptığı çalışmada, çocukların bilgisayar oyunu oynama süresi ile bilişsel performans düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonucunda çocukların bilgisayar oyunu oynama sıklığının çocukların bilişsel performans düzeyleri üzerinde anlamlı fark yaratabildiği ortaya çıkmıştır.

Dündar ve arkadaşlarının (2013) ilk ve ortaokullarda okuyan çocukların oynadıkları bilgisayar oyunlarının yarattığı bağımlılığı araştırmak için 525 öğrenci ile yaptığı çalışmada katılımcı çocukların bilgisayar oyun bağımlılık puanlarının cinsiyet, sınıf ve evde bilgisayar olması değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülürken; bilgisayar oyun bağımlılık puanlarının, anne ve babanın meslekleri, ailenin aylık geliri ve okul dışı boş zaman değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılık olmadığı saptanmıştır. Erboy (2010) ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler adlı tez çalışmasında, kız çocukların, erkek çocuklara nazaran bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık düzeyleri daha düşüktür sonucuna ulaşılmıştır.

Erboy ve Vural (2010) yaptığı bir çalışmada, ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinde cinsiyet, anne-baba eğitim düzeyi, sınıf düzeyi, okulun sosyoekonomik düzeyi, kişisel bilgisayara sahip olup olmama durumu ve okula yabancılaşma düzeyi değişkenlerinin, bilgisayar oyun bağımlılığına etki edip etmediğinin belirlenmesi amacı ile 638 öğrenci ile yürüttüğü çalışma sonuçlarına göre ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyini açıklayan önemli değişken okula yabancılaşma değişkeni olduğu ifade edilmiştir.

Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılığı düzeyinin çeşitli demografik özelliklerle olan ilişkisini belirlemeyi amacı ile Gökçearslan ve Durakoğlu (2014) 146 öğrenci ile bir araştırma yapmış ve oyun bağımlılığı puanlarının cinsiyet, anne ve babanın öğrenim düzeyi, oyun oynama süresi açısından anlamlı bir şekilde değiştiği, bilgisayara sahip olma açısından anlamlı bir şekilde değişmediği sonucuna ulaşmışlardır.

Şahin ve Tuğrul (2012) ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerini belirlemek için yaptığı araştırma sonucunda öğrencilerin bilgisayar oyunu bağımlılık puanlarının düşük olduğunu; erkek öğrencilerin kızlara göre, evde bilgisayarı olanların olmayanlara göre, annenin eğitim düzeyi yüksek olanların düşük olanlara göre bilgisayar oyunu bağımlılık düzeyleri yüksek bulunmuştur. Sınıf ve babanın eğitim düzeyi bakımından ise bilgisayar oyun bağımlılığı açısından anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Yılmaz ve Çağıltay (2004) yaptığı çalışmada, elektronik oyunlar neredeyse otuz yıldır tüm dünyada yüz milyonlarca kişinin önemli bir eğlence aracı olduğunu, gerek oyuncu sayısı gerekse bu oyunlara ayrılan zaman açısından ülkemiz dünya ortalamalarına paralellik gösterdiğini fakat oyun geliştirme ve bu konuda yapılan akademik çalışmaların yok denilecek kadar az olduğunu ifade etmişlerdir.

Literatürde bilgisayar oyun bağımlılığı konusunda birçok araştırmaya ulaşılması mümkünken, çocuklarda duygu ayarlayabilme ile ilgili birkaç çalışma göze çarpmaktadır. Bunlardan birisi Keser'in (2010) dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu tanısı almış ve almamış çocukların duygu ayarlama, anne baba tutumları, annenin DEHB belirti ve bilgi düzeyinin incelenmesi amacıyla yürütülmüş bir çalışma, diğeri ise Kapçı ve arkadaşlarının (2009) yürüttüğü ilköğretim çağı çocuklarında duygu ayarlama: bir ölçek uyarlama çalışması ve duygu ayarlamayla ilişkili etmenlerin belirlenmesi isimli çalışmadır.

Fakat alan yazında iki olguyu (bilgisayar oyun bağımlılığı ve duygu ayarlayabilme) bir araya getiren başka bir çalışmaya rastlanmamıştır.

1.4. Varsayımlar

Bu araştırmanın planlanıp yürütülmesinde, ulaşılan bulguların yorumlanmasında aşağıda verilen varsayımlardan hareket edilmiştir.

1) Ölçeklerdeki katılımcı yanıtları onların samimi ve gerçek fikirleridir.

2) Araştırmanın örnekleme, evreni temsil etme yeteneğindedir.

3) Araştırmanın veri toplama aşamasında kullanılan ölçeklerin istenileni doğru ölçtüğü varsayılmıştır.

4) Bilgisayar oyunları kavramının, bilgisayar teknolojisi kullanılarak hazırlanan, masaüstü bilgisayar, dizüstü bilgisayar, oyun konsolu, tablet bilgisayar, akıllı telefonlarda oynanan tüm dijital oyunları kapsadığı varsayılmıştır.

5) Çocukluk dönemi 6-13 yaş aralığı olarak varsayılmıştır.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma;

1) Bu araştırma, 2016 yılında Mersin il merkezinde ve ilçelerinde yaşayan bilgisayar oyunu oynayan çocuklar ve anneleri ile sınırlıdır.

2) Bu araştırmada çocukluk dönemi 6-13 yaş aralığı ile sınırlıdır.

3) Bu araştırma sonucunda ulaşılan bulgular, veri toplama aracının sınırlılığı kadardır.

İKİNCİ BÖLÜM

2. KURAMSAL TEMEL VE İLGİLİ AÇIKLAMALAR

Bu bölümde araştırmanın temelini oluşturan kuramsal bilgiler yer almaktadır. 6-13 yaş çocuklarda var olan bilgisayar oyun bağımlılığı ile duygu ayarlayabilme arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlı yapılan bu araştırmanın kuramsal temeller çocuk, oyun, bilgisayar oyunu, bağımlılık, bilgisayar oyun bağımlılığı, duygu ayarlama, , bilgisayar oyun bağımlılığının duygu ayarlayabilme yetkinliği ile bağdaştırılması başlıkları altında açıklanmıştır.

2.1. Çocuk

Alanyazın incelendiğinde çocuk olgusuna dair çeşitli tanımlamalar yapılmasına karşın, çocukluk dönemine ait yaş sınırları kesin bir çizgi ile belirlenmemiş olup, esnek tutulmuştur. Geçmişten bugüne kadar olan çocuk imajları çok çeşitlidir. Antik tarihteki çocuk imajı; toplumsal kurallar, kanunlar, gelenek ve kültürler ile yetiştirilmesi gereken küçük bir vatandaşdır. Ortaçağda sıkça karşılaşılan çocuk imajı ise çocuğu bir mal, eşya, mülk parçası veya köle olarak gören bir algı durumu vardı (Elkind, 1999). Daha sonraki yıllarda çocuk imajı antik tarihte ki çocuk imajından daha esnek bir anlayışla eğitilen, ortaçağda ki anlayıştan daha hümanist bir değer olarak görülen imaj şekline gelmiştir. Günümüzde ise çocuğun işlenmesi gereken en önemli cevher olduğu görüşü yaygındır.

Çocuk; fiziksel ve ruhsal açıdan olgunlaşmamış insandır. Çocuk; insanın zaman almamış, tecrübe kazanmamış, ruhen ve bedenen gelişmemiş formu, şekil almaya müsait çağıdır. Her insan hayata geldiği günden, ölümüne kadar zamanda çocukluk çağından geçer.

Çocuğun çeşitli tanımları vardır. Bunlar;

1. *Küçük yaştaki oğlan veya kız*
2. *Soy bakımından oğul veya kız, evlat*
3. *Bebeklik ile erginlik arasındaki gelişme döneminde bulunan oğlan veya kız, uşak*
4. *Genç erkek*
5. *Büyükler arasında daha az yaşlı olan kişi*
6. *Büyüklerle yakışmayacak daha çok küçüklerin yapabileceği gibi davranan kimse*
7. *Belli bir işte yeteri kadar deneyimi ve yeteneği olmayan kimse (TDK, 2016).*

Çocukluk döneminde (0-18 yaş) karşılaşılan tüm olaylar insanın hayatında izler bırakır. İnsanların çocukluk döneminde edindikleri tecrübeler, yaşadıkları olaylar sonraki yaşlarda yaşam tarzlarına temel olur. İnsanın yaşam boyu gideceği yol çocukluğundan yön alır.

2.2. Oyun

Çocuk deyince akılda ilk çağrışım yapan oyun olgusuna dair düşünceler erken çocukluk (0-2 yaş) alanında yapılan araştırmalar ve verilerle birlikte önemini artırmış ve bazı araştırmacıları bu alana yönlendirmiştir (Koçyiğit ve ark., 2007). Oyun kavramının çeşitli tanımları yapılmıştır. Oyun, çocukların amaç gözetmeden, yalnızca oynamak için ilgilendikleri eğlenceli faaliyetlerdir (Santrock, 2006). Oyun insanlık başlangıcından itibaren var olan; farklı zaman diliminde farklı şartlarda farklı amaçlar için oynanan; insanın kendine dönmesini, farkında olmasını sağlayan eylem, duygu ve düşünceler bütünüdür. Çocuklar (0-18 yaş) doğası gereği oyun oynama becerisine sahiptir. Oyun gelişim süreçlerinin bir parçasıdır. Oyun oynayan çocuk haz duyar. Dünyada çocuklar tarafından konuşulan ortak dildir oyun. (Tuğrul ve Metin, 2006). Oyun dışarıdan herhangi bir zorlama olmaksızın çocuğun isteği ile yürüttüğü tüm etkinliklerdir (Egemen, Yılmaz, ve Akil, 2004).

Dini otorite orta çağda toplumu idare ettiğinden, çocuk (0-18 yaş) oyunları şeytani eylemler dizisi olarak nitelendirildiğinden kötü bir algı oluşmuştur. Sanayi devrimi ile birlikte kadınların toplumsal statü edinmeye başlaması ile çocuk oyunları ve çocuk algısı normalleşme sürecine girmiştir. Sanayi devriminden sonra gelen yıllarda oyun boş zamanları dolduran etkinlik algısından uzaklaşmaya başlamış, çocuk ve oyun yaşamın içinde ayrılmaz bir bütün olarak görülmüştür (Tuğrul ve Metin, 2006).

Oyun oynamak çocuğa bazı tecrübeleri, kendi yaşantısı yoluyla öğrenmek için en etkili aktivitelerden birisidir. Yaşam boyunca insana gerekli olacak birçok tecrübe, çocukluk döneminde (4., 5. ve 6. Sınıf) oynanan oyunlarla kazanılmaktadır. Toplumsal kurallar uyum, liderlik, sıra bekleme, kaybetmeyi ve kazanmayı olağan karşılama, işbirliğini, günlük yaşamda karşılaşılabileceği durumlara karşısında hazırlıklı olma vb. bunlara örnek olabilir. Oyun oynayan çocuğun iletişim becerisi daha yüksek olur. Sorular karşısında çözüm buluncaya kadar deneme yapar. Oyun gelişime kaynak teşkil eder. Bu bakımdan oyun çocukta zihin, dil gelişimine katkısı sağlamakla beraber öğrenme ve sosyalleşmesini de olumlu yönde etkiler (A. Şahin, 2015).

Dünyada hiçbir canlı çocukların (3-7 yaş) oyunlarda sergilediği çeşitliliği gösteremez. Ortam ve durum ne olursa olsun, hangi araç kullanılırsa kullanılsın çocuklar hayal güçleri vasıtasıyla şaşılabilecek oyunlar bulup oynayabilirler. İmkânlar dâhilinde çocuk yaratıcılığını kullanarak devamlı yeni oyunlar tasarlar ve oynarlar

(Ergün, 1980).

Teknolojinin bu kadar gelişmesi ile birlikte, diğer tüm alanlarda olduğu gibi çocukların oyun alışkanlıklarını da direkt olarak etkisi altına almıştır. Bilişim teknolojisinde milenyum çağında başlaya yükselişe paralel olarak ortaya çıkan bilgisayar oyunları, geleneksel çocuk oyunu oynama alışkanlıklarından uzaklaştırarak onları dijital oyunlar oynamaya, sanal ortamlara yönlendirilmiştir (Agaoğlu ve Metin, 2015). Başka bir deyişle geleneksel oyunların ve oyuncakların yerini bilgisayar oyunları almış durumdadır. Son zamanlarda yaşamımızın önemli bir bölümünü işgal eden Dijital oyunlar en başta çocuklar (ilköğretim çağındaki) olmak üzere tüm insanlığı etkilemektedir. Dijital oyun gerçeği artık göz ardı edilemez bir durumdadır. Bilgisayar oyunlarının yaşamımızda bu denli büyük yer kaplamasının nedenlerini anlamak için, tarihsel gelişimini iyi analiz etmek gerekmektedir (Erboy, 2010).

Bilgisayarın bu denli hızla yayılarak çocukları erken yaşta etkisine alması ile beraber bilgisayar teknolojileri ile bu kadar haşır neşir olunmasına karşı çıkan bilim adamları, bilgisayar teknolojilerinin olması gereken kritik gelişim sürecini sekteye uğratacağı görüşünü savunmaktadırlar. Çocukların olması gereken oyun kültüründen henüz çok erken yaşta koptuğunu ifade eden bu görüş bilgisayar oyunları ile çocukların çok fazla uyaran ile karşı karşıya olduklarını ve bu durumun tehlike yarattığını vurgulamaktadır. Sanal gerçeklik teknolojisi sunulan bilgisayar oyunlarında ki bu durumun gerçek yaşamdan çok uzak olması, çocuğu gerçeklerle yüzleştiremeyen bir ortamda tutması, farkındalığını ve yaratıcılığını azaltması gibi olumsuzlukların sebep olduğu ifade edilmektedir (Akbulut, 2013).

2.2.1. Bilgisayar (Video) Oyunları

Bilgisayarlar, yazılım ve donanım ürünlerinden oluşan sistemlerdir. Bilgisayarların çalışması için gereken her türlü parça donanım, program ise yazılımı oluşturur. Bilgisayar yazılımları amacına uygun oluşturulduğu zaman, çocukların eğitim, öğretim ve gelişimleri açısından son derece olumlu sonuçlar doğuracaktır. Bilgisayar oyunları amaç doğrultusunda irdelendiği zaman bilgisayar yazılımlarının önemli bir türü olduğu söylenebilir. Bilgisayar oyunu terimi günümüzde video oyunu, konsol oyunu, tablet oyunu vb. terimleri yerine kullanılmaktadır. Tüm bu bilgisayar tabanlı oyun araçlarında joystick ya da klavye (sanal klavye) gibi araçlarla veri girişi yapılır ve oyun görüntüsü

ekrana aktarılır (Kirriemuir, 2002). Çağımızda bilgisayar oyunları çocuklar (0-18 yaş) için en önemli eğlence araçlarındandır. Çocuklar zamanlarının büyük bir kısmını bilgisayar başında geçirmektedirler hâl böyle olunca ebeveynler çocukları ile iletişim kurmaya fırsat bulamamaktan, doğal bir yaşam süremediklerinden muzdarip olmaktadır (Çakır, 2013). Bilgisayarların teknolojisinin en dikkat çekici çıktılarından birisi hiç şüphesiz ki bilgisayar oyunlarıdır. Uzmanlar bilgisayar oyunlarının kalabalık topluluklarca ilgi görmesini; oyuncu katılımını sağlamalarına, yarışma, mücadele etme, risk alma duygularını yaşatmalarına, amaca görsel ve işitsel efektlerle götürmelerine bağlamaktadırlar (Altanar, 1999).

