



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Murat Faruk ÖZÇELİK

**ERGENLERDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE DİNDARLIK İLİŞKİSİ
GAZİANTEP ÖRNEĞİ**

Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü

Din Psikolojisi Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2022



AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



Murat Faruk ÖZÇELİK

**ERGENLERDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE DİNDARLIK İLİŞKİSİ
GAZİANTEP ÖRNEĞİ**

Danışman

Doç. Dr. Orhan GÜRSU

Din Psikolojisi Ana Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

Antalya, 2022

Akdeniz Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

.....'ın bu çalışması, jürimiz tarafından Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans Programı tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : (İmza)

Üye (Danışmanı) : (İmza)

Üye : (İmza)

Tez Başlığı: Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi Gaziantep Örneği

Onay: Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Tez Savunma Tarihi :/....../20...

Mezuniyet Tarihi : 06/01/2022

(İmza)

Prof. Dr. Suat KOLUKIRIK

Müdür

AKADEMİK BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi Gaziantep Örneği” adlı bu çalışmanın, akademik kural ve etik değerlere uygun bir biçimde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım bütün eserlerin kaynakçada gösterildiğini ve çalışma içerisinde bu eserlere atıf yapıldığını belirtir; bunu şerefimle doğrularım.

Murat Faruk ÖZÇELİK





T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ



5/ 1/ 2022

TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU BEYAN BELGESİ

Öğrenci Bilgileri	
Adı-Soyadı	Murat Faruk ÖZÇELİK
Öğrenci Numarası	20175263003
Anabilim Dalı	Felsefe ve Din Bilimleri
Programı	Din Psikolojisi
Danışman Öğretim Üyesi Bilgileri	
Unvanı, Adı-Soyadı	Doç. Dr. Orhan GÜRSU
Yüksek Lisans Tez Başlığı	Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi Gaziantep Örneği
Turnitin Bilgileri	
Ödev Numarası	1736440314
Rapor Tarihi	30.12.2021
Benzerlik Oranı	Alıntılar hariç: % 12 Alıntılar dâhil: % 19
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE, Yukarıda bilgileri bulunan öğrenciye ait tez çalışmasının a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana Bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 142 sayfalık kısmına ilişkin olarak Turnitin adlı intihal tespit programından Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esaslarında belirlenen filtrelemeler uygulanarak yukarıdaki detayları verilen ve ekte sunulan rapor alınmıştır. Danışman tarafından uygun olan seçenek işaretlenmelidir: () Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşmıyor ise: Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylarım. () Benzerlik oranları belirlenen limitleri aşıyor, ancak tez/dönem projesi danışmanı intihal yapılmadığı kanısında ise: Yukarıda yer alan beyanın ve ekte sunulan Tez Çalışması Orijinallik Raporunun doğruluğunu onaylar ve Uygulama Esaslarında öngörülen yüzdelik sınırlarının aşılmasına karşın, aşağıda belirtilen gerekçe ile intihal yapılmadığı kanısında olduğumu beyan ederim.	
Gerekçe:	
Benzerlik taraması yukarıda verilen ölçütlere uygun olarak tarafımca yapılmıştır. İlgili tezin orijinallik raporunun uygun olduğunu beyan ederim. Danışman Öğretim Üyesi Doç. Dr. Orhan GÜRSU İmza	

İÇİNDEKİLER

TABLolar LİSTESİ	iii
KISALTMALAR LİSTESİ	iv
ÖZET	v
SUMMARY	vi
ÖNSÖZ	vii
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE: ERGENLİK, BAĞIMLILIK, DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ve DİNDARLIK

1.1. Ergenlik.....	5
1.1.2. Ergenlik Dönemleri	6
1.1.2.1. İlk Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri	6
1.1.2.2. Orta Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri.....	7
1.1.2.3. Son Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri	8
1.1.3. Ergenlikte Meydana Gelen Fizyolojikve Hormonal Değişimler	9
1.1.5. Ergenlik Döneminde Bilişsel ve Davranışsal Sorunlar	13
1.2. Dijital Oyun Bağımlılığı	15
1.2.1. Bağımlılığın Tanımı, Tanı Kriterleri, Epidemiyolojisi ve Tedavisi	15
1.2.2. Dijital Oyunlar ve Tarihi	19
1.2.3. Dijital Oyun Bağımlılığı Tanımıve Epidemiyolojisi	21
1.2.4. Dijital Oyun Bağımlılığı Tanı Kriterleri.....	22
1.2.5. Mavi Balina ve MomoOyunları Bağlamında Dijital Oyun Tehdidi	23
1.2.6. Dijital Oyun Bağımlılığının Ergenler Üzerindeki Etkileri	25
1.2.7. Dijital Oyun Bağımlılığı Önlemleri ve Tedavisi	28
1.2.8. Dijital Oyun Bağımlılığı ile İlgili Yapılmış Araştırmalar	30
1.3. Dindarlık	33
1.3.1. Din ve Dindarlık Nedir?.....	34
1.3.2. Ergenlerde Dindarlık	36
1.3.3. Bağımlılık ve Din.....	38
1.3.4. Bağımlılık ve Dindarlık İlişkisi Üzerine Yapılmış Araştırmalar	41

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM ve BULGULAR

2.1. Yöntem.....	44
2.1.1. Araştırmanın Modeli.....	44
2.1.2. Evren ve Örneklem	44
2.1.3. Veri Toplama Araçları.....	45
2.1.3.1. Demografik Bilgi Formu	45
2.1.3.2. Dini Tutum Ölçeği.....	45
2.1.3.3. Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği	46
2.1.4. Veri Toplama İşlemi	46
2.2. Araştırmanın Bulguları	46
2.3. Ölçeklerin Normallik Analizi	47

2.4. Ölçeklerin Güvenilirlik Analizleri	48
2.5. Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılığı Durumlarının Demografik Veriler Açısından İncelenmesi	49
2.5.1. Cinsiyet Ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi	49
2.5.2. Yaş Ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi.....	50
2.5.3. Kardeş Sayısı ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi.....	51
2.5.4. Yaşanılan Yer ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi.....	53
2.5.6. Kendine Ait Oda ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi	54
2.5.7. Gelir Durumu ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi	55
2.5.8. Aile Dini İbadet Düzeyi ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi	56
2.5.9. Okul Türü ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi	58
2.5.10. Anne Eğitim Düzeyi ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi.....	59
2.5.11. Baba Eğitim Durumu ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi	61
2.6. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı.....	63
2.6.1. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi	64
2.6.2. Dindarlık Ve Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Regresyon Analizi	65
2.6.3. Dindarlık ve Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	66
2.6.4. Dindarlık ve Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değerler.....	66
2.6.5. Dindarlık ve Bireysel ve Sosyal Görevlerin Ertelenmesi.....	67
2.6.6. Dindarlık ve Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	67
2.7. Değerlendirme	68
SONUÇ.....	73
KAYNAKÇA.....	76
EK 1. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU	86
EK 2. DİNİ TUTUM ÖLÇEĞİ.....	87
EK 3. ÇOCUKLAR İÇİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ	88
EK 4. GAZİANTEP VALİLİĞİ İZİN BELGESİ	90
EK 5. ETİK KURULU İZNİ	91
EK 6. Ö Z G E Ç M İ Ş	92

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 2.1. Cinsiyet Dağılımı	45
Tablo 2.2. Yaş Dağılımı	45
Tablo 2.3. Normallik Analizi Tablosu.....	47
Tablo 2.4. Güvenirlilik Analizi Tablosu.....	48
Tablo 2.5. Cinsiyet ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu.....	49
Tablo 2.6. Yaş ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu.....	50
Tablo 2.7. Kardeş Sayısı ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu	51
Tablo 2.8. Yaşanılan Yer ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu	53
Tablo 2.9. Anne-Baba Birlikteliği ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu	54
Tablo 2.10. Kendine Ait Oda ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu.....	54
Tablo 2.11. Gelir Durumu ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu	55
Tablo 2.12. Aile Dini İbadet Düzeyi ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu	57
Tablo 2.13. Okul Türü ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu	58
Tablo 2.14. Anne Eğitim Düzeyi ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu.....	59
Tablo 2.15. Baba Eğitim Durumu ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu.....	61
Tablo 2.16. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu.....	63
Tablo 2.17. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığına Yönelik Pearson Korelasyonu Sonuç Tablosu	65
Tablo 2.18. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı Doğrusal Regresyon Analizi Tablosu	65
Tablo 2.19. Dindarlık ve Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma Alt Boyutuna İlişkin Regresyon Analizi Tablosu.....	66
Tablo 2.20. Dindarlık ve Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer Alt Boyutuna İlişkin Regresyon Analizi Tablosu.....	66
Tablo 2.21. Dindarlık ve Bireysel ve Sosyal Görevlerin Erteleenmesi Alt Boyutuna İlişkin Regresyon Analizi Tablosu	67
Tablo 2.22. Dindarlık ve Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma Alt Faktörüne İlişkin Regresyon Analizi Tablosu	67

KISALTMALAR LİSTESİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
AMATEM	: Alkol ve Madde Tedavisi Merkezi
APA	: Amerikan Psikiyatri Birliği
BDT	: Bilişsel Davranışçı Terapi
BM	: Birleşmiş Milletler
DSM	: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
DYK	: Destekleme ve Yetiştirme Kursu
EGM	: Emniyet Genel Müdürlüğü
ESA	: Eğlence Yazılımcıları Birliği
GAM	: Genel Agresyon Modülü
GİM	: Güvenli İnternet Merkezi
ICD	: Uluslararası Hastalık Sınıflandırması
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
TBM	: Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Programı
TDK	: Türk Dil Kurumu
TOGED	: Türkiye Oyun Geliştiricileri Derneği
TUBİM	: Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
UNESCO	: Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü
vb.	: Ve benzeri
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü
Yy.	: Yüzyıl

ÖZET

Bu çalışmada, ergenlik çağında olan bireylerin dijital oyun bağımlılık seviyeleri ile dindarlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amaçlanmıştır. Araştırmanın bir diğer amacı ise yaş, cinsiyet, okul türü ve ebeveyn birliktelik durumu gibi çeşitli değişkenlerin bağımlılık düzeyi ile ilişkisini ortaya çıkarmaktır. Bu çalışma kavramsal çerçeve ile yöntem, bulgular ve değerlendirme olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır. Çalışma kapsamında Gaziantep ili Şahinbey ilçesinde öğrenim görmekte olan 478 ortaokul ve lise öğrencisine “Kişisel Bilgi Forumu”, “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” ve “Dini Tutum Ölçeği” uygulanmış olup elde edilen veriler SPSS 25. 0 programında analiz edilmiştir. Çalışma sonucunda ergenlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile dindarlık seviyeleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca demografik değişkenler ile dijital oyun bağımlılığı skorları karşılaştırıldığında dijital oyun bağımlılığı düzeyinin; cinsiyet, yaş, çocuk sayısı, anne-baba birliktelik durumu, kendine ait oda durumu, aile gelir düzeyi, ailelerin dini ibadetlerini yerine getirme düzeyi, okul türü ve anne-baba eğitim seviyesi değişkenleriyle anlamlı ölçüde farklılaştığı görülmektedir. Elde edilen sonuçlar daha önceki çalışmalarla büyük ölçüde benzerlik göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Din Psikolojisi, Ergenlik, Dijital, Oyun, Bağımlılık, Dindarlık

SUMMARY
THE RELATIONSHIP BETWEEN DIGITAL GAME ADDICTION AND
RELIGIOSITY IN ADOLESCENTS THE CASE OF GAZIANTEP

In this study, it is aimed to put forward the relationship between digital game addiction levels and religiousness levels of adolescent individuals. Another aim of the study is to reveal the relationship between various variables such as age, gender, school type, grade level and parental coexistence with the level of religiosity and addiction level. This study consists of two parts: conceptual framework and method, findings and evaluation. Within the scope of the study, “Personal Information Form”, “Digital Game Addiction Scale for Children” and “Religious Attitude Scale” were applied to 478 middle and high school students studying in Şahinbey District of Gaziantep province and the data were analyzed in SPSS 25.0 program. At the end of the study, a negative and significant correlation was found between adolescents' level of digital game addiction and their level of religiousness. Furthermore, compared to demographic variables and digital game addiction scores, it was observed that the level of digital game addiction significantly differed according to the variables of gender, age, number of children, parents marriage union status, private room status, family income level, family religious worship level, school type, and parents education grade. The results obtained are largely similar to previous studies.

Keywords: Psychology of Religion, Adolescence, Digital, Game, Addiction, Religiousness

ÖNSÖZ

Ergenlik dönemi bireydeki biyolojik ve fizyolojik değişimlerin yanı sıra; sosyal, ahlaki ve psikolojik değişimlerin de gözlemlendiği ve kişilik gelişimi açısından kritik dönem olarak ifade edilen bir gelişim dönemidir. Bu bağlamda ergenlik dönemi içinde olan gençlerin bu dönemin görev ve sorumluluklarını sağlıklı bir biçimde pratik etmeleri daha sonraki gelişim dönemleri için oldukça önemlidir.

En genel tabir ile bağımlılık, bir şeye istek duymak ve o şey olmadan yapamamak anlamında kullanılmaktadır. Bağımlılık kavramı deyince toplumsal hafızada öncelikli olarak sigara, alkol ya da uyuşturucu madde bağımlılığı gibi bağımlılık türleri belirmektedir. Ancak son yıllarda kumar bağımlılığı, sanal alışveriş bağımlılığı ya da internet bağımlılığı gibi pek çok davranışsal bağımlılık türü de gündeme gelmiştir. Özellikle 2019 yılında tüm dünyada etkisini gösteren Covid-19 salgını sosyal medya bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı gibi türleri kamuoyu gündemine getirmiştir.

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre 2020 yılı itibariyle Türkiye’de 16-74 yaş arası internet kullanan bireylerin oranı %90’dır. Küresel çapta bir rapor olan “Digital in 2020” raporuna göre internet kullanıcıları internette günlük ortalama 6 saat 43 dakika vakit geçirmektedir. Bu sürenin 1 saat 10 dakikasını ise çevrimiçi oyunlar kapsamaktadır. Ortaya konan bu veriler günden güne artış göstermekte; bilgisayar, cep telefonu ve internet kullanımına başlama yaşı gün geçtikçe azalmaktadır.

Günlük hayatımıza bu kadar sirayet eden dijital araçlar ve internet kullanımı pek çok sorunu da beraberinde getirmektedir. Ergenlerle ilgili yapılan gözlemlerde “dijital oyunlar” ın ergenlerin hayatının önemli bir bölümünü kapsadığı açıkça görülmektedir. Amerikan Tıp Birliği’nin yaptığı bir çalışmada Amerikalı gençlerin %90’ ı dijital oyun oynamakta ve %15’inin de dijital oyun bağımlısı olduğu tahmin edilmektedir. Türkiye’de bu alanda yapılan bir çalışma olmasa da yazılı, görsel ve sosyal medyada ortaya çıkan haberler dijital oyun bağımlılığının giderek arttığını gözler önüne sermektedir. Sağlık Bakanlığı’nın yaptığı çalışmalarda dijital oyun bağımlılığı için çocuklar ve ergenler, risk grubu altında gösterilmektedir.

Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı’nın çalışmalarında dijital oyun bağımlılığının beraberinde bazı normal dışı davranışları da getirdiği ortaya çıkmıştır. Dijital oyun bağımlısı bireylerin pek çoğunda; sosyal hayata uyum sağlamada sorunlar, uyku ve yemek yeme

problemleri, göz, iskelet yapısı ve boyunda deformasyonlar gibi semptomlar da gözlemlenmiştir.

Ergenlik dönemi içinde pek çok açıdan değişime uğrayan bireyde soyut düşünme becerisinin de ön plana çıktığı bilinmektedir. Soyut düşünme becerisinin gelişmeye başlamasıyla birlikte bireylerin bilişsel şemalarında din, maneviyat ve mistik kavramların da yer etmeye başlaması ve dini düşüncelere ve ritüellere karşı tutumlar geliştirmesi öngörülmektedir.

Nörolojik çalışmalar dijital oyun oynayan bireylerin dopamin salgısını arttırarak beyinlerindeki haz merkezini uyarıldığını göstermektedir. Aynı şekilde araştırmalar, dini ritüellerin de dopamin salgısını arttırdığını ve bireylerin beyinlerindeki haz merkezlerini uyardığını göstermektedir. Meditasyon, namaz, dua ya da oruç gibi ibadetlerin beyin fonksiyonlarını arttırdığına yönelik pek çok araştırma bulunmaktadır. Çalışma bu benzerlikten yola çıkarak dijital oyun bağımlılığı ve dindarlık arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı ve alandaki diğer çalışmalardan da hareketle dijital oyun bağımlılığı kavramına farklı bir pencere açmayı amaçlamaktadır.

Çalışma; kavramsal çerçeve ve yöntem, bulgular ve değerlendirme olmak üzere iki bölümden oluşmaktadır. Giriş kısmında araştırmanın konusu, amacı ve önemi, problemi, hipotezleri, sayıtları, sınırlılıkları ve yöntemi hakkında açıklamalar yapılmıştır. Kavramsal çerçeve bölümünde ise ergenlik, bağımlılık, dijital oyun bağımlılığı ve dindarlık gibi araştırmanın temel kavramları detaylandırılmış ve ortaya konmuştur. Yöntem, bulgular ve değerlendirme bölümlerinde ise çalışmanın yöntemine değinilmiş, araştırmanın sayısal verileri analiz edilmiş, analiz edilen veriler yorumlanmış ve bir değerlendirmeye varılmıştır.

Çalışmanın ortaya çıkmasında zihinsel altyapımı şekillendiren ve beni manevi olarak her zaman motive eden kıymetli danışman hocam Doç. Dr. Orhan GÜRSU' ya teşekkürü bir borç bilirim. Yine desteğini her zaman yanımda hissettiğim ve çalışmamda büyük katkıları olan kadim dostum Ahmet Tevfik MUSARA ve kardeşim Müberra ÖZÇELİK' e teşekkür ediyorum. Son olarak maddi ve manevi desteğini her zaman yanımda hissettiğim sevgili eşim Sümeyye ÖZÇELİK' e minnettarım.

Murat Faruk ÖZÇELİK

Antalya, 2022

GİRİŞ

1. Araştırmanın Konusu

Gelişim dönemleri içerisinde “Ergenlik Dönemi” bireylerin kişilik gelişimleri açısından kritik dönem olarak belirtilmektedir. Bu dönemin gelişim görevlerinde meydana gelen aksamalar daha sonraki dönemlerin sağlıklı ilerlemesi için olumsuz bir faktör olarak karşımıza çıkar. Bu bağlamda ergenlik döneminde olan bireylerin; kişilerarası ilişkiler kurması, öz farkındalık geliştirmesi, kendi değerler sistemini oluşturmaları, hayatı ve diğer insanları tanınması ve toplumsal rolleri kavraması kendi gelişimsel serüvenleri açısından büyük bir önem arz etmektedir (Atak, 2011: 167).

Günümüz çağı web 2.0 araçlarının¹ yaygınlaştığı ve internet erişiminin toplumun pek çok kesimine ulaştığı bir çağdır. Bu çağda dünyaya gelen ve bu anlamda toplum bilimciler tarafından “dijital yerli”²olarak kategorize edilen ergenlik döneminde olan bireyler için internetin en önemli kullanım amaçlarından biri de dijital ve çevrimiçi oyunlar oynamaktır. Günden güne dijitalleşen dünyada haz ve tüketim kültürünün de yaygınlaşmasıyla birlikte “dijital oyun bağımlılığı” kavramı da gündemimize girmiş bulunmaktadır.

Ergenlik döneminde olan bireyler dijital oyun bağımlılığının risk grubu içindedir. Gerek yazılı ve görsel gerekse sosyal medyada yer alan haberlerde anne babaların en mustarip olduğu konuların başında, çocukların günün büyük bir bölümünü bilgisayar ve cep telefonunda oyun oynayarak geçirmesi gelmektedir. Böyle bir tabloda ergenlik çağındaki olan bireylerin içinde bulundukları dönemin ödev ve sorumluluklarını yerine getirebilmeleri, gerçek hayatla daha anlamlı ilişkiler kurabilmeleri gittikçe güçleşmektedir. Aynı zamanda pek çok araştırma, problemli oyun oynama davranışı sergileyen ergenlerin akademik, gelişimsel, bedensel ve zihinsel yönden olumsuz etkilerini ortaya koymaktadır (Balıkçı, 2018: 17).

Bu çalışmada “ergenlik”, “dijital oyun bağımlılığı” ve “dindarlık” kavramları üzerinde durulacak, bu alanlarda yapılmış çalışmalara ve ortaya atılmış kuramlara değinilecektir. Çalışmanın konusu, ortaokul ve lise düzeyinde eğitim görmekte olan ergenlerin dijital oyun bağımlılık seviyeleri ile dindarlık düzeyleri arasındaki ilişki olarak belirlenmiştir. Aynı zamanda çalışmada, ergenlik çağındaki bireylerin demografik ve sosyo-psikolojik özellikleri ile dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ve dini tutum arasındaki ilişki irdelenmektedir. Anket sonuçlarından çıkan veriler ışığında “dijital oyun bağımlılığı” sorunu ile ilgili değerlendirmelerde bulunmaktadır.

¹Kısaca yeni nesil internet teknolojisi ve sanal iletişim araçları olarak ifade edilebilir.

²2001 yılında Marc Prensky tarafından ortaya çıkarılmış ve dijital çağın içine doğan çocukları ifade etmek için kullanılan bir tanımdır.

2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırma, Gaziantep ili Şahinbey ilçesinde ortaokul ve lise kademelerinde öğrenim görmekte olan ve ergenlik çağında olan bireylerin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ile dindarlık seviyeleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamaktadır. Çalışmanın bir diğer amacı ise hedef kitlenin demografik ve sosyo-kültürel özellikleri ile dijital oyun bağımlılığı ve dindarlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Teknolojinin hızla ilerlemesinin bir sonucu olarak dijital ve çevrimiçi oyunlar bir sektör haline dönüşmüş bulunmaktadır. Güvenli İnternet Merkezi (GİM)'nin 2019 yılı raporuna göre dünyada 2019 yılı itibarıyla dijital oyun sektörünün pazar payı 151,9 milyar dolar olarak tahmin edilmektedir. Böylesine büyük bir sermayenin en büyük hedef kitlesi ise çocuk ve ergen bireylerdir. Dünyada olduğu gibi ülkemizde de ergenlik çağında olan pek çok birey, dijital oyun bağımlılığı tehdidi ile karşı karşıyadır. Öğrenci velileri ve okul psikolojik danışmanları ile yapılan görüşmelerde mustarip olunan en büyük sıkıntı; çocukların bilgisayar, tablet ve cep telefonu oyunlarında saatlerini hatta günlerini geçirmesidir. Bu oyunların pek çoğunun “aşamalı” ya da “seviyeli” oyunlar olması ergenlerdeki devam etme ve tamamlama duygusunu harekete geçirmekte ve onların ekran başında saatlerce kalmasını sebebiyet vermektedir.

Bu çalışma ergenlerde dijital oyun bağımlılığının dindarlıkla ve çeşitli demografik özelliklerle ilişkisini ortaya koymaya yöneliktir. Batının, bu dijital tehlikeyi önceden fark ettiği ve önleyici çalışmalarına hız verdiği bilinmektedir. Ancak ülkemizde bu alanda yapılan araştırma ve çalışmaların yeterli düzeyde olmadığı gözlemlenmektedir. Bu çalışma dijital oyun bağımlılığına farklı bir bakış açısı getirmeyi amaçlama ve bu yönüyle çalışma; eğitim, sağlık ve kültür alanındaki çalışmacılara bir referans niteliği taşımaktadır.

3. Araştırmanın Problemi

Ergenlik çağında olan bireylerin dijital oyun bağımlılığı seviyeleri ile dindarlık düzeylerinin ilişkisini ortaya koymak bu çalışmanın temel problemidir. Bu doğrultuda şu alt problem oluşturulmuştur.

1. Ergenlerin demografik değişkenleri, dijital oyun bağımlılığı seviyeleri üzerinde anlamlı bir farklılaşmakta mıdır?
2. Ergenlerin demografik verileri ile dijital oyun bağımlılığı alt boyutları arasında anlamlı bir farklılaşmakta mıdır?

4. Araştırmanın Hipotezleri

H1: Kadınların dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutları erkeklerden daha yüksektir.

H2: Yaş arttıkça dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutlardan alınan puanlar artmaktadır.

H3: Kardeş sayısı arttıkça bağımlılık alt boyut ve toplam puanları artmaktadır.

H4: yaşanan yere göre dijital oyun bağımlılığı alt boyutları ve toplam puanı değişiklik göstermemektedir.

H5: Anne babası birlikte veya ayrı olan çocukların dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutlarından alınan puanlar birbirinden farklıdır.

H6: Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutları kendilerine ait odaya sahip olma durumlarına göre farklılaşmaktadır.