Hayatın her alanında etkisini gösteren teknoloji alanında yaşanan gelişmeler, insanların geçmişten gelen oyun alışkanlığını da değiştirmiştir. Video oyunlarının yayılmaya başladığı 1970'li yıllarda insanlarla buluşan ilk video oyunu ile beraber çocuk ve erişkinlerin boş zamanlarını doldurma faaliyetleri giderek teknoloji vasıtasıyla karşılanır olmuştur (Doğan, 2006). Dijital oyun salgını ilk etkileşimli oyunun geliştirilmesinden on yıl sonra yayılmaya başladı. Bilgisayarlara nispeten, çok cazip fiyatlarla satışa sunulan, televizyonlara bağlantı yapılabilen oyun konsolları çoğu eve girmeye başladı. Yıl 1972 de televizyon bağlantısı yapılabilen ilk oyun konsolu olma özelliğine bağlı Pong piyasaya sürüldü. Ana hatlarıyla tenis sporuna benzeyen Pong oyunun da ilginç bir yanı vardı. Oyuncular Pong da elde ettikleri puanları kâğıt ve kalem kullanarak tutuyorlardı. Pong'a benzeyen ede kullanılan oyun konsolları türeyince, oyun salonlarında jetonlu konsollar çoğalınca oyunların etkisi altına aldığı insan sayısı gün geçtikçe artmaya başlıyordu. Elektronik oyunlar esas patlamayı Atari ve benzer oyun konsollarının inanılması güç etkile bırakan, efsaneleşen oyunlar piyasaya sürmesi ile yaptı. 1978 yılında Atari tarafından beğeniye sunulan Space Invaders muhteşem bir başarı yakaladı. Space Invaders hâlâ dillerde pelesenk bir oyundur ve değişik platformlar için güncellenmeye devam etmektedir. Atari şirketi birçok oyunla beraber sektörde öncülük yapmaya devam ederek, efsaneleşen oyun zincirine birçok oyun ekledi. 1981 yılında Namco şirketi Pac-Man oyununu, Nintendo şirketi ise Donkey- Kong oyununu beğeniye sundu. Macera (Arcade) oyun çılgınlığının 1970 ve 1980 yıllarında dönemin gençliğini etkisi altına almayı başarmış ve jeton yerine geçen milyonlarca çeyrek doları sektöre kazandırmıştır (Fox ve Verhovsek, 2002).

Tarih 1980'leri gösterdiğinde birçok bilgisayar şirketi artık hem oyun oynanabilen

hem de diğer işlerde kullanılabilen kişisel bilgisayarları pazarlamaya başladı. Oyun oynanabilmesinin yanında çeşitli işlerde de kullanılabilen bu bilgisayarlar ailelerin ılımlı yaklaşımını sağladı. 1982 yılında 600 dolar değerindeki Commodore 64 isimli bilgisayarlar, yüksek satış rakamlarına ulaştı. Böylece bilgisayar tarihinde önemli bir yer edinmiş oldu. Takvimler 1985'i gösterdiğinde bilgisayar tabanlı oyun pazarına Rusya'dan Moskova Bilimler Akademisinden Alexey Pazhitnov geliştirdiği Tetris oyunu ile Oyun tarihine katkısını koydu. 1989 yılında yüksek derecede çoğul-ortam yetenekleri ile bilgisayar oyun dünyasında önemli gelişmelerin fitilini ateşleyen Amiga bilgisayarlarından 1 milyon tane satıldı. Yıl 1990'lara geldiğinde Nintendo akıllarda yer kazınmış, tarihinin en çok satmış oyunu Süper Mario 3'ü piyasaya sürdü (Yılmaz ve Çağıltay, 2004).

Bu gelişmelerden sonra Doksanların ilk yarısında IBM uyumlu kişisel bilgisayarlar bilgisayar oyunlarının gelişimine katkı sağlamaya devam etti. Günümüzün oyun dünyasının şeklini almaya başladığı oyun türü 1993 yılında ID Software tarafından geliştirildi. Geliştirilen Wolfenstein 3D, FPS (First-Person Shooters) oyunları, bilgisayar oyunlarında farklı bir başlangıç oldu. Bu oyunlarda oyuncu kahramanın gözünden ilerleyip, düşmanları etkisiz hale getirdiği için oyunlara yeni bir bakış açısı geldi. Daha sonra bu oyunları daha gelişmiş oyunlar olan efsane Doom (1994) ve Quake (1996) takip etti. FSP türü olan bu oyunlar, oyuncunun üç boyutlu sana alanda serbest dolaşımını ve diğer oyuncularla etkileşimini sağladığından çok ilgi görmüşlerdi. Genel olarak oyunun hedefinin rakipleri etkisiz hale getirmek olduğu bu oyunlar çok sayıda oyuncunun katıldığı ölüm maçı diye lanse edilen sanal ortamlar sunmaktadır (Ayres, 2000).

Oyun gelişimi tek yönlü bir gelişim göstermemiş, sadece tür olarak ilerleme göstermemiştir. Bu gelişimin yanı sıra oyunlar İşlem gücü ve yapay zekâ açısından da önemli gelişmeler kaydetmiştir. Örneğin 1997 yılında IBM Deep Blue bilgisayarı, dünya satrancının bir numarası Gary Kasparov'u mat etmeyi başarmıştır. Bununla beraber elektronik oyunlar konusunda, günümüzde de söz konusu olan en önemli gelişme çevrim içi oynanan oyunlardır. Aynı yerde bir araya gelmesi çok zor olan oyuncular sanal dünyada kolaylıkla bir araya gelip, oyunun amacına göre (karakter geliştirme, düşman ve teröristleri öldürme vb. mücadele etmektedirler (Yılmaz ve Çağıltay, 2004).

Ülkemizde genel olarak, bilgisayarlar evlerimize girmeden önce, devlet kurumlarına girmiştir. Çoğu çocuk (6-13 yaş) bilgisayarlarla okullarda tanışmıştır. Bilgisayar kullanımının okullarda ki sıklık oranı ülkeden ülkeye, bazen bölgeden bölgeye ve hatta aynı bölgede okuldan okula farklılık gösterebilmektedir. Bazı çocukların evinde kişisel bilgisayarı var iken, bazı çocuklar bilgisayar kullanabilme imkânını okulda veya İnternet kafelerde yakalayabilmektedirler. Ailelerin sosyoekonomik yapısı bu durum ile direk ilişkilidir. Çocukların okudukları okulun özel veya resmi okul olması da evde kişisel bir bilgisayara sahip olmada önemli bir etken olmaktadır (Ayık, 2008). Gelişimini önceden tamamlamış ülkelerdeki çocukların evlerine, kişisel bilgisayarların ülkemizden daha erken girmesine bağlı olarak ülkemiz çocukları bilgisayar oyunları ile daha geç tanışmışlardır. Okullarda bilgisayarlar genellikle eğitim-öğretim amaçlı olarak kullanıldığı için çocuklar oyun oynamaya fazla zaman ayıramamıştır. Kişisel bilgisayarların daha cazip fiyatlarla satışa sunulup, ülkemizde yaygın kullanılır hale gelmesi ile evlere giren bilgisayarlar kullanım süresinin çoğunu oyun oynamak amaçlı olarak tüketmeye başlamıştır.

(Aktaş, 2005) yaptığı araştırmada 3-6 yaş çocuklarının %16'sının; 7-10 yaş çocuklarının %26'sının; 11-13 yaş çocuklarının %31'inin ve 14-18 yaş çocuklarının %25'inin odasında kişisel bilgisayarları ve 3-6 yaş çocuklarının %27'sinin; 7-10 yaş çocuklarının %40'ının; 11- 13yaş çocuklarının %17'sinin ve 14-18 yaş çocuklarının %14'ünün odasında video oyun araçları olduğunu belirlemiştir. Aynı araştırmada çocukların gün içinde bilgisayar ve video oyunlarına ayırdıkları zamanın ortalama 24 dakika olduğu tespit edilmiştir.

Literatürde bilgisayar oyunları incelenmeye başlandığı zaman sık sık bilgisayar oyunlarının yararları ve zararları konusunda yapılmış çalışmalar karşımıza çıkmaktadır. Bilgisayar oyunu oynamanın yararları üzerinde duran araştırmalardan birisinde (Cesarone, 1998) ilköğretim çağındaki çocukların bilgisayar kullanma becerilerinin geliştirilmesi için bilgisayar oyunu oynamanın son derece uygun bir yöntem olduğu savunulmaktadır. Bununla bilgisayar oyunlarının el-göz koordinasyonunu sağlama, uzuvlarla ilgili yetenekler, düş kurma, şekillerin nedenleri, analitik düşünme, üstün düşünme, kimya ve fizikle ilgili nesneleri göz önünde kurgulayabilme, uzaydaki şekillerin bütünleşmesini sağlamak vb. faydaları ifade edilmektedir (Horzum ve ark., 1998). Bilgisayar oyunlarının zararları söz konusu olduğunda literatürde şiddet içeren

oyun türü karşımıza sık çıkmaktadır. Şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının çocuklar üzerinde 5 büyük etkisinden söz edilebilir (Gentile ve Anderson, 2006). Bunlar;

1. Şiddet türündeki bilgisayar oyunu oynayan çocukların verdikleri fiziksel tepkilerin arttığı gözlenmiştir.
2. Şiddet türündeki bilgisayar oyunu oynayan çocukların saldırganlık toleransları artmaktadır.
3. Şiddet türündeki bilgisayar oyunu oynayan çocukların saldırgan hisleri arttırmaktadır
4. Şiddet türündeki bilgisayar oyunu oynayan çocukların saldırgan davranışları arttırmaktadır.
5. Şiddet türündeki bilgisayar oyunu oynayan çocukların sosyal davranışları azaltmaktadır.

2.3. Bağımlılık Nedir?

Bir maddenin veya bir aktivitenin insanın ruhsal ve/ veya bedensel sağlığı olumsuz olarak etkilenmesine rağmen kullanımının veya yapılmasının tekrarlanıp sürdürülmesidir.

Bağımlılık 2'ye ayrılır. Ruhsal Bağımlılık, Fiziksel Bağımlılık.

a) Ruhsal Bağımlılık:

İnternet bağımlılığı, hız-adrenalin bağımlılığı, duygusal bağımlılık, cinsel bağımlılık

b) Fiziksel Bağımlılık:

Sigara, alkol, kafein, ilaç, uyuşturucu maddeler.

(<http://rotarytml.meb.k12.tr>, 2016).

Bağımlılıkta beynin işlevlerindeki farklılaşmalara bağlı olarak oluşan biyolojik kökenli tutkunluk söz konusudur. Kişi çevresinin ve kendi özelliklerinin etkisinde kalarak bağımlı davranışlar sergiler (Soykut, 2008).

2.3.1. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı

Oyunların önemli bir özelliği insanları bir araya getirme işlevidir. Fakat oyunlar çocuk ve ergenlerde pozitif etki bıraktığı kadar negatif yönde de etki göstermektedir. Bilgisayar başında oyun oynamak için zamanının büyük kısmını harcayan bireyin; ailesi, arkadaşları ve tüm çevresi ile ilişkileri kopar, okul veya çalışma hayatı zarar görür, bağımlılığı zarar verir boyuta ulaşır. Farklı bağımlılıklarda ki gibi git gide artan haz alma sebebiyle bağımlı kişiler oyun oynamaya daha fazla zaman harcar duruma gelirler. Bu kişiler oyuna harcadığı zamanın etkisiyle sosyal çevresi ile iletişim problemleri yaşamakta, bu nedenle yaşantıları olumsuz etkilenebilmektedir (NIMF, 2005).

Bilgisayar oyunları hakkında, bilim adamları, ilgili çevre, uzman kişiler sıkça tartışmaktadır. Yapılan bu tartışmalar bilgisayar oyunları geliştikçe ileri boyutlara taşınmakta ve insanların bundan ne kadar etkilendiği sorgulanmaktadır. Buna bağlı olarak da yapılan araştırma sayısı günden güne artmıştır. Yapılan tüm bu araştırmalar sayesinde insanlar bilgisayar oyunlarının üzerinde bırakacağı olumlu ya da olumsuz etkilerin farkında olacaktır (Solak, 2012).

Literatürde oyun bağımlılığı ile ilgili kıstasların 1990'lı yılların ortalarına değin görülmediği saptanmıştır. Daha sonra yapılan çalışmalarda Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabının (DSM) III ve IV. sürümlerindeki patolojik kumar oynama kıstasları oyun bağımlılığına adapte edilerek kullanılmıştır (Horzum ve ark., 1998).

Ergenler bazen toplumsal alanda söz hakkının sahip olmadıklarını ya da görüşlerine değer verilmediğini hissederler. Bu bakımdan bilgisayar/internet, onlar için kendilerini fark ettirecek, söz sahibi kılacak alanlar yaratır (Akbulut, 2013). Fakat gençler bu açıdan eksiği tamamlarken aşırı derecede internet/bilgisayar kullanımı, onların zihinsel ve fiziksel gelişimlerini, sosyal ilişkilerini negatif yönde etkileyerek akademik başarılarını da aşağılara çekmektedir (Cengizhan, 2005). Gün geçtikçe çocukların bilgisayar başında geçirdiği vakit artarken, bilgisayar oyunları oynama boş zamanları değerlendirme aktivitelerinin en sık yapılanı olmaktadır. Bu da beraberinde şiddete olan eğilimi beraberinde getirmektedir. Bu açıdan bakıldığında şiddet ve bilgisayarın ilişkisi kuvvetlenmektedir (A. Şahin, 2015).

Amerikan Pediatri Akademisine göre iki yaşın altındaki çocukların televizyon izlemesi sakıncalıdır. Günüümüzde ise sakıncalılar listesine, televizyonun yanında diğerk teknolojik ürünlerde yerini almıştır. Bunlar bilgisayarlar ve mobil araçlardır. Öyle ki bu bilgisayar ve mobil cihazlar çocukların eline geçtiğı zaman onları bu cihazlardan ayırmak için ebeveynler ciddi bir çaba içine girmektedirler. Çocuklar bu cihazlar ile etkileşim halinde iken pasif olduklarından, cihazlarla meşgul oldukları zaman diliminde bilişsel, fiziksel ve psikososyal gelişimleri zarar görmektedir. Ayrıca pasif konumdaki çocuk iletişim kurmaya fırsat bulamaz, sosyal ilişkiler kuramaz, çevresindeki uygun davranışları taklit edemezler. Oysa bu cihazlardan uzakta oldukları zaman onlara aktif rol yükleyecek çok sayıda oyun bulunmaktadır. Çocuk bilgisayar başında geçirdiğı fazla zaman nedeniyle gelişimsel açıdan, yaşamaları gerekenleri yaşamasına engel olacak tecrübelerden mahrum kalmamalıdır. Çünkü bilgisayar ve türevleri cihazlarda geçirilen zamanın aşırılığı çocuklarda sosyalleşme, fiziki aktivitelere katılma bakımından fakirleşmeye sebep olur. Ayrıca bu aşırılık çocuk ve ergenlerin fiziksel, bilişsel ve psikososyal gelişimleri de olumsuz yönde etkiler (Akbulut, 2013).

Çocuk ve ergenlerin (0-18 yaşı) bilgisayar oyunlarına bağımlılık derecesinde tutkun olmaları ve zamanlarının çoğunu bilgisayar başında harcamaları, onların kişilikleri ve sosyal ilişkileri üzerinde etkili olmaktadır. Bu bağımlılık gençlerin gerçek dünyada sahip olamadıkları güç, saygınlık vb. unsurları sanal ortamda kolayca elde edebilmelerinden kaynaklıdır. Çünkü gençlerin iç dünyası, bilgisayar oyunlarından kolayca etkilenebilmektedir. Sanal âlemde etkileşimi yoğun kılan bu oyunlar, gerçek dünyada insanların birbirinden kopmasına, uzaklaşmasına neden olmaktadır. Samimiyetten uzak, soğuk, yalnız ortamlar gitgide artmaktadır. Ayrıca çevrimiçi oyun platformlarında oyuncuların oluşturdukları kahramanlar, onların gerçek kimliğini saklamakta güvensiz bir ortam oluşmaktadır. Oyun kahramanlarının gücü âdeta kullanıcısına kendi gücü gibi gelmekte, onlara saygınlık kazandırmaktadır. Bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık gün geçtikçe artarken beraberinde birçok sorunu getirmektedir. Bunlar: şiddete olan eğiliminin giderek artması, kişilik ve davranış bozukluklarının artması, okul hayatında başarısızlıklar vb. sorunlardır. Durum böyle olunca bu konuda yapılan araştırmalar da günden güne artmaktadır (Kıran, 2013).

2.4. Duygu Ayarlama

Alan yazın incelendiği zaman, duygu ayarlama (emotion regulation) kavramının, içsel duygularla ilgili olduğunu görmek mümkündür. Beklenmedik durumlarda çevreden gelen etkilere verilecek olan tepkilere yönelik insanın kendisini ayarlaması söz konusudur. Kısacası çevresel etkiye verilecek duygusal tepkileri dengeleme sistemi yetkinliği olduğu görülmektedir (Gross ve ark., 2006). Pek çok araştırmaya konu olan duygu ayarlama yetkinliği, çocuk gelişimi alanından, psikolojiye, psikopatolojiden ve ruh sağlığı bozukluklarına kadar olan alanlarda çalışılan multi-disiplinler bir konu olmuştur (Kapçı ve ark., 2009).

İnsanlar arasında kurulan ilişkilerin sağlam ve sağlıklı bir şekilde yürütülmesi açısından önemli bir yetkinlik olan duygu ayarlama çocuğun sosyal ve duygusal gelişimi için çok önemlidir (Keser, 2010) Duygu ayarlama yetkinliği edinilmiş beceridir. Duygu ayarlama yetkinliği genelde çocukluk yıllarının ilk beş yaşında kazanılan bir beceridir. Bu yetkinlik çocuklarda küçük yetilerin kazanılması ile büyük bir yetkinlik haline dönüşür. Bunlar duyguları tanıma, duyguları anlama, duyguları ayarlama ve duyguları uygun şekilde ifade etmeyi içeren yeteneklerdir. Bu yetenekler davranışları düzenlemeleri, empatik ilişki kurmayı ve kültür uyumunu sağlar (Macklem, 2008)

Duygu ayarlama bir başa çıkma stratejisi olarak tanımlanmaktadır. Örneğin, bağımlı kişiler bilgisayar başında iken aşırı duygusal hisler yaşarlar (heyecan, korku vb.). Veya uzun zaman internete bağlandığında, kaçınma ve tepkisiz kalmanın sakinleştiren etkisini hissederler (Cengizhan, 2005).

Literatür incelendiğinde duygu ayarlamanın bazı önemli noktaları karşımıza çıkmaktadır. Bunlar:

1. Duygu ayarlama üç ayarlama düzeyinden meydana gelir. Bu düzeyler girdi, çıktı ve merkezi düzeyleridir. Örneğin aşından korkan çocuğun gözlerini yumması girdi ayarlama düzeyini, hatırına aşının o kadar da kötü olmadığını gelmesi, en son aş olduğunda da o kadar kötü bir tecrübe olmamasını anımsaması merkezi ayarlama düzeyine ve aş yapacak kişi gelirken korkmayan bir hal tavır göstermesi ise çıktı ayarlaması düzeyidir.

2. Ayarlama terimi, duyguların engellemesi ya da kontrol altında tutulmasıdır. Kişi

hedefe yaklaşırken duygusunu arttırır ya da azaltır. Örneğin, öğretmenine sinirlenen bir çocuk, kendisini sakinleştirerek duygu seviyesini düşürebilir ya da monoton bir işi başarmayı hedefleyen bir çocuk moralini yükselterek duygu seviyesini yükseltebilir.

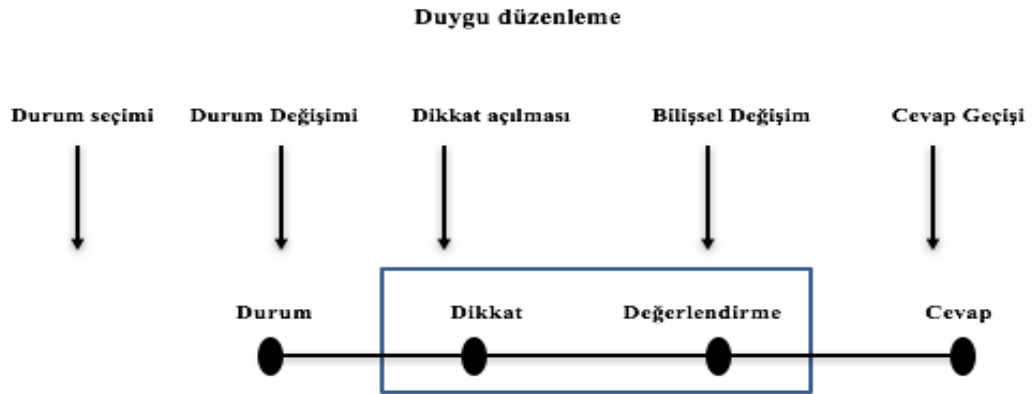
3. Duygu ayarlama otonom ya da bağımlı bir şekilde gerçekleşebilir. Bazı çocuklar kendi kendine sakinleşerek aşı korkusunu yenerken (otonom), bazı çocuklar ebeveynlerinin kucağına alması ile sakinleşir (bağımlı).

4. Duygu ayarlamamanın bir fonksiyonu, hedeflenen amaca ulaşmaktır. Öyle ki, duygular esnetilebilir ve hedef ile uyumlu olduğunda belirlenen hedefe ulaşılır.

5. Duygu ayarlama hangi duygunun ne kadar yoğunlukta ne kadar uzun sürede yaşanılacağı ile ilgilidir (Fujiki ve ark., 2002).

Gross'a (2001) göre duygu ayarlama stratejilerine ilişkin yaklaşımlar, duygusal düzenleme hareketlerinin altında yatan süreçlerin kavramsal analizini yapmaktır. Şekil 1'de gösterilen duygu modelini kullanarak duygusal düzenleme hareketlerinin duygu oluşturma sürecindeki değişik noktalara etki edebileceğini öne süren yaklaşımda, modelin duygu oluşturmada her biri düzenleme için potansiyel hedef olan bir dizi süreç içerdiğini öne sürer. Şekil 1 de görüldüğü gibi bireylerin duygularını düzenleyebildiği beş noktayı vurgulanmaktadır. Bu beş nokta duygusal düzenleme süreçlerini sunar: durum seçimi, durum değişimi, dikkat yayılımı, bilişsel değişim ve cevap modülasyonudur (Akt: Lewis ve ark., 2008) .

Şekil 1. Şekil Duygu Ayarlama



Şekil: Duygu düzenleme stratejilerinin beş grubuna açıklık getiren bir duygu düzenleme modeli süreci (Gross ve Thompson, 2007).

2.5. Bilgisayar Oyun Bağımlılığının Duygu Ayarlayabilme Yetkinliği İle Bağdaştırılması

Gerçek dışı (sanal) yaşamın ve yalnızlığın beklenen çıktıları bencil ve yararcı yeni bir kuşaktan muzdarip yeni bir toplum oluşmaktadır. Teknoloji çağının en önemli araçları bilgisayar ve internet, bir yandan bireyi içinde bulunduğu topluma yakınlaştırırken, bir yandan da yalnızlaştırıp, toplumdan ayırmaktadır. Bu şekilde insanlar kendisini kabuğuna çekip toplumdan uzaklaşmaktadırlar (Çalışkan ve Özbay, 2015). Duygusal tepkilerin çeşitliliğinde kişilerin geçmişte edindiği tecrübelerin yanında, yaşadığı toplumda önemli bir unsurdur. Örneğin şiddet duygusunu meydana getiren öğeler ile körükleyen faktörler değişiklik gösterebilir (Erboy, 2010).

Bilgisayar bağımlılığı sebep olduğu fiziksel etkiler ile beraber ŞİBO bireyler üzerinde psikolojik etkilerde bırakmaktadırlar. Bilgisayar oyunları bağımlılığı; içine kapanmış, yabancılaşmış, tepkisizlikte olumsuz duygu beslemeye doğru kaymış, kin ve düşmanlık duyan, saldırganlaşmış bir kuşak yetişmesine neden olmaktadır (Dolu ve ark., 2010).

Karşılaştığı olaylar karşısında insan, anatomisinin çıktıları olan kalp atış hızı, kimyasal salgılar vb. maddeleri salgılayarak korku, heyecan, endişe, öfke vb. değişik duygusal tepkiler gösterir. Davranışlar bu şekilde vücutta şekillenmektedir (Grossman ve Christensen, 2007). Şiddet içeren davranışlar bilgisayar bağımlısı çocukların sık gösterdiği davranış şeklidir. Alan yazın incelendiğinde bu davranışın sıkça araştırma konusu olduğu gözlemlenebilir. ŞİBO' nun çocuk ve ergenler üzerindeki etkisi acaba sorusu bırakmayacak şekilde çalışılmış, bilimsel çalışmalar yapılmış ve bu oyunların çocuk ve ergenlerde şiddet davranışlarını körüklediği ortaya çıkarılmıştır. Bunun için bilgisayar oyunlarının çocukların duygusal gelişimini olumsuz etkileme durumuna istinaden bir farkındalık oluşturulması çok önemlidir (Dolu ve ark., 2010).

Yapılan tüm çalışmalarda ŞİBO' nun insan beynini etkileyerek,

1. Otokontrolü zayıf düşürdüğü,
2. Dikkat ve yoğunlaşma bozukluğuna neden olduğunu,
3. Mantık çerçevesinde düşünüp karar alma yetisini zorlaştırdığını,
4. Aşırı derecede uyarana maruz bıraktığını

ortaya çıkarmaktadır (Dolu ve ark., 2010).

Yaptığı bir araştırma sonucunda Dr. Matthews, ŞİBO oynatılan gençlerin beyinlerinde otokontrol ve konsantrasyonu gerçekleştiren ön-beyin (prefrontal cortex) bölgesinde önemli bir tembelliğin, duygusal uyarılmayı kontrol eden amidala (amygdala) bölgesinde ise beyin aktivitelerinde artış tespit etmiştir (RSNA, 2006).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni, örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizinde kullanılan istatistik teknikler ile ilgili bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli,

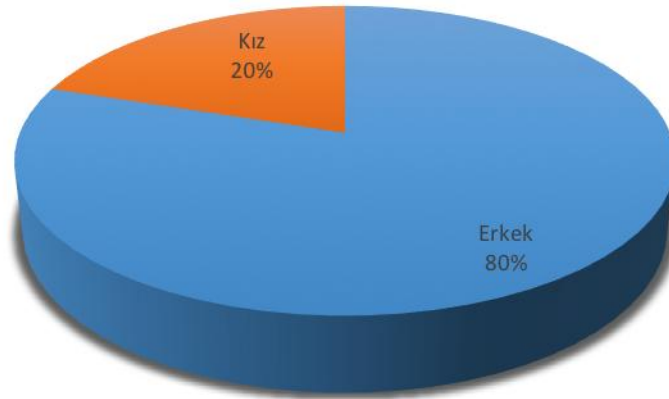
Araştırma, tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir çalışmadır. Var olan durumu, var olduğu gibi açıklamak amaçladığından betimsel nitelik taşımaktadır. Araştırmada tekil ve ilişkisel tarama modellerinden yararlanılmıştır. Tekil tarama modellerinde değişkenlerin tek tek, tür ya da miktar olarak oluşumlarının belirlenmesi amaçlanır ve daha çok betimsel istatistik teknikleri (medyan, mod, standart sapma, varyans, ranj, sıklık, yüzde, vb.) gerekir. İlişkisel tarama modeli ise iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve / veya derecesini belirlemek amacıyla kullanılır ve korelasyon türü ilişki aramalarda değişkenlerin birlikte değişip değişmedikleri, birlikte bir değişim varsa bunların nasıl olduğu saptanmaya çalışılır (Karasar, 2014). Bu araştırmada, çocuklarda bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığın ve duygu ayarlayabilme yetkinliğinin belirlenmesinde tekil tarama modeli, çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı ile duygu ayarlayabilmeleri arasındaki ilişkinin incelenmesinde ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Bu çalışmanın evrenini, Mersin İli Merkezi ve İlçelerinde yaşayan, 6-13 yaşları ve aralığında bilgisayar oyunu oynayan çocuk sahibi anne ve çocuklar oluşturmaktadır.

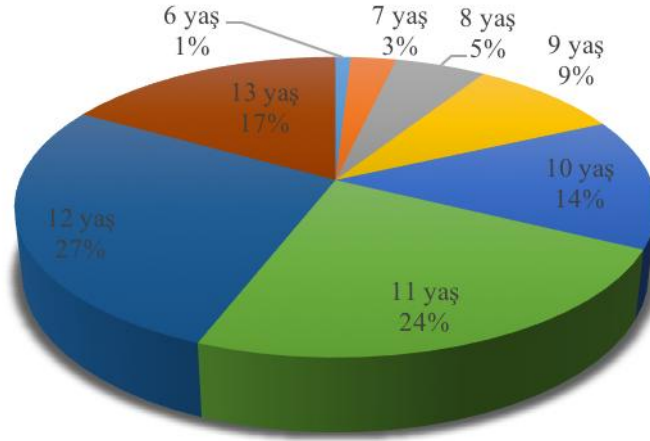
Evrende yaşıyan tüm anne ve çocuğa ulaşılması mümkün olmadığından evreni temsil eden örneklemin yansız seçilmesi yoluna gidilmiştir. Örneklem seçiminde “basit tesadüfi örnekleme” yöntemi kullanılmıştır. Basit tesadüfi örnekleme yönteminde, evrendeki her birimin örnekleme seçiminde eşit ve bağımsız olma olasılığı göz önüne alınarak yansız olarak seçim yapılır (Balcı, 2015). Araştırmanın örneklemini ise maksimum çeşitlilik yöntemiyle seçilen 220 anne ve 220 çocuk oluşmaktadır. Buradaki amaç, küçük bir örneklem oluşturmak ve örnekleme çalışılan probleme taraf olabilecek bireylerin çeşitliliğini maksimum derecede yansıtmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2013).