H7: Katılımcıların gelir durumu arttıkça dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutları azalmaktadır.

H8: Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutları ailenin dini ibadet düzeyine göre farklılık göstermemektedir.

H9: Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutları eğitim gördükleri okul türüne göre farklılaşmaktadır.

H10: Annesinin eğitim düzeyi düşük olanların dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutlarından alınan puanları yüksektir.

H11: Babasının eğitim durumu düşük olan çocukların dijital oyun bağımlılığı toplamı ve alt boyutlarından alınan puanlar daha yüksektir.

H12: Dindarlık düzeyi düşükten yükseğe doğru gittikçe dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutlarından alınan puanlar anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

H13: Dindarlık arttıkça dijital oyun bağımlılığı azalmaktadır.

H14: Dindarlık dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutlarını yordamaktadır.

5. Araştırmanın Sayıtları

Araştırma örnekleminin evreni temsil gücü yüksek olduğu, katılımcıların ölçek ve anket sorularına verdikleri cevapların onların gerçek görüş ve düşüncelerini yansıttığı varsayılmıştır.

6. Araştırmanın Sınırlandırılması ve Yürütülmesi

Bu çalışmada ergenlik döneminde olan bireylerin dindarlık düzeyleri ve dijital oyun bağımlılığı seviyeleri arasındaki ilişki ortaya konmaya çalışılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Gaziantep ili Şahinbey ilçesinde Şahinbey

Belediyesi Adil Teymur İmam Hatip Ortaokulu, Turgut Özal Ortaokulu, Akkent Anadolu Lisesi, Şahinbey Belediyesi Mehmet Emin Er Kız Anadolu İmam Hatip Lisesi, Prof. Dr. Mehmet Görmez Erkek Anadolu İmam Hatip Lisesi, Şahinbey Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği Fen Lisesi'nde öğrenim görmekte olan öğrencilerle sınırlıdır.

Yapılan çalışma tüm dünyayı etkisi altına alan Covid-19 salgınına ilişkin yasaklar kapsamında öğrencilerin uzaktan eğitim ile öğrenim görmekte olduğu ve bu sebeple okula aktif olarak devam edemediği bir dönemde yürütülmüştür. Bu süreçte okullar ancak Destekleme ve Yetiştirme Kursları (DYK) ile öğrencilerle yüz yüze eğitim yapma imkânı bulmuştur. Bu durumdan dolayı, yapılan çalışma okullarda DYK'ya gelen öğrencilerle yürütülebilmektedir.



BİRİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE: ERGENLİK, BAĞIMLILIK, DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ve DİNDARLIK

1.1. Ergenlik

Bu bölümde ergenlik kavramının tanımı, aşamaları, doğası ve ergenlik döneminde olan bireylerde meydana gelen değişimler ve ergenlik döneminde ortaya çıkabilecek bir takım problemler üzerinde durulacaktır.

1.1.1. Ergenlik Nedir?

Bir gelişim dönemi olarak “ergenlik” döneminin biyolojik, psikolojik, antropolojik hatta sosyolojik boyutları vardır. Biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimsel pek çok değişime gebe olan bu dönem, değişimlerle karakterize olmuş bir dönemdir (Derman, 2008: 19). “Ergenlik” kavramının kökenine bakıldığında Latince “yetişkinliğe doğru yürüyen ve büyüyen anlamında kullanılan “Adolescere” kelimesinden türediği görülmektedir. Bu bağlamda değerlendirildiğinde “ergenlik” kavramı, bir durumu değil; devam eden bir süreci ifade etmektedir. UNESCO’ nun tanımına göre ise ergenlik; cesaretin çekingenliğe, serüven isteğinin rahata üstün geldiği bir çağıdır (Gürsu, 2011: 9).

TDK sözlüğünde “Cinsel organların fizyolojik gelişmesiyle başlayan, buluşa ermişlik ile yetişkinlik arasındaki dönem” (<https://sozluk.gov.tr/> (erişim tarihi: 3/12/2019)) olarak ifade edilen ergenlik kavramı terim anlamının yanı sıra pek çok anlamı da içerisinde barındıran geniş bir kavramdır. İçinde bulunduğumuz kültürde ergenlik kavramının daha çok çocukluktan çıkıp yetişkinliğe doğru uzanan süreçteki bir ara dönemi ifade ettiği bilinmektedir. Çivilidağ’ a göre (2013: 14) *Türkçe’ de buluş çağı, delikanlılık dönemi ya da olumsuzluk çağı* gibi terimler bu çağı tanımlamak için sıklıkla kullanılmaktadır. Bu çağda toplum tarafından bireyden; kimlik ve kişilik özelliklerini kazanması, ahlaki ve kültürel değerlerini oluşturması, kendisini fizyolojik ve zihinsel olarak yetişkinliğe hazırlaması beklenir.

Ergenlik beyindeki hipofiz bezinin yumurtalıklara sinyal yollamasıyla başlar. Bu durum salgı bezlerini aktif hale getirerek vücuda yüksek düzeyde hormonların pompalanmasına yol açar. Vücudun tüm organları bu değişiklikten etkilenir. Kültürden kültüre değişmekle birlikte ortalama olarak kızlar 11-12, erkekler ise 13-15 yaşında ergenlik

dönemine girerler ve bu dönem kızlarda 16 ila 21, erkeklerde ise 17-21 yaşlarına kadar devam eder (Pegem Akademi Komisyonu, 2015: 65).

Başka bir tanımda ise ergenlik kavramı “başta biyolojik değişimler olmak üzere; psikolojik, fiziksel, sosyal ve bilişsel gibi pek çok alanda değişim ve gelişimin olduğu birincil ve ikincil cinsiyet özelliklerinin kazanıldığı, zihinsel kapasitedeki belirgin bir artışla birlikte soyut düşüncenin geliştiği ve bunlarla birlikte siyasal, ekonomik, duyuşsal, toplumsal, yasal, kültürel gibi alanlarda da değişim ve sorumluluğun arttığı bir geçiş dönemi olarak değerlendirilmektedir (Gürsu, 2011: 9).

Bu tanımlardan ve bilgilerden yola çıkarak ergenliğin çocukluktan yetişkinliğe uzanan süreçte bir geçiş dönemi olduğu söylenebilir. Bu geçiş dönemi ergen bireylerin bütün duygularını yoğun bir şekilde yaşadığı ve abartılı tepkiler verdiği bir dönemdir.

1.1.2. Ergenlik Dönemleri

Ergenlik dönemi 11-15 yıllık bir aralığı kapsadığı ve farklı yaşlarda farklı seyirler gösterdiği için gelişim psikologları ve kuramcıları tarafından bölümlere ayrılmıştır.

1.1.2.1. İlk Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri

Araştırmacılara göre ilk ergenlik dönemi erinlik ile başlamaktadır. Bu sebeple ilk ergenlik dönemini açıklamak için erinlik kavramını incelemek gerekmektedir. Erinlik, cinsiyet yeteneklerinin kazanıldığı bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır. Yavuzer’e göre (2017: 245) erinlik dönemi; seksüel organların olgunlaştıkları sırada oldukça kısa süren fizyolojik değişiklikler evresi olarak görülmektedir. Ergenlik döneminin başlangıcını oluşturan bu evre kızlarda 6 ayı biraz aşarken; erkeklerde 2 yıl, hatta daha da fazla sürebilmektedir. Fizyolojik değişimin yanı sıra psikolojik olarak da pek çok değişimin başladığı dönem yine bu dönemdir (Gürsu, 2011: 11).

Bazı çalışmalar çocukluktan ergenliğe geçiş sürecinin 10-15 yaşlarını kapsadığını belirtse de bu rakamların mutlaklık ifade etmediği unutulmamalıdır. Nitekim ergenliğin başlangıcı coğrafya, iklim ya da beslenme şartları gibi faktörlerden etkilenmektedir. Örneğin Akdeniz gibi sıcak iklimlerde yaşayanlar ergenliğe daha erken girerken, soğuk iklimde yaşayanlar ergenliğe daha geç girmektedir. Bununla birlikte daha önce de ifade edildiği gibi ergenliğe başlama yaşının kızlarda 11-12, erkeklerde 13-14 olduğu söylenebilir (Koç, 2004: 233).

Erkeklerde gece boşalması, kızlarda da ise regl durumu erinlik döneminde görülen karakteristik cinsel değişimlerdir. Kültürden kültüre farklılık gösterse de yaygın kanaat kızların erkeklere göre ortalama iki yıl daha önce ergenliğe girdiği yönündedir. Ergenliğe geç

ve erken girmenin kızlar ve erkekler üzerinde farklı etkileri vardır. Ergenliğe erken girmek kızlar için çok büyük bir stres ve sıkıntı kaynağıdır. Ergenliğe erken giren kızlar düşük özgüven, utangaçlık ve çekingenlik gibi özellikler gösterebilirler. Bu durum erkeklerde tam tersidir. Ergenliğe erken giren erkeklerin genellikle daha atılgan, sosyal ve lider özellikler taşıdığı gözlemlenmektedir (Gürsu, 2011: 12; Pegem Akademi Komisyonu, 2015: 67).

Erinlik döneminin genel özellikleri; erkek bireylerde saldırganlık, kabadayı davranışlar ve yarışma; kız bireylerde ise daha çok düzen ve uyuma açık davranışlar olarak betimlenebilir. Yine bu dönemde kişisel gelişim ve aile huzurunun ön plana çıkması, fiziksel büyümede artış, birincil cinsiyet özelliklerinin kazanılması (cinsel organların büyümesi ve işlevselliği), ikincil cinsiyet özelliklerinin kazanılması (göğüslerin büyümesi, sesin kalınlaşması, vücutta tüylenme, yağ ve ter bezlerinin büyümesi), beden ölçü ve oranlarının farklılaşması, el ve ayaklardaki orantısız değişimler gibi bedensel gelişimler görülmektedir (Gürsu, 2011: 13).

Bu dönemde büyümenin çabuk ve hızlı olması, beraberinde duyguların, düşüncelerin ve tutumların da değişmesini getirmektedir. Değişimin hızı yüksektir ve ergen bu hızlı değişime uyum sağlamakta güçlük çekmektedir. Bu dönemde birey yeni bir duygu dünyasını tanımaktadır. Diğer cinse karşı duyulan aşk, coşku, neşe, iç sıkıntısı ve keder ergenin taşıdığı ikircikli hislerdir. Bu duygular ergenin davranışlarını da şekillendirmektedir. Dengesiz ve kararsız olma, zaman zaman yalnız kalma isteği, huzursuzluk duygusu ve iç sıkıntısı bu dönemde genellikle melankolik bir takım davranışları da beraberinde getirmektedir (Kulaksızoğlu, 2004: 130).

Ergenlik döneminin atipik yapısı hakkındaki sorular, tıbbi beyin görüntüleme sistemlerinin artmasıyla paralel olarak son yıllarda farklı bir boyut kazanmıştır. Bu dönemde beynin davranışsal ve zihinsel işlevleri yürüten bölümleri arasındaki kopukluk diğer dönemlere nispeten daha fazla olarak karşımıza çıkar. Bu yönüyle bakıldığında bir risk dönemi olan ergenlik dönemi aslında bireye yeni bir kişilik ve yaşam görüşü geliştirmesi açısından fırsatlarla dolu bir çerçeve sunabilmektedir (Steinberg, 2005: 70).

1.1.2.2. Orta Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri

Bu dönem kültürel ve coğrafi faktörlere göre değişiklik gösterse de genel olarak 15-18 yaşlarına tekabül etmektedir. Bu dönemin başlıca gelişim ödevi bağımsızlık ve kişiliğin bir bütün olarak oluşmasıdır. Yine bu dönemde ergenlikteki fizyolojik değişimler büyük ölçüde tamamlanır (Derman, 2008: 20).

Orta ergenlik döneminde gençlerde aileden bağımsızlaşma noktasında çelişkiler yaşanabilmektedir. Bu dönemin iki temel çatışma türü toplumdan bağımsız olma veya bağlanma şeklinde görülür (Gürsu, 2011: 13). Bireyin bu dönemde kendilerini anne-babadan ayırma süreci içinde tutma çabaları; duygusal yatırımlarını genellikle karşı cins üzerine yapmalarına, riskleri ve tehlikeleri olduğundan daha az görmelerine ve kendilerini her şeyi yapacak kudrette hissetmelerine sebep olabilmekte ve bu durum özellikle aile ile çatışmayı beraberinde getirmektedir. Bu dönemde doğru koşullar sağlanırsa bireyin duygusal özerkliği ve sorun çözme kabiliyeti oldukça gelişmektedir. Yine bu dönemde bireyler genellikle kendilerini akranlarının gözlerinden görürler ve böylece kılık kıyafete önem verme, öz bakımına her zaman olduğundan daha fazla titizlenme gibi davranış şekilleri geliştirebilirler. Bu dönemde bireylerin onaylanma ihtiyacı oldukça yüksek düzeydedir. Onaylanmadıkları durumlarda benlik saygılarında azalmalar olabilmektedir (Derman, 2008: 20).

Bu dönemin başlıca belirtileri; otoriteye karşı gelme, depresif belirtilerin kendini ön plana çıkarması, sevgi ve ilgiyi aile dışındaki kaynaklardan arama, aşırı cinsel davranışlar, akran gruplarının birey üzerindeki etkisinin artması, bilişsel gelişimin artmasıyla beraber soyut ve eleştirel düşünme yetisinin gelişmesi, onaylanma ve sorumluluk isteğinin artması olarak sıralanabilmektedir (Gürsu, 2011: 14).

1.1.2.3. Son Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri

Geç ergenlik dönemi olarak da bilinen bu dönem 18 yaş dolaylarında başlamakta ve bireyde kimlik duygusu bütünleşinceye kadar devam etmektedir. Geline son süreçte eğitimin tamamlanmaması, evlilik ve ebeveynlik rollerinin geciken yaşlara kayması gibi sebepler ergenliğin sonlanmasını geciktirmiş ve ergenlik yaşına dair olan popüler algıları yıkmıştır. Bu bağlamda ergenlik çağını 24 yaşına kadar ilerleten araştırmacılar epeyce çoğalmıştır (Sawyer ve ark, 2018: 224). Bu dönemde genel olarak akademik ve sanatsal arayışlar, ya da sosyal ilişkiler bireyin kendini daha iyi tanımasına ve bir topluluğa ait hissetmesine yol açmaktadır (Derman, 2008: 21).

Büyüme ve cinsel gelişmenin tamamlandığı bu dönemde birey, endişelerinin azaldığı bir döneme girmektedir. Soyut düşünme becerisi tamamen gelişen birey, geleceğe ilişkin hayaller kurar ve idealleri için çabalar. Yine bu dönemde kişiler önceki dönemlere göre daha sağlıklı kararlar verebilmekte; meslek ve eş seçimi yapabilmektedirler (Parlaz ve ark, 2012: 11).

Erinlik dönemi ile başlayıp geç ergenlik dönemi ile birlikte nihayete eren ergenlik çağı, duygu ve düşüncelerdeki dalgalanmalar ya da davranışlardaki aşırılıklar, tutarsızlıklar

gibi sebeplerden dolayı toplum tarafından problemlı bir dönem olarak görüle gelmiştir. Ancak Erik Erikson'a göre her gelişim dönemi bireyi daha sonraki gelişim dönemlerine hazırlamak için kritik bir önem arz etmektedir. Bu bağlamda bu dönemin bilindik sorunları bireyi daha sonraki gelişim dönemlerine hazırlamak için oldukça elzemdir. Zaten geç ergenlik döneminin başlamasıyla bireydeki sorunlu davranışlar yerini daha tutarlı ve anlamlı davranış ve düşünce kalıplarına bırakacaktır. Erikson'a göre başarılı bir kimlik inşa etmenin ve psikolojik iyi oluşun en temel koşulu ergenlik döneminin gelişim ödevlerini sağlıklı bir şekilde yerine getirmektedir (Crawford ve ark, 2004: 373).

1.1.3. Ergenlikte Meydana Gelen Fizyolojik ve Hormonal Değişimler

Ergenlik dönemi her yönüyle bir değişim ve başkalaşma dönemidir. Bireylerin çocukluktan sıyrılıp yetişkinliğe uzanan serüvenlerinde bir geçiş dönemi olarak bilinen bu dönem beraberinde fizyolojik, nörolojik ve hormonal birtakım değişimlerde getirmektedir.

Biyolojik gelişim açısından bakıldığında ergenlik, çocukluk döneminin olgunlaşmamış halinden yetişkinlik döneminin olgunluk haline geçişini ifade eden bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu dönemde kızlar erkeklere göre ortalama 2 yıl önce buluşa ererler. Fiziksel anlamda boy artışının da en hızlı olduğu yaşlar ise; kızlar için 11-12, erkekler için de 13-15 yaşları arasındır. Bu döneminde ergen birey yetişkinlik döneminde alacağı boyun genellikle %80' ine ulaşmaktadır (Koç, 2004: 234).

Erkek çocuklarda ilk bıyığın çıkmasının ve kızlardaki kalça genişlemesinin ardında, endokrin bezlerden salgılanan ve kan dolaşımı vesilesiyle tüm vücuda taşınan güçlü kimyasal maddeler olan hormonlar oldukça etkilidir. Bahsedilen hormonsal yapı kadın ve erkek bireylerde önemli ölçüde farklılıklar göstermektedir. Erkek cinsiyet hormonunun ana sınıfını "androjenler", kadın cinsiyet hormonunun ana sınıfını ise "östrojenler" oluşturmaktadır. Bu hormonlar cinsiyetten cinsiyete daha güçlü işlev görmekle birlikte her iki cinsiyette de mevcuttur (Santrock, 2012: 51).

Ergenlik dönemi fiziksel manada bireydeki değişimlerin ve büyümenin apaçık hissedildiği bir dönemdir. Bu dönemde bireyler ortalama 25 cm kadar uzarlar. Erinlik öncesi dönemde boy artışı yılda yaklaşık 5-6 cm iken, ergenlikte 8-8,5 cm' e kadar çıkabilmektedir. Söz konusu dönemde kilo artışının da ortalama 20 kg civarında olduğu söylenebilir. Kilo artışındaki hız beraberinde aşırı yağlanma ve özellikle kızlarda yeme içme bozuklukları gibi problemleri getirebilmektedir (Gürsu, 2011: 17).

Söz konusu dönemde erkeklerde kas kütlelerinde, kızlarda ise yağ dokusundaki artış fazla olabilmektedir. Ayrıca gırtlaktaki büyümenin sonucunda her iki cinsiyette de ses

kalınlaşması gözlemlenir. 13-14 yaşlarından sonra sesler iyice olgunlaşmaya başlar (Dinçel, 2006: 35).

Ergenlik dönemi birincil ve ikincil cinsiyet özelliklerinin de kazanıldığı bir dönemdir. Birincil cinsiyet özellikleri bireylerin üreme organlarındaki değişimleri ifade ederken, ikincil cinsiyet özellikleri ise bireylerin bedensel yapılarındaki değişimleri içerir. Bu kapsamda birincil cinsiyet özellikleri; kızlarda ilk âdet kanamasını müteakiben yumurta üremesinin başlaması ve üreme organlarında hızlı bir büyüme gerçekleşir. Erkeklerde ise, penise sperm akımını sağlayan prostat bezlerinin oluşması, gece boşalmalarının yaşanması ve üreme organındaki büyüme birincil cinsiyet özelliklerinin başlıcalarındandır. İkincil cinsiyet özellikleri kapsamında ise kızlarda; göğüslerdeki tomurcuklanma, cinsel organın etrafı ve koltuk altlarının kıllanması, kalçalardaki yağlanma ve beden yapısının omuzların daralması gibi değişimler sıralanabilir. Erkeklerde ise; kıllanmanın artması, omuzların genişlemesi, kalçaların daralması en belirgin ikincil cinsiyet özellikleridir. Yağ bezlerinin aktivitesinin artmasından dolayı bu dönemde kız ve erkek bireylerde genellikle sivilceler oluşmaktadır (Dinçel, 2006: 36).

18-20 yaşlarında artık her iki cinsiyet için de fiziksel gelişim çok büyük bir oranda tamamlanmış olur. Ancak fiziksel değişimler ile ilgili aktarılan bilgiler kişiden kişiye, toplumdan topluma farklılık arz etmektedir (Dinçel, 2006: 36).

1.1.4. Ergenlikte Sosyal, Ahlaki Gelişim ve Kişilik Gelişimi

Ergenlik dönemi bireylerde biyolojik ve hormonal değişimlerin yanı sıra zihinsel yapıda değişimlerin de görüldüğü tam bir farklılaşma çağıdır. Bu bağlamda ergenlik sadece boyun uzaması ya da sesin kalınlaşması değil, sosyal, ahlaki ve kişilik özelliklerinin de kazanıldığı bir gelişim evresidir.

Bireyin aile dışında en fazla sosyal paylaşım içinde bulunduğu dönem ergenlik dönemidir. Bu süreçte ergen kendini ispat etmek, istek ve ihtiyaçlarını tatmin etmek ve akranları ile bir arada olmak amacıyla sosyal ortamlarda sık bulunur. Ergenin kendi benliğini, yeteneklerini tanıyabilmek ve güçlü-zayıf yönlerini görerek ödünlemek amacıyla arkadaşlara ve sosyal ortamlara ihtiyacı vardır. Bu sosyal gruplar genellikle aynı ilgilere ya da hobilere sahip ergenlerin oluşturduğu gruplardır (Çivilidağ, 2013: 20).

Sosyal gelişim; kişinin yaşadığı toplum tarafından kabul edilebilir bir biçimde davranmayı öğrenme biçimi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu süreç doğumla başlar ve hayat boyu devam eder. Bu dönemdeki gelişimsel görevler daha sonraki dönemler için önem arz etmekte ve olgunlaşmanın temelini oluşturmaktadır (Dinçel, 2006: 49). Akranlar arasındaki

ilişkiler ergenlik dönemiyle birlikte daha belirgin hale gelir. Çocukluktan ergenlik dönemine geçişle birlikte sosyal normlardaki farklılaşma daha gözlemlenebilir bir hal alır. Bu dönemde olan bireyler eskiye nazaran yetişkinler tarafından daha az gözetim altında tutularak kendi akranlarıyla daha fazla vakit geçirirler. Bu dönemdeki arkadaşlık ilişkileri ergen bireylerin partner seçimi yapmalarına da olanak sağlamaktadır. Yine bu dönemde kurulan akran ilişkileri ergenlik çağında olan bireyler için bir statü ve itibar unsurudur ve ileriki yıllara dair bir örneklik oluşturur (Brown ve ark, 2009: 74-78).

Havighurst' e göre ergenlik döneminde olan bireyleri bekleyen sosyal gelişim görevleri; her iki cinsten yaşlılarıyla sosyal ilişkiler kurmak, anne, baba ya da başka yetişkinlerden duygusal olarak bağımsız olmak, bir meslek seçmek ve bu meslek doğrultusunda hazırlık yapmak, evlilik ya da aile hayatı için hazırlanmak ve toplum normlarına uygun davranış kalıpları geliştirmek olarak sıralanabilir (Orhan ve Ayan, 2018: 533).

Bu dönemde çocukluk ile yetişkinlik arasında bocalayan ergen, erişkin gibi muamele görememekte ya da kabul edilmemektedir. Ebeveynleri ve akran çevresi tarafından isteklerine uyulması için baskı görmektedir. Bu durum ergenlerin değerler arasında çatışma yaşamasına sebep olmaktadır. Bu sebeple ergenlerin sağlıklı bir özdeşleşme yaşayıp model alma yoluyla öğrenmesi oldukça elzemdir. Bu aşamada ergen bireylerin sosyalleşmesi açısından ailelerine ve akran çevrelerine önemli görevler düşmektedir (Gürsu, 2012: 30).

Ergenlik ile ilgili bir diğer önemli husus ise ergenliğin ahlaki boyutudur. Ahlak Arapçada huy ve tabiat anlamlarına gelen “hulk” kelimesinin çoğuludur ve insanın iyi veya kötü olarak vasıflandırılmasına yol açan manevi nitelikleri ve ortaya koyduğu davranışlar bütünü olarak tanımlanmaktadır (Vural, 2011: 18).

Ergenlikten önce bireylerde tam anlamıyla bir ahlaki yapıdan söz etmek mümkün değildir. Çünkü bilişsel açıdan soyut işlemlere dayanan ahlaki kabullerin kavranıp benimsenmesi ancak yeterli ve uygun bir bilişsel gelişim ile mümkün olur. Soyut düşüncenin gelişmesi ergenlik birlikte hızlanan bir süreç olduğu için ahlaki gelişim de bu dönemde hızlanır (Koç, 2004: 236). Ergenlik dönemi bireyin çocuklukta edindiği bilgileri kendi düşünce ve davranış kalıplarına uyumlama dönemidir. Bu dönemde bireyler önceden doğru kabul ettikleri ve üzerinde düşünmedikleri bilgileri yargılamaktadırlar (Ulusal, 2019: 10) Bu süreç ergen bireylerde bir takım ahlaki tutumlar oluşmasına yol açmaktadır. Alan yazını taradığımızda ahlaki gelişim açısından Kohlberg ve Piaget' in çalışmaları öne çıkmaktadır.