Grafik 1. Örneklem Grubundaki Çocukların Cinsiyete Göre Dağılım Grafiği



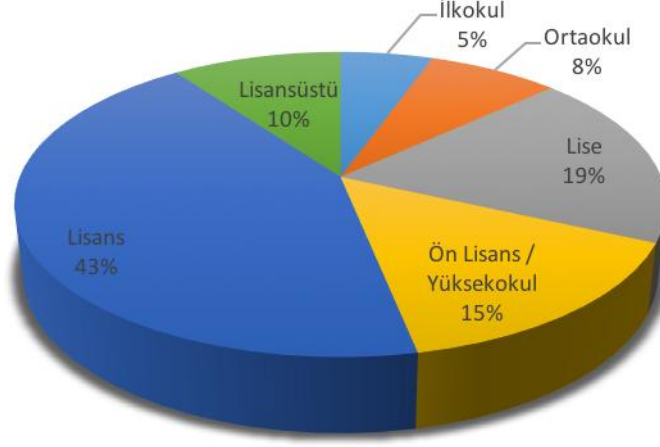
Araştırmanın örneklem grubundaki çocukların cinsiyete göre dağılım grafiği incelendiğinde erkek öğrencilerin sayısı kızlara oranla daha fazla dağılım göstermiş olup erkek öğrenci sayısı 176, kız öğrenci sayısı 44’dür. Erkek öğrenci sayısı (N=176) örneklem grubunun %80’nini ifade ederken, kız öğrenci sayısı (N=44) örneklem grubunun %20’sini ifade etmektedir.

Grafik 2. Örneklem Grubundaki Çocukların Yaşa Göre Dağılım Grafiği



Araştırmanın örneklem grubundaki çocukların yaşa göre dağılım grafiği incelendiğinde katılımcılardan 2 kişinin 6 yaşında, 6 kişinin 7 yaşında, 12 kişinin 8 yaşında, 20 kişinin 9 yaşında, 31 kişinin 10 yaşında, 52 kişinin 11 yaşında, 60 kişinin 12 yaşında, 37 kişinin 13 yaşında olduğu görülmektedir. Bu dağılımda; 6 yaşındaki çocuklar (N=2) örneklem grubunun %1'ini, 7 yaşındaki çocuklar (N=6) örneklem grubunun %3'ünü, 8 yaşındaki çocuklar (N=12) örneklem grubunun %5'ini, 9 yaşındaki çocuklar (N=20) örneklem grubunun %9'unu, 10 yaşındaki çocuklar (N=31) örneklem grubunun %14'ünü, 11 yaşındaki çocuklar (N=52) örneklem grubunun %24'ünü, 12 yaşındaki çocuklar (N=60) örneklem grubunun %27'sini, 13 yaşındaki çocuklar (N=37) örneklem grubunun %17'sini ifade etmektedir.

Grafik 3. Örneklem Grubundaki Annelerin Öğrenim Durumuna Göre Dağılım Grafiği



Araştırmanın örneklem grubundaki annelerin öğrenim durumu dağılım grafiğine göre 12 anne ilkokul mezunu, 17 anne ortaokul mezunu, 41 anne lise mezunu, 33 anne ön lisans/yüksekokul mezunu, 95 anne lisans mezunu, 22 anne lisansüstü (mastır veya doktora) mezunudur. Örneklem grubunun %5'ini ilkokul mezunu anneler (N=12), %8'ini ortaokul mezunu anneler (N=17), %19'unu lise mezunu anneler (N=41), %15'ini ön lisans/yüksekokul mezunu anneler (N=33), %43'ünü lisans mezunu anneler (N=95), %10'unu lisansüstü mezun anneler (N=22) oluşturmaktadır.

3.3. Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplamak amacıyla,

- Kişisel bilgi Envanteri
- Duygu Ayarlama Ölçeği
- Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği (Computer Game Addiction Scale for Children)

kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formları anneler tarafından doldurulmuştur. Demografik özellikler hakkında bilgi edinmeyi amaçlayan, araştırmacı tarafından literatür incelenerek hazırlanmış olan bu formlarda; çocukların cinsiyet, yaş ve annelerin eğitim bilgisi tespit edilmeye çalışılmıştır.

3.3.2. Duygu Ayarlama Ölçeği (DAÖ)

Asıl adı Emotion Regulation Checklist olan Duygu Ayarlama Ölçeği (DAÖ) Shields ve Cicchetti (1997) tarafından geliştirilmiş olup 6-13 yaş grubundaki çocukların duygu ayarlama yetkinliğini değerlendirmek amacıyla oluşturulmuştur (Shields ve Cicchetti, 1997). Türkçe 'ye uyarlamasını gerçekleştirmek ve duygu ayarlamasının bir dizi sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisini incelemek amacı ile Kapçı ve arkadaşları (2009) bir çalışma yürütmüşlerdir. Ölçeği geliştiren yazarlardan biri olan D. Cicchetti 'den ölçeğin Türk çocuklarına uyarlanmasıyla ilgili iznin alınmasının ardından bağımsız iki akademisyen tarafından ölçek önce İngilizce 'den Türkçe 'ye, daha sonra Türkçe 'den İngilizce 'ye çevrilmiştir. Anadili Türkçe olan, ancak iyi düzeyde İngilizce bilen bir grup anne (n=12) her iki formu bir hafta arayla doldurmuştur. Türkçe ve İngilizce formlar arasındaki ilişki .95 olarak hesaplanmıştır. 4'lü derecelendirme (1 Hiç bir zaman - 4 Hemen her zaman) kullanılan ölçeğin toplam 24 maddeden ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır (Akın, 2015). Alt ölçekler Değişkenlik/Olumsuzluk ve Duygu Ayarlama boyutlarıdır. Değişkenlik/Olumsuzluk alt-ölçeğinde bulunan maddeler 22, 12, 17, 20, 24, 8, 10, 13, 2, 14, 19, 6, 9, 11, 5 iken, Duygu Ayarlama alt-ölçeğinde bulunan maddeler 7, 1, 16, 18, 3, 21, 15, 4, 23'dür. Ölçekte ters çevrilecek maddeler bulunmakla beraber bu maddeler 9, 11, 5, 7, 1, 3, 21, 15, 4, 23'dür. Ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği çocuğun duygu ayarlamasının düşük düzeyli olduğunu göstermektedir (Kapçı ve ark., 2009).

Tablo 1. Duygu Ayarlama Ölçeği Alt Ölçeklerinde Bulunan Maddeler

Alt-ölçek	Alt-ölçekte Bulunan Maddeler
Değişkenlik/Olumsuzluk	22, 12, 17, 20, 24, 8, 10, 13, 2, 14, 19, 6, 9, 11, 5
Duygu Ayarlama	7, 1, 16, 18, 3, 21, 15, 4, 23

Ölçek geçerlilik ve güvenirlik sınavasından geçmiştir. Geçerlilik türlerinden yapı geçerliğini sağlamak için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizini gerçekleştirmeden önce ulaşılan ilk analizler Kaiser-Meyer Olkin, örneklem yeterliliği ölçütünün karşılandığını .84; minimum değer $> .50$), Bartlett testi ise faktör analizinin uygun olduğunu göstermiştir. $\chi^2 = 1850$, $sd = 276$; $p < .01$). Ölçeğin faktör yapısını ortaya çıkarmak için ile 263 çocuktan toplanan verilerle Promax döndürmeli faktör analizi gerçekleştirilmiştir. Faktör analizi, öz değeri 1'in üzerinde 3 faktörlü bir yapı göstermiş bunun yanı sıra, üçüncü faktörün varyansın %5'den daha düşük seviyede toplam varyansa katkı sağlaması, bazı maddelerin herhangi bir faktöre yüklenmemesi, bazı maddelerin birçok faktöre yüklenerek binişik bir yapı göstermesi ve özgün ölçeğin iki faktörlü bir yapı sergilemesi dolayısıyla faktör analizi iki faktörlü bir yapı gösterecek şekilde yinelenmiştir. Birinci ve ikinci faktörün açıkladığı varyans sırası ile %23.5 ve %11.7'dir. İki boyutlu duygu ayarlama modelinin uyum indeksi değerleri: GFI= .86, AGFI= .83, RMSR= .04, RMSEA= .06 olarak saptanmıştır. Uyum geçerliği çalışmalarına istinaden, Duygu Ayarlama ölçeğinin (DAÖ), Connors Kısa Form Anne Baba Derecelendirme ölçeği (CADÖ) ile değerlendirilen ölçüt geçerliğine 26 anneden elde edilen verilerle incelenmiştir. DAÖ ile CADÖ arasındaki korelasyon, .64 ($p < .01$) olarak bulunmuştur. DAÖ'nün ayırt edici geçerlik analizlerine klinik ($n = 30$) ve normal gruptan ($n = 24$) elde edilen veriler vasıtasıyla bakılmıştır. Bağımsız gruplar için yapılan t-testi, iki grubun ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ($f_{52} = 3.24$; $p < .01$) ve klinik grubun daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğunu ortaya koymuştur (klinik grup $X = 59.4$, $SS = 5.1$; normal grup $X = 54.9$, $SS = 4.9$) (Kapçı ve ark., 2009).

Güvenirlik çalışmaları kapsamında İç tutarlık işlemleri yapılan ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlık güvenirlik katsayıları ölçeğin tümü için .84, değişkenlik/olumsuzluk alt boyutu için .80, duygu ayarlama alt boyutu için .81 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test tekniği uygulanan ölçeğin güvenirlik katsayısı .90 olarak bulunmuştur (Akın, 2015).

Yapılan bu araştırmada ölçeğin güvenirlik çalışmaları kapsamında İç tutarlık katsayıları hesaplanmış olup, Cronbach Alfa iç tutarlık güvenirlik katsayıları ölçeğin tümü için .97, değişkenlik/olumsuzluk alt boyutu için .96, duygu ayarlama alt boyutu için .94 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Araştırmanın veri toplama aşamasında bilgisayar oyun bağımlılığına ilişkin bulgulara ulaşmak için Horzum, Ayas ve Balta (1998) tarafından geliştirilen “Çocuklar İçin Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği; çocukların bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık düzeylerini saptamada kullanılabilecek bir ölçektir. 5’li Likert dereceleme tipine uygun olarak oluşturulan ölçek 1 Hiçbir zaman - 5 Her zaman aralığındadır. Ölçek 21 maddeden ve dört alt boyuttan oluşmaktadır: Bu alt boyutlar; 10 maddelik Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, 4 maddelik Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme, 3 maddelik Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma, 4 maddelik Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etmedir. Ölçeğin her bir alt boyutundan alınan puan, bireyin ilgili oyun bağımlılığına sahip olduğunu göstermektedir. Yüksek puanlar yüksek düzeyde oyun bağımlılığını göstermektedir. Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği üzerinde çalışılırken, öncelikle literatür detaylı olarak taranmış ve madde havuzu oluşturulmuştur. Madde havuzu oluşturulurken bilimsel çalışmalarda geçen, oyun bağımlılığı göstergeleri toplanmış, bu göstergeler ölçekte yer alabilecek maddeler haline dönüştürülmüştür. Madde havuzunda toplamda 36 soru bulunmaktadır. Bu maddeler de zihinsel, duygusal ve fiziksel ifadelerin yer almasına dikkat edilmiştir. Bu noktada ölçekte olumlu ve olumsuz maddeler yer alacak şekilde tasarlanarak geçerlik güvenirlik çalışmalarına geçilmiştir (Akın, 2015; Horzum, 1998).

Tablo 2. Çocuklarda Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği Alt Ölçeklerinde Bulunan Maddeler

Alt-ölçek	Alt-ölçekte Bulunan Maddeler
Bilgisayarda oyun oynamaktan vaz geçememe ve engellendiğinde rahatsız olma	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10
Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme	11, 12, 13, 14
Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma	15, 16, 17
Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme	18, 19, 20, 21

Geçerlik-güvenirlik çalışmaları sonucunda elde edilen veriler incelendiğinde ölçeğin yapı geçerliği 460 ilköğretim öğrencisinden elde edilen verilere uygulanan açımlayıcı faktör analizinde KMO örneklem uygunluk katsayısı .90, Bartlett Sphericity Testi χ^2 değeri 2168.30 olarak bulunarak sağlanmıştır. Ölçekte yer alan 21 maddenin faktörlerdeki yük değerleri .43 ile .70 arasında değişmektedir. Ölçekteki dört faktör toplam varyansın %45'ini açıklamaktadır. Birinci faktördeki yük değerleri .48 ile .68 arasında, ikinci faktördeki yük değerleri .52 ile .68, üçüncü faktördeki yük değerleri .48 ile .67 arasında, dördüncü faktördeki yük değerleri .43 ile .70 arasında değişmektedir. Ayrıca birinci faktör ölçeğin toplam varyansının %27'sini, ikinci faktör %6.5'ini, üçüncü faktör %6'sını, dördüncü faktör %5.5'ini açıklamaktadır. Ölçeğin iç tutarlık çalışmaları sonucunda, her alt boyut için Cronbach Alfa iç tutarlık güvenilirlik katsayıları bilgisayar oyunu oynamayı bırakamama alt boyutu için .83, bilgisayar oyununu gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutu için .60, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma alt boyutu için .50, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme alt boyutu için .50, ölçeğin bütünü için .85 olarak bulunmuştur. Ölçeğin örneklem grubu ölçekten en az 21, en fazla 105 puan alabilmektedirler. Bu maddelerin tamamı olumlu maddelerden oluşmaktadır (Horzum ve ark., 1998).

Yapılan bu araştırmada ölçeğin güvenirlik çalışmaları kapsamında İç tutarlık katsayıları hesaplanmış olup, Cronbach Alfa iç tutarlık güvenirlik katsayıları ölçeğin bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma alt boyutu için .97, bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutu için .85, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma alt boyutu için .84, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme alt boyutu için .93, olarak bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması,

Araştırma kapsamında veriler elektronik formlar vasıtasıyla (Google Form) toplanmıştır. Elektronik ortamda çeşitli ağlar üzerinden (e-posta, sosyal medya vb.) Mersinde görev yapan öğretmenlere gönderilmiş, öğretmenler de velilerden araştırmacı adına araştırmaya katılım desteği istemiştir. Bu veri toplama yöntemi ile anne velilerin ve çocuklarının (gerektiğinde anne yardımı ile) formu doldurması sağlanmıştır.

3.5. Verilerin Çözümü ve Yorumu

Veri analizi SPSS 22 (Statistical Package For Social Science) paket programını kullanarak, analiz edilmiştir.