Kohlberg ahlaki gelişimin üç düzey (gelenek öncesi, geleneksel ve gelenek sonrası) ve altı aşamadan (her düzeyde iki aşama) oluştuğunu öne sürmüştür. Aşamalar model alma,

bilişsel çelişki ve akran etkileşimi gibi unsurlardan etkilenmektedir(Santrock, 2012: 249). Kohlberg' in ahlaki gelişim kuramı insanların toplum, kurallar, roller ilişkiler gibi kavramları anlamaya çalışmalarının gelişimsel yönüne atıfta bulunur. Buna benzer kavramlar ergenlerin yaşamlarına bir yön çizme hususunda oldukça önem arz eden ideolojiler için bir temel niteliğindedir.

Piaget ise ahlaki gelişimi dışa bağlı dönem ve özerk dönem olmak üzere iki gruba ayırmıştır. Ergenlik dönemi Piaget'in kuramında özerk döneme tekabül eder. Piaget'e göre ahlaki davranış değerlendirilirken niyete bakmak gerekmektedir. Niyet iyi ise davranış ahlaklı, niyet kötü ise davranış ahlaksız nitelik kazanacaktır. Ergen bireyler için ahlaki normlara uymak cezadan ya da otorite baskısından kaçınmak için değil, bireyin ya da toplumun yararına olduğu için olmalıdır (Pegem Akademi Komisyonu, 2015: 182).

Öte yandan *kişilik gelişimi* gelişim psikolojisinin en önemli kavramlarından biridir. Pek çok araştırmacıya göre ergenlik dönemi kişilik gelişimi açısından en önemli kritik dönem olarak karşımıza çıkmaktadır. TDK' nın tanımına göre kişilik; bir kimseye özgü belirgin özellik, manevi ve ruhsal niteliklerin bütünü ve şahsiyet anlamına gelmektedir (<https://sozluk.gov.tr/?kelime=ki%C5%9Filik%20d%C4%B1%C5%9F%C4%B1> e.t. 19.03.2020). Latince “maske” anlamında kullanılan “persona” sözcüğünden türeyen kişilik kavramı “karakter” kavramıyla karıştırılsa da farklı anlamlar içermektedir. Her ne kadar Freud kişiliğin fallik evrede (3-6 yaş) tamamlandığını söylese de daha sonraki araştırmacılar ve kişilik kuramcıları kişilik gelişiminin en önemli evresinin ergenlik dönemi olduğunu ileri sürmüşlerdir. Soyut işlemler döneminin ergenlik ile başladığı düşünüldüğünde bu görüşler daha da geçerlilik arz etmektedir (Gündoğdu, 2016: 386).

Ergen birey biyolojik, psikolojik ve sosyal alanlardaki değişimlerden kaynaklı zorluklarla mücadele ederken bir yandan da bir kimlik ve kişilik inşası sürecine girmiştir. Bu dönemde fiziksel değişimler de kişilik üzerinde etkili olmaktadır. Birincil ve ikincil cinsiyet özellikleri, bireyin beden imgesi ve ergenliğe girme yaşı, benlik tasarımı ve dolayısıyla kişilik gelişimini şekillendiren biyolojik etmenlerdir (Gürsu, 2012: 20).

Araştırmalar ergen bireylerdeki kişilik gelişiminin ilk ergenlikten daha ziyade yetişkinlik döneminde (18-25 yaş) daha hızlı olduğunu göstermektedir. Waterman(1985-1992) yaptığı çalışmada lisenin son yıllarında ve üniversite yıllarında olan bireylerin kimlik karmaşalarının azaldığı ve başarılı bir kişilik gelişimi gösterdiğini saptamıştır. (Santrock, 2012: 145).

Ergenlikte kişiliğin gelişmesi, benlik kavramının şekillenmesiyle paralellik gösterir. Benlik kavramı; bir bireyin kendisi hakkında sahip olduğu inançların karmaşık ve dinamik bir

sistemi olarak tanımlanmıştır. Kısacası benlik bireyin kendini nasıl gördüğüyle ilişkilidir. Ergenlik döneminde bireylerin benlik saygılarının üst düzeyde olması sağlıklı bir kişilik gelişimi oluşturmada temelidir. Benlik saygısı ile ilgili yapılan araştırmalarda bireyin cinsel kimlikleriyle ve cinsiyet rolleriyle barışık olmaları, sağlıklı kişiler arası ilişkiler geliştirmeleri, sorumluluklarını başarılı bir şekilde yerine getirmeleri vb. durumlarda olumlu benlik kavramı geliştirdikleri gözlemlenmiştir (Gander ve Gandiner, 2004: 494).

Kişiliğin oluşmasında genetik faktörler ve çevre etkilidir. Genetik faktörler bireylerin fiziksel özellikleri üzerinde etkili olduğu gibi zihinsel örüntülerini de etkilemektedir. Aynı şekilde diğer insanların tutumları fiziksel görünüş ve zekâ seviyesine farkı olan bireylere göre farklılaşmaktadır. Bilişsel gelişim de büyük ölçüde doğumla beraber gelen kalıtsal etmenlerle ilişkilidir. Bazı araştırmacılar bilişsel gelişim ve kişilik gelişiminin doğru orantılı bir şekilde birbirini etkilediğini ileri sürmektedir. Tüm bunlarla birlikte kişilik gelişimi çevresel faktörlerle tamamlanmaktadır (Kulaksızoğlu, 2004: 109).

Kula' ya göre ise (2001) ergenlikte kimlik karmaşasının en önemli nedenleri; bağımsızlık duygusunun yeterince kazanılmaması, sosyal statü, mesleki rollerde yaşanan belirsizlik ve gelecek kaygısı, hayat ideolojisinin yeterince oluşmaması ve cinsel kimliğin olgunlaşmamasından kaynaklı güven duygusu eksikliğidir (Gürsu, 2011: 23).

Alan yazına bakıldığında kişilik gelişimi ile ilgili en kabul görmüş teorilerden biri Ericson' un "Psikososyal Gelişim Kuramı" olarak karşımıza çıkar. Sekiz aşamadan oluşan bu kuramda ergenlik döneminin beşinci gelişimsel aşama olan "kimliğe karşı kimlik karmaşası" olduğu görülmektedir. Kişilik ve rol denemeleri Ericson' un kuramının temel unsurlarıdır (Santrock, 2012: 158). Ericson' a göre bu evrede birey ya sağlıklı bir kimlik gelişimi geliştirecek ve bir sonraki gelişimsel evrelere daha sağlıklı yönelecek ya da psikososyal moratoryum yaşayarak daha sonraki evreler için sıkıntı yaşayacaktır.

1.1.5. Ergenlik Döneminde Bilişsel ve Davranışsal Sorunlar

Ergenlik, hangi toplumda olursa olsun her bireyin yaşadığı bir evredir. Bu çağın temel özellikleri duygusal coşku ve taşkınlık, çabuk kurulan ve bozulan ilişkiler, kolay etkilenme, kişiliğin sınırlarını aşma, toplum içinde sivrilmeye, ilgi çekme, rol sahibi olma çabası biçiminde özetlenebilir (Yavuzer, 2017: 244)

Ergenlik dönemindeki davranışsal sorunlardan biri de otoriteye karşı gelmedir. Bu bağlamda ergen birey söz dinlememe, sürekli eleştirel olma ya da hata bulma gibi davranış örüntüleri gerçekleştirebilmektedir. Gelişimsel dönemde ebeveynler tarafından bazen bir yetişkin bazen de bir çocuk olarak algılanan ergen birey ne zaman ne şekilde davranacağını

bilememektedir. Bu dönemde hızla gelişmekte olan bedene zihinsel, duygusal ve cinsel değişimler ayak uyduramaz. Bu dönemlerde yetişkinlerin ergen bireylere karşı disiplinli ve baskıcı davranmaktan çok kabul edici, sevgi gösterici ve güven veren bir tutum sergilemesi elzemdir. Bu dönemde ergen bireyler ebeveynlerinin uzaktan denetimine ihtiyaç duyarlar. Aynı şekilde ergenlik sürecinde birey güven vermeye de ihtiyaç duyar. Kendisine güvenilmediği takdirde daha sonraki süreçte kaygılı bireyler ortaya çıkabilir (Kulaksızoğlu,2004: 131).

Ergenlik çağında olan bireylerdeki sosyal, bilişsel ve biyolojik değişimler beraberinde uyum sorununu da getirebilmektedir. Aslında ergenlik dönem itibariyle uyum sürecidir. Bu uyum süreci içinde aile ile otorite ile ya da toplum ile çatışma normal olarak karşılanmalıdır (Gürsu, 2012: 31).

Çocukluk çağı depresyonu ergenlik döneminde de görülebilen bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Yoğun ve sürekli devam eden bir mutsuzluk hali ile sevinci ve ataklığı azaltan bir hüznün depresyondaki ergenin en temel belirtileridir. Depresyon bazen üzüntülü bir olayın ardından ortaya çıksa da çoğu zaman belirli bir sebep olmaksızın ortaya çıkar (Saygılı, 2004: 182). Ergenlik dönemindeki problemler bazı durumlarda yalnızca bu dönemle sınırlı kalmayıp, bireylerin yaşamlarında sonradan etkisini gösterebilmektedir. Yapılan bir çalışma insanlardaki zihinsel problemlerin temel kaynağının ergenlik dönemindeki biyolojik ve fizyolojik değişimlere ayak uyduramamaktan kaynaklandığını ileri sürmüştür. Anksiyete bozuklukları, bipolar bozukluklar, yeme bozuklukları, şizofreni ve bir takım psikozların pek çoğu ergenlik çağında gelişir. Bu durumun temel sebebi ergenlik çağındaki kişilerarası anomaliler ve biyolojik faktörlerdir (Paus ve ark, 2008: 952).

Özellikle son dönemlerde görülen bir diğer ergenlik çağı problemi de internet ve oyun bağımlılığı olarak karşımıza çıkar. Bilgisayar, tablet, cep telefonu, internet ve televizyon artık çağımızın vazgeçilmez iletişim araçlarıdır. Dünya nüfusunun yarısından fazlası bu araçlarla ilişki halindedir. Gençlerin internet ve bilgisayarla bu denli meşgul olmaları başta olumlu bir durum olarak göze çarpabilir. Fakat teknolojiyi kullanım amacına baktığımızda bireylerin pek çoğu can sıkıntılarını gidermek ya da dijital oyun oynamak maksadıyla teknolojiyi kullanmaktadırlar (Çivilidağ, 2013: 54).

Ergenlik çağında olan bireylerin karşılaştığı problemler biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörler olarak üç grupta incelenebilir. Kızlar için erken, erkekler için geç olgunlaşma, prefrontal lobun erken gelişip korteksin geç gelişmesiyle birlikte amigdalanın erken olgunlaşması (bu durum ergenlerde kolay risk almanın sebebinin oluşturur), puberte ile gelen hormonal değişimlerin kızları depresyona daha fazla sürüklemesi vb. durumlar biyolojik

faktörlere örnek olarak gösterilebilir. Yine bu dönemde meydana gelen geniş duygusal dalgalanmalar, yoğun hüznün duygusu, madde bağımlılığı ve buna bağlı davranış problemleri, karar vermede duyguların ön planda olması ve otokontrolün azalması, aşırı ya da yetersiz ve düzensiz beslenme, internet ve oyun bağımlılığı, benmerkezci düşünme gibi durumlar psikolojik faktörler olarak karşımıza çıkabilir. Son olarak ergenlik çağında olan bireyin sosyal bağlamından (aile, okul, akran grubu vb.) kaynaklı problemler bu dönemde sıkça görülebilmektedir. Özellikle reddedilen, seviyesine inilmeyen, dinlenmeyen ergen bireyler olumsuz arkadaş gruplarında bu desteği arayacaklardır. Ergen bireyin otorite olarak ailesini ve öğretmenlerini değil, arkadaş çevresini görmesi bu dönemdeki problemlerin temelini oluşturmaktadır. Bahsedilen dönem yanlış sosyalleşmenin, ön plana çıkma isteğinin sıkça gözlemlendiği bir dönemdir (Santrock, 2012: 424-425).

Psikoterapist Karen Horney “*Düşman bir dünya içinde yarımsız ve yalnız olma hissi temel anksiyetenin asıl sebebidir.*” sözüyle aslında yaşanan tüm problemlerin sebebini özetlemiştir (Özcan, 2017: 223). Ergenlik çağında olan bireyler içinde yalnız ve yarımsız hisseden bireyler bu davranışları sergilemektedir. Ergenlik çocukluktan yetişkinliğe bir geçiş evresidir ve bu dönem bireylerin yetişkinliğe uyum sağlamaya çalıştığı ve bu sebeple daha çok hata yaptığı bir dönem olarak bilinir. Bu dönemde ergen bireylerin doğru rol modeller bulması, duygularını ve düşüncelerini özgürce ifade edebileceği ve doğru tepkiler alabileceği ortamlarda bulunması sosyal öğrenme kuramının bakış açısıyla düşünüldüğünde büyük bir öneme sahiptir. Bu açıdan özellikle ilk ve orta ergenlik döneminde olan bireylerin olumlu davranış kazanmasına destek olacak ortamlar önem kazanmaktadır. Zaten müthiş bir enerji potansiyeline ve dinamiğe sahip ergen bireyin içindeki potansiyelini sportif, sanatsal ya da kültürel faaliyetlere kanallandırmak bu dönemde ebeveynlere düşen önemli bir görevdir (Şahin ve Özçelik, 2016: 44).

1.2. Dijital Oyun Bağımlılığı

Bu bölümde dijital oyun bağımlılığı kavramının tanımı, tanı kriterleri, toplumdaki dağılımı, tedavisi, tarihi ve ergenler üzerindeki etkileri ele alınacaktır. Ayrıca Mavi *Balina* ve *Momo* gibi bazı oyunlar özelinde dijital oyunların oluşturduğu tehditler üzerinde durulacaktır.

1.2.1. Bağımlılığın Tanımı, Tanı Kriterleri, Epidemiyolojisi ve Tedavisi

Bağımlılık oldukça geniş bir kavram olup içerisinde pek çok anlam barındırmaktadır. Tarihsel bağlamda incelendiğinde bağımlılık yüzyıllar boyunca bir şeye istek duymak anlamında kullanılmıştır. 19. yy’ a gelindiğinde bağımlılık kavramı yoksunluk belirtilerini gösteren, tolerans geliştiren ve çekilme belirtilerine yol açan bir ilaca zararlı bir şekilde

bağlanma ile tanımlanmıştır. *Bağımlılık* kelimesi Latince *addico* kavramından gelmekte ve köleleştirme ya da mahkûm olma anlamında kullanılmaktadır. Bir kavram olarak bağımlılık; ilk olarak 1964 yılında Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından *bağımlı bir kişinin bağımlısı olduğu madde ya da davranışın diğer davranışları karşısında çok büyük bir üstünlük kazanması sonucu psikolojik, davranışsal ve zihinsel vaka sınıfına dâhil olması* şeklinde tanımlanmıştır (Gürsu, 2018: 31-32). Yeşilay'ın Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Programı'na (TBM) göre bağımlılık; *kişinin kullandığı bir nesne veya yaptığı bir eylem üzerinde kontrolü kaybetmesidir*. Ancak bu tanım bağımlılık kavramını tam olarak karşılamamakta, dar ve kısıtlayıcı görülmektedir. Bağımlılık kavramında kilit noktalar bedende ve ruhta yaşanan değişimler ve devamlı periyodik gerçekleşme ya da gerçekleşmeme durumu, tolerans geliştirme ve yoksunluk gibi ifadeler olmalıdır (Bektaş, 2018:148). Tüm bu bilgilerden hareketle bağımlılık daha kapsamlı bir ifadeyle *bireylerinin ruhsal veya bedensel sağlığına ya da sosyal yaşamına zarar vermesine karşın belirli bir eylemi yinelemeye yönelik önüne geçilmez bir istek duymayı ifade eden biyopsikososyokültürel bir durumdur* (Karlı, 2019: 231).

Bağımlılık konusu nöropsikolojinin de üzerine eğildiği bir konudur. İnsanda meydana gelen haz duygusu beyindeki limbik sistem içerisinde yer alan striatum olarak bilinen bölgeden yönetilmektedir. Striatumun da en çok haz duygusu ile ilişkili bölümü “accumbens” bölgesidir. Beyin sapından yönelen dopamin striatuma gelmekte ve bireyde, ona haz veren her ne ise onu elde etmeye yönelik bir istek oluşturmaktadır. Bu istek beynin prefrontal korteksine ulaşmakta ve burada hazzı yüksek bir ödüle doğru eylemde bulunmaya karar verilmektedir. Yani prefrontal korteks alınması gereken hazzın niteliği ve derecesi hakkında bir değerlendirmede bulunmaktadır. Bu değerlendirme neticesinde birey maddeye ya da davranışa karşı bir bağımlılık duygusu hissetmektedir. Madde kullanımı ya da bağımlı olunan davranış tekrar ettikçe, beyindeki haz hissinin kaynağı olan dopamin ve endorfine karşı bir tolerans gelişir. Yani beynin haz merkezi olan limbik sistem, karar verme merkezi olan prefrontal lob üzerinde etkili olmaya başlar. Bağımlılık her neye karşı gelişirse gelişsin, bağımlı bireylerin beyinleri görüntülendiğinde, kortikal bölgenin fonksiyonunu %90 nispette yitirebildiği gözlemlenmiştir (Erbaş, 2020: 139-142).

Bağımlılık kavramı Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayımlanan DSM 4 kitabında madde bağımlılığı ve davranışsal bağımlılık olmak üzere ikiye ayrılmıştır. *Bireyin madde kullanımı sonucu ortaya çıkacak olan zihinsel, davranışsal ve psikolojik semptomları bilmesine karşın madde kullanımına devam etmesi ve bu davranışın tekrarlaması* madde bağımlılığının tanımı olarak karşımıza çıkmaktadır. Uyuşturucu madde ve alkol dışında kalan

ay, kahve, sigara, çikolata gibi maddelere bağımlılık bu kapsamda yer almaktadır (Gürsu, 2018: 32). Davranışsal bağımlılık ise 1990 yılında Isaac Mark tarafından ortaya atılmış bir kavram olup, *zarar verici yönde davranmak için duyulan tekrarlı dürtüler* şeklinde tanımlanmıştır. Alışveriş, internet, cinsellik ya da cep telefonu kullanma vb. bazı davranışsal bağımlılıklar günlük yaşamın bir parçası sayılabilecek aktiviteler iken, kleptomani (alma hastalığı) ya da kumar oynama vb. şekillerdeki bağımlılıklar patolojik bağımlılıklar olarak kabul edilir (Nazlıgöl ve Yılmaz, 2019: 98).

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayınlanan tanı sınıflandırmasında aşğıdaki yedi ölçütten üçünü ya da daha fazlasını on iki aylık dönem içinde herhangi bir zaman diliminde barındıran bireylere bağımlılık teşhisi konulabileceğı bilinmektedir.

- a. Tolerans geliştirmek: Maddenin etkisini hissedebilmek için kullanılan madde miktarının sürekli arttırılmasına duyulan ihtiyacı ifade etmek için kullanılır.
- b. Yoksunluk belirtileri: Kullanılan maddenin kullanımı kesildiğinde veya azaltıldığında, hissedilen fizyolojik ve bilişsel belirtilerdir.
- c. Tasarlandığından daha uzun süreli ve fazla miktarda alınması
- d. Maddeyi bırakmada sık ve başarısız girişimler
- e. Maddeye ulaşmak ya da kontrol altına almak için büyük zaman harcama
- f. Madde kullanımından dolayı sosyal, kişisel ve mesleki faaliyetlerin azalması ya da tamamen bırakılması

- g. Psikolojik sıkıntılara karşın madde kullanımını sürdürme (Gürsu, 2018:34).

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) potansiyel davranışsal bağımlılıklarla ilgili olarak pek çok alanyazın incelemesinde bulunmuş fakat tanısal ölçütleri olmadığı için yeterli düzeyde geçerlik ve güvenilirlik çalışması olmadığından dolayı DSM 5' in üçüncü bölümünde yer alan “üzerinde daha fazla çalışma yapılması önerilen durumlar” başlığı altında yer vermiştir (Nazlıgöl ve Yılmaz, 2019: 99).

Bağımlılık yapıcı maddeleri kullanım oranına bakıldığında en yüksek payın sigara ve alkol kullanımında olduğu bilinmektedir. Birleşmiş Milletler (BM) tarafından 2016 yılında yayımlanan “Dünya Uyuşturucu Madde Raporu” isimli çalışma dünya çapında 2014 yılında 15 ila 64 yaş arasındaki insanlardan oluşan 250 milyon kişinin en azından herhangi bir maddeyi hayatında en az bir kere kullandığı, toplam madde bağımlılarının sayısının 29 milyon kişiyi aştığı ve madde kullanım yaygınlığının aşırı oranda olduğu saptanmıştır (Işık, 2018: 212). Ülkemizde 2011 yılında Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi (TUBİM) tarafından yapılan bir araştırmaya göre yaşam boyu madde kullanım sıklığı %2,7 olarak ortaya konmuştur.

Emniyet Genel Müdürlüğü (EGM)' nün 2019 yılında 42754 kişiyle yaptığı bir çalışmada hayatında en az bir defa tütün ve mamulleri tüketenlerin oranı %47, en az bir defa alkol tüketenlerin oranı %22,1, en az bir defa madde kullananların oranı %3,1 olarak saptanmıştır (Türkiye Uyuşturucu Raporu, 2019: 91). Öte yandan her yıl dünyada 5 milyon 400 bin kişinin sigaraya kullanımına bağlı hastalıklardan hayatını kaybettiği, sigara bağımlılarının %15' ini ergenlerin oluşturduğu, Amerika'da alkol bağımlılığının genel nüfusun %13,8' ini oluşturduğu bağımlılık ile ilgili bazı istatistikî veriler olarak karşımıza çıkmaktadır (Gürsu, 2018: 36-52).

Tarihsel sürece bakıldığında 1960'ların sonu, 70'lerin başında birçok ülkede bağımlılık tedavi merkezleri kurulmaya başlamıştır. Daha önceki süreçte bağımlılık tedavisi az sayıdaki uzman tarafından ve akıl hastanelerinde yapılmaktaydı. Bağımlılık tedavisi 1960' lardan sonra ve özellikle de son 20 yıllık dönemde oldukça gelişmiştir. Bu konuda pek çok umut vadeden tedavi yöntemleri, uygulama şekilleri ve terapötik yaklaşımlar getirilmiştir. Önceleri sınırlı sayıda olan farmakolojik (ilaçlı) tedavi yöntemleri son dönemlerde çeşitlilik göstermiştir. Madde kullanımı ve madde bağımlılığı sorunu sadece uzmanlaşmış kişilerce değil, gönüllü olarak hizmet veren ve yöntem kullanan çeşitli kurum ve kuruluşlarca da ele alınmaktadır (Ögel, 2017: 4-5).

Tüm hastalıklarda olduğu gibi bağımlılıkta da en etkili tedavi yöntemi hastalığın gelişim seyrini engellemektir. Hastalığın gelişim seyrini engellemek için olası risk faktörlerini iyi tanımak gerekir. Risk faktörleri bireyin mizacı, kişilik özellikleri gibi faktörlere bağlı olarak farklılık gösterebilmektedir (Nurmedov, 2017: 228).

Madde kullanım bozukluklarının tedavisi esasen tıbbi tedavi ve psikososyal tedavi olmak üzere iki temel yaklaşımdan oluşmaktadır. Bağımlı kişinin tedavisine tıbbi tedavi ile başlanmalı daha sonraki süreçte psikoterapi yöntemleri kullanılmalıdır. Ülkemizde bağımlılık tedavisi alanında hizmet veren en etkin kuruluş Alkol ve Madde Tedavisi Merkezi (AMATEM) olarak karşımıza çıkmaktadır. Ayrıca 1935 yılında kurulan ve 12 *Basamak Yöntemi* ile pek çok bağımlının iyileşmesine vesile olan *Adsız Alkolikler* isimli gönüllü grup ülkemizde de etkin olarak faaliyet göstermektedir (Gürsu, 2017: 38). Öte yandan bağımlılık tedavisinde bilişsel davranışçı, varoluşçu ve davranıcı tedavilerin kullanıldığı bilinmektedir.

1.2.2. Dijital Oyunlar ve Tarihi

Dijital oyun bölümüne giriş yapmadan evvel, kavramlar arasındaki karışıklığı önlemek amacıyla internet ve teknoloji bağımlılığı kavramlarını incelemek yerinde olacaktır.

Genel kanıya bakıldığında son elli yıl içindeki teknolojik gelişmeler, son iki yüz yıllık teknolojik gelişmeler daha hızlıdır. Teknolojik gelişmelerin hızlanması ve çeşitliliğin artması insan hayatının her alanında etkisini göstermekte ve önemli kolaylıklar sağlamaktadır. Gelişen teknoloji ile birlikte cep telefonu, bilgisayar, internet, tablet ve televizyon vb. gereçlerin hayatımıza girmesi bazı problemleri durumların ortaya çıkmasına sebep olmuştur (Gürsu, 2018: 52). Teknoloji ile bağımlılık kelimesi uzun süre yan yana getirilmek istenmemiş, bunun yerine teknoloji bağılılığı, patolojik teknoloji ya da internet kullanımı gibi tanımlar kullanılmıştır. Ancak süreç içinde konuyla ilgili yapılan çalışmalar ve kliniklere gelen vakaların sayısı arttıkça “teknoloji bağımlılığı” adlandırmasının gerekliliği ortaya çıkmıştır (Dinç, 2015: 34). Yeşilay’ ın tanımına göre (2017) teknoloji bağımlılığı; *bireyin teknoloji kullanırken kontrolünü kaybetmesi, teknolojiyi sınırsız ve ölçüsüz kullanması, diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi bağımlısı olunan teknolojik aletlere ulaşamadığında yoksunluk hissi yaşaması* durumudur.

İnternet altyapısının ve kullanımının artmasıyla birlikte internetin muhtemel zararları da tartışılmaya başlanmıştır. İnternet başında uyumadan günler geçiren, hatta ölen gençlerin artması, internet kullanımının bireylerin sosyal ve mesleki hayatlarında bozulmaya sebep olmaya başlaması gibi sebepler internet bağımlılığı alanında yapılan çalışmaları hızlandırmıştır. İlk defa Ivan Goldberg (1995) “internet bağımlılığı” terimini tanımlamış ve internet bağımlılığının tanı ölçütleri için göstergeler geliştirmiştir. Teknoloji bağımlılığının bir alt boyutu olan internet bağımlılığı *internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internette geçirilen süreye giderek daha fazla ihtiyaç duyulması, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın önemini yitirmesi, internetten yoksun kaldığında aşırı sinirlilik, gerginlik, huzursuzluk gibi durumların ortaya çıkması ve bireyin mesleki, sosyal ve kişisel hayatında bozulmanın giderek artması* olarak tanımlanmıştır (Bozkurt ve ark, 2016: 236).

Dijital oyun kavramı bilgisayar, mobil, ağ, konsol ve video oyunlarının tümünü ifade eden genel bir kavramdır. Yani teknolojik araçlar yardımıyla oynanan oyunlar dijital oyunlar kapsamına girmektedir (Karabulut, 2019: 7). Dijital oyun kavramı yerine video oyunları kavramı ve bilgisayar oyunları kavramının kullanılmasında herhangi bir sakınca yoktur. Konsol oyunları da bu kapsama girebilir (Terlemez, 2019: 12).

Teknolojinin yaygınlaşmasıyla birlikte geleneksel oyunların yerini dijital oyunlara bıraktığı aşîkârdır. Dijital oyunların tarihi kimi araştırmacılar tarafından 1940’ lı yıllarına

başına dayandırılrsa da, 1951 senesinde Ralph Bear isimli mühendis televizyon tabanlı video oyun fikrini ilk ortaya atan kişidir. Bu fikri 1966 senesinde pratiğe dönüştüren Bear ilk video oyun prototipini yazmış ve uygulamaya koymuştur. Massachusetts Teknoloji Enstitüsü (MIT) öğrencisi Steve Russel' ın "Spacewar" isimli oyunu dijital oyun tarihinin en önemli oyunlarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Dijital oyunların endüstriyelleşmesi ise 1971 senesinde Nolan Bushnell' in jetonla çalışan ve Spacewar' a çok benzeyen Computer Space oyun makinasını üretmesi ve pazarlamasıyla başlamıştır (Karabulut, 2019: 8).

Daha sonraki süreçte 1975' te Microsoft ve 1976' da Apple şirketlerinin ABD' de kurulmasıyla birlikte sektör iyice hız kazanmıştır. 1982 yılına gelindiğinde oyun oynamak için tasarlanmış bir bilgisayar konfigürasyonu³ olan Commodore 64 piyasaya sürülmüştür. Yine aynı yıl bilgisayar oyunlarının öncüsü olan ünlü şirket Elektronik Art kurulmuştur. 1986' da internetin ticari kullanıma açılmasıyla birlikte dijital oyun çeşitliliği de artış gösterir. 1990 yılında Nintendo isimli şirket yaklaşık 50 milyon adet satılacak olan Super NES (SNES) oyun konsolunu piyasa sürmüştür. İlk Türkçe tabanlı strateji oyunu Hançer ise 1992 yılında ortaya çıkmıştır. 1994 yılında Sony şirketi PlayStation oyun konsolunu pazara sürmüştür. 1996 yılına gelindiğinde özellikle kadınlar için üretilecek olan Barbie Fashion Designer müşterileriyle buluşmuştur. 1999 yılında SEGA şirketi 11 milyondan fazla satılacak olan Dreamcast adlı oyun konsolunu piyasaya sürmüştür. Yine aynı yıl on milyonlarca kullanıcı tarafından oynanacak olan Half-Life ve Counter Strike oyunları çıkmıştır (Sezen ve Sezen, 2011: 274-276).

Milenyum çağı olarak adlandırılan 2000' li yıllara gelindiğinde dijital oyun çeşitliliğindeki ivme daha da hızlandı. Bu dönemden sonraki çocuklar dijital dünyanın tam ortasına doğdular ve Z kuşağı olarak nitelendirildiler. Teknolojiye ve gereçlerine kolay ulaşan, tüketim kültürüyle beslenen ve sosyal etkinlikler yerine bireysel faaliyetlere daha fazla yönelen bu nesil, dijital oyun firmaları için müthiş bir insan gücü ve pazar haline gelmişti. Dijital oyun piyasasının dünya ekonomisindeki payını gösteren veriler bu durumu destekler niteliktedir.

Dijital oyun sektörü küresel bazda en hızlı büyüyen sektörlerden biri olarak göze çarpmaktadır. Öyle ki büyüme hızında otomotiv ve enerji gibi dev sektörleri ve eğlence dünyasının amiral gemisi olarak bilinen sinema sektörünü de geride bırakmıştır (Dijital Oyunlar Raporu, 2019: 8). Gelişimi ve çeşitliliği hızla devam eden dijital oyun endüstrisi 2015 senesinde 93,1 milyar dolar bütçeye sahipken, 2016' ya gelindiğinde 106,5 milyon dolar, 2017 yılında ise 121,7 milyar dolar seviyesine ulaşmıştır (Karabulut, 2019: 9). 2018

³Bilgisayar sistemi oluşturmak için bileşenlerin düzenlenme şekline verilen isim olarak tanımlanabilir.

yılında yaklaşık 138 milyar dolar seviyesinde olan dijital oyun pazarı büyüklüğünün, 2021 yılında 180 milyar dolar bandında olması tahmin edilmektedir (Newzoo Global Games Market Report, 2019). Ayrıca dünya genelinde iki buçuk milyar insanın aktif dijital oyuncu olduğu tespit edilmiştir (Dijital Oyunlar Raporu, 2019).

Ülkemizde yaklaşık 30 milyon insan bilgisayarların, telefonların, tabletlerin ya da televizyonların başında oyun oynamaktadır. Türkiye’deki oyun pazarı 2017’de 750 milyon dolarken 2018 yılında bu büyüklük 878 milyon dolara çıkmıştır. Ayrıca Türkiye Oyun Geliştiricileri Derneği (TOGED), ODTÜ-Teknokent, ATOM ve Oyunder gibi kuruluşlar bağımsız ve profesyonel yüzlerce geliştiriciye imkân sağlayıp sektörün gelişmesine olanak tanımaktadır (Dijital Oyunlar Raporu, 2018).

Eğlence Yazılımları Birliği (ESA) piyasa araştırmasına göre 2013 itibarıyla en fazla satılan dijital oyunların %38,2’i taktik oyunları, %31,9’u aksiyon oyunları oluşturmıştır. Ayrıca oyun tercihlerinin cinsiyete göre farklılaştığı da bilinmektedir. Kadınların fantezi içeren, şiddet içermeyen, daha az rekabetçi, yavaş tempolu, tek kişilik oyunları; erkeklerin ise heyecan dozu yüksek, strateji üretebilecekleri, grafik kalitesi yüksek, güncel ve gerçek yaşama yakın, şiddet içerikli ve multiplayer çevrimiçi oyunları daha çok tercih ettikleri ortaya konmuştur (Irmak ve Erdoğan, 2016: 129).

1.2.3. Dijital Oyun Bağımlılığı Tanımı ve Epidemiyolojisi

Davranışsal bağımlılığın bir türü olan ve kendini günden güne daha fazla gündemimize getiren dijital oyun bağımlılığı için farklı araştırmacılar tarafından birtakım tarifler yapılmış, ancak kapsayıcı bir tanım tam olarak ortaya koyulamamıştır. Yapılan tanımlamalar klasik bağımlılık tanımının argümanlarını içermekle birlikte dijital oyun dünyasının terminolojisine de kapsamaktadır. Esasen video oyunları, çevrimiçi oyunlar, bilgisayar oyunları vb. isimler de bu kavramın yerine kullanılabilmektedir. Ancak günümüzde bu oyunların telefon, tablet, bilgisayar ya da oyun konsolları ile oynanabiliyor olması ve aynı zamanda online ve offline çeşitlerinin bulunması gibi sebepler dijital oyun tanımlamasını daha yerinde kılmaktadır.

Uluslararası Hastalık Sınıflandırması’na (ICD-11) göre (2018) oyun oynama bozukluğu; *çevrimiçi ya da çevrimdışı olarak gösterilebilecek sürekli veya tekrarlayan oyun oynama davranışı* şeklinde tanımlanmaktadır (Dijital Oyunlar Raporu, 2018: 15). Yine dijital oyun oynama davranışına duygu durum değişimi, yoksunluk, tolerans ve çatışma gibi semptomların da eşlik etmesi gerekmektedir.

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından geliştirilen ve 2013 yılında yayımlanan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı- 5'in (DSM-5) üçüncü araştırma ekinde dijital oyun bağımlılığı, internette oyun oynama bozuklukları olarak ele alınmış, ayrıca klinik tanıyı destekleyen ve ruhsal bir hastalık olduğunu tanımlayan farklı araştırmaların yapılması da önerilmiştir (İrmak ve Erdoğan, 2015: 2). 2018 yılına gelindiğinde ise Dünya Sağlık Örgütü (WHO) dijital oyun bağımlılığını bir ruh sağlığı bozukluğu olarak kabul etmiştir (Celimli, 2019).

Dünya Sağlık Örgütü' nün madde bağımlılığı koordinatörü Vladimir Poznyak' a göre dünyada yaklaşık 300 milyon insan oyun bağımlısıdır (İnan, 2019). Türkiye' de 20-25 milyon insanın dijital oyunlar oynadığı bilinmekte ve 7-8 milyon e-sporcunun⁴ günde ortalama 8 saatini dijital oyun oynayarak geçirdiğine ilişkin tahminler yürütülmektedir (BTK, 2018). Arıcak' a göre (2018) Türkiye'de dijital oyun bağımlıları daha çok 12-20 yaş aralığında bulunmaktadır ve genel nüfusun %1-3' ü ne tekabül etmektedir (Rakipoğlu, 2019).

Mustafaoğlu ve Yasacı (2018: 53) tarafından yapılan bir çalışmada dijital oyun oynamaya başlama yaşı 4,5 ve günde dijital oyun oynama süreleri 179,9 dakika (3 saat) olarak saptanmıştır. Yine aynı çalışmada erkeklerin kadınlara oranlara daha fazla dijital oyun oynadıkları saptanmıştır. Bu çalışmaya göre dijital oyun oynayan çocukların %65,7' si bilgisayar, %72,1' i akıllı telefon, %85,2'si tablet ve %24,5'i oyun konsolunu tercih etmektedir.

Çeşitli ülkelerden 7019 denek üzerinde yapılan bir araştırmada 840 oyuncunun (%11,9) dijital oyunlara bağımlı olduğu gözlemlenirken Türkiye'de 865 ergen üzerinde yapılan bir çalışmada oyun bağımlısı tanımına uyan örneklem %28,8 olduğu ifade edilmiştir (Balıkçı, 2018: 8).

Türkiye' de dijital oyun bağımlılığı alanında yapılan alan çalışmaları yeterli düzeyde değildir. Bu alanda en yetkili kuruluş olan Yeşilay' ın çalışmaları daha çok tanımlama düzeyinde kalmış, istatistikî ve tedaviye yönelik bilgiler istenen seviyeye henüz ulaşmamıştır. Giderek artan teknoloji kullanımının doğal bir sonucu olarak bağımlılıkların kendini göstermeye başlamasıyla yapılan çalışmalarda niteliksel ve niceliksel artışların olacağı tahmin edilmektedir.

1.2.4. Dijital Oyun Bağımlılığı Tanı Kriterleri

Dijital oyun bağımlılığı riskinin önemli boyutlarına karşın Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) teknoloji bağımlılığını henüz tanı literatürüne koymamakta ısrar etmektedir. DSM el

⁴ İnternet ortamında bir araya gelerek spor oyunu oynayanlara verilen isim.

kitabında internet oyun bozukluğu ve video oyunlarının aşırı oynanmasına dair tanı 2013'te DSM-5'e eğitim vurgusuyla birlikte eklenmiştir (Ayaz, 2018: 79). Bu kapsamda APA' nın DSM-5' te açıkladığı internette oyun oynama bozukluğu tanı kriterleri aşağıda sıralanmaktadır:

- a. İnternet oyunları ile zihnin aşırı meşgul olması
- b. İnternet oyunu ortadan kalktığı anda yoksunluk belirtileri gösterme
- c. İnternet oyunları ile geçirilen zamanın artmasına duyulan ihtiyaç
- d. İnternet oyunu oynamanın kontrolüne yönelik başarısız denemeler
- e. Hobilere ve sosyalleşmeye yönelik ilgi kaybı
- f. Psikolojik problemlerin farkındalığına rağmen aşırı oyun oynama davranışına devam etme
- g. İnternette oynanan oyunun süresine yönelik aile üyelerini, terapisti, diğerlerini aldatma
- h. Olumsuz duygulardan kurtulmak ya da uzaklaşmak amacıyla internette oyun oynama
- i. İnternette oyun oynama davranışı sebebiyle ilişki, kariyer, iş ya da eğitim fırsatlarının kaybedilmesi

Bu tanı ölçütlerinden beş ya da daha fazlasının son bir yılda gözlemlenmesi bireylerde bağımlılığın gerçekleştiğini göstermektedir (Karabulut, 2019: 14-15).

Alan yazınındaki hâkim görüşte bilgisayar oyun bağımlılık düzeyinin yalnızca bilgisayar başında geçirilen süre ile değil, oyun oynama davranışının fizyolojik ve psikolojik etkileriyle daha fazla ilişkili olduğu yönündedir.

1.2.5. Mavi Balina ve Momo Oyunları Bağlamında Dijital Oyun Tehdidi

Dijital oyunların giderek popülerleşmesi ve cazip hale gelmesindeki en önemli faktörlerden biri de oyunlardaki seviye unsurudur. Oyunu oynayan birey için bulunduğu seviyenin gereklerini yerine getirip bir sonraki aşamaya geçme dürtüsü bu oyunların temel amaçlarından biridir. Çünkü insan zihninin temel yapısı bitirilmemiş işleri bitirme ve tamamlama prensibiyle hareket etmektedir (Malakçioğlu, 2018: 11). Böylelikle birey bir sonraki aşamaya geçmek için daha fazla ekran karşısında kalmakta ve oyuna karşı bağımlılık oluşmaktadır.

Bu bölümün temel unsurlarından ilkinin oluşturan ve yukarıda bahsedilen seviye ilkesiyle geniş bir kullanıcı sayısına ulaşan ve hedef kitleyi intihara sürüklemeyi amaç edinen *Mavi Balina (Blue Whale Challenge)* isimli internet oyunu özellikle son yıllarda giderek

yayılmış ve bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmıştır. Mavi Balina oyunu 2013 yılında Rusya'daki VK adlı bir sosyal medya platformu üzerinden yayılmaya başlamıştır. Oyun sebebiyle gerçekleştiği tespit edilen ilk intihar vakası Kasım 2015' te Rusya' da yaşanmıştır. 2018 itibari ile Türkiye' de 142 kişinin intiharında mavi balina şüphesi gözlemlenmiştir.

Oyun yasaklanmadan önce VK isimli sosyal medya platformu üzerinde #BlueWhale etiketi kullanıcılar tarafından paylaşılmakta ve bu paylaşımı yapan kullanıcılara yönetici ekibi tarafından ulaşım sağlanmaktadır. Ancak oyun tüm dünyada fark edilip yasak kapsamına alındıktan sonra çevrimiçi tabanlı iletişim kanalları (WhatsApp, Instagram, Facebook vb.) vesilesiyle oyuna erişim gerçekleşmektedir. Oyunun yönetim ekibi kullanıcıyla en başta bir sözleşme yapmakta ve bir takım kişisel veriler istemektedir. Verilen görevlerin yerine getirilmemesi durumunda bu kişisel veriler tehdit unsuru olarak kullanılabilir (Yücel ve Şan, 2018: 93). Oyunun kurucusu Philipp Budeikin Rus mahkemesine verdiği ifadesinde amacının toplumsal bir temizlik yapmak olduğunu söylemiş ve kurbanları “biyolojik atıklar” olarak nitelemiştir (Yılmaz ve Candan, 2018: 277).

Mavi Balina oyunu kurbanlara 50 görev vermekte ve son görevde kullanıcılardan intihar etmeleri istenmektedir. Bu görevlerden bazıları aşağıdaki gibi sıralanabilir;

- Bir jilet aracılığıyla elinize f57 çizin ve bu çizimin fotoğrafını yollayın.
- Kolunuzu yüzeysel olacak biçimde üç kez damarlar ile birlikte çekin ve fotoğrafını gönderin.
- Sabah saat 04.20' de yüksekçe bir çatıya çıkın.
- Sabahtan akşama kadar psikopatça görünen korku içerikli videolar seyredin.
- Kendinize açtığınız bir şey yapın ve hasta olun.
- Bir çatıya çıkıp bacaklarınızı aşağı doğru sallayın.
- Bir balina (oyunu oynayan başka bir kurban) ile buluşun.
- Size ölüm tarihiniz bildirilecek ve bunu kabul etmek durumundasınız.
- Gün boyu hiç kimse ile iletişim kurmayın.
- Yüksek bir binadan atlayarak hayatınıza son verin (Yücel ve Şan, 2018: 93-94).

Çocuk ve gençleri intihara sürüklemeyi hedef alan bir diğer oyun ise Momo olarak karşımıza çıkmaktadır. Latin Amerika çıkışlı oyunun Arjantin' de 12 yaşındaki bir kız çocuğunun hayatına son vermesiyle kamuoyunda duyulmuştur. Yapılan çalışmalar oyunun Latin Amerika ve Japonya merkezli telefon numaralarından kurbanlara Whatsapp veya Facebook gibi kanallar ile mesajlar gönderilerek devam ettiğini ortaya koymaktadır. Gönderilen bu mesajlar korku ve şiddet içerikleri barındırmakta ve kullanıcılardan bir dizi tehlikeli görevleri yerine getirmeleri istenmektedir. Momo adı başlığında farklı alt oyun

türleri olsa da tüm oyunların temelinde kullanıcılardan etraflarındaki canlılara zarar vermeleri hatta onları öldürmeleri istenmektedir (Vatandaş, 2021: 418-419).

Momo oyunu ile ilgili pek çok intihar söylentisine ilişkin açıklamalar getiren web güvenlik uzmanları bu oyunun muhtemel bir ahlaki panik oyunu olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bu ve benzeri siber zorbalık içeren oyunlar özellikle çocuklar ve gençler için bir meydan okuma ya da kendini kanıtlama unsuru olarak karşımıza çıkabilmektedir (Kırık, 2019: 23-24).

Dünya Sağlık Örgütü' nün 2017 raporuna göre gençler arasındaki en yaygın ikinci ölüm sebebi intihar olarak karşımıza çıkmaktadır. Gençlerdeki intihar vakalarının artış göstermesindeki faktörlerin başında ise sosyal normların etkisi giderek yitirmesi gelmektedir. Momo ve türevi oyunlar sosyal medyanın da etkisiyle toplumsal normların bireye yönelik pozitif etkisini azaltmakta ve gençleri intihar etme noktasında cesaretlendirmektedir. Nitekim pek çok Youtuber Momo oyunun direktiflerini yaparken canlı yayın kanallarıyla bu aktiviteleri sosyal mecralarında paylaşmışlardır (Kobilke ve Markiewicz, 2021).

Her iki oyun türünde de bireyi intihara kadar götüren sistemli ve ardışık görevler gözlemlenmektedir. Burada dikkat edilmesi gereken husus bu oyunların bir süreci kapsaması ve kullanıcıların bir takım zaaflarından güç alarak yaygınlık kazanmasıdır. Oyunlar, sanal ve gerçeklik algısı zayıf bireyler üzerinde etkili olmaktadır. Ayrıca oyunların görevleri incelendiğinde bireylerde acı uyandırmayı, baskı oluşturmayı ve huzursuzluk yaratmayı hedeflemektedir. Çünkü Shneidman'a göre (1993) bireyi intihara götüren süreçte ana unsurlar bu üç faktör olarak karşımıza çıkmaktadır (Talu, 2019: 1055). Peki dindarlık ya da daha açık ifadeyle olumlu dini tutumlar bireylerin psikolojik altyapılarını ve dayanıklılıklarını güçlendirip, intihara karşı önleyici bir unsur olarak görülebilir mi?

Pek çok çalışma dindarlık ile intihar eğilimi arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Dini gruba aidiyet hissedenlerde oluşan ahiret inancı, dini grupların sosyal iyileştirici gücü, dini perspektifin bireylerin varoluşsal kaygılarına ilişkin verdiği cevaplar ve buna benzer pek çok faktör intihara karşı önleyici unsurlar olarak öne çıkabilmektedir (Ağılkaya, 2010).

1.2.6. Dijital Oyun Bağımlılığının Ergenler Üzerindeki Etkileri

Günümüzde ergenlik çağındaki bireylerin dijital dünyanın tam ortasına doğmuş olmaları, ergenlikle birlikte artış gösteren saldırgan tutumların kullanılması, dijital oyunların ergenlere sanal bir rekabet ortamı sunması, yetişkinlere nazaran ergen bireylerin daha fazla

boş vakitlerinin bulunması ve ergenlerde otokontrol sisteminin yetişkinlere görece daha az gelişmiş olması gibi sebepler ergen bireylerin dijital oyun sektörü için hedef kitle olmalarında etkili olabilmektedir. Yapılan araştırmaların hemen hemen hepsinde bağımlı bireylerin çok büyük bir oranını ergen bireyler oluşturmaktadır (Şimşek ve Yılmaz, 2020: 1857). Çünkü oyun oynamak, bebeklikten yetişkinliğe uzanan serüvende çocuklar için oldukça önemli bir aktivitedir.

Oyun oynamanın çocuk ve ergenler için bir ihtiyaç olduğu düşüncesi yeni bir görüş değildir. Gazali (1058-1011) oyunun çocuğun eğitim ve tekâmülünde oldukça önemli olduğunu belirtmiştir. O'na göre oyun oynamanın çocuğun belleğini yenilemesi, öğrenme gücünü arttırması ve dinlendirmesi gibi yönleri vardır. Gazali'ye göre çocuğun dinç ve zinde kalması ve belleğini taze tutması oyunla mümkündür (Koçyiğit ve ark, 2007: 327). Dijital oyunlar aile kontrolüne tabi tutulduğunda ve belli süre zarfları dâhilinde çocukların bilişsel gelişimlerine katkı sunabilmekte, strateji geliştirme ve zorluklarla başa çıkmada örnek teşkil edebilmektedir. Nitekim birtakım dijital oyunlar (kelime türetmece, matematik, kare kapmaca, rise of nations vb.) Millî Eğitim Bakanlığı (MEB) tarafından da tavsiye edilmekte, okullarda ödev olarak verilmektedir. Ancak bağımlılık seviyesine gelmiş oyun oynama bozukluğu olan ergenlerde fizyolojik, psikolojik ve sosyal birtakım sıkıntıları da beraberinde getirmektedir.