Bilgisayar ortamına aktarılan veriler araştırmanın alt problemleri doğrultusunda çözümlenmiştir. Çocuklarda bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığın ve duygu ayarlayabilme yetkinliğinin belirlenmesinde, tekil tarama modeli benimsendiğinden verilerin analizinde betimsel istatistik tekniklerinden frekans, yüzde, aritmetik ortalama vb. kullanılmıştır. Betimsel analizde amaç, elde edilen bulguları düzenleyip ve yorumlayıp olarak okuyucuya sunmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Çocuklarda bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığı ile duygu ayarlayabilme arasındaki ilişkinin incelenmesinde ilişkisel tarama modeli benimsendiğinden verilerin analizinde iki değişken arasındaki ilişkinin miktarını bulup yorumlamak amacı ile Pearson Korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Bunda iki değişkenin de sürekli olması ve değişkenlerin birlikte dağılım göstermesi etkili olmuştur (Büyüköztürk, 2014: 31). Çocuklarda bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığın ve duygu ayarlayabilme yetkinliğinin çeşitli değişkenler (cinsiyet, yaş, annenin eğitim düzeyine göre) açısından, anlamlı bir

farklılık gösterip göstermediğini test etmek için ise Bağımsız t-testi (Independent Sampling t-test) ve ANOVA uygulanmıştır. Araştırma betimsel nitelik taşıdığından ve iki grubun, sürekli bir değişken üzerinden aldıkları değerler karşılaştırılacağından t-testi (Independent Sampling t-test) kullanılması, veriler normal dağılım gösterdiğinden parametrik testlerden tek yönlü ANOVA testinin kullanılması uygundur.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. BULGULAR VE YORUM

Araştırmada yer alan alt problemlerin çözümlenmesinde betimsel ve yordamalı istatistik yöntem ve teknikler kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen verilerin analizinde IBM SPSS 22 programı kullanılmıştır. Kişisel özelliklere ilişkin olarak frekans (f) ve yüzde (%); çocukların bilgisayar oyun bağımlılığına ve duygu ayarlayabilme yetkinliğine ilişkin olarak aritmetik ortalama ($\bar{X}$) ve standart sapma (Ss) hesaplanmıştır. Çocukların bilgisayar oyun bağımlılığına ve duygu ayarlayabilme arasındaki ilişkiyi bulmak için Pearson Çarpım Momentler korelasyon katsayısı (r) hesaplanmıştır. Varyans analizi (one way anova testi), t-testi sonuçları da tablolarda gösterilerek yorumları yapılmıştır.

Tablo 3. Alt Ölçeklerden Alınan Puanlara Göre Çocukların Bilgisayar Oyunlarına Olan Bağımlılık Düzeyleri

	Faktörler	Min. Puan	Mak. Puan	Düşük	Orta	Üst
Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı (BOB)	Oyunu Bırakamama	10.00	50.00	10.00-23.33	23.34- 36.70	36.71-50.00
	Oyundan Dolayı Görevleri Aksatma	4.00	20.00	4.00-9.33	9.34- 14.67	14.68-20.00
	Oyunu Başka Etkinliklere Tercih	3.00	15.00	3.00-7.00	7.01- 11.00	11.01-15.00
	Oyunu Hayatla İlişkilendirme	4.00	20.00	4.00-9.33	9.34-14.67	14.68-20.00
BOB (Toplam)		21.00	105.00	21.00-49.00	49.01- 77.00	77.01-105.00

Tablo 3: Alt ölçeklerden elde edilen puanlara karşılık gelen bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyleri (C. Şahin ve Tuğrul, 2012).

Ham verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular, Tablo 3 da karşılık bulan bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyleri puanları ile kıyaslanarak 6-13 yaş çocukların bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyleri ortaya çıkarılmıştır.

Buradaki amaç hesaplanan normlara göre, bu çalışmadaki bilgisayar oyun bağımlılığını ortaya çıkarmaktır.

Tablo 4. 6-13 Yaş Çocukların Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeyleri

	Faktörler	N	Min. Puan	Maks. Puan	Puan	Ss	Düzy
Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı (BOB)	Oyunu Bırakamama	220	10.00	50.00	24.23	1.03012	Orta
	Oyundan Dolayı Görevleri Aksatma	220	4.00	20.00	7.41	.96760	Orta
	Oyunu Başka Etkinliklere Tercih	220	3.00	15.00	9.88	.89872	Orta
	Oyunu Hayatla İlişkilendirme	220	4.00	20.00	10.21	.96596	Orta
BOB (Toplam)		220	21.00	105.00	51.75	.95295	Orta

Tablo 4 de yer alan veriler ile kıyaslandığında 6-13 yaşındaki çocukların hem alt ölçeklerde hem de ölçeğin genelinde bilgisayar oyunu bağımlılık düzeyi puanlarının orta düzeyde olduğu görülmektedir.

6-13 yaş çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığının “orta” düzeyde çıkması, ebeveynlerin bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığın farkında olması, bu konuda bilinçli olması ile bilgisayar oyunlarının her alanda (eğitim, eğlence) çocukların karşısına çıkması arasındaki dengeye bağlanabilir. Yaşamın içinde önemli bir yer kaplayan, çocuklar üzerinde büyük bir cazibesi olan bilgisayar oyunları, çocuklarda üst düzeyde bağımlılık yaratmıyorsa bu ebeveynlerin kurallar koyması, bilinçli olması ile sağlanıyor olabilir.

Tablo 5. Çocukların Bilgisayar Oyunlarına Olan Bağımlılık Düzeylerinin Cinsiyete Göre Değişimi Tablosu

Faktörler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	Sd	t	p
Oyunu Bırakamama	Erkek	176	1.7136	1.06	218	5.43	.000
	Kız	44	2.6006	.37			
Oyunu Hayatla İlişkilendirme	Erkek	176	2.0114	1.00	218	4.33	.000
	Kız	44	2.6903	.47			
Oyundan Dolayı Görevleri Aksatma	Erkek	176	2.3485	1.03	218	.94	.348
	Kız	44	2.5019	.63			
Oyunu Başka Etkinliklere Tercih	Erkek	176	1.9886	.96	218	4.12	.000
	Kız	44	2.5923	.22			
Toplam	Erkek	176	1.9134	1.00	218	4.46	.000
	Kız	44	2.6020	.36			

Tablo 5 incelendiğinde, cinsiyet bakımından ölçeğin tamamını içeren tek faktörlü yapıyı ifade eden toplam bağımlılık ve alt faktörlerden bilgisayar oyunu oynamayı bırakamama, bilgisayar oyununu gerçek hayatıyla ilişkilendirme ve bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etmede cinsiyete göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Yine alt faktörlerden bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma faktöründe cinsiyete göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir.

Çocukların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinin alt faktörlerinden bilgisayar oyunu oynamayı bırakamama toplam puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t(218)=5,43$, $p<.05$). Yükselen puanlar yüksek düzeyde bağımlılığı gösterdiğinden, kız çocukların bilgisayar oyunu oynamayı bırakamaması ($\bar{X}=2,60$), erkek çocuklarına ($\bar{X}=1,71$) göre fazladır.

Bu sonuç kız çocuklarının gelişimsel özelliklerinden kaynaklı olabilir. Kız çocukları erkek çocuklarına oranla daha duygusaldır. Kız çocukları iç dünyasında yaşadıklarını, dışarıya yansıtmıyor, kendi içerisinde yaşıyorsa, içinde yaşadığı şeylere kapılıp, peşinden gidebilir. Kendilerini frenlemeleri oldukça zordur. İçine kapanık olan

kız çocuğu, bilgisayar oyunlarını içselleştirip, oyunu bırakamama noktasında fren yapamamaktadırlar. Erkek çocuklarının ise kendini frenleyebilmesi daha kolaydır.

Çocukların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinin alt faktörlerinden bilgisayar oyununu gerçek hayatıyla ilişkilendirme toplam puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t(218)=4,33$, $p<.05$). Yükselen puanlar yüksek düzeyde bağımlılığı gösterdiğinden, kız çocukların bilgisayar oyununu gerçek hayatıyla ilişkilendirmesi ($\bar{X}=2,69$), erkek çocuklarına ($\bar{X}=2,01$) göre fazladır.

Ulaşılan bulgular kız çocukları, erkek çocuklarına göre daha küçük yaşlarda ergenlik dönemine girmesiyle, daha önce olgunlaşmasına bağlanabilir. Toplumsal hayatta gözlemlenebildiğı gibi kız çocukları erkek çocuklarına nazaran daha gerçekçi hareketler sergilerler. Bu bakımdan incelendiğinde bilgisayar oyunları ile etkileşimde bulunan kız çocuklarının bu oyunları gerçek yaşamla daha çok bağdaştırdığı söylenebilir.

Çocukların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinin alt faktörlerinden bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme toplam puanları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t(218)=4,12$, $p<.05$). Yükselen puanlar yüksek düzeyde bağımlılığı gösterdiğinden, kız çocukların bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme ($\bar{X}=2,59$), erkek çocuklarına ($\bar{X}=1,98$) göre fazladır.

Duygusal yapıdan daha hassas olan kız çocuklarının, bir şeylere (aile, ev, vb.) güçlü bir şekilde bağlanması erkek çocuklarına oranla daha sık görülen bir durumdur. Bu bağlamda kız çocuklarının bu özelliğı, bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığını da etkilemiş olabilir ve bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme noktasında tereddütte düşmedikleri söylenebilir.

Çocukların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinin alt faktörlerden bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma faktöründe cinsiyete göre anlamlı farklılık olmadığı görölmektedir $t(218)=0,94$, $p>.05$).

Çocukların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden elde edilen toplam puanlar cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t(218)=4,46$, $p<.05$). Yükselen puanlar yüksek düzeyde bağımlılığı gösterdiğinden, kız çocukların bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığı ($\bar{X}=2,60$), erkek çocuklardan ($\bar{X}=1,91$) göre fazladır.

Engellenemez bir isteğın söz konusu olduğı bağımlılık durumunun kız çocuklarının gelişimsel özellikleri (içine kapanıklık, aşırı duygusallık, kendini frenlemede zorlanma, aşırı bağılılık, vb.) ile daha çok bağdaştığını söylemek

mümkündür. Bu bakımdan bilgisayar oyun bağımlılığının, erkek çocuklarına oranla daha yüksek çıkması kız çocuklarının gelişimsel özelliklerine bağlanabilir.

Tablo 6. Çocukların Bilgisayar Oyun Bağımlılıklarının Annelerin Öğrenim Düzeylerine Göre Değişimi ANOVA Tablosu

Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	f	p	Anlamlı fark
Gruplar arası	42.487	5	8.497	11.628	.000	A-D, A-F, B-C, B-D, B-E, B-F, C-D, E-D
Gruplar içi	156.391	214	.731			
Toplam	198.878	219				

Analiz sonuçları, çocukların bilgisayar oyun bağımlılık ölçeğinden elde edilen toplam puanları arasında, annelerin öğrenim durumları bakımından anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir, $F(5, 214) = 11,628$ $p < .05$. Başka bir deyişle, çocukların bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığı, annelerin öğrenim durumuna bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmektedir.

Tablo 7. Çocukların Bilgisayar Oyun Bağımlılık Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarının Betimsel İstatistikleri (Öğrenim Durumu)

	Öğrenim Durumu	N	$\bar{X}$	Ss
(A)	İlkokul	12	2.9722	1.07048
(B)	Ortaokul	17	3.5126	.62509
(C)	Lise	41	2.5203	.53020
(D)	Ön Lisans / Yüksekokul	33	1.8442	.65986
(E)	Lisans	95	2.5378	1.06538
(F)	Lisansüstü	22	1.8853	.51929

Annelerin öğrenim düzeyleri değişkenine göre çocuklardan elde edilen bilgisayar oyun bağımlılığı puanları arası farklılıkların, hangi ortalamalar arasında olduğunu bulmak amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Scheffe testi uygulanmıştır. Elde edilen verilere göre ilkokul (A) ($\bar{X} = 2,9722$) mezunu annelerin çocukları, ön lisans / yüksekokul (D) ($\bar{X} = 1,8442$) mezunu ve lisansüstü (F) ($\bar{X} = 1,8853$) mezunu

annelerin çocuklarından; ortaokul (B) ($\bar{X}$, = 3,5126) mezunu annelerin çocukları, lise (C) ($\bar{X}$, = 2,5203) mezunu, ön lisans / yükseköğretim (D) ($\bar{X}$, = 1,8442) mezunu, lisans (E) ($\bar{X}$, = 2,5378) mezunu ve lisansüstü (F) ($\bar{X}$, = 1,8853) mezunu annelerin çocuklarından; lise (C) ($\bar{X}$, = 2,5203) mezunu annelerin çocukları, ön lisans / yükseköğretim (D) ($\bar{X}$, = 1,8442) mezunu annelerin çocuklarından; lisans (E) ($\bar{X}$, = 2,5378) mezunu annelerin çocukları, ön lisans / yükseköğretim (D) ($\bar{X}$, = 1,8442) mezunu annelerin çocuklarından, bilgisayar oyunlarına daha bağımlıdır (Yükselen puanlar yüksek düzeyde pozitif tutumları gösterir).

Genel olarak bakıldığında öğrenim seviyesi yükseldikçe çocukların bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığının düştüğü söylenebilir. Bu sonuç öğrenim seviyesi yüksek annelerin bilgisayar oyunlarının etkileri konusunda daha bilinçli olmasına, kural belirleme noktasında daha etkili olmalarına, çocuklarının gelişimsel özelliklerinin daha farkında olmalarına bağlanabilir.

Tablo 8. Çocukların Bilgisayar Oyun Bağımlılıklarının Yaşa Göre Değişimi ANOVA Tablosu

Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	Sd	Kareler ortalaması	f	p	Anlamlı fark
Gruplar arası	8.836	7	1.262	1.408	.203	
Gruplar içi	190.043	212	.896			Yoktur
Toplam	198.878	219				

Analiz sonuçları, çocukların bilgisayar oyun bağımlılık ölçeğinden elde edilen puanları arasında, çocukların yaşları bakımından anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir, $F(7, 212) = 1,408$ $p > .05$. Başka bir deyişle, çocukların bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığı, çocukların yaşları bakımından anlamlı bir şekilde değişmemektedir.

Tablo 9. Çocukların Bilgisayar Oyun Bağımlılık Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarının Betimsel İstatistikleri (Yaş)

	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss
(A)	6	2	1.3571	.23570
(B)	7	6	1.8175	.67102
(C)	8	12	2.7421	1.14023
(D)	9	20	2.5333	.90596
(E)	10	31	2.6989	1.05863
(F)	11	52	2.4542	.90844
(G)	12	60	2.3357	.90942
(H)	13	37	2.5277	.96228

Tabloda çocukların bilgisayar oyun bağımlılık ölçeğinden elde edilen puanlarının betimsel istatistikleri verilmiştir, Ortalamalar ($\bar{X}$) arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Günümüzde tablet bilgisayarların ve mobil cihazların yaygın kullanımı, kolay ulaşılabilir olması ve her yaştan insanın elinde olması ile birlikte çocuklar erken yaşlarda (5-7 yaş) bilgisayar oyunları ile tanışmaktadır. Hızla ve kısa sürede öğrenme becerisine sahip bu çocuklar kısa sürede bilgisayar oyunlarına kendilerini kaptırıp bağımlı olmaktadır. Bu bağlamda, çalışmanın örneklem grubunun yaşına göre (6-13 yaş) çocuklar arasında bilgisayar oyun bağımlılığının düzeyinin farklılık göstermemesi beklendi bir durumdur.

Tablo 10. Çocukların Duygu Ayarlama Düzeyleri

	Faktörler	N	Min. Puan	Maks. Puan	Puan	Ss
Duygu ayarlama	Değişkenlik / olumsuzluk	220	15.00	60.00	28.9	.69721
	Duygu ayarlama	220	9.00	36.00	18.1	.74355
DA (toplam)		220	24.00	96.00	47.11	.70462

Tablo 10 incelendiğinde 6-13 yaşındaki çocukların hem alt ölçeklerde hem de ölçeğin genelinde duygu ayarlama düzeyi puanlarının orta düzeyde olduğu görülmektedir.

Elde edilen bulgulara göre, 6-13 yaş çocuklarda duygu ayarlama düzeyinin orta düzeyde çıkması, çocukların gelişim basamaklarının hemen başında olmasına, çevresel faktörlere, alışkanlıklarına, aile yapılarına bağlanabilir. Burada bir denge söz konusudur. Çocukların duygu ayarlayabilme yetileri ne düşük düzeydedir, ne de yüksek düzeydedir. Yaşlarından kaynaklı gelişimsel eksiklikleri, tecrübesiz olmaları onların duygu ayarlama düzeylerini düşürücü etkiye sebebiyet verirken, ailelerin bilinçli olması, onlara sorumluluk aşılması, otokontrol becerilerini geliştirici etkinliklerle desteklemesi duygu ayarlayabilme düzeylerini yükseltici etki gösterir.

Tablo 11. Çocukların Duygu Ayarlayabilmelerinin Cinsiyete Göre Değişimi Tablosu

Faktörler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	Sd	t	p
Değişkenlik/Olumsuzluk	Erkek	176	1.7091	.13	218	2.35	.020
	Kız	44	1.9826	.76			
Duygu Ayarlama	Erkek	176	1.8131	.82	218	2.10	.037
	Kız	44	2.0745	.14			
Toplam	Erkek	176	1.7481	.12	218	2.28	.023
	Kız	44	2.0170	.77			

Tablo 11 incelendiğinde, cinsiyet bakımından ölçeğin tamamını içeren tek faktörlü yapıyı ifade eden toplam duygu ayarlayabilme ve alt faktörlerden değişkenlik / olumsuzluk ve duygu ayarlama cinsiyete göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Tek faktörlü yapıyı ifade eden toplam duygu ayarlayabilme $t(218)=2,28$, $p<.05$; alt faktörlerden değişkenlik / olumsuzluk $t(218)=2,10$, $p<.05$; yine alt faktörlerden duygu ayarlama $t(218)=2,35$, $p<.05$ 'dir. Yükselen Puanlar yüksek düzeyde negatif tutumları gösterdiğinden Erkek çocukların duygu ayarlayabilme yetkinlikleri, kız çocuklarına göre toplam duygu ayarlayabilme ve alt faktörlerden değişkenlik / olumsuzluk ve duygu ayarlama daha fazladır.

6-13 yaş kız çocuklarının duygu ayarlayabilme yetkinliklerinin erkek çocuklarına oranla daha az olmasının nedeni kız çocuklarının gelişimsel özelliklerine bağlanabilir. Kız çocuklarının duygusal yapısının daha hassas olması ve erinlik yaşına erkeklerden daha önce girmesi duygularını kontrol etmesine olumsuz etki yapabilir.

Tablo 12. Çocukların Duygu Ayarlayabilmelerinin Annelerin Öğrenim Düzeylerine Göre Değişimi ANOVA Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p	Anlamlı Fark
Gruplar Arası	39.501	5	7.900	24.421	.000	C-A, C-B, D-A, D-B,
Gruplar İçi	69.229	214	.324			D-C, D-E
Toplam	108.731	219				E-A, E-B, F-A, F-B

Analiz sonuçları, çocukların duygu ayarlama ölçeğinden elde edilen toplam puanları arasında, annelerin öğrenim durumları bakımından anlamlı bir fark olduğunu göstermektedir, $F(5, 214) = 24,421$, $p < .05$. Başka bir deyişle, çocukların duygu ayarlayabilme yetkinlikleri, annelerin öğrenim durumuna bağlı olarak anlamlı bir şekilde değişmektedir.

Tablo 13. Çocuklarda Duygu Ayarlayabilme Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarının Betimsel İstatistikleri (Öğrenim Durumu)

	Öğrenim Durumu	N	$\bar{X}$	Ss
(A)	İlkokul	12	2.6181	.81123
(B)	Ortaokul	17	3.1348	.43639
(C)	Lise	41	1.9502	.32996
(D)	Ön Lisans / Yüksekokul	33	1.4886	.34552
(E)	Lisans	95	1.9338	.72479
(F)	Lisansüstü	22	1.5644	.25708

Annelerin öğrenim durumları değişkeni açısından, çocukların duygu ayarlayabilme puanları arası farklılığın hangi ortalamalar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre; lise (C) ($\bar{X} = 1,9502$) mezunu annelerin çocukları, ilkokul (A) ($\bar{X} = 2,6181$) ve ortaokul (B) ($\bar{X} = 3,1348$) mezunu annelerin çocuklarından; ön lisans / yüksekokul (D) ($\bar{X} = 1,4886$) mezunu annelerin çocukları, ilkokul (A) ($\bar{X} = 2,6181$), ortaokul (B) ($\bar{X} = 3,1348$), lise (C) ($\bar{X} = 1,9502$) ve lisans (E) ($\bar{X} = 1,9338$) mezunu annelerin çocuklarından; lisans (E) ($\bar{X} = 1,9338$) mezunu

annelerin çocukları, ilkokul (A) ($\bar{X} = 2,6181$) ve ortaokul (B) ($\bar{X} = 3,1348$) mezunu annelerin çocuklarından; lisansüstü (F) ($\bar{X} = 1,5644$) düzeyinde mezun olan annelerin çocukları, ilkokul (A) ($\bar{X} = 2,6181$) ve ortaokul (B) ($\bar{X} = 3,1348$) mezunu annelerin çocuklarından daha fazla duygu ayarlayabilme yetkinliğine sahiptir. (Yükselen puanlar yüksek düzeyde negatif tutumları gösterdiğinden).

Öğrenim durumu düzeyi, ebeveynlerin sorumluluk ve farkındalık durumunu etkilemektedir. Sorumlu ve farkında ebeveynler çocuk yetiştirme konusunda daha bilinçli davranabilmektedirler. Almış oldukları eğitim, çocuklarının alacağı eğitime ışık tutar. Elde edilen bulgular, genel olarak öğrenim durumu yüksek ebeveynlerin çocuklarının duygu ayarlayabilme yetkinliğinin daha fazla olduğunu göstermektedir. Bu sonuç öğrenim düzeyi yüksek ebeveynlerin sorumluluk ve farkındalıklarının yüksek olmasına, almış oldukları eğitime ve bunların çocuklar üzerinde şekillendirici etkisine bağlı olabilir.

Tablo 14. Çocukların Duygu Ayarlayabilmelerinin Yaşa Göre Değişimi ANOVA Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	f	p	Anlamlı Fark
Gruplar Arası	3.681	7	.526	1.061	.309	
Gruplar İçi	105.050	212	.496			Yoktur.
Toplam	108.731	219				

Analiz sonuçları, çocukların duygu ayarlama ölçeğinden elde edilen puanları arasında, çocukların yaşları bakımından anlamlı bir fark olmadığını göstermektedir, $F(7,212) = 1,061$ $p > .05$. Başka bir deyişle, çocukların duygu ayarlayabilme yetkinliği, çocukların yaşları bakımından anlamlı bir şekilde değişmemektedir.

Elde edilen bulgulara göre çocukların duygu ayarlayabilme yetkinliği düzeyinin, çocukların yaşları bakımından anlamlı bir şekilde değişmediği sonucu; gelişim dönemine özgü davranışlar ve tepkilerin her döneme has olmasının sonucunda,

ebeveynlerin çocuklarının duygu kontrol davranışlarını kendi yaş ölçütlerine göre değerlendirmelerine bağlanabilir.

Tablo 15. Çocuklarda Duygu Ayarlayabilme Ölçeğinden Elde Edilen Puanlarının Betimsel İstatistikleri (Yaş)

	Yaş	N	$\bar{X}$	Ss
(A)	6	2	1.4583	.23570
(B)	7	6	1.5833	.42898
(C)	8	12	2.0208	.77901
(D)	9	20	1.9875	.68533
(E)	10	31	2.0000	.72974
(F)	11	52	1.9054	.61967
(G)	12	60	1.8951	.70654
(H)	13	37	2.1813	.80730

Tabloda çocukların duygu ayarlama ölçeğinden elde edilen puanlarının betimsel istatistikleri verilmiştir, Ortalamalar ($\bar{X}$) arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 16. Çocuklarda Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Duygu Ayarlama Arasındaki İlişki

Çocuklarda Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Duygu Ayarlama Arasındaki İlişki		
	Bilgisayar Oyun Bağımlılığı	Duygu Ayarlama
Bilgisayar Oyun Bağımlılığı	1	.818**
Duygu Ayarlama	.818**	1

****Korelasyon $p < .01$ önem düzeyinde anlamlıdır.**

Çocukların bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığı ile duygu ayarlayabilme yetkinlikleri puanları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Pearson Korelasyon analizi sonucunda, ölçek puanları arasında pozitif yönde

kuvvetli bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($r = .818$, $p < .01$). Buna göre çocukların bilgisayar oyun bağımlılığı puanları arttıkça duygu ayarlama puanları da artacaktır. Çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden alınacak puan yüksekliği çocuğun bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğunu gösterirken, duygu ayarlama ölçeğinden alınan toplam puanın yüksekliği çocuğun duygu ayarlamasının düşük düzeyli olduğunu göstermektedir. Bundan dolayı analiz sonuçlarına göre çocuklarda bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık arttıkça, duygu ayarlayabilme yetkinlikleri azalacaktır veya çocukların duygu ayarlayabilme yetkinlikleri arttıkça, bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık azalacaktır.

Elde edilen bulgulara göre 6-13 yaş çocuklarda duygu ayarlayabilme ile bilgisayar oyun bağımlılığı arasında kuvvetli düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu sonuç bilgisayar oyun bağımlılığının neden olduğu öfke kontrolsüzlüğü, şiddet eğilimi, yüksek kaygı düzeyi, yoksunluk vb. davranışların, duyguları kontrol noktasında çocukları zayıflatmasına bağlanabilir. Duygu kontrolü söz konusu olduğunda otokontrol mekanizması, kendini frenleme, bireyin kendini tanıması olguları ön plana çıkmaktadır. Bilgisayar oyunlarına bağımlı çocuklarda bu olguların sağlıklı olmasından söz edilemez. Bu bakımdan 6-13 yaşındaki çocuklarda duygu ayarlayabilme yetkinliği, bilgisayar oyun bağımlılığından ters olarak etkilenir.

5. SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Sonuç

Araştırmanın genel olarak sonuçları belirtilecek olursak; 6-13 yaş çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı orta düzeydedir. Yine aynı yaştaki çocuklarda duygu ayarlama yetkinlikleri orta düzeydedir. Çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı ve duygu ayarlama arasında kuvvetli ve ters yönde ilişki vardır diyebiliriz.

Bilgisayar oyunu bağımlılığı ile ilgili kapsamlı bir literatür incelemesi yapıldığında, araştırmalarda genellikle çocukların bilgisayara olan bağımlılık düzeyi ve bu bağımlılığın çocukların şiddete olan eğilimleri üzerine etkileri konu edinilmiştir. Çocuklarda duygu ayarlama yetkinliği ile ilgili kapsamlı bir literatür incelemesi

yapıldığında ise duygu ayarlayabilme ile ilgi çalışmaların çok sınırlı kaldığı gözlemlenmiştir.

Bu araştırmada 6-13 yaşındaki çocukların; bilgisayar oyunu bağımlılığı ve duygu ayarlama düzeyleri, bunların cinsiyet, yaş ve anne eğitim düzeyi açısından farklılık gösterip göstermediği ve bu iki olgu (bilgisayar oyun bağımlılığı ve duygu ayarlayabilme) arasındaki ilişkiyi ortaya çıkarmak amaçlanmıştır.

Elde edilen bilgisayar oyun bağımlılığı sonuçlarına göre araştırmanın örneklem grubundaki çocukların orta düzeyde bilgisayar oyunu bağımlısı olduğu, cinsiyet açısından araştırmada kız öğrencilerin oyunu oynamayı bırakamama, bilgisayar oyununu gerçek hayatıyla ilişkilendirme, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme ve toplam oyun bağımlılığı düzeylerinin erkek öğrencilere göre yüksek olduğu bulunmuştur, ancak bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma faktöründe cinsiyete göre anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur. Bu bulgular (bilgisayar oyun bağımlılığının düzeyinin kızların, erkeklere nazaran daha fazla olması) Sherry, de Souza, Greenberg ve Lachlan (2003), Hauge ve Gentile, (2003), Erboy ve Vural (2010), Horzum (2011), Bilge (2012), Dündar ve arkadaşları (2013), Gökçearslan ve Durakoğlu (2014) tarafından yapılan araştırmaların sonuçları ile ters düşmektedir. Yapılan bu araştırmalarda bilgisayar oyun bağımlılığının düzeyinin erkeklerde, kızlara nazaran daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bilge (2012) ilköğretim çağındaki çocukların bilgisayar bağımlılığı eğilimlerinin değerlendirmesini yapmak için yürüttüğü araştırmada 5. Sınıf düzeyindeki öğrencilerinin bilgisayar bağımlılık eğilimlerini incelenmiştir. Örneklem olarak Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyetin 'de eğitim alan 121 öğrenci belirlenmiştir. Çalışmada ulaşılan sonuçlar, öğrencilerde bilgisayar olan bağımlılık eğiliminin önemsenecek boyutta olmadığını, bununla beraber, bilgisayara olan bağımlılığın cinsiyet ve bilgisayar sahibi olup olmadığına göre anlamlı fark göstermediği, bilgisayar kullanımına ayrılan süre bakımından ise günde 2-3 saat bilgisayar kullananların 1 saat kullananlara göre bilgisayarlara daha bağımlı olduğu görülmüştür.

Araştırma sonuçlarına göre çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı annelerin öğrenim düzeyleri açısından, anlamlı fark oluşturacak şekilde değişmektedir sonucuna varılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre sırasıyla ortaokul, ilkokul, lisans, lise, lisansüstü, ön lisans/yüksekokul, düzeyde okullardan mezun olan annelerin çocukları diğer

annelerin çocuklarından daha fazla bilgisayar oyunu bağımlısıdır. Araştırmanın bu sonucu Gökçearslan ve Durakoğlu'nun (2014), Şahin ve Tuğrul'un (2012) yaptıkları araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir.