Büyüleyici bir ortamda neredeyse gündelik hayatı unutan ergen açısından dijital oyunların zararı da tıpkı televizyon ve videonun zararları gibi uzun zaman dilimlerinde kendini göstermektedir (Bilgin, 2015: 20). Tayvan' da 2014 yılında 1228 ortaokul öğrencisiyle yapılan bir araştırmaya göre dijital oyun oynama alışkanlığının akademik başarıyı negatif yönde etkilediği aynı zamanda aile içi ilişkilere olumsuz yansıdığı saptanmıştır. Yine dijital oyun bağımlılığının çocuk ve ergenlerde okul başarısını düşürmesi, yapılan çalışmalarca saptanmış bir durumdur (Şahin ve Tuğrul, 2012: 118). Bülbül ve arkadaşları tarafından (2018) 446 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmaya göre dijital oyun oynama süresinin artmasıyla akademik başarısı arasında negatif yönlü bir korelasyon bulunmuştur.

Bir başka Asya ülkesi olan Çin'de 68 denek üzerine yapılan (34 kontrol, 34 deney grubu) bir çalışmada video oyunu bağımlısı olan çocukların video oyunu bağımlısı olmayan çocuklara göre daha çok psikolojik ve davranışsal problemler gösterdiği, depresyon, anksiyete ve çekilme gibi problemler geliştirdikleri, sosyal becerilerinin problemlili olduğu ve bu problemlerin de aile içi bağların zayıf olmasıyla ilişkilendirildiği ortaya konmuştur (Balıkçı, 2018: 16).

Problemlı oyun oynama davranışı sergileyen ergenlerde genellikle ilk fedakârlık uykudan yapılmaktadır. Gençler daha fazla dijital oyun oynayabilmek amacıyla daha az uyumaktadırlar. Klinik çalışmalar uykusuzluğun beraberinde saldırganlık ve dürtüsellikte artış meydana getirdiğini ortaya koymuştur. Dijital oyun bağımlılığının yeme içme alışkanlıklarını da önemli ölçüde etkilediğı bilinmektedir. Bağımlı gençlerin bir kısmı ya aşırı yemek yemekte ya da öğün vakitlerini atlayarak yetersiz beslenmektedirler. Oyun oynama bozukluğunun bir diğerk handikabı da spor yapmada yetersizlik ve hareketsiz kalmadır (Dinç, 2018: 44-45). Dijital oyunların başında hareketsiz kalmak ergen bireylerde fiziki sorunların ortaya çıkmasına sebep olacağı gibi, aynı zamanda uzun süre sabit olarak aynı ekrana bakma durumu da gençlerde göz sulanması ve batma gibi sorunları da beraberinde getirmektedir (Köksal, 2015: 20). Dijital oyun bağımlılığının kan dolaşımını, epilepsiyi ve kalp sorunlarını olumsuz etkilediğı de bilinmektedir (şahin ve Tuğrul, 2012: 118).

Gelinen süreçte patolojik oyun bağımlılığı; yalnızlık, depresyon ve saldırganlık gibi psikososyal bir takım faktörlerle ilişkili olduğı için önemli sağık sorunlarından biri olarak kabul edilmektedir. Yalnız ve depresif insanlar patolojik olarak oyun oynamaya daha meyillidirler çünkü dijital oyunlar onlara gerçek hayattaki sorunlarını çözmek için sanal bir ortam sunar. Aynı şekilde çalışmalar, oyun bağımlılığı ve saldırganlık arasında önemli bir ilişkinin olduğunu ortaya koymaktadır. Oyun pazarına bakıldığında satış rekorları kıran oyunların pek çoğı şiddet içeren oyunlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu sebeple oyun bağımlılığı ile ilgili geliştirilen politikalarda oyun bağımlılığının yol açtığı psikososyal problemlere de yoğunlaşmalıdır (Jeong ve ark, 2017: 207-208).

Oxford Üniversitesi'nin bir çalışmasına göre teknoloji kullanımı ve dolayısıyla dijital oyunlar çocukların beyin yapılarını değıştirmektedir. Oyun oynarken alınan anlık hazlar beynin dopamin salgılamasına neden olur. Salgılanan dopamin bireyi mutlu ve huzurlu yapar ama aynı zamanda idrakin gerçekleştiğı prefrontal lobun faaliyetlerini kısıtlar. Böyle olunca ergen haz veren durumlara karşı daha az sabırlı olmaktadır (şişman, 2019: 90).

Dijital oyun bağımlılığının ergenler üzerindeki en önemli etkilerinden biri onları gerçek dünyadan koparması ve onları sanal bir gerçekliğe hapsedmesidir. Mesela 300 bin civarında Japon genci, bilgisayar oyunları nedeniyle evlerine kapanmış ve saç kestirmek ya da resmi işlerini halletmek dışında evden dışarı çıkmayı reddedecek bir duruma gelmişlerdir. Özellikle yeni yeni yaygınlaşan arttırılmış sanal gerçeklik oyunları ergenler için gerçek dışı bir algı oluşturmaktadır. Örneğın “Pokeman-Go” isimli sanal gerçeklik oyunu özellikle 2016 yılından sonra milyonlarca kullanıcı tarafından oynandı. Bu oyun kapsamında insanlar telefona bakarak belirli lokasyonlardaki ödülleri toplama yoluna gidiyor ve dışarıdan tuhaf

sayılabilecek görüntüler ortaya çıkabiliyordu (Ayaz, 2018: 89). Bu durum dijital oyunların ergenler üzerindeki gerçeklik algısını nasıl tahrif ettiğine ilişkin çarpıcı bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır.

Neticede ergenlik dönemi gelişim açısından kritik bir dönemdir. Bu dönemin başlıca görev ve sorumlulukları bulunmaktadır. Bu dönemde yağ ve kas kütlesi hızlı bir artış göstermekte, soyut ve analitik düşünce önem arz etmektedir. Problemlili ya da bağımlılık seviyesinde oyun oynama alışkanlığı olan bireyler için fiziksel ve zihinsel gelişimin seyrine bağlı olarak önemli ölçüde etkilenmektedir.

1.2.7. Dijital Oyun Bağımlılığı Önlemleri ve Tedavisi

Dijital oyunların sürekli artan popülaritesi bu bağımlılık türü hakkında bir farkındalık oluşturmuş ve bu kapsamdaki çalışmalar özellikle son on yılda artış göstermiştir. Ülkemizde de 2018 yılında Sağlık Bakanlığı tarafından “Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı” düzenlenmiş ve bu sorunun çözümüne ilişkin atılması gereken adımlar planlanmıştır. Dijital oyun bağımlılığının tedavisi için tıbbi yöntem ve müdahaleler oldukça önemlidir. Fakat bununla birlikte toplumsal, hukuki, bireysel ve ailevi olarak alınabilecek önlemler de sorunun yaygınlaşmaması açısından önleyici bir nitelik taşımaktadır. Söz konusu çalıştayın raporunda alınabilecek önlemlerden bir kısmı şöyle sıralanmıştır:

- a. Çocukların kullanımı da dâhil olmak üzere ülkedeki teknoloji kullanımını ortaya çıkarabilecek geniş çaplı bir araştırma yapılmalıdır.
- b. Yasaklamaya yönelik çözümlerden ziyade çocukların ilgi alanları başka faaliyetlere yönlendirilmelidir.
- c. Medya okuryazarlığı yaygınlaştırılmalı ve sadece çocuklara değil anne babalara da verilmelidir.
- d. Oyun ödül ya da ceza olarak sunulmamalıdır.
- e. Tüm teknolojik cihazlarda aile filtresi uygulanmalıdır.
- f. Çocuğun aile gözetiminde oyun oynaması sağlanmalıdır.
- g. Çocuk ve aile dijital oyunların dışında oyunlar oynayarak daha nitelikli zaman geçirmesi sağlanmalıdır.
- h. Dijital yaşam danışmanlık birimleri kurulmalı ve aile eğitimleri düzenlenmelidir (Dijital Oyun Bağımlılığı Sonuç Raporu, 2018: 24-25).

Dijital oyun bağımlılığı tedavisi diğer bağımlılık tedavileri ile benzerlik göstermektedir. Nitekim tüm bağımlılıklar beynin aynı merkezini harekete geçirmekte ve benzer semptomları beraberinde getirmektedir. Profesyonel ilgi, semptomların tedavisine

yönelik ilaç kullanımı ve kendi kendine yardım grupları tedavinin temel unsurlarıdır (Tarhan ve Nurmedov, 2017: 80).

Güney Kore’de oyun bağımlılığı tedavisine yönelik 140’tan fazla danışma merkezi kurulmuştur. Hollanda ve Birleşik Krallık ’ta da oyun bağımlılığı hastanelerinin açıldığı bilinmektedir. Ancak bu kliniklerin tedavi yöntemleri ile ilgili çok fazla bilgi yoktur. Batı’da kendi kendine yardım grupları oldukça yaygındır. *Anonim Çevrimiçi Oyuncular* adlı yardım grubu oyun bağımlılığı ile ilgili grup terapisi faaliyetlerine halen devam etmektedir (Griffiths ve ark, 2012: 6).

Arıncak’a (2019) göre Türkiye’de internet ve oyun bağımlılığı konusunda çalışan uzman sayısı oldukça azdır. Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi ve birkaç özel hastanede oyun bağımlılığı merkezleri bulunmaktadır (Rakipoğlu, 2019) . İhtiyacın artmasıyla birlikte ilgili oyun bağımlılığı merkezlerinin de artış gösterdiği bilinmektedir.

Her ne kadar bağımlılıkla ilgili tedavi merkezleri artış gösterse de sosyal faktörlerin göz ardı edildiği tedavi yöntemleri istenilen sonucu vermeyebilmektedir. Bağımlılık tedavisi ile ilgili yapılan bir deneyde bir deney hayvanı bir kafese tek başına konulmuş ve hayvanın önüne biri normal diğeri kanabisli olmak üzere iki farklı su konulmuştur. Hayvan kafeste tek başınayken kendisine daha fazla haz verecek olan ve bağımlılık yapıcı kanabisli suyu içmeyi tercih etmektedir. Hayvan sayısı 4 erkek ve 4 dişi olacak şekilde arttırıldığında ise birbirleriyle rahatça iletişim kurabilen deney hayvanları normal suyu kullanmaktadırlar. Araştırmacıya göre sosyal etkileşim ve iletişim deney hayvanlarına bağımlılık yapıcı kanabisli sudan daha çok haz vermektedir. Yine Alexander ve ark. (1981) *fare* parkı adını verdikleri bir deneyde küçük bir kafeste yalnız başına deneye maruz kalan farelerin içinde bulundukları izole şartlardan dolayı bağımlılık tepkileri verebileceğini öne sürmüş ve aynı deneyi daha büyük kafeslerde 16-20 fare ile birlikte gerçekleştirmiştir. Deney sonucunda farelerin bağımlılık düzeylerinin azaldığı gözlemlenmiştir. Buradan hareketle bağımlılık tedavisinde bağımlı bireyi izole şekilde tedavi eden yöntemler başarılı olamamaktadır. Nitekim dünyada en itibarlı bağımlılık merkezlerinin hastaları tedavi oranının %5 ila %10 arasında olduğu bilinmektedir (Erbaş, 2020: 154).

Bilişsel psikoterapiler dijital oyun bağımlılığının tedavisinde oldukça etkili bir yöntemdir. Seanslarda bireylerin gerçeklikten uzaklaşma nedenleri ile dijital ortamı cazip kılan unsurlar incelenmelidir. Aşırı oyun oynama gereksinimine yol açan faktörlerin listelenmesi gerekmektedir. Dijital ortamda geliştirilen idealize edilmiş kimlik ve gerçek kimlik arasındaki tutarsızlığı ortaya koymak terapi sürecinin en zor noktasıdır. Tedavide en çok bilişsel ve davranışsal yaklaşımlar etkili olmaktadır. Grup terapilerinin ise bağımlılık

tedavisinde oldukça etkili olduğu bilinmektedir. Problemler internet kullanımı ve oyun oynama davranışlarının tedavisinde özellikle kendi kendine yardım grupları önem taşımaktadır (Tarhan ve Nurmedov, 2018: 81).

Bilişsel davranışçı terapiler (BDT) de dijital oyun bağımlılığının tedavisinde oldukça etkili bir yöntem olarak kabul edilebilir. Güney Kore’de dijital oyun bağımlılığından şikâyetçi 101 hasta üzerinde yapılan bir çalışmada hastalar üzerinde BDT yöntemleri uygulanmış ve %66,3 oranında başarı sağlanmıştır. Ayrıca çalışmaya katılan hastaların oyun bağımlılıklarına paralel olarak geliştirdikleri kaygı, dürtüsellik ve sosyal kaçınma gibi semptomlarında da gözle görülür azalmalar meydana gelmiştir (Han ve ark, 2019: 207).

Ebeveyn tutumları ergenlerde dijital oyun bağımlılığının önlenmesinde oldukça önemli bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda ailelerin çocuklarının oyun bağımlılığına karşı geliştirdikleri üç ana tutumdan söz etmek mümkün olabilir. Bunlardan ilki “bağımlılığa karşı duyarsızlık” olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu tutuma sahip aileler genellikle çocuklarına karşı ilgisizdirler ve teknoloji kullanımının bağımlılık riskine karşı duyarlılık geliştirmezler. İkinci tutum ise “bağımlılık konusunda kaygılı aile tutumu” olarak belirtilebilir. Bu tutuma sahip anne babalar sorunun farkındadırlar ancak teknoloji kullanımı konusunda çocuklarıyla gerilim yaşarlar. Fazla kuralcı ve sınırlamacı bir yaklaşım sergilerler. Genellikle çocuklarına karşı çabuk öfkelenip tepkilerini yüksek sesle ifade ederler. Üçüncü tutum ise “teknoloji bağımlılığı konusunda bilinçli tutuma sahip aile tutumu” şeklinde ifade edilebilir. Bu aileler hem bağımlılık riskinin farkındadırlar ve bu konuda çözüm arayışı içindedirler. Bu tutuma sahip anne babalar teknoloji kullanımı ve çevrimiçi oyunlar noktasında çocuklarına doğru rol model olmaya çalışırlar (Ayaz, 2018: 189).

Dijital oyun oynamaya eşlik eden anksiyete, depresyon ya da uyku bozukluğu varsa psikoterapiye ilaveten ilaç tedavisi de gerekebilmektedir. Sanal gerçekliğin tercihi bağlı olarak psikotik semptomlar geliştiren bireylere antipsikotiklerle destek vermek faydalı olabilir (Tarhan ve Nurmedov, 2018: 81).

1.2.8. Dijital Oyun Bağımlılığı ile İlgili Yapılmış Araştırmalar

Literatüre bakıldığında dijital oyun bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmaların “video oyun bağımlılığı”, “online oyun bağımlılığı” ya da “çevrimiçi oyun bağımlılığı” gibi başlıklarla yayımlandığı görülmektedir.

Griffiths ve Hunt (1998) tarafından 12-16 yaş arası 387 denek ile yapılan bir çalışmada katılımcılara bilgisayar oyunları hakkındaki tutumları sorulmuş, katılımcıların %33’ü zararlı olduğunu, uyku düzensizliğine ve göz problemlerine yol açtığını ifade etmişler,

yalnızca çok küçük bir kısmı ise eğitimlerine ve psikomotor becerilerine katkısı olduğunu söylemişlerdir. Patolojik kumar oynama ölçeğinden hareketle uyarlanmış bu çalışma sonucunda her beş katılımcıdan bir tanesinin oyun bağımlısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Her dört katılımcıdan birinin de çalma ve okuldan kaçma gibi olumsuz davranışlar sergileyebileceği ortaya konmuştur.

Williams ve Skoric'in (2005) ortaya koyduğu bir başka çalışmada ise deney ve kontrol grubundan oluşan 50 kişiyle birlikte deneysel bir yol izlenmiş ve deney grubuna MMORPG isimli oyunu haftada en az 5 saat, 1 ay süreyle oynatmıştır. Deney ve kontrol grubunda olan katılımcılara Genel Agresyon Modülü (GAM) uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda iki grubun agresif tutumları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Deney grubundaki üyelerin agresif tutumları da bir aylık sürecin sonunda değişmemiştir. Çalışma dijital oyunların ve teknoloji kullanımının bireyleri agresif davranışlara itmediğini öne sürmüştür.

Wolfling ve ark. (2008) tarafından Almanya'da 221 öğrencinin katılımı ile yapılan farklı bir çalışmada ise düşük gelir grubundaki çocukların bağımlılık kriterlerini taşıdığı, oyun bağımlısı öğrencilerin bilişsel esnekliklerinin sınırlı olduğu ve öğrencilerin bilgisayar oyunlarını duygularını yönetmek için oynadıkları sonuçlarına ulaşılmıştır.

Douglas Gentile'nin (2009) Minnesota' da 8-18 yaş arası bir örneklem grubu üzerinde yaptığı araştırmaya göre patolojik bilgisayar oyun bağımlılığı olan bireylerin diğer bağımlılık türlerini de sergilediği ortaya konmuştur. Bilgisayar oyun bağımlılığının patolojik belirtilerini saptamayı amaçlayan çalışmada her 10 gençten birisi gerçek dünya ile baş etmekte güçlük çekmektedir.

Griffiths ve ark. (2012) tarafından yürütülen bir başka çalışmada online oyun bağımlılığının gün geçtikçe hızla arttığına vurgu yapılmış ve online oyun bağımlılığı ile kumar, şans ve masa oyunları arasında güçlü bir bağ tespit edilmiştir. Aynı çalışmada online oyun bağımlılığının saldırganlık, can sıkıntısı, anksiyete ve heyecan arama gibi durumlarla bağlantılı olduğu gözlemlenmiştir.

Hafeez ve ark. (2015) dijital oyun bağımlılığıyla ilgili bir literatür çalışması yapmıştır. Bu çalışmaya göre 2007 yılında Avustralyalı ailelerin %79'u dijital oyunlar oynamakta ve bilgisayar oyunlarını aile eğlencesi olarak değerlendirmektedir. Amerika'da 2-17 yaş arası çocukların %91'i video oyunları oynamaktadır. Bilgisayar oyuncuları tarafından 2015 yılında Amerika'da bilgisayar oyunlarına 23,5 milyar dolar harcanmıştır.

Wittek vd.' nin (2016) Norveç'te oyun bağımlılığının yaygınlığını ve ilişkili faktörleri saptamak için yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre bağımlı oyuncu oranı genel nüfusun %1,4'ünü, problemli oyuncular ise genel nüfusun 7,3' ünü oluşturmaktadır. Yapılan

çalışmada oyun bağımlılığı için risk faktörleri erkek olmak, genç olmak, yalnız yaşamak, Asya, Güney Amerika ya da Orta Amerika’da yaşamak ve psikolojik dayanıklılığı düşük olmak olarak saptanmıştır.

Ülkemizde ise dijital oyun bağımlılığı alanındaki çalışmalar özellikle son beş yılda hız kazanmıştır. Bilgisayar ve internet kullanımı, e-ticaret, sosyal medya kullanımı gibi alanlarda Türkiye İstatistik Kurumu’ nun (TÜİK) yapmış olduğu kapsamlı çalışmalar olsa da dijital oyun bağımlılığı alanındaki çalışmalar genellikle sosyal araştırmacılar tarafından yapılmıştır.

Erboy ve Vural tarafından (2010) Aydın ilinde 638 öğrenci üzerinde yapılan bir çalışmada bilgisayar oyun bağımlılığını etkileyen faktörler ortaya konmuştur. Çalışmada erkek öğrencilerin daha fazla bilgisayar oyun bağımlısı olduğu, sosyal olarak soyutlandığını düşünen öğrencilerin daha fazla bilgisayar oyunları oynadıkları, bilgisayar oyunu oynayanların görevlerini daha fazla aksattıkları sonuçlarına ulaşılmıştır.

Horzum tarafından (2011) Sakarya’da yürütülen ve 889 ilköğretim öğrencisi üzerinde yapılan bir başka çalışmada bir önceki çalışmayla örtüşeceği üzere erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla bilgisayar oyun bağımlısı oldukları saptanmıştır. Çalışmada sosyo-ekonomik düzey ile oyun oynama süresi arasında da pozitif yönlü bir korelasyon gözlemlenmiştir.

Şahin ve Tuğrul (2012) ilköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılıklarını belirlemek amacıyla Kırşehir ilinde 372 ilkokul öğrencisinin katılımıyla bir çalışma yürütmüştür. Çalışmada evinde bilgisayar olan öğrencilerin olmayanlara göre, 5. sınıf öğrencilerinin 4. sınıflara göre ve erkeklerin kızlara göre daha fazla bilgisayar kullandıkları tespit edilmiştir. Ayrıca Kırşehir ilindeki dijital oyun bağımlılarının oranı Türkiye ve dünya ölçeğinin altında bulunmuştur.

Gökçeaslan ve Durakoğlu (2014) ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılıklarına etki eden faktörleri saptamak amacıyla Ankara’da bir alan çalışması yapmış ve çalışma sonucunda diğer çalışmalara ilaveten anne-babanın eğitim düzeyi arttıkça çocukların oyun bağımlılık düzeylerinin de arttığı saptanmıştır.

Köksal tarafından (2015) İstanbul ili Beyoğlu ilçesinde 179 ortaöğretim kurumu öğrencisi ile yapılan bir başka çalışmada ise örneklem grubunun %15’, bağımlı bulunmuş, ancak dijital oyun bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir fark elde edilememiştir.

Bilgin (2015), Denizli ilinde ortaokulda öğrenim görmekte olan 678 öğrencinin oyun bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla bir çalışma yürütmüştür. Katılımcıların %17’sinin oyun bağımlısı, %67’sinin ise risk grubunda

olduğu saptanmıştır. Çalışmanın bir diğer verisi de düşük ve orta gelir düzeyine sahip çocukların yüksek gelir grubundaki çocuklara göre daha fazla oyun bağımlısı olduğu şeklindedir.

Çavuş ve ark. (2016) üniversite öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerini araştırmışlardır. Aksaray ilinde 435 lisans öğrencisinin katılımı ile gerçekleşen çalışmaya göre her 5 öğrenciden 1'i oyun bağımlılığı açısından risk grubundadır. Bu çalışmada Bilgin' in (2015) ortaya koyduğu sonuçların aksine ailenin gelir seviyesi arttıkça öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri de artış gösterdiği sonucu çıkmıştır. Araştırmanın bir diğer bulgusu ise bilgisayar oyun bağımlısı öğrencilerin gündelik pratiklerini ihmal etme, sorumluluk alamama ve sanal-gerçek ilişkisini yeterince kuramama gibi davranışsal sorunlar yaşadıkları yönündedir.

Balıkçı tarafından (2018) 625 katılımcı ile yürütülen, çocuk ve ergenlerde saldırgan davranışlar ile çevrimiçi oyun bağımlılığı arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlayan bir başka çalışmaya göre çevrimiçi oyun bağımlılığı ile saldırganlık arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Aynı çalışmada akıllı telefon kullanımının saldırganlık düzeyini arttırdığı da saptanmıştır.

Yiğit ve Sünüş (2020) Van ilinde öğrenim görmekte olan 225 ortaokul öğrencisinin katılımıyla çocukların dijital oyun bağımlılıkları ve aile profilleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur. Çalışmada örneklemin %15'inin dijital oyun bağımlısı, %44'ünün ise risk grubunda olduğu saptanmıştır. Çalışmaya göre dijital oyun bağımlısı olan ergenlerin ailelerinin; çocuklarına yeterli ilgiyi göstermedikleri, aile içi iletişimlerinin zayıf olduğu ve çocuklarına şiddet uyguladıkları sonuçlarına ulaşılmıştır.

Alan yazın incelendiğinde dijital oyun bağımlılığı ile ilgili yapılmış farklı çalışmalarda bulunmakta ancak sonuçlar birbirleriyle büyük ölçüde benzerlik göstermektedir. Çalışmaların, dijital oyun bağımlılığının niteliğini ortaya koymak amacıyla yapılan yerel çalışmalar olduğu dikkat çekmektedir. Dijital oyun bağımlılığının toplumdaki yayılma hızı düşünüldüğünde devlet destekli, ulusal ölçekte ve daha nitelikli çalışmalara ihtiyaç hissedilmektedir.

1.3. Dindarlık

Bu bölümde din ve dindarlık kavramları, dindarlığın ergenlik dönemindeki seyri, dindarlık ve bağımlılık ilişkisi ele alınacak ayrıca bağımlılık ve dindarlık alanında daha önce yapılmış çalışmalara yer verilecektir.

1.3.1. Din ve Dindarlık Nedir?

İnsanlık tarihi boyunca bireyi en çok meşgul eden konuların başında beden ve ruhun geldiği söylenebilir. Birey kendini anlamaya başladığı andan itibaren bedensel varlığı içerisinde ruhsal varlığını da fark etmiş, ruhun aslına yaklaşabilmek için onun ne olduğu ve varoluş sebebini irdelemiş, ısrarla ruhu ve tabiatını anlamak istemiştir. Başta din psikolojisi öğretileri olmak üzere bilimsel araştırmalar insanın inanan bir varlık (homo religiosus) olduğunu ve bunun önlenemez ruhsal bir potansiyele sahip olduğunu göstermişlerdir. İnanç temel bir ihtiyaçtır ve insanın ondan uzaklaşması ya da ona karşı koyması oldukça zordur (Yavuz, 2013: 22).

Ölümden sonra devam eden bir hayata duyulan inanç en az 100.000 yıldır insan düşüncesinin kendine özgü bir özelliği olagelmıştır. Eski mezarlarda yapılan arkeolojik çalışmalarda çıkan eşyalar, ölümden sonraki hayata yönelik inancın kanıtı niteliğindedir (Gürsu, 2018: 91). Devam eden süreç içerisinde inancın insanoğlu ile birlikte varlığını sürdürdüğü bir gerçektir. Öyle ki insanlar inanılan varlık ve değerlere yönelik zaman zaman birbirinden çok farklı yapılar gösterse de mutlaka bir inanç sistemi içerisinde bulunmuşlar ve bu inanç sistemine bağlı olarak tutum geliştirmişlerdir (Gündüz, 2010: 18).

İnanç dünyanın hemen hemen her bölgesinde kendini gösteren evrensel bir olgudur. Amerikalıların %94'ü Allah'a inandıklarını, %90'ı dua ettiklerini, %75'i ise dini bağlılığın pozitif ve zenginleştirici etkisine inanmakta, %88'i de dinin kendi hayatlarındaki yeri oldukça önemli görmektedirler (Hill ve ark, 2013: 85). Çarkoğlu ve Kalaycıoğlu tarafından (2009: 8) yapılan bir çalışmada Türkiye'de yaşayan insanların %95'inin Allah' a inandıkları tespit edilmiştir. Asya, Avrupa ve Afrika toplumları için de inanç yıllardan beri hayatın önemli bir parçası olagelmıştır.

İnanma olgusunun en önemli pratiği din olarak karşımıza çıkmaktadır. Dindarlık kavramına giriş yapılmadan önce dinin tanımına ve işlevine vurgu yapmak gerekmektedir. Farklı disiplinler din konusunda farklı tanımlamalar yapmışlar ve halen bir görüş birliğine ulaşamamışlardır. Dinin çok bileşenli ve karmaşık bir yapısının olması onun tam bir tanımını yapmayı zorlaştırmaktadır.

Arapça kökenli bir kelime olan “din” kelimesi “deyn” kökünden türemiş olup “üstün gelme, hâkimiyet, teslimiyet, inanç, şeriat, kanun vb.” anlamlarda kullanılmaktadır. Batı lisanında ise “Allah'a korku ve bağlılık ile kendini ibadete verme, tören ve ayinlere katılma” anlamlarında kullanılan “religion” kavramı ile ifade edilmektedir (Karacoşkun, 2013: 62). Farklı bir tanıma göre ise din *varoluş konusunda genel mahiyette kavramlar dile getiren ve insanlarda güçlü, derin ve kalıcı motivasyonlar ve ruhi eğilimler uyandıran bir semboller*

sistemidir (Hökelekli,2018: 69-70). Din psikolojinin kurucusu olarak kabul gören James (1985) dini *bireyin duyguları, filleri ve bireysel tecrübeleri* olarak tanımlamıştır. Fromm’a göre (2017: 31) ise din *bir grup tarafından paylaşılan ve o grup bireylerine adayabilecekleri ortak bir hedef sunan ve onlara ortak bir davranış biçimi veren düşünce sistemidir*.

Bu tanımlardan hareketle dinin en temel fonksiyonu insanın varoluşsal belirsizlik ile başa çıkmasına yardımcı olmak şeklinde değerlendirilebilir. Din sonsuz karmaşık ve belirsizlik halindeki bir dünyada insanlara bir anlam sistemi sunmaktadır. İnsanlar her yerde uyarıcıları ve olup biten hadiseleri anlamlandırmak ve açıklamak isterler. Bu süreçte din; insanların öngörme, açıklama ve anlamlandırma ihtiyaçlarına cevap sunabilmektedir (Gürsu, 2018: 92). Elbette her anlam arayışı dini değildir. Dini diğer fenomenlerden ayıran şey, kutsal ve aşkın bir olguya bağlılıktır. Dini hedefler; hayatın anlamı, kendini geliştirme, kalp huzuru, idare ve kontrol veya fiziksel sağlık gibi kişisel amaçları ya da dünyaya barış ve adalet getirmek gibi sosyal amaçları kapsayabilmektedir (Pargament, 2005: 282).

James’ e göre “Tanrı var mıdır?” sorusundan daha önemli olan soru “Tanrı hayatımıza ne kazandırır” sorusudur. Din, hayatı düzenleme çabası içerisinde olan bireye varlığıyla destek olmaktadır. Dinin varlığı hayatın devamını sağlayan ve ona tat veren, insan yaşamını destekleyen bir durumdur. James dini inancı olan bir bireyin, kendi gerçekliğini kendinin de ötesinde daha üst bir gerçeklikle özdeşleştirdiğini ve dini yaşarken bireyin kendinin de ötesinde bir varlığı hissettiğini düşünmektedir (Ayten, 2015: 33).

Maslow (1968) insanın sağlığını kaybetmemesi, saldırgan, nihilist, umutsuz ve apatik (duygusuz) olmaması için aşkın bir olguyla bağ kurması gerektiğini söylemektedir. İnsan ancak kendini gerçekleştirmenin ötesine geçebildiğinde hayatın derin anlamını keşfeder. Kozmik bir bilince sahip olur. Din insanı doruk deneyimlere ulaştırma noktasında bir araçtır ve bu yönüyle değerlidir (Köse ve Ayten, 2017: 60-61).

Din ile ilgili verilen bilgilerden sonra dindarlık kavramına bakıldığında yine kompleks ve çok boyutlu bir olgudan bahsetmek mümkündür. Teologlar, psikologlar, sosyologlar ve farklı alanlardan sosyal bilimciler dindarlık kavramına farklı yaklaşmaktadırlar (Holdcroft, 2006: 89). Dindarlık (religiosity) kelimesi İngiliz literatürüne 15. yüzyılda girmiş ve *insanı etkilemek, aşırı dini duygu ve düşünceler* gibi anlamlarda kullanılmıştır (Korkmaz, 2019: 86). Subaşı’ na (2004) göre dindarlık, *bireyin dinsel yapıyla kurduğu bağlılık düzeyinin sübjektif bir ifadesidir*. Himmelfarb (2009) ise dindarlığı *bir kişinin mensubu olduğu dine ait ilgiler, inançlar ya da faaliyetlerle meşgul olma düzeyi* olarak tanımlamaktadır. Bir başka tanıma göre ise dindarlık *bireyin doğüstü veya yüksek değerlere ilişkin inanç ve davranışlarının kurumsallaşmış ya da kurumsallaşmamış şekillerini içermektedir* (Şentürk ve ark, 2012: 16).

Dolayısıyla din insanların hayatlarını şekillendiren ilkeler sistemi iken; dindarlık, dini ilkelerin gerek bireysel gerekse toplumsal yaşantıya aktarılmış vaziyeti olarak karşımıza çıkmaktadır. Dindarlıkta dini inançların farklı tutum ve davranışlarla bireyin günlük hayatına etkisinden bahsedilebilir. Çünkü dindarlık; bilişsel, duyuşsal ve davranışsal yönleri kapsayan çok yönlü bir yapıdır. Farklı dinlerde farklı dindarlık biçimleri oluşmakta ve dine inanan bireyler inançlarını yaşantı haline getirirken farklı pratikler sergileyebilmektedirler. Bu çerçevede dindarlık kavramının din kavramından en önemli farkı dinamik bir süreçte seyretmesidir (Köse ve Ayten, 2017: 111).

Dindarlık yalnızca ilahi bir güce inanmak değil, insanın ruhunun bütün kuvvetlerini, iradesinin bütün itaatlerini, taassubunun ateşlerini, bir davanın yahut duygu ve davranışlarına rehber olmuş bir kimsenin hizmetine vakfetmesi durumudur (Hökelekli, 2017: 207).

Allport (2004) dindarlığı *iç kaynaklı (intrinsic)* ve *dış kaynaklı (extrinsic)* olarak ikiye ayırmıştır. İç kaynaklı dindarlık kişinin motivasyonunu bizzat dinin kendisinde bulmasıdır. Bu dindarlık türünde fertler dini inanç ve emirlerle tam bir uyum içindedirler. Kişi dini inançlarını içselleştirmek için çaba harcar ve onlara uygun davranışlar geliştirir. Dini emirler arasında ayırım yapmaz ve hepsini uygulamaya gayret eder. İç kaynaklı dindarlık dinin samimiyetle yaşanması ve dini duygu ve düşüncelerin davranışa aktarılması halidir. Dış kaynaklı dindarlıkta ise birey birtakım hedefler için dini kullanma eğiliminde olur. Dini yaşantı amaç olmaktan çıkıp araç olur. Bu dindarlık türünde toplumda statü kazanmak, beğenilmek ya da onaylanmak amaçlanır. Dindarlığın işlevsel bir boyut kazanabilmesi için iç kaynaklı olması gerekmektedir.

1.3.2. Ergenlerde Dindarlık

Dini meseleler pek çok ergen açısından üzerinde durulan ve önem arz eden konulardır (Santrock, 2012: 246). Bu dönem birey için pek çok yönden değişimle ilişkili bir dönemdir ve bu değişim din ile ilgili düşünce ve davranışlarda da kendini göstermektedir. Zihinsel aktivitelerin artmasıyla birlikte ergen dini şuurla ilgili daha önceki kazanımlarını gözden geçirmektedir. Çocukluk döneminde kendine telkin edilen ve sorgusuzca kabul ettiği dini bilgiler bu dönemde yeniden değerlendirilir (Özüdoğru ve Erdoğan, 2014: 155). Allport' a (2004) göre ergenlerin birçoğu gelişen kişiliklerinin herhangi bir yerinde din ihtiyacını hissetmektedirler.

Dini tutuma karşı bir ihtiyacın hissedilmesinde ergenlik döneminde soyut düşünce yeteneğinin gelişmesi baş faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bir dünya görüşü geliştirme, kendine yön verecek değerleri araştırma, yaşamın anlamı ve kendisinin konumu konusunda

tatminkâr cevap arayışlarına girme vb. arayışlar bu dönemin kendine has davranış kalıplarındandır. Bu sebeple bu dönemde dine karşı ilginin şuurlu uyanışı ve gelişimi açıkça ortaya çıkmaktadır. Bu dönemde ergenin inişli çıkışlı ruh hali dini bakımdan birtakım bocalamalara sebebiyet verse de yine de din bu dönemde pek çok ergen için güçlü ve yüksek bir değerdir (Hökelekli, 2018: 266-267).

Çocukluk dönemindeki dinsel deneyimler ergenlik döneminde içerik değiştirir. Bu dönemde ergen bireyler için din ile ilgili konularda ispatlama ihtiyacı daha çok aranmaktadır. Ergenler ancak bu ihtiyaçları karşılandığında zihinsel doyuma ulaşıp tatmin olabilmektedirler (Yavuz, 2013: 148).

Ancak tüm bu verilere karşın 21. yüzyılda ergenlerin dine olan ilgilerinde bir düşüş olduğu görülmektedir. 2010 yılında yapılan bir çalışmada Amerika’da öğrenim görmekte olan öğrencilerin %75 oranında dini törenlere katıldıklarını ortaya çıkmıştır. Bu oran 1997 yılında yapılan bir başka çalışmada %85 olarak bulunmuştur. 1978 yılında herhangi bir dini tercihleri olmadığını ifade eden Amerikalı ergenlerin oranı ise %8 olarak saptanmıştır. Yine çalışmalarda az gelişmiş ülkelerde yaşayan genç yetişkinlerin gelişmiş ülkelerde yaşayan yaşlılarına nazaran daha dindar oldukları ortaya çıkmıştır. Tanrı’ya inanç oranı %40 ile en düşük İsveç’te, %100 ile en yüksek Pakistan’dadır. Ayrıca ergenlik çağında olan kızların erkeklere göre daha dindar oldukları saptanmıştır (Santrock, 2012: 246-247).

Araştırmacılar, dinin çeşitli yönlerinin ergenler için olumlu sonuçlar doğurduğunu ifade etmektedirler. Ortaya konan veriler kilise çalışmalarıyla üst düzey bir şekilde meşgul olan ergenlerin akademik notlarının da yüksek olduğunu göstermektedir. Bir dini kuruma düzenli olarak devam etmenin ergenlik çağında olan bireylere olumlu rol modeli sunması açısından fayda sağlayabildiği aktarılmaktadır. 11-18 yaş arası 2000’den fazla örneklem ile bir araştırma yapılmış; araştırma sonucunda dindarlık düzeyi yüksek olan ergenlerin sigara, alkol ve esrar kullanma, okuldan kaçma, suça yönelme ve depresif olma davranışları dindarlık düzeyi düşük olan öğrencilere göre daha düşük saptanmıştır. Ergenler üzerinde yapılan bir tarama çalışması dindarlık düzeyi yüksek olan ergenlerin dindar olmayan ergenlere göre üç kat daha fazla toplumsal hizmetlerle ilgilendiğini ortaya koymuştur (Santrock, 2012: 247).

Ebeveynleriyle olumlu ilişkisi olan ya da onlara güvenli bağlanan ergenler ebeveynlerinin dini tutumlarına daha fazla uymaktadırlar (Santrock, 2012:248). Leung ve meslektaşları (2010) ebeveynleriyle iletişimleri iyi olan ilk ergenlik çağında olan bireylerin dini motivasyonlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Çocuklarıyla iletişim kurarken otoriter yapıda olan aileler dinle ilgili kendi tutumlarını çocuklarına benimsetmekte

zorluk çekmektedirler. Ancak bu durum Çin gibi Asya ülkeleri için tam tersidir. Otoriter ebeveynler Doğu toplumlarında kendi dini tutumlarını çocuklarına benimsetebilmektedirler.

Alan yazınına bakıldığında ergenlik döneminde olumlu şahsiyet özellikleri geliştirmede ve ruhsal açıdan sağlıklı bir yapıya sahip olmada dinin yadsınamaz bir etkisi vardır. Dinler, ortaya koydukları kural ve yasaklarla insanlığa bir yaşam tarzı önermekte ve insan davranışları için önemli bir rol oynamaktadır (Gürsu, 2011: 44).

1.3.3. Bağımlılık ve Din

Din, mensubu olduğu insanların yapmaları ve yapmamaları gereken eylemleri belirleyerek onlara hadiseler karşısında nasıl tepkiler vermeleri gerektiği konusunda rehberlik etmektedir. Örneğin yangın, deprem, sel ya da ölüm gibi bir takım istenmeyen olaylar karşısında yaşanan durumun Allah'ın iradesi olduğu düşüncesi, yaşanması muhtemel anksiyete ve depresif durumu önemli ölçüde azaltmaktadır. Yapılan pek çok araştırma dindar olan insanların dindar olmayanlara nazaran daha sağlıklı ve mutlu olduğu yönündedir. Aynı şekilde dindar insanların toplumsal ya da bireysel travmatik olaylardan daha az etkilendiğine yönelik araştırmalar mevcuttur (Gürsu, 2018: 93). Tüm bu veriler bize dindar insanların dindar olmayanlara göre psikolojik dayanaklıklarının daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Carl G. Jung; hayatlarının ikinci yarısında karşılaştığı hastaların tamamının problemlerinin dini olduğunu, sağlıklarına kavuşmalarında hayata dair dini bir bakış açısı geliştirmelerinin etkili olduğunu ifade etmiştir. Jung'a göre hastaların her birinin hasta olma nedeni dinin mensuplarından istediği ritüellerin yapılmaması ve dinin hayata dair istediği bakış açısının kaybedilmesidir (Woodmansee' den akt. Horozcu, 2010: 230).

Maneviyat ve dindarlığın olumlu ve koruyucu perspektifinin madde kullanımı ve davranışsal bağımlılıklar açısından olumlu etkiler gösterdiği bilinen bir durumdur. Alkol ve uyuşturucu kullanımına bağlı sorunlarda dini inançlardaki zayıflığın da etkili olduğu gözlemlenebilmektedir. Bu bağlamda ABD' de yapılan bir çalışmada, kendisi için dini önemli gören kişilerin problemleri içki içme davranışlarının önemli ölçüde az olduğu görülmüştür. Dini normlar ve manevi ortamlar insanlar için bağımlılıklar noktasında önleyici bir işlev görmektedir (Borras ve ark, 2010: 2359).

Dinler, mensupları için sadece cennete gitmeyi vaat etmezler. Aynı zamanda emir, yasak ve pratikleri ile dünyada daha iyi bir hayata sahip olmanın yöntemlerini de gösterirler. Bu kapsamda dindarların bağımlılık olarak nitelendirilebilecek her türlü eylemden kaçınmaları hedef olarak gösterilmektedir. Din bir rahatlama yoludur ve bu yönüyle madde

kullanım bozukluğu yaşayan bireylerin hayatlarındaki boşluğu doldurabilir (Codgell'den akt. Gürsu, 2018: 114).

Tüm dinlerde olduğu gibi İslam da mensuplarının davranış kalıplarına yön vermektedir. İslam' da ifrat (aşırılık) ve tefrit (ihmalkârlık) yasaklanmış, davranış ve düşüncelerde dengeli ve makul olmak teşvik edilmiştir. Kur'an- ı Kerim' de *Dedikleri ancak şu idi: Rabbimiz, günahlarımızı, işlerimizdeki aşırılıklarımızı bize bağışla* (3/147), *Ve işte böyle, sizi ortada yürüten bir ümmet kıldık ki, siz bütün insanlar üzerine adalet örneği ve hakkın şahitleri olasınız* (2/143) ayetleri insanların aşırılıklardan uzak durma ve dengeli bir hayat sürme konusunda uyarmıştır. Yine Kur'an-ı Kerim Bakara suresinin 61. ayetinde itidali bırakıp aşırıya kaçan bir kavmin helak olmasından bahsetmiştir (Karslı, 2019: 236). İslam dinine göre itidalli olmanın önündeki en büyük engel nefstir. Nefs, ruhsal sorunların ve bağımlılığın en büyük kaynağıdır. Bu bağlamda Kur'an-ı Kerim' de nefsin düzenlenip şekillendirilmesi istenmektedir (91/7). Allah insanın fitratına iyilik ve kötülüğü, doğru ve yanlış, günahı ve sevabı ayırt edebilme yetisini vermiştir. Ahlaki yönden çift kutuplu bir varlık olan insan kendi iradesiyle mutedil olanı ve doğruyu seçebilecektir (Kur'an Yolu Tefsiri, 2014: 5/629).

Kur'an-ı Kerim insanlara sık sık iyi-kötü, doğru-yanlış, faydalı-zararlı gibi tezatlar sunmaktadır. Burada istenene yakınlaşmak ve istenmeyenden uzaklaşmak esastır. Böylelikle Kur'an insanlara birtakım davranışlara ya da alışkanlıklara yaklaşma, bir takım davranış ya da alışkanlıklardan da uzaklaşma noktasında bir bilinç sunmaktadır. Kur'an-ı Kerim' e göre insan yaratılışına uygun hareket etmeli, karşılaştığı zorluklar karşısında iç mücadelesini arttırmalıdır (Yavuz, 2013: 338-339). Bağımlılıklar karşısında irade ortaya koymak ve vazgeçebilmek için bahsedilen bu iç mücadele oldukça önemlidir.

İslam âlimleri dinin amacının “can, mal, akıl, ırz ve inanç” olmak üzere beş unsuru muhafaza etmek olduğu üzere ittifak etmişlerdir. Bu beş unsur üstün donanımlarla dünyaya gelmiş olan insan için dokunulmaz olan üstün niteliklerdir. Herhangi bir durumdan dolayı bu beş özellik zarara uğruyorsa din orada devreye girmek durumundadır. Bu yüzden teknoloji bağımlılığı bireyin sağlığını tehdit ederek canına, malına, düşünme ve idrak edebilme yetisine zarar veriyorsa dini açıdan sorgulanması zaruret arz etmektedir. İslam dininin öğretilerine göre insan yeryüzünün halifesi konumundadır ve akıl ile irade sahibidir. Bu sebeple ilahi vahye muhatap olmuştur. Kur'an-ı Kerim *Ey iman edenler! İçki, kumar, dikili taşlar, fal ve şans okları birer şeytan işi pisliktir; bunlardan uzak durun ki kurtuluşa eresiniz.* (Maide, 5/90) ayetiyle bağımlılık yapıcı maddelerden uzak durulması gerektiğini öğütlemiştir. Ayette

içki için kullanılan “hamr” kelimesi Hz. Ömer tarafından “aklı örten her şey” olarak açıklanmıştır (Martı, 2018: 110).

Din ve maneviyat bireylerin sosyal yaşantıları açısından da ayırt edicidir. Yapılan çalışmalar dindar ve manevi yönelimli insanların kendileriyle benzer insanlarla sosyal gruplar kurduklarını göstermektedir. Dini sosyal gruplar bireylere manevi açıdan sosyal destek sağlamakta ve kendilerini diğer grup üyeleri ile özdeşleştirmelerine katkı sunmaktadır. Bu tür arkadaşlık grupları dayanışmanın üst seviyede olduğu gruplardır. Bu sebeple dini sosyal ortamlar bağımlılığın gelişmesinde ve önlenmesinde rol oynamaktadır. Adsız Alkolikler bu sosyal ortamlara verilebilecek güzel bir örnek olarak karşımıza çıkmaktadır (Sussman ve ark, 2013: 1209). Din ve dindarlığın bağımlılık tedavisinde süreci hızlandırıcı bir etkisinin olduğu bilinmektedir. Dindarlık bireylere sosyal destek alabilecekleri ve daha yalıtılmış ortamlar sunmaktadır. Dindarlık ile ilişkili sayılabilecek olan umut, iyimserlik, affetme ve bir hayat amacına bağlı olma gibi paradigmlar bağımlılık tedavisinde ihtiyaç duyulan önemli faktörler olarak karşımıza çıkmaktadır (Koenig, 2004: 1197).

Özellikle teknoloji, internet ve dijital oyun bağımlılığı bireyleri sosyal açıdan izole etmektedir. İslam dini ruhbanlık gibi bir amaçla dahi yapılsa sosyal izolasyonu tasvip etmemiştir. Hz. Muhammed *İnsanların arasına karışarak onların eziyetlerine sabreden kimse, insanların arasına karışmayıp eziyetlerine sabretmeyenlerden daha hayırlıdır* (Tirmizi, Sıfat-ül Kıyame, 55.). diyerek sosyal hayatın içine dâhil olmayı teşvik etmiştir. Kişisel haz ve menfaatlerin toplumdan kopuşu kolaylaştırması, bireylerin gerçek sorumluluklarıyla yüzleşmekten kaçtığı sahte bir özgürlük alanı olan sanal bağımlılıklara itmektedir (Martı, 2018: 117)

Nörobilimdeki son gelişmeler dini pratikler ile bağımlılık yapıcı maddelerin beynin aynı noktasına temas ettiğini ve bu beyin sisteminin limbik sistem olduğunu ortaya koymaktadır. Bir çalışmada 8 haftalık süre içerisinde her gün 12 dakika boyunca dua etmenin beyin görüntülerinde önemli ölçüde değişikliğe yol açtığı saptanmıştır. Odaklanarak yapılan dua eylemi beynin frontal lob aktivitesini arttırmaktadır. Bu da bireylerin odaklanmalarına ve kontrol mekanizmalarının güçlenmesine dolayısıyla bağımlılıkların kaynağı olan limbik sistemin kontrol edilmesine yol açmaktadır (Gürsu, 2017: 295).

Bağımlılıkların kaynağını sorgulayan bazı kuramcıların ortak görüşü; insanların belli bir ihtiyacının belli bir seviyede karşılanmaması durumunda daha alt seviyedeki ihtiyaçlara yöneleceği şeklindedir. Bazı kuramcılar ise bağımlılıkların beynin ilgili zevk alma ya da ödül merkezinde oluştuğunu ileri sürmektedirler. Arzuyu tetikleyen dopamin, serotonin ve adrenalini gibi hormonların artışa geçmesi, bireyin haz alma duygusunu aktifleştirmektedir.

Dua, namaz, zikir, oruç gibi dini ritüeller de samimiyetle yapıldığında beynin ilgili bölümünü aktive etmekte ve insanların haz duymalarını sağlamaktadır. Modern insan inanç ve ibadetlerin bir sonucu olan vecd halinden yoksundur. Günümüzde bağımlılıkların yaygınlaşmasının bir sebebi de bu durumdur. Din ve maneviyat bireylerin alkol ve tütün gibi maddesel ya da kumar, seks ve oyun gibi davranışsal bağımlılıklar geliştirmelerinde önleyici ve alternatif bir sistem olabilir. (Gürsu, 2017: 324-330).

1.3.4. Bağımlılık ve Dindarlık İlişkisi Üzerine Yapılmış Araştırmalar

Khavari ve Harmon (1982) insanların dini inanç dereceleri ile uyuşturucu madde kullanımları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla bir çalışma yürütmüştür. Çalışmanın sonucunda dini inanç puanları yüksek çıkan bireylerin alkol, uyuşturucu, amfetamin ve psikoaktif maddelere bağımlılıklarının önemli ölçüde daha az olduğu ortaya konmuştur (Borras ve ark, 2010: 2359).

Alexander ve Duff (1991), dindarlığın alkol kullanımı bozukluğunun azalmasına olumlu etkisinin bulunduğu saptamıştır. Dindarlığın alkol kullanımının yanı sıra nikotin, uyuşturucu ve zararlı ilaçların kullanımıyla negatif yönlü bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir (Willimans ve Jocabson' dan Akt. Horozcu, 2010: 230).

Yıldırım (1997) Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan 1218 üniversite öğrencisi üzerinde sigara, alkol ve uyuşturucu kullanımını ölçmek amacıyla bir çalışma yürütmüş ve ailesi dindar olan üniversite öğrencilerinin ailesi dindar olmayan öğrencilere göre bağımlılık düzeylerinin her üç madde türünde de daha az olduğunu saptamıştır.

Pardini ve ark. (2000) bağımlılıktan kurtulan 236 kişi üzerinde bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın bulguları iyileşen bireylerin dini inanç ve bağlılıklarının daha üst düzeyde olduğu yönündedir. Ayrıca çalışmada bağımlı olan dindar bireylerin bağımlı olmayan dindar bireylere göre kaygılarının daha az olduğu ve daha iyimser olduğu ortaya konmuştur.

Griffiths, Heine ve Sheeley (2001) tarafından yapılan bir başka çalışmada, dindar bireylerde alkol ve uyuşturucu tüketiminin daha az olduğu saptanmış, dini inanç ve uygulamaları önemsemeyen yetişkinlerin dindarlara nazaran dört kat daha fazla esrar ve diğer uyuşturucu maddelere karşı bağımlı oldukları ortaya konmuştur (Gürsu, 2017: 95).

Hodge ve arkadaşları (2001) dindarlık ile uyuşturucu madde ve alkol arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla 475 kişi üzerinde bir araştırma yapmıştır. Araştırma sonucuna göre maneviyat düzeyi ile alkol kullanımı arasında bir ilişki bulunamamış ancak dine katılım ile alkol kullanımı arasında negatif korelasyonu ve anlamlı bir ilişki saptamıştır. Ayrıca

çalışmada esrar kullanımı ile dine katılma arasında bir ilişki bulunamamış ancak maneviyat düzeyi ile esrar kullanımı arasında negatif yönlü bir ilişki ortaya konmuştur.

Timberlake ve ark. (2006) dine karşı tutum, toplu dini pratikleri yerine getirme ve kişisel değerlendirilmiş dindarlık verileri ile sigara içme davranışı arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla bir çalışma yürütmüştür. Çalışmanın sonucuna göre yukarıda bahsedilen üç dindarlık kriteri yüksek olan bireylerin sigara içme davranışlarının zayıf oldukları gözlemlenmiştir.

2007 yılında 2000'den fazla 11 ila 18 yaş arasında örneklem üzerinde yapılan bir araştırmanın neticesine göre dindarlık düzeyi yüksek olan gençlerin sigara, alkol ve esrar kullanma düzeylerinin dindarlık düzeyi düşük olan akranlarına göre daha az olduğu saptanmıştır (Sinha'dan Akt. Santrock, 2012: 247).

Lyons ve meslektaşları (2010) manevi ve inanç temelli tedavi yaklaşımlarının bağımlılık tedavisindeki etkisini ortaya koymak amacıyla bir çalışma yapmışlardır. Çalışmanın bir diğer amacı maneviyatın madde bağımlılığı tedavisinde nasıl yardımcı olabileceğini açıklayacak bir takım psikolojik dinamikleri tanımlamaktır. Çalışmaya göre bir hayat amacı belirlemek ve affetmek iyileşme sürecini arttıran manevi mekanizmalar olarak belirlenmiş ve bağışlayıcılık ve anlamsızlıktan kurtulmanın iyileşme sürecine katkı sunduğu ileri sürülmüştür.

Ayten (2013), lisans ve lisansüstü seviyede öğrenim gören 282 öğrenci ile bir çalışma yürütmüş ve çalışmanın sonucunda dinin içki kullanımı konusundaki yasaklarının ve bütün kullanımı konusundaki hoşnutsuz tutumunun öğrenciler üzerinde etkili olduğunu saptamıştır.

Knabb ve Pelletier (2014), Tanrı'ya duygusal bağlılık ve sorunlu internet kullanımı arasındaki ilişkiyi yordamak amacıyla bir çalışma yürütmüş ve çalışmanın sonucunda Tanrı'ya kaygılı bağlanan ya da Tanrı'nın kendini terk ettiğini düşünen bireylerin internet bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Ayrıca depresyon, anksiyete, stres ve endişe ile sorunlu internet kullanımı arasında zayıf ve orta düzeyde korelasyonlar gözlemlenmiştir.

Korkmaz ve Mehmedoğlu (2018), problemli internet kullanımı, siber zorbalık ve dindarlık ilişkisi üzerine 1130 katılımcı üzerinde bir çalışma yürütmüşler ve çalışmanın sonucunda dindarlık düzeyi ile problemli internet kullanımı arasında negatif yönlü bir korelasyon saptamışlardır.

Dindarlık ile alkol tüketimi arasındaki ilişkiyi inceleyen 86 çalışmadan 76'sı (%88) dindarlık seviyesi yüksek olan kişilerin alkol tüketiminin dindar olmayan kişilere oranla daha az olduğu ileri sürülmüştür. Uyuşturucu kullanımı ve dindarlık ilişkisi üzerine yapılan 52

Çalışmadan 48'i dindarlık düzeyi arttıkça uyururucu kullanımının azaldığı yönündedir. Yine tütün kullanımı ve dindarlık ilişkisi üzerine yapılan 25 araştırmanın 24'nde ters orantı saptanmıştır (Köylü, 2010: 25).



İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM ve BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın yöntemi hakkında bilgi verilecek, akabinde problem ve hipotezlere dayalı olarak istatistiksel analizlerin sonuçları incelenecek, daha sonra elde edilen bulgular literatürdeki ilgili çalışmalarla ilişkilendirilip değerlendirme yapılacaktır.

2.1. Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları ve veri toplama işleminden bahsedilecektir.

2.1.1. Araştırmanın Modeli

Ergenlik çağındaki bireylerin dijital oyun bağımlılığı seviyesi ile dindarlık düzeyi arasındaki ilişkiyi irdelemeyi amaçlayan bu çalışmada ilişkisel araştırma modeli tercih edilmiştir. İlişkisel araştırma modeli temelde iki ya da daha fazla değişken arasında yapılan araştırmalardır (Cheristensen vd., 2015: 367-378; Shaughnessy vd., 2018: 40-49). Bu çalışmada temelde dindarlık seviyesinin ergenlerin dijital oyun bağımlılığını hangi ölçüde etkilediği incelenmiştir. Bu bağlamda bağımsız değişken dindarlık seviyesi, bağımlı değişken ise dijital oyun bağımlılığı olarak belirlenmiştir.

2.1.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2020-2021 eğitim-öğretim yılı içerisinde Gaziantep ilinde, ortaöğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan ergenler oluşturmaktadır. Bu bağlamda 2020 yılında Gaziantep ilinde öğrenim görmekte olan 329.286 öğrenci bulunmaktadır. Ancak evren grubunun tamamına ulaşmak güç olacağından dolayı örneklem grubu belirlenmiştir. Buna göre evren büyüklüğü 100.000-1.000.000 kişi aralığında olduğu durumda $\pm\%5$ hata payı ile % 95 güven aralığında ulaşılması gereken katılımcı sayısı 382' dir (Balcı, 2018: 109).

Örneklem grubu ise Gaziantep ilinin Şahinbey ilçesinde bulunan Şahinbey Belediyesi Adil Teymur İmam Hatip Ortaokulu, Turgut Özal Ortaokulu, Şahinbey Belediyesi Mehmet Emin Er Kız Anadolu İmam Hatip Lisesi, Mehmet Görmez Anadolu İmam Hatip Lisesi, Akkent Anadolu Lisesi, Şahinbey Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi ve Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği Fen Lisesi'nde öğrenim görmekte olan ergenlerden tesadüfi olarak seçilmiş katılımcılardan oluşmaktadır. Bu kapsamda toplam 526 öğrenciye anket uygulanmış ancak

yapılan kayıp veri analizi neticesinde 478 öğrencinin verdiği cevaplar analiz edilmiştir. Örneklem grubuna ait cinsiyet ve yaş grafikleri şekillerde gösterilmiştir.

Tablo 2.1. Cinsiyet Dağılımı

Kadın Sayısı: 287	Erkek Sayısı: 191
Kadın Yüzdesi: %60	Erkek Yüzdesi: %40

Tabloda görüldüğü üzere katılımcıların %60 (287)' i kadın, %40 (191)' i erkek bireylerden oluşmaktadır.

Tablo 2.1. Yaş Dağılımı

	12 Yaş	13 Yaş	14 Yaş	15 Yaş	16 Yaş	17 Yaş	18 Yaş
Sayı	20	142	60	14	32	173	37
Yüzde	%4,2	%29,7	%12,6	%2,9	%6,7	%36,2	%7,7

Şekilde görüldüğü üzere katılımcıların %4,2 (20)' si 12, %29,7 (142)' si 13, %12,6 (60)' si 14, %2,9 (14)' u 15, %6,7 (32)' si 16, %36,2 (173)' si 17 ve %7,7 (37)' si 18 yaşındadır.

2.1.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu, dini tutum ölçeği ve çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeğinden yararlanılmıştır.

2.1.3.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırmada kullanılan anket formunun ilk bölümünde demografik bilgi formu kullanılmıştır. Bu kapsamda demografik bilgi formunda katılımcıların; cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, yaşadıkları yerleşim birimi, anne-baba birliktelik durumları, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, aile aylık gelir ortalaması, aile dini ibadet düzeyi, kendilerine ait oda durumları ve okul türü bilgileri istenmiştir.

2.1.3.2. Dini Tutum Ölçeği

Bu çalışmada Üzeyir OK tarafından 2011 yılında geliştirilen “Dini Tutum Ölçeği” kullanılarak katılımcıların dindarlık düzeyleri ölçülmüştür. Ölçek 8 madde ve 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin açıkladığı toplam varyans %86 olarak belirlenmiştir. Yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmalarında elde edilen veriler ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir. Çalışmada Crombach α değeri biliş boyutu için 0,75, duygu boyutu için 0,87,

davranış boyutu için 0,86 ve ilişki boyutu için 0,85 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin toplam iç tutarlılık puanı ise 0,90' dır (Ok, 2011).

2.1.3.3. Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Bu çalışmada HAZAR ve HAZAR tarafından 2017 yılında geliştirilen “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılarak katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeyi ölçülmüştür. Ölçek 24 madde ve 4 alt ölçekten oluşmaktadır. Ölçeğin açıkladığı toplam varyans %47'9' dur. Sosyal bilimlerde yapılan analizlerde %40 ila %60 arasında değişen Varyans oranları yeterli kabul edilmektedir (Tavşancıl, 2014). Ölçeğin Crombach α değeri; dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma boyutu için 0,82, oyun sırasında tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer boyutu için 0,88, bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi boyutu için 0,73 ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansması ve oyuna dalma boyutu için 0,70 olarak bulunmuştur. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği toplam puanı ise 0,81'dir (Hazar ve Hazar, 2017).

2.1.4. Veri Toplama İşlemi

Araştırma kapsamında demografik bilgi formu, dini tutum ölçeği ve çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği kullanılarak bir anket formu oluşturulmuştur. Daha sonra Akdeniz Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurulu ve Gaziantep Valiliği'nden gerekli etik onaylar alınmıştır. Oluşturulan anket formu Gaziantep ili Şahinbey ilçesinde bulunan ve farklı okul türlerini kapsayan yedi okuldan ve altı farklı okul türünden tesadüfi olarak seçilen 526 öğrenciye uygulanmıştır. (Ortaokul (s=88), İmam Hatip Ortaokulu (s=111), Anadolu Lisesi (s=56), Fen Lisesi (s=36), Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi (s=46), Anadolu- Fen Proje İmam Hatip Lisesi (s=141)).

Katılımcılar anket formlarını doldurmadan önce yapılan çalışma hakkında kendilerine bilgi verilmiş ve anket formlarına isimlerini yazmamaları istenmiştir. Ayrıca formların farklı kişi ve kurumlarla paylaşılmayacağına dair katılımcılara sözlü güvence verilmiştir. Katılımcıların formları doldurması için gerekli süre verilmiş ve ölçme işlemi esnasında katılımcıların dikkatini dağıtacak faktörler en aza indirilmeye çalışılmıştır.

2.2. Araştırmanın Bulguları

Uygulanan anket neticesinde elde edilen verilerin analizi bu bölümde yapılmıştır. Verilerin analizinin yapılabilmesi için anket formları önce Excel'e daha sonra uygun

kodlamalar yapılarak IBM SPSS 25.0 programına aktarılmıştır. Analizlerde ölçeklere ait açımlayıcı faktör analizi ve güvenilirlik analizleri ile katılımcıların demografik verilerine ait frekans analizleri yapılmıştır. Ayrıca dini tutum ölçeği ve dijital oyun bağımlılığı ölçeği ve alt boyutlarına ait tanımlayıcı istatistikler tespit edilmiştir. Analize katılan ergenlerin dini tutum düzeylerinin, dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin ve ölçeklerin alt boyutlarındaki düzeylerinin birbirleri ile ilişkisi araştırılmış; demografik verilere göre dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin ve alt faktörlerdeki düzeylerini farklılaşma durumları incelenmiştir. Analizlerde tanımlayıcı istatistikler frekans (n), yüzde (%), ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum olarak belirtilmiştir.

2.3. Ölçeklerin Normallik Analizi

Dindarlık ölçeğine, dijital oyun bağımlılığı ölçeğine ve dört farklı alt boyutuna ait verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine bakmak için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmış ve ortaya çıkan veriler tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2.3. Normallik Analizi Tablosu

	N	Çarpıklık		Basıklık	
	İstatistik	İstatistik	Std. Hata	İstatistik	Std. Hata
Dindarlık	478	1,034	,112	1,127	,223
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	478	-1,376	,112	1,251	,223
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	478	-1,083	,112	,487	,223
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	478	-1,420	,112	1,074	,223
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve Oyuna dalma	478	,867	,112	1,450	,223
Dijital oyun bağımlılığı	478	-1,175	,112	,681	,223
N	478				

Çarpıklık ve basıklık değerleri $\pm 1,5$ aralığında olduğunda verilerin normal dağıldığı kabul edilmektedir (Doğan ve Başokçu, 2010: 65-66). Araştırmada kullanılan ölçeklere ve ölçeklerin alt boyutlarına ait çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde değerlerin $\pm 1,5$ aralığında olduğu anlaşılmış ve buna bağlı olarak dindarlık ve dijital oyun bağımlılığı ölçeklerinin dağılımlarının normal olduğu bulunmuştur. Bağımsız değişkenlerin ölçek puanları bakımından analizleri için bağımsız örneklem t-testi (independentsample t test), tek yönlü varyans analizi (onewayanova) ve varyans homojenliğine bağlı olarak uygun post-hoc testi kullanılmıştır. Bağımsız değişkenler arası ilişki pearson korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Analizlerde istatistiksel anlamlılık değeri $p < ,05$ olarak kabul edilmiştir.

2.4. Ölçeklerin Güvenilirlik Analizleri

Araştırmalarda çoğunlukla analizler gerçekleştirilmeden önce verinin analize uygun güvenilirlik derecesinde olup olmadığı test edilir. Güvenirlilik bir ölçekte tüm değişkenlerin birbiri ile tutarlılığını ve iç uyumunu ortaya koyan bir kavramdır” (Kurtuluş, 2010:184). “Güvenirlilik bireylerin test maddelerine verdikleri cevaplar arasındaki tutarlılık olarak tanımlanabilir. Güvenirlilik testin ölçmek istediği özelliği ne derece doğru ölçtüğü ile ilgilidir. Testin güvenilirlik katsayısı olarak hesaplanan (r), test puanlarına ilişkin bireysel farklılıkların ne derece gerçek ve ne derece hata faktörüne bağlı olduğunu yorumlamak amacıyla kullanılmaktadır. Test maddelerine verilecek cevapların üç veya daha fazla seçenekli olması durumunda cronbach (α) katsayısı kullanılır” (Büyüköztürk, 2007: 169-170).

“15 maddelik bir ölçekten hesaplanan Alfa değerine standart alfa denir ve değeri 0.75’in üstündeyse güvenilirliği yüksek, 0.50 ile 0.75 arasındaki değerlerde güvenilirliği orta, 0.50’in altı ise güvenilirliği düşük kabul edilir. 15’in üstünde maddesi olan bir ölçekten hesaplanan Alfa katsayısı ise 0.90 ve üstü mükemmel güvenilir, 0.70 ile 0.90 arası yüksek güvenilir, 0.50 ile 0.70 arası orta güvenilir, 0.50’in altı ise düşük güvenilirliktedir” (Hinton ve ark., 2004: 364).

Bu çalışmada da kullanılan dini tutum ölçeği ve dijital oyun bağımlılığı ölçeklerinin güvenilirliğinin test edilmesinde de cronbach alfa katsayısı kullanılmıştır.

Tablo 2.4. Güvenirlilik Analizi Tablosu

	Cronbach h Alfa	Madde Sayısı
Dindarlık	,563	8
Dijital Oyun Bağımlılığı (Toplam)	,926	24

Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	,803	7
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değerler	,868	7
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	,736	6
Yoksunluğun Psikolojik- Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	,563	4

Ölçeklerin güvenilirlik durumuna bakıldığında dindarlık ölçeğinin orta düzeyde güvenilir olduğu bulunmuştur (Cronbach alfa, 0,56). Dijital oyun bağımlılığı ölçeği ise yüksek düzeyde güvenilir durumdadır (Cronbach alfa, 0,92). Dijital oyun bağımlılığı ölçeğinin alt boyutlarına bakıldığında yoksunluğun psikolojik ve fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutunun orta düzeyde güvenilir olduğu (Cronbach alfa, 0,56), diğer alt boyutların ise yüksek düzeyde güvenilir olduğu bulunmuştur (Cronbach alfa: 0,80; 0,86; 0,73).

2.5. Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılığı Durumlarının Demografik Veriler Açısından İncelenmesi

2.5.1. Cinsiyet Ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Dijital oyun bağımlılığının cinsiyete göre nasıl farklılaştığını anlamak için bağımsız örneklem t testi yapılmıştır.

Tablo 2.5. Cinsiyet ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

	cinsiyet	N	$\bar{x}$	Std. Satma	t	p
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	kadın	287	32,36	3,90	6,46	,000
	erkek	191	29,49	5,24		
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	kadın	287	30,20	5,45	7,95	,000
	erkek	191	25,43	6,99		
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	kadın	287	28,20	2,80	5,56	,000
	erkek	191	26,33	4,03		

Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	kadın	287	9,73	1,84		,000
	erkek	191	9,30	2,03	2,33	
Dijital oyun bağımlılığı	kadın	287	108,58	12,75	7,30	,000
	erkek	191	98,01	17,08		

Elde edilen bulgulara göre dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutları cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır (tüm boyutlar için $p=0,0001$; $p<0,05$). Bağımlılık puan ortalamalarına bakıldığında ise kadınların dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutlardan aldıkları puanlar erkeklerden daha yüksektir. Yapılan analiz neticesinde kurulan hipotez doğrulanmıştır.

2.5.2. Yaş ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Dijital oyun bağımlılığının yaşa göre nasıl farklılaştığını bulmak için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar tabloda yer almaktadır.

Tablo 2.6. Yaş ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

		N	$\bar{x}$	Std. Deviation	F	p	Fark
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	1)12	20	30,85	6,09	2,162	,045*	17 ile 13,14,15 15-18 yaş
	2)13,	142	30,84	4,54			
	3) 14	60	30,38	5,21			
	4)15	14	28,85	5,60			
	5)16	32	30,59	5,22			
	6)17	173	32,03	4,22			
	7)18	37	31,78	4,35			
	Total	478	31,21	4,69			
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	1)12	20	27,95	6,90	4,581	,000*	17-13,14
	2)13,	142	27,02	6,59			
	3) 14	60	26,73	6,84			
	4)15	14	26,71	6,50			
	5)16	32	26,56	8,46			
	6)17	173	30,03	5,63			
	7)18	37	29,89	5,88			
	Total	478	28,29	6,54			
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	1)12	20	27,40	4,04	1,110	,335	
	2)13,	142	27,38	3,24			

	3) 14	60	27,58	3,04			
	4)15	14	25,85	4,27			
	5)16	32	26,56	4,52			
	6)17	173	27,67	3,48			
	7)18	37	27,94	3,14			
	Total	478	27,45	3,46			
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	12,00	20	9,15	2,39	1,957	,070	
	13,00	142	9,26	1,85			
	14,00	60	9,55	1,81			
	15,00	14	10,71	2,92			
	16,00	32	9,46	1,99			
	17,00	173	9,70	1,90			
	18,00	37	9,91	1,60			
	Total	478	9,56	1,93			
Dijital oyun bağımlılığı	1)12	20	102,50	19,05	2,850	,010*	13-17
	2)13,	142	102,35	14,31			
	3) 14	60	102,11	16,47			
	4)15	14	97,50	17,24			
	5)16	32	101,03	19,50			
	6)17	173	107,52	14,27			
	7)18	37	107,40	15,21			
	Total	478	104,36	15,51			

Elde edilen bulgulara göre yaş ile dijital oyun bağımlılığı toplam puanı, dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma ve oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler alt boyutu arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0,010$; $p=0,045$; $p=0,0001$). Farkın hangi yaşlar arasında olduğunu bulmak için yapılan post-hoc testlerine göre 17 yaş ile 13, 14 ve 15 yaş arasında fark olduğu bulunmuştur. Ortalamalara bakıldığında ise 17 yaşında olanların bağımlılık düzeyleri diğer yaşlardan yüksek bulunmuştur. Bu durumda kurulan hipotez doğrulanmıştır.

2.5.3. Kardeş Sayısı ve Dijital Oyun Bağımlılık İlişkisi

Kardeş sayısı ve dijital oyun bağımlılığı arasındaki farklılaşmayı anlamak amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular tabloda yer almaktadır.

Tablo 2.7. Kardeş Sayısı ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

		N	$\bar{x}$	Std. Deviation	F	p	Fark
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma	1,00	9	26,11	7,47	2,91	,013*	1 ile diğer tüm
	2,00	87	30,59	5,29			

ve çatışma	3,00	171	31,26	4,35			kardeşler arasında fark var
	4,00	136	31,77	4,21			
	5,00	46	31,50	4,89			
	6+	29	31,27	4,80			
	Total	478	31,21	4,69			
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	1,00	9	22,55	9,28	3,460	,004*	1 yaş ile 3,4,5,6+ kardeş arasında fark var
	2,00	87	26,73	7,14			
	3,00	171	28,23	6,51			
	4,00	136	29,32	5,83			
	5,00	46	29,52	5,82			
	6,00	29	28,37	6,72			
	Total	478	28,29	6,54			
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	1,00	9	24,11	5,03	2,297	,044*	1 ile diğer tüm kardeşler arasında fark var
	2,00	87	27,14	3,70			
	3,00	171	27,76	3,11			
	4,00	136	27,63	3,22			
	5,00	46	27,10	3,78			
	6,00	29	27,27	4,32			
	Total	478	27,45	3,46			
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	1,00	9	9,11	2,14	0,794	,555	
	2,00	87	9,58	2,13			
	3,00	171	9,59	1,80			
	4,00	136	9,72	2,11			
	5,00	46	9,26	1,54			
	6,00	29	9,13	1,72			
	Total	478	9,56	1,93			
Dijital oyun bağımlılığı	1,00	9	87,55	25,20	3,41	,005*	1 ile diğer tüm kardeşler arasında fark var
	2,00	87	101,31	17,36			
	3,00	171	104,81	14,20			
	4,00	136	106,32	13,92			
	5,00	46	105,82	15,43			
	6,00	29	104,55	17,56			
	Total	478	104,36	15,51			

Elde edilen bulgulara göre kardeş sayısı ile dijital oyun bağımlılığı toplam puanı, dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun sırasında tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler ve bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi alt boyutları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p=.005$; $p=.013$; $p=.004$; $p=.044$). Kardeş sayısı ile yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutu arasında ise anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir ($p=0,555$). Farkın hangi kardeş sayıları arasında olduğunu bulmak için post-hoc testleri yapılmış ve tek kardeş ile diğer tüm kardeş sayıları arasında fark olduğu tespit edilmiştir. Ortalamalara bakıldığında tek çocuk olanların dijital

oyun bağımlılığı düzeyleri daha fazla kardeş sayısına sahip olanlara göre daha düşüktür. Bu durumda kurulan hipotez yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutu hariç doğrulanmıştır.

2.5.4. Yaşanılan Yer ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Yaşanılan yer ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki farklılaşmayı tespit etmek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar tabloda yer almaktadır.

Tablo 2.8. Yaşanılan Yer ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

		N	$\bar{x}$	Std. Deviation	F	p	Fark
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	köy-kasaba	19	31,68	4,34			
	ilçe	91	31,01	4,98	0,186	,830	
	il	368	31,24	4,65			
	Total	478	31,21	4,69			
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	köy-kasaba	19	28,68	7,42			
	ilçe	91	28,58	6,02	0,152	,859	
	il	368	28,20	6,63			
	Total	478	28,29	6,54			
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	köy-kasaba	19	26,36	4,32			
	ilçe	91	27,59	3,51	1,013	,364	
	il	368	27,47	3,40			
	Total	478	27,45	3,46			
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	köy-kasaba	19	9,68	1,15			
	ilçe	91	9,45	2,07	0,207	,813	
	il	368	9,58	1,93			
	Total	478	9,56	1,93			
Dijital oyun bağımlılığı	köy-kasaba	19	105,32	16,51			
	ilçe	91	104,34	15,51			
	il	368	104,32	15,50	0,033	,967	
	Total	478	104,36	15,51			

Elde edilen bulgulara göre katılımcıların yaşadıkları yer ile dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir. Bu durumda kurulan hipotez doğrulanmıştır.

2.5.5. Anne Baba Birlikteliği ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Katılımcıların anne-baba birliktelik durumu ve dijital oyun bağımlılığı ilişkisinin farklılaşmasını saptamak amacıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2.9. Anne-Baba Birlikteliği ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

	Anne-baba_birlikteliği	N	$\bar{x}$	Std. Deviation	t	p
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve Çatışma	birlikte	448	31,42	4,49	2,79	,009
	ayrı	30	28,13	6,34		
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	birlikte	448	28,56	6,37	3,46	,001
	ayrı	30	24,33	7,73		
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	birlikte	448	27,58	3,38	2,51	,017
	ayrı	30	25,60	4,22		
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	birlikte	448	9,52	1,89	-1,27	,212
	ayrı	30	10,10	2,42		
Dijital oyun bağımlılığı	birlikte	448	105,10	14,92	3,22	,003
	ayrı	30	93,23	19,78		

Elde edilen bulgulara göre dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutu hariç ($p = 0,212$) diğer tüm alt boyutlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır (yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması hariç tüm boyutlar için; $p < 0.05$). Dijital oyun bağımlılığı puan ortalamalarına bakıldığında anne-babası birlikte olan katılımcıların puanları, ayrı olanlara göre daha yüksektir. Yapılan analiz neticesinde hipotez doğrulanmıştır.

2.5.6. Kendine Ait Oda ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Katılımcıların kendilerine ait odalarının olma durumları ile dijital oyun bağımlılığı ilişkisinin farklılaşmasını saptamak amacıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2.10. Kendine Ait Oda ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

	Kendine ait oda var mı?	N	$\bar{x}$	Std. Deviation	t	p
Dijital oyun oynamaya	evet	310	30,89	5,05	-2,34	,019*

yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	hayır	166	31,86	3,88		
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	evet	310	27,89	6,68	-1,84	,071
	hayır	166	29,03	6,26		
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	evet	310	27,32	3,69	-1,27	,203
	hayır	166	27,72	3,01		
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	evet	310	9,60	1,99	0,80	,403
	hayır	166	9,44	1,75		
Dijital oyun bağımlılığı	evet	310	103,37	16,39	-2,05	,041*
	hayır	166	106,27	13,67		

Elde edilen sonuçlara göre kendine ait oda değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma alt faktörü arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılaşma vardır ($p=0.041$; $p=0,019$). Dijital oyun bağımlılığı puan ortalamalarına bakıldığında kendilerine ait odası olan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı seviyeleri kendilerine ait odası olmayan katılımcılara göre daha yüksektir. Bu durumda kurulan hipotez oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer ($p=0,071$), bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi ($p=0,203$) ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma ($p=0,403$) alt boyutları hariç doğrulanmıştır.

2.5.7. Gelir Durumu ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Katılımcıların gelir durumu ve dijital oyun bağımlılığı ilişkisinin farklılaşmasını saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2.11. Gelir Durumu ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

		N	$\bar{x}$	Std. Deviation	f	p	Farklısdan t2
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	1)0-2000 TL	89	32,28	3,75	7,40	,001	1-3 2-3
	2) 2001-5000 TL	256	31,48	4,59			
	3) 5001 TL üstü	133	29,99	5,21			
	Total	478	31,21	4,69			
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen	1)0-2000 TL	89	29,60	5,62	9,71	,000	1-3, 2-3
	2) 2001-5000 TL	256	28,90	6,15			

değerler	3) 5001 TL üstü	133	26,25	7,36			
	Total	478	28,29	6,54			
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	1)0-2000 TL	89	27,76	3,42	1,12	,325	
	2) 2001-5000 TL	256	27,53	3,46			
	3) 5001 TL üstü	133	27,09	3,49			
	Total	478	27,45	3,46			
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	1)0-2000 TL	89	9,48	1,80	3,80	,023*	2-3
	2) 2001-5000 TL	256	9,38	1,86			
	3) 5001 TL üstü	133	9,94	2,10			
	Total	478	9,56	1,93			
Dijital oyun bağımlılığı	1)0-2000 TL	89	107,25	13,33	7,17	,001*	1-3, 2-3
	2) 2001-5000 TL	256	105,50	15,25			
	3) 5001 TL üstü	133	100,21	16,62			
	Total	478	104,36	15,51			

Elde edilen verilere göre katılımcıların gelir durumu ile dijital oyun bağımlılığı toplam puanı, dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutu arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p=0,001$; $p=0,001$; $p=0,000$; $p=0,023$). Katılımcıların gelir durumu ile bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi alt boyutu arasında ise herhangi bir farklılaşma tespit edilememiştir ($p=0,325$). Farkın hangi gelir durumları arasında olduğunu bulmak için post-hoc testleri yapılmış ve gelir durumu 5001TL ve üzeri olan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeyleri daha alt gelir seviyesinde olanlara göre daha düşük çıkmıştır. Bu durumda kurulan hipotez bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi alt boyutu hariç doğrulanmıştır.

2.5.8. Aile Dini İbadet Düzeyi ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Katılımcıların aile dini ibadet düzeyi ve dijital oyun bağımlılığı ilişkisinin farklılaşmasını ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen veriler tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2.12. Aile Dini İbadet Düzeyi ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

		N	$\bar{x}$	Std. Deviation	F	p	Fark
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	düşük	21	30,33	5,22	3,55	,029*	Yüksek-orta
	orta	197	30,62	5,12			
	yüksek	260	31,73	4,24			
	Total	478	31,21	4,69			
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	düşük	21	27,57	6,93	0,44	,641	
	orta	197	28,05	6,67			
	yüksek	260	28,54	6,41			
	Total	478	28,29	6,54			
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	düşük	21	26,66	4,31	0,97	,379	
	orta	197	27,32	3,48			
	yüksek	260	27,61	3,37			
	Total	478	27,45	3,46			
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	düşük	21	10,66	2,45	6,67	,001*	Yüksek-orta
	orta	197	9,76	1,99			
	yüksek	260	9,31	1,79			
	Total	478	9,56	1,93			
Dijital oyun bağımlılığı	düşük	21	101,71	18,44	1,54	,213	
	orta	197	103,17	16,04			
	yüksek	260	105,47	14,81			
	Total	478	104,36	15,51			

Elde edilen bulgulara göre katılımcıların ailelerinin dini ibadetlerini yerine getirme düzeyleri ile dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ($p=0,029$; $p=0,001$). Dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve diğer alt boyutlar arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edilememiştir ($p=0,213$; $p=0,641$; $p=0,379$). Ortaya çıkan farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu saptamak amacıyla post-hoc testleri yapılmıştır. Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma alt boyutunda aile dini ibadet düzeyi düşük olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları, yüksek olanlara göre daha düşüktür. Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutunda ise aile dini ibadet düzeyi düşük olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları yüksek grupta olanlara göre daha yüksektir. Bu durumda dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutları hariç hipotez doğrulanmıştır.

2.5.9. Okul Türü ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Katılımcıların okul türü ve dijital oyun bağımlılığı ilişkisinin farklılaşmasını saptamak amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Ortaya çıkan veriler tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2.13. Okul Türü ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

		N	$\bar{x}$	Std. Deviation	f	p	fark
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	1)Ortaokul	88	31,54	4,03	4,71	,000*	6-2
	2)İmam Hatip Ortaokulu	111	30,25	5,15			
	3)Anadolu Lisesi	56	30,66	5,17			
	4)Fen Lisesi	36	29,38	5,86			
	5)Meslek Lisesi	46	30,95	4,88			
	6)Anadolu-Fen İHL	141	32,53	3,71			
	Total	478	31,21	4,69			
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	1)Ortaokul	88	28,43	6,14	8,10	,000*	6-1,2,4
	2)İmam Hatip Ortaokulu	111	26,57	6,49			
	3)Anadolu Lisesi	56	28,03	6,26			
	4)Fen Lisesi	36	24,94	7,50			
	5)Meslek Lisesi	46	27,60	8,06			
	6)Anadolu-Fen İHL	141	30,75	5,21			
	Total	478	28,29	6,54			
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	1)Ortaokul	88	28,50	1,94	4,87	,000*	1-2,4
	2)İmam Hatip Ortaokulu	111	26,83	3,70			
	3)Anadolu Lisesi	56	26,87	4,09			
	4)Fen Lisesi	36	26,08	3,93			
	5)Meslek Lisesi	46	26,97	4,04			
	6)Anadolu-Fen İHL	141	28,02	3,18			
	Total	478	27,45	3,46			
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	1)Ortaokul	88	9,12	1,75	3,56	,004*	6 ile 2,3,4,5
	2)İmam Hatip Ortaokulu	111	9,45	2,03			
	3)Anadolu Lisesi	56	10,37	1,95			
	4)Fen Lisesi	36	9,88	2,16			1ile 2,4
	5)Meslek Lisesi	46	9,21	1,84			
	6)Anadolu-Fen	141	9,62	1,83			

	İHL						
	Total	478	9,5607	1,93			
Dijital oyun bağımlılığı	1)Ortaokul	88	106,10	12,45	6,80	,000*	6-2; 6-4
	2)İmam Hatip Ortaokulu	111	100,47	15,75			
	3)Anadolu Lisesi	56	102,73	16,56			
	4)Fen Lisesi	36	96,86	18,38			
	5)Meslek Lisesi	46	102,95	18,88			
	6)Anadolu-Fen İHL	141	109,35	12,92			
	Total	478	104,36	15,51			

Elde edilen bulgulara göre katılımcıların okul türleri dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve tüm alt boyutlara göre istatistiksel açıdan farklılaşmaktadır ($p=0,000$; $p=0,000$; $p=0,000$; $p=0,000$; $0,004$). Ortaya çıkan farklılaşmanın hangi okul türleri arasında olduğunu bulmak için post-hoc testleri yapılmıştır. Dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve tüm alt boyutlar açısından okul türü ortaokul ve Kız İmam Hatip Lisesi olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri diğer okul türlerine göre daha yüksek çıkmıştır. Bu sonuçlara göre hipotez doğrulanmıştır.

2.5.10. Anne Eğitim Düzeyi ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Katılımcıların anne eğitim durumu ile dijital oyun bağımlılığı ilişkisinin farklılaşmasını saptamak için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Ortaya çıkan bulgular tabloda gösterilmiştir.

Tablo2.14. Anne Eğitim Düzeyi ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

		N	$\bar{x}$	Std. Deviation	f	p	Fark
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	1)Okuryazar değil	16	33,43	2,12818	2,52	,029*	1 ile 3,4,5
	2) İlkokul mezunu	181	31,80	4,30			
	3)Ortaokul mezunu	91	31,06	5,06			
	4) Lise mezunu	115	30,52	5,09			
	5) Üniversite mezunu	62	30,90	4,22			
	6) Lisansüstü	13	28,92	6,35			
	Total	478	31,21	4,69			

Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	1)Okuryazar değil	16	32,06	3,51	4,09	,001*	1-4,5
	2) İlkokul mezunu	181	29,24	5,63			
	3)Ortaokul mezunu	91	28,56	6,89			
	4) Lise mezunu	115	27,49	6,73			
	5) Üniversite mezunu	62	26,41	7,26			
	6) Lisansüstü	13	24,76	9,06			
	Total	478	28,29	6,54			
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	1)Okuryazar değil	16	28,81	2,00	1,12	,345	
	2) İlkokul mezunu	181	27,71	3,30			
	3)Ortaokul mezunu	91	27,35	3,76			
	4) Lise mezunu	115	27,24	3,79			
	5) Üniversite mezunu	62	27,08	3,13			
	6) Lisansüstü	13	26,53	3,40			
	Total	478	27,45	3,46			
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	1)Okuryazar değil	16	9,00	1,09	0,59	,706	
	2) İlkokul mezunu	181	9,54	1,74			
	3)Ortaokul mezunu	91	9,59	1,95			
	4) Lise mezunu	115	9,58	2,18			
	5) Üniversite mezunu	62	9,53	2,06			
	6) Lisansüstü	13	10,23	2,24			
	Total	478	9,56	1,93			
Dijital oyun bağımlılığı	1)Okuryazar değil	16	112,68	7,78	3,07	,010*	1 ile 3,4,5
	2) İlkokul mezunu	181	106,43	13,79			
	3)Ortaokul mezunu	91	104,48	17,00			
	4) Lise mezunu	115	102,12	16,32			
	5) Üniversite mezunu	62	101,67	15,38			

	6) Lisansüstü	13	97,00	20,82			
	Total	478	104,36	15,51			

Elde edilen bulgulara göre katılımcıların anne eğitim seviyesi, dijital oyun bağımlılığı toplam puanı, dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma alt boyutu ve oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler alt boyutu ile istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ($p= 0,010$; $p= 0,029$; $p= 0,01$). Bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi alt boyutu ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutu ise anne eğitim düzeyi ile istatistiksel açıdan farklılaşmamaktadır ($p= 0,345$; $p= 0,706$). Anlamlı fark bulunan boyutlarda farklılaşmanın hangi eğitim düzeyleri arasında olduğunu bulmak için post-hoc testleri yapılmıştır. Çıkan sonuçlara göre anne eğitim düzeyi düşük olan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı toplam puanları anne eğitim düzeyi yüksek olan katılımcılara göre daha fazladır. Yine anne eğitim düzeyi düşük olan katılımcıların oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma ve oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler alt boyutları açısından anne eğitim düzeyi yüksek olanlara göre daha fazladır. Bu durumda hipotez bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutu hariç doğrulanmıştır.

2.5.11. Baba Eğitim Düzeyi ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

Katılımcıların baba eğitim durumu ile dijital oyun bağımlılığı ilişkisinin farklılaşmasını saptamak için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Ortaya çıkan bulgular tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2.15. Baba Eğitim Durumu ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

		N	$\bar{x}$	Std. Deviation	f	p	Fark
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	1)Okuryazar değil	5	33,80	1,30	3,64	,003*	5-1,2
	2) İlkokul mezunu	119	32,27	3,90			
	3)Ortaokul mezunu	91	31,64	4,46			
	4) Lise mezunu	124	31,07	4,72			
	5) Üniversite mezunu	115	29,89	5,38			
	6) Lisansüstü	24	30,83	4,59			
	Total	478	31,21	4,69			
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen	1)Okuryazar değil	5	31,20	1,64	4,65	,000*	5-1,2
	2) İlkokul mezunu	119	29,63	5,65			
	3)Ortaokul mezunu	91	29,87	5,32			

değerler	4) Lise mezunu	124	27,70	7,01			
	5) Üniversite mezunu	115	26,64	7,01			
	6) Lisansüstü	24	26,08	7,95			
	Total	478	28,29	6,54			
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	1)Okuryazar değil	5	29,00	2,23	1,51	,184	
	2) İlkokul mezunu	119	27,98	3,05			
	3)Ortaokul mezunu	91	27,64	3,39			
	4) Lise mezunu	124	27,22	3,70			
	5) Üniversite mezunu	115	26,90	3,76			
	6) Lisansüstü	24	27,62	2,87			
	Total	478	27,45	3,46			
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	1)Okuryazar değil	5	10,00	1,22	0,62	,678	
	2) İlkokul mezunu	119	9,54	1,70			
	3)Ortaokul mezunu	91	9,70	1,95			
	4) Lise mezunu	124	9,32	1,94			
	5) Üniversite mezunu	115	9,68	2,12			
	6) Lisansüstü	24	9,62	2,06			
	Total	478	9,56	1,93			
Dijital oyun bağımlılığı	1)Okuryazar değil	5	112,00	6,44	3,67	,003	5-2
	2) İlkokul mezunu	119	107,79	13,25			
	3)Ortaokul mezunu	91	106,54	14,63			
	4) Lise mezunu	124	103,40	16,25			
	5) Üniversite mezunu	115	100,27	16,68			
	6) Lisansüstü	24	101,95	16,36			
	Total	478	104,36	15,51			

Elde edilen bulgulara göre katılımcıların baba eğitim seviyesi, dijital oyun bağımlılığı toplam puanı, dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma alt boyutu ve oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler alt boyutu ile istatistiksel açıdan anlamlı olarak farklılaşmaktadır ($p= 0,003$; $p= 0,003$; $p= 0,000$). Bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi alt boyutu ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutu ise baba eğitim düzeyi ile istatistiksel açıdan farklılaşmamaktadır ($p= 0,184$; $p= 0,678$). Anlamlı fark bulunan boyutlarda farklılaşmanın hangi eğitim düzeyleri arasında olduğunu bulmak için post-hoc testleri yapılmıştır. Çıkan sonuçlara göre baba eğitim düzeyi düşük olan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı toplam puanları baba eğitim düzeyi yüksek olan katılımcılara göre daha fazladır. Yine baba eğitim düzeyi düşük olan katılımcıların oyun

oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma ve oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler alt boyutları açısından baba eğitim düzeyi yüksek olanlara göre daha fazladır. Bu durumda hipotez bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutu hariç doğrulanmıştır.

2.6. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı

Dindarlık ve dijital oyun bağımlılığına yönelik kurulan hipotezi test amacıyla öncelikle interval halde olan dindarlık puanı ordinale çevrilerek gruplandırılmıştır. Gruplanma yapılırken ölçeğin maksimum ve minimum puanı göz önünde bulundurulmuştur. 8 maddeden oluşan 5’li likert şeklindeki ölçeğin en düşük puanı 8 en yüksek puanı 40 olabilmektedir. Ölçekten 8-18 arasında puan alan kişilerin dindarlık düzeyi “düşük” 19-29 arasında puan alan kişilerin dindarlık düzeyi “orta” ve 30-40 arasında puan alan kişilerin dindarlık düzeyi “yüksek” olarak gruplandırılmıştır. Devamında dindarlık ve dijital oyun bağımlılığı arasındaki farklılaşmanın belirlenmesi için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibidir.

Tablo 2.16. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi Tablosu

Dindarlık düzeyi		N	$\bar{x}$	Std. Deviation	f	p	fark
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	1)Düşük	203	32,46	3,50	24,30	,000	1 ile 2 ve 3 2-3
	2) Orta	267	30,50	5,07			
	3) Yüksek	8	23,12	5,51			
	Total	478	31,21	4,69			
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	1)Düşük	203	29,94	5,63	14,71	,000	1-2
	2) Orta	267	27,24	6,81			
	3) Yüksek	8	21,75	8,06			
	Total	478	28,29	6,54			
Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	1)Düşük	203	28,19	2,88	15,07	,000	1-2
	2) Orta	267	27,04	3,67			
	3) Yüksek	8	22,62	4,13			
	Total	478	27,45	3,46			
Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	1)Düşük	203	8,18	,96	188,08	,000	1-2,3 2-3
	2) Orta	267	10,46	1,73			
	3) Yüksek	8	14,37	1,40			
	Total	478	9,56	1,93			
Dijital oyun bağımlılığı	1)Düşük	203	108,60	12,27	22,03	,000	1-2,3
	2) Orta	267	101,78	16,42			
	3) Yüksek	8	81,37	20,38			
	Total	478	104,36	15,51			

Elde edilen bulgulara göre toplam puanı ve tüm alt boyutlar katılımcıların dindarlık düzeyleri ile anlamlı ölçüde farklılaşmaktadır ($p= 0,000$; $p= 0,000$; $p= 0,000$; $p= 0,000$; $p= 0,000$). Bulunan farklılaşmaların dindarlık düzeyinin hangi kategorileri ile olduğunu bulmak için post-hoc testleri yapılmıştır. Ortaya çıkan sonuçlar dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve tüm alt boyutlar açısından dindarlık düzeyi düşük olan katılımcıların, dindarlık düzeyi yüksek olan katılımcılara oranla daha az dijital oyun bağımlısı olduğunu göstermektedir. Bu durumda kurulan hipotez doğrulanmıştır.

2.6.1. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı İlişkisi

“Korelasyon analizi, iki değişken arasındaki doğrusal ilişkiyi veya bir değişkenin iki veya daha çok değişken ile olan ilişkisini test etmek, varsa bu ilişkinin derecesini ölçmek için kullanılan istatistiksel bir yöntemdir. Korelasyon analizinde amaç; bağımsız değişken (X) değiştiğinde, bağımlı değişkenin (Y) ne yönlü değişeceğini görmektir” (Kalaycı, 2010: 115).

“İki değişken arasındaki doğrusal ilişkinin derecesi “r” simgesiyle gösterilen korelasyon katsayısıyla ölçülür. Korelasyon katsayısı iki değişkenin değişimlerinde, ne dereceye kadar uygunluk olduğunu belirler, fakat hiçbir şekilde neden sonuç ilişkisi kurmaz. Korelasyon katsayısının alabileceği en küçük değer -1, en büyük değerse +1 olur, başka bir tanımla korelasyon katsayısı, $-1 \leq r \leq +1$ arasında değer alır. Korelasyon katsayısının işareti pozitifse, değişkenlerden birinin değeri artarken diğerrinin de arttığını gösterir. Korelasyon katsayısının işareti negatifse, değişkenlerden birinin değeri artarken diğerrinin değerinin azaldığını gösterir. Yani ters yönlü ilişki söz konusudur. $r = 0$ olduğunda ise değişkenler arasında doğrusal bir ilişkinin bulunmadığı söylenebilir. r’nin +1’e eşit olması, değişkenler arasında pozitif ve tam doğrusal bir ilişkinin varlığını ortaya koyar. r’nin -1’e eşit olması ise, değişkenler arasında negatif ve tam doğrusal bir ilişkiyi belirler. Değişkenler arasındaki ilişki kuvvetlendikçe ± 1 ’e, zayıfladıkça 0’a yaklaşan bir korelasyon katsayısı elde edilir” (Şıklar ve Yüzer, 2006: 206).

Dindarlık ve dijital oyun bağımlılığına yönelik kurulan hipotezin test edilmesi için yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları tabloda yer almaktadır.

Tablo 2.17. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığına Yönelik Pearson Korelasyonu Sonuç Tablosu

		Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler	Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi	Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma	Dijital oyun bağımlılığı
Dindarlık	r	-,393**	-,330**	-,305**	,784**	-,382**
	p	,000	,000	,000	,000	,000
	N	478	478	478	478	478

Yapılan analize göre dindarlık ile dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki vardır (tüm boyutlar için $p=0,0001$; $p<0,05$). Elde edilen bulgulara göre dindarlık arttıkça dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ($r=-0,382$) ve oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma ($r=-0,393$), oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler ($r=-0,330$), bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi ($r=-0,305$) alt boyutlarından alınan puanlar azalmaktadır. Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma puanları artmaktadır ($r=0,784$). Netice itibarıyla kurulan hipotez yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma alt boyutu hariç diğer alt boyutlar ve toplam puan açısından doğrulanmıştır.

2.6.2. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Regresyon Analizi

Kurulan hipoteze yönelik dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve alt boyutlara ilişkin yapılan doğrusal regresyon analizi sonuçları aşağıdaki gibidir.

Tablo 2.18. Dindarlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı Doğrusal Regresyon Analizi Tablosu

Model		B	Std. Error	Beta	t	p	Model istatistikleri
1	Sabit	139,944	4,003		34,958	,000	R ² =,146 F=81,191 P=,000
	Dindarlık	-1,802	,200	-,382	-9,011	,000	
Bağımlı değişken: Dijital oyun bağımlılığı, bağımsız değişken dindarlık							

Elde edilen bulgulara dindarlık ve dijital