Araştırmanın başka bir değişkeni olan yaşa göre bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyi değişimleri incelendiğinde; çocukların bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerinin, çocukların yaşları bakımından anlamlı bir fark göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın bu sonucu yapılan diğer bir araştırma sonucu ile benzerlik göstermekle beraber yapılan bu araştırma yaş değişkenini sınıf değişkeni olarak temel almıştır. Sınıf düzeyine göre Dünder ve arkadaşlarının (2013) yaptığı araştırma, yapılan bu araştırma sonucu ile örtüşmektedir. Araştırma sonuçlarında dikkat edilecek bir nokta örneklem grubundaki 6 ve 7 yaşındaki çocuklarında orta düzeyde bilgisayar oyun bağımlısı olduğu sonucu Akçay ve Özcebe'nin (2013) okul öncesi çocukları ve ebeveynlerinin bilgisayar oyunu oynama alışılmışlıklarını ortaya çıkarmak için yaptığı çalışmada belirlenen bilgisayar oyunları oynama seviyesinin okul öncesi seviyesine kadar düşmesi sonucu ile örtüşmektedir. Bununla beraber, oyunlara ayrılan süre bakımından okul öncesi dönemdeki çocukların uzun süre ayırdığı değerlendirilmiştir.

Araştırmanın elde edilen bulgular dahilinde; 6-13 yaşındaki çocukların hem alt ölçeklerde hem de ölçeğin genelinde duygu ayarlama düzeyi puanlarının orta düzeyde olduğu, cinsiyet bakımından ölçeğin tamamını içeren toplam duygu ayarlayabilme ve alt faktörlerden *değişkenlik / olumsuzluk* ve *duygu ayarlamada* cinsiyete göre anlamlı farklılık olup, erkek çocukların kız çocuklara göre duygu ayarlayabilme yetkinliklerinin fazla olduğu, çocukların duygu ayarlama ölçeğinden elde edilen puanları arasında, çocukların yaşları bakımından anlamlı bir fark olmadığı, çocukların duygu ayarlama ölçeğinden elde edilen puanları arasında annelerin öğrenim durumları bakımından anlamlı bir fark olduğu, bununda sırasıyla ön lisans / yüksekokul, lisansüstü, lisans, lise, ilkokul, ortaokul mezunu annelerin çocuklarının duygu ayarlayabilme yetkinlikleri diğer annelerin çocuklarına göre daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır.

Alan yazın incelendiğinde duygu ayarlama ile ilgili yurtiçinde yok denecek kadar az çalışma yapıldığı görülmektedir. Keser'in (2010) yılında yürüttüğü tez çalışmasında, duygu ayarlama düzeyinin cinsiyete göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu tanılı erkek çocukların, Dikkat Eksikliği ve

Hiperaktivite Bozukluğu tanılı kız çocuklarına göre duygu ayarlama düzeylerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Araştırma da çocukların bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığı ile duygu ayarlayabilme yetkinlikleri puanları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla analizler sonucunda çocuklarda bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık arttıkça, duygu ayarlayabilme yetkinliklerinin azaldığı veya çocukların duygu ayarlayabilme yetkinlikleri arttıkça, bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık azaldığı sonucuna ulaşılmıştır.

5.2. Öneriler

- Bu araştırmadan elde edilen bulgular, çalışma grubunun özellikleri ile sınırlıdır. Bu nedenle bu ve benzeri araştırmaların değişik yaş grubuna da yapılması önerilmektedir.
- Bu çalışmada çocukların bilgisayar oyunlarına olan bağımlılığı ile duygu ayarlama arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Ancak, bilgisayar oyunlarına olan bağımlılık ile duygu ayarlama arasında arasındaki neden-sonuç ilişkileri henüz açıklanabilmiş değildir. Bu nedenle, özellikle boylamsal çalışmalarla, bilgisayar oyun bağımlılığı ile duygu ayarlama arasındaki ilişkinin nasıl geliştiği incelenebilir.
- Bu çalışmada cinsiyetin, anne eğitim düzeylerinin, yaş düzeyinin bilgisayar oyun bağımlılığına ve cinsiyetin, anne eğitim düzeylerinin duygu ayarlayabilme yetkinliğine etki edip etmediği araştırılmıştır. Farklı değişkenlerin bilgisayar oyun bağımlılığını ve duygu ayarlayabilme yetkinliğini ne düzeyde yordadığını belirleyen çalışmalar tasarlanabilir.
- Bu çalışma Mersin ili ile sınırlıdır. Aynı çalışma farklı iller ve bölgeler için yapıp, bilgisayar oyun bağımlılığını ve duygu ayarlamayı etkileyen faktörlerin her bölge ve il için farklılaşıp farklılaşmadığına bakılabilir.
- Bu çalışmanın sonucuna göre bazı alanlarda projeler yapıp bilgisayar oyunu bağımlılığı ve duygu ayarlayabilme yetkinliği açısından ailelere bilgilendirici, farkındalık yaratıcı seminerler verilebilir.

6. KAYNAKLAR

- Agaoğlu, O., & Metin, N. (2015). Bilim ve Sanat Merkezi'ne Giden ve Gitmeyen İlkokul 4. Sınıf ve Ortaokul Öğrencilerinin Şiddet İçeren Bilgisayar Oyunlarını Oynama Durumlarının İncelenmesi. *Üstün Yetenekliler Eğitimi Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 11–25.
- Akbulut, Y. (2013). Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 53–68.
- Akın, A. (Ed.). (2015). *Psikolojide Kullanılan Güncel Ölçme Araçları* (2. Basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Aktaş, A. (2005). 3-18 Yaş Grubu Çocuk ve Gençlerin İnteraktif İletişim Araçlarını Kullanma Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 4(4), 59–66.
- Altanar, M. (1999). Video Oyunlarının Ergenlerin Denetim Odakları Öz-Kavramları Ve Serbest Zaman Değerlendirme Etkinlikleri Üzerindeki Etkileri. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (11), 1–10.
- Ayık, Y. Z. (2008). Evde, Okulda ve İnternet Kafelerde Öğrencilerin Bilgisayar Algılamaları Ve Tercih Ettikleri Uygulamaların Karşılaştırılması. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 22(2), 141–155.
- Ayres, J. (2000). Delphi Graphics and Game Development with DirectX. *Wordware Publishing Inc.*, 1(1), 13.
- Balcı, A. (2015). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntem, Teknik ve İlkeler* (11. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum* (20. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut : “İnternet Bağımlılığı.” *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (22), 83–98.

- Cesarone, B. (1998). Video games: research, ratings, recommendations. *ERIC Clearinghouse on Elementary and Early Childhood Education, University of Illinois*.
- Çakır, H. (2013). Bilgisayar Oyunlarına İlişkin Ailelerin Yaklaşımı ve Öğrenci Üzerindeki Etkilerin Belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 138–150. <http://doi.org/10.17860/EFD.89744>
- Çalışkan, Ö., & Özbay, F. (2015). 12-14 Yaş Aralığındaki İlköğretim Öğrencilerinde Teknoloji Kullanımı Eksenli Yabancılaşma ve Anne Baba Tutumları: Düzce İli Örneği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(39), 441–458. <http://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Çelik, İ., Şahin, İ., & Eren, F. (2014). Metaphorical perceptions of middle school students regarding computer games. *International Journal of Social, Education, Economics and Management Engineering*, 8(8), 2544–2549.
- Doğan, F. Ö. (2006). Video games and children: Violence in video games. *In New/Yeni Symposium Journal*, 44(4), 161–164.
- Dolu, O., Büker, H., & Uludağ, H. (2010). Şiddet İçerikli Video Oyunlarının Çocuklar ve Gençler Üzerindeki Etkileri: Saldırganlık, Şiddet Ve Suça Dair Bir Değerlendirme. *Turkish Journal of Forensic Sciences*, 9(4), 54–75.
- Durmuş, A., & Kaya, S. (2008). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Kullanım Alışkanlıkları İle Velilerin Bilgisayar Kullanım Alışkanlıkları Arasındaki İlişki. İçerisinde *VIII. Uluslararası Eğitim Teknolojileri Konferansı Bildiriler*, 121–126.
- Egemen, A., Yılmaz, Ö., & Akil, İ. (2004). Oyun, oyuncak ve çocuk. *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, 5(2), 39–42.
- Elkind, D. (1999). *Çocuk ve Toplum: Gelişim ve Eğitim Üzerine Denemeler*. (B. Onur, Ed., D. Öngen, Trans.). Ankara: Çocuk Kültürü Araştırma ve Uygulama Merkezi Yayınları.
- Erboy, E. (2010). *İlköğretim 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılığına Etki Eden Faktörler*. Adnan Menderes Üniversitesi.
- Ergün, M. (1980). Oyun ve Oyuncak Üzerine. *Milli Eğitim*, 1(1), 102–119.

- Fox, D., & Verhovsek, R. (2002). *Micro Java game development*. Micro. Erişim http://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=tCxvX60J8OAC&oi=fnd&pg=PA1&dq=Micro+Java+Game+Development&ots=iuVNGGYk_M&sig=7pmfnQ5FHFe-P83Yo8k_22NPAsE
- Fujiki, M., Brinton, B., & Clarke, D. (2002). Emotion Regulation in Children With Specific Language Impairment. *Language Speech and Hearing Services in Schools*, 33(2), 102. [http://doi.org/10.1044/0161-1461\(2002/008\)](http://doi.org/10.1044/0161-1461(2002/008))
- Gentile, D. A., & Anderson, C. A. (2006). Violent video games: Effects on youth and public policy implications. *Handbook of Children*. Erişim http://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=z6Mn0zcYfusC&oi=fnd&pg=PA225&dq=video+youth&ots=D2aS18MEwI&sig=eoLC_S3i1Fbc2YXIHvfR7IFRBOE\npapers://e97baf73-a10d-438d-985b-bee59744e11f/Paper/p7964
- Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 214–219. <http://doi.org/10.1111/1467-8721.00152>
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion regulation in everyday life. *Emotion Regulation in Couples and Families: Pathways to Dysfunction and Health*. Erişim <http://media.rickhanson.net/Papers/EmotRegDailyLife.pdf>
- Grossman, D., & Christensen, L. W. (2007). *On combat, the psychology and physiology of deadly conflict in war and in peace*. Belleville: IL: PPCT Research Publications.
- Horzum, M. B., Ayas, T., & Balta, Ö. Ç. (1998). Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76–88.
- <http://rotarytml.meb.k12.tr>. (2016). Bağımlılık. Erişim tarih: 29 Ağustos 2016, http://rotarytml.meb.k12.tr/meb_iys_dosyalar/35/25/962666/dosyalar/2012_12/25094137_internetbamll.pdf
- Kapçı, E. G., Uslu, R. İ., Akgün, E., & Acer, D. (2009). İlköğretim Çağı Çocuklarında Duygu Ayarlama: Bir Ölçek Uyarlama Çalışması Ve Duygu Ayarlamayla İlişkili Etmenlerin Belirlenmesi. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi* :, 16(1), 13–20.
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler* (27. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Keser, N. (2010). *Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tanısı Almış ve Almamış Çocukların Duygu Ayarlama, Anne Baba Tutumları, Annenin DEHB Belirti ve Bilgi Düzeyinin İncelenmesi*. Ankara Üniversitesi.
- Kıran, Ö. (2013). Ortaöğretim Öğrencilerinin Şiddet İçeren Bilgisayar Oyunlarına İlgileri Üzerine Bir Araştırma. In *VII. Ulusal Sosyoloji Kongresi* (pp. 55–63). Muğla. <http://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Kirriemuir, J. (2002). Video gaming, education and digital learning technologies: Relevance and opportunities. *D-Lib Magazine*, 8(2). <http://doi.org/10.1045/february2002-kirriemuir>
- Koçyiğit, S., Tuğluk, M. N., & Kök, M. (2007). Çocuğun Gelişim Sürecinde Eğitsel Bir Etkinlik Olarak Oyun. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi*, 16(16), 324–342.
- Lewis, M., Haviland-Jones, J. M., & Barrett, L. F. (Eds.). (2008). *Handbook of emotions*. The Guilford Press (3rd ed.). New York. <http://doi.org/10.2307/2076468>
- Macklem, G. L. (2008). *Practitioner's guide to emotion regulation in school-aged children*. Vasa. Erişim <http://medcontent.metapress.com/index/A65RM03P4874243N.pdf> <http://link.springer.com/content/pdf/10.1007/978-0-387-73851-2.pdf>
- NIMF. (2005). Computer and video game addiction. Erişim tarihi: 4 Ağustos 2016, <http://www.parentfurther.com.php53-8.dfw1-2.websitetestlink.com/technology-media/video-games/addiction>
- RSNA, R. S. of N. A. (2006). Violent video games leave teenagers emotionally aroused. Erişim tarihi: 29 Temmuz 2016, www.sciencedaily.com/releases/2006/11/061128140804.htm
- Santrock, J. W. (2006). Life-span development (10th ed.). *Life-Span Development (10th Ed.)*. Erişim <http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&PAGE=reference&D=psyc5&NEWS=N&AN=2005-12496-000>
- Shields, a, & Cicchetti, D. (1997). Emotion regulation among school-age children: the development and validation of a new criterion Q-sort scale. *Developmental Psychology*, 33(6), 906–916. <http://doi.org/10.1037/0012-1649.33.6.906>

- Solak, M. Ş. (2012). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Tutumları İle Saldırganlık ve Yalnızlık Eğilimleri Arasındaki İlişki* (Yüksek Lisan Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Soykut, B. (2008). *Bağımlılık Yapıcı Maddelerin Etkilerinin Toksikolojik Yönden Araştırılması. Statewide Agricultural Land Use Baseline 2015*. Gülhane Askeri Tıp Akademisi.
- Şahin, A. (2015). Bilgisayar Oyunlarının 4, 5. ve 6. Sınıf Öğrencilerinin Şiddet Eğilimlerine Etkileri. *Turkish Studies - International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(11), 1359–1376.
- Şahin, C., & Tuğrul, M. . (2012). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Zeitschrift Für Die Welt Der Türken*, 4(3), 115–130.
- TDK. (2016). Büyük Türkçe Sözlük. Erişim tarihi: 4 Ağustos 2016, http://tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&arama=kelime&guid=TDK.GTS.57a348a021b807.64555073
- Tuğrul, B., & Metin, Ö. (2006). Çocukların Oyun Oynama Hakkı. İçerisinde 3. *Uluslararası Çocuk ve İletişim Kongresi*, 195–202.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2013). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (9. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz, E., & Çağıltay, K. (2004). Elektronik Oyunlar ve Türkiye. In *TBD 21. Ulusal Bilişim Kurultayı*, 1–8. Erişim <http://www.simgе.metu.edu.tr/conferences/TBD04-ElektronikOyunlar.pdf>

7. ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı: Hakan Ulum

Doğum Tarihi: 14.02.1985

Doğum Yeri: Adana

Unvanı: Öğretmen

İletişim: hakanulum@hotmail.com

hakanulum@gmail.com

Telefon: 05444870506

Medeni Hal: Evli

Öğrenim Durumu:

Derece	Alan	Üniversite	Yıl
Lisans	Sınıf Öğretmenliği/Eğitimi	Celal Bayar Üniversitesi	2007
Y. Lisans	Eğitim Yönetimi ve Denetimi (Tezsiz)	Hoca Ahmet Yesevi Üniversitesi	2011

Görevler:

Görev Unvanı	Görev Yeri	Yıl
Öğretmen	Şibliye İlköğretim Okulu/Ş.URFA	2007-2010
Öğretmen	Emine Belkıs Akyüz İlköğretim Okulu/Ş.URFA	2010-2011
Öğretmen	Yenice Atatürk İlkokulu/TARSUS	2011-2015
Müdür Yrd.	Çamalan Şehit Burhan Yıldırım İlkokulu/TARSUS	2015-...

Yüksek Lisans Proje Çalışması:

Okul Yöneticilerinin Benimsedikleri Yönetim Yaklaşımlarının Öğretmenlerin Mesleki Gelişimlerine Etkisi/Danışman: Prof. Dr. Ş. Şule Erçetin/Mayıs 2011

ESERLER

Bildiriler

Uluslararası Bilimsel Toplantılarda Sunulan ve Bildiri Özetleri Kitabında Basılan Bildiriler

Taşkaya, SM. ve Ulum, H. (2015).“Sınıf Öğretmenlerinin Öğrencilerin Konuşma Becerilerini Geliştirmek İçin Kullandığı Etkinlikler”, *14. Uluslararası Katılımlı Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Sempozyumu, 21-23 Mayıs 2015, Bartın*, 2015, s. 150.

Taşkaya, SM. ve Ulum, H. (2015).“Sınıf Öğretmenlerinin Öğretim Yöntemlerine İlişkin Durumları”, *3. Uluslararası İlkokul Eğitimi Konferansı, 08-09-10 Ekim 2015, Nevşehir*, 2015, s. 78.

Akbaşlı, S. Üredi, L. ve Ulum, H. (2015).“Okullarda Benimsenen Yönetim Yaklaşımları ve Öğretmenlerin Mesleki Gelişimine Etkisi” *6. Uluslararası Eğitim Yönetimi Formu, 5-7 Kasım 2015, K.K.T.C*, 2015, s. 102-103.

Üredi, L. Akbaşlı, S. ve Ulum, H. (2015).“Öğretimde Eğitim Platformlarının Kullanımına İlişkin Sınıf Öğretmenlerinin Görüşlerinin İncelenmesi”, *6. Uluslararası Eğitim Yönetimi Formu, 5-7 Kasım 2015, K.K.T.C*, 2015, s. 104-105.

Üredi, L. ve Ulum, H. (2016).“Öğretmenlerin Kişilik Özellikleri İle Mesleki Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Mersin İli Örneği”, *15. Uluslararası Katılımlı Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Sempozyumu, 11-14 Mayıs 2016, Muğla*, 2016.

Akbaşı, S. ve Ulum, H. (2016).“ Okul Yöneticilerinin Çocuk Cinsel İstismarını Bildirmeye Yönelik Tutumları”, 3.Uluslararası Avrasya Eğitim Araştırmaları Kongresi, 31 Mayıs-3 Haziran 2016, Muğla, 2016.

Makaleler (Uluslararası Hakemli Dergiler)

Üredi, L., Akbaşı, S., ve Ulum, H. (2016). Investigating the primary school teachers' perspectives on the use of education platforms in teaching. *Educational Research and Reviews*, 11(15), 1432–1439.

Akbaşı, S., Üredi, L., ve Ulum, H. (2016). Development Research Managerial Approaches Adopted at Schools and Their Effects on the Professional Development of Teachers. *International Journal of Development Research*, 06(07), 8610–8615.

Sertifikalar

1. İlköğretimde Kaynaştırma ve Drama (Anadolu Üniversitesi)

Yabancı Dil

2015 YDS/İngilizce/57,5 (E Seviyesi)

8. EKLER

8.1. Ek-1: Kişisel Bilgi Formu

Çocuklarda Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı İle Duygu Ayarlayabilme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Saygıdeğer ebeveynler bu form, çocuklarda ki bilgisayar oyunu bağımlılığı ile duygu ayarlayabilme yetkinlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yürütülen bilimsel bir çalışmanın veri toplama aşamasıdır. Vereceğiniz bilgiler gizli tutulacaktır. Yapacağınız katkıdan dolayı çok teşekkür ederim.

H.ULUM
Sınıf Öğretmeni
hakanulum@gmail.com

* Gerekli

Demografik Bilgiler

Aşağıda size ve çocuğunuza ait kişisel bilgiler istenmektedir. Lütfen uygun olanını işaretleyiniz.

1. Eğitim durumunuz *

Annenin en son mezun olduğu okul işaretlenecektir.
Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ☐ İlkokul
☐ Ortaokul
☐ Lise
☐ Ön Lisans
☐ Lisans
☐ Yüksek Lisans

2. Çocuğunuzun Cinsiyeti *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ☐ Erkek
☐ Kız

3. Çocuğunuzun Yaşı *

Yalnızca bir şıkkı işaretleyin.

- ☐ 6
☐ 7
☐ 8
☐ 9
☐ 10
☐ 11
☐ 12
☐ 13

8.2. Ek-2: Duygu Ayarlama Ölçeği

DUYGU AYARLAMA

Aşağıda çocuğunuzun duygularıyla ilgili 24 madde bulunmaktadır. Lütfen maddeleri eksiksiz bir şekilde “hiçbir zaman=1, bazen=2, sık sık=3, hemen her zaman=4” olarak çocuğunuza en uygun olduğunu düşündüğünüz seçeneği işaretleyiniz.

Çocuğum;	Hiçbir zaman	Bazen	Sık sık	Hemen her zaman
1. Neşeli bir çocuktur.	①	②	③	④
2. Duygularında aşırı değişiklikler gösterir (Olumlu duygulardan olumsuz duygulara hızla geçtiği için duygusal durumunu önceden tahmin etmek güçtür).	①	②	③	④
3. Yetişkinlerin sıradan ya da dostça yakınlık kurma çabalarına olumlu tepki verir.	①	②	③	④
4. Bir etkinlikten başka bir etkinliğe kolayca geçer; bunu yaparken kaygı, öfke, sıkıntı ya da aşırı heyecan belirtileri göstermez.	①	②	③	④
5. Üzüntüsünden ya da sıkıntısından kolayca kurtulabilir (Örneğin, onu üzen bir olaydan sonra kırgınlığını, kaygısını ya da üzüntüsünü uzun süre sürdürmez).	①	②	③	④
6. Bir engelle karşılaştığında kolayca vazgeçer.	①	②	③	④
7. Yaşıtlarının sıradan ya da dostça yakınlık kurma çabalarına olumlu tepki verir.	①	②	③	④
8. Kolayca öfke patlamaları ya da öfke krizleri geçirir.	①	②	③	④
9. İsteddiği bir şeye kavuşmayı erteleyebilir	①	②	③	④
10. Başkalarının sıkıntısından ya da acısından keyif alır (Örneğin, birisinin canı yandığında ya da birisi				

cezalandırıldığında güler; başkalarını kızdırmaktan hoşlanır).	①	②	③	④
11. Heyecan verici durumlarda coşkusunu denetleyebilir (Örneğin, hareketli oyunlarda kendini kaybetmez; ya da uygun olmayan ortamlarda azmaz).	①	②	③	④
	Hiçbir zaman	Bazen	Sık sık	Hemen her zaman
12. Yetişkinlere yapışır ya da mızız davranır.	①	②	③	④
13. Taşkınlık yapmaya ve enerjisini yıkıp dökerek boşaltmaya yatkındır.	①	②	③	④
14. Yetişkinlerin kural ya da sınır koymalarına öfkeyle tepki verir.	①	②	③	④
15. Üzüldüğünde, kızdığında ya da korktuğunda duygularını anlatır.	①	②	③	④
16. Üzgün ya da cansız görünür.	①	②	③	④
17. Başkalarıyla oyun başlatmaya çalışırken aşırı heyecanlı davranır.	①	②	③	④
18. Duygusal olarak donuk görünür (yüz ifadesi boş ve anlamsızdır; olaylara duygusal olarak katılmıyor gibidir).	①	②	③	④
19. Yaşıtlarının sıradan ya da dostça yakınlık kurma çabalarına olumsuz tepki verir (Örneğin, öfkeli bir sesle konuşur ya da ürkek bir tepki verir).	①	②	③	④
20. Dürtüseldir (Aklına eseni düşünmeden yapar).	①	②	③	④
21. Başkalarının duygularını anlar; başkaları üzgün ya da sıkıntılıken onlarla ilgilenir.	①	②	③	④

22. Başkalarının işine karışacak ya da onları rahatsız edecek biçimde taşkınlık yapar.	①	②	③	④
23. Yaşıtlarının düşmanca, saldırgan ya da müdahaleci davranışlarına karşı öfke, korku, düş kırıklığı ya da sıkıntı gibi uygun olumsuz duygularını gösterir.	①	②	③	④
24. Başkalarıyla oyun başlatmaya çalışırken olumsuz duygular gösterir.	①	②	③	④

8.3. Ek-3: Duygu Ayarlama Ölçeği Kullanım İzni



Hakan Ulum <hakanulum@gmail.com>

İlköğretim Çağı Çocuklarında Duygu Ayarlama Ölçeği İzni

4 ileti

Hakan Ulum <hakanulum@gmail.com>

7 Şubat 2016 14:15

Alıcı: kapci@ankara.edu.tr, eminegulkapci@gmail.com

Emine hocam saygılar, selamlar, "ÇOCUKLARDA BİLGİSAYAR OYUNU BAĞIMLILIĞI İLE DUYGU AYARLAYABİLMELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" konulu tez çalışmam için veri toplama aracı olarak *İlköğretim Çağı Çocuklarında Duygu Ayarlama Ölçeği*nizi kullanmak istiyorum. Bunun için izniniz olur mu? Ölçeği göndermeniz mümkün mü?

Teşekkürler. İyi çalışmalar.

Hakan ULUM
M.E.B Öğretmeni
MERSİN

kapci@ankara.edu.tr <kapci@ankara.edu.tr>

8 Şubat 2016 09:57

Alıcı: Hakan Ulum <hakanulum@gmail.com>

ölçek ekte. kolay gelsin

2016-02-07 14:15, Hakan Ulum yazmış:

Emine hocam saygılar, selamlar, "ÇOCUKLARDA BİLGİSAYAR OYUNU BAĞIMLILIĞI İLE DUYGU AYARLAYABİLMELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" konulu tez çalışmam için veri toplama aracı olarak *İlköğretim Çağı Çocuklarında Duygu Ayarlama Ölçeği*nizi _ kullanmak istiyorum. Bunun için izniniz olur mu? Ölçeği göndermeniz mümkün mü?

Teşekkürler. İyi çalışmalar.

Hakan ULUM
M.E.B Öğretmeni
MERSİN



Duygu Ayarlama Ölçeği.doc

67K

8.4. Ek-4: Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Bilgisayar Oyunu Oynama Düzeyi Ölçeği

Değerli Öğrenciler;

Elinizdeki form, sizlerin bilgisayar oyunu oynama düzeyinizi belirlemek üzere geliştirilmiştir. Bu formda sıralanan maddelere yönelik düşüncenize “hiçbir zaman”, “nadiren”, “bazen”, “sık sık” ve “her zaman” olmak üzere yer alan kutucuklardan uygun olanı (X) işareti ile belirtiniz. Tüm maddeleri cevaplamayı unutmayınız. Verdiğiniz bilgiler kesinlikle saklı kalacak ve araştırmacılar tarafından başka kimse görmeyecektir.

Araştırmamıza katkıda bulunduğunuz için teşekkür ederiz.

Maddeler	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her Zaman
1 Bilgisayarda oynadığım oyunu bitirmek için yemek yemeyi geciktiririm.					
2 Bilgisayar oyunu oynarken biri beni engellediğinde sinirlenirim					
3 Bilgisayar oyunu oynama zamanının gelmesini dört gözle beklerim.					
4 Çoğu zaman bilgisayar oyunu oynamayı bırakmak istememe rağmen bırakamam.					
5 Bilgisayar oyunu oynamaya başladığımda bana verilen süreden daha uzun süre oyun oynarım.					
6 Bilgisayar oyunu oynamaya doyamam.					
7 Bilgisayarda kaybettiğim bir oyunu kazanmak için tekrar oyun oynama ihtiyacı duyarım.					
8 Bilgisayarda oyun oynamama izin vermedikleri için aileme kızarım.					
9 Bilgisayar oyunu oynadığım zaman kendimi yalnız hissetmem.					

10	Bilgisayar oyunu oynarken kendimi, çoğu zaman kendi kendime bir şeyler söylerken bulurum.					
11	Arkadaşlarımın beni kabul etmesi için ben de onların oynadığı bilgisayar oyunlarını oynarım					
12	Bilgisayar oyunu oynamadığım zamanlarda bilgisayarda oyun oynayacağım zamanı hayal ederim					
13	Bilgisayar oyunu bittikten sonra oyun esnasında yapmış olduğum hataları düşünürüm.					
14	Gerçek hayatta bilgisayardaki oyun karakterlerimin özelliklerini gösteririm					
15	Bilgisayarda oyun oynamak için ödevimi aksatırım.					
16	Bilgisayarda oyun oynadığım için okula geç kalırım.					
17	Okul dışındaki vaktimin çoğunu bilgisayar oyunu oynayarak geçiririm.					
18	Bilgisayarda oyun oynamayı dışarıda vakit geçirmeye tercih ederim					
19	Bilgisayarda oyun oynamak arkadaşlarımla birlikte olmaktan daha eğlencelidir.					
20	Bilgisayar oyunu oynadığım süre hakkında yanlış bilgi veririm.					
21	Bilgisayarda oyun oynamayı diğer aktivitelere (spor yapma, tv izleme vb.) tercih ederim					

8.5. Ek-5: Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni



Hakan Ulum <hakanulum@gmail.com>

Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçek İzni

3 ileti

Hakan Ulum <hakanulum@gmail.com>
Alıcı: mhorzum@sakarya.edu.tr

7 Şubat 2016 14:17

Mehmet Hocam saygılar, selamlar, "ÇOCUKLARDA BİLGİSAYAR OYUNU BAĞIMLILIĞI İLE DUYGU AYARLAYABİLMELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" konulu tez çalışmam için veri toplama aracı olarak *Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeğinizi* kullanmak istiyorum. Bunun için izniniz olur mu? Ölçeği göndermeniz mümkün mü?

Teşekkürler. İyi çalışmalar.

Hakan ULUM
M.E.B Öğretmeni
MERSİN

Mehmet Barış Horzum <mhorzum@sakarya.edu.tr>
Alıcı: Hakan Ulum <hakanulum@gmail.com>

15 Şubat 2016 18:24

hakan bey

gecikme için kusura bakmayın. Ölçek ektedir. kolay gelsin.

7 Şubat 2016 14:17 tarihinde Hakan Ulum <hakanulum@gmail.com> yazdı:
[Alıntılanan metin gizlendi]

--
Dr. Mehmet Barış HORZUM
Sakarya University Faculty of Education

2 eklenti

200.pdf
181K

cocuk_son.doc
53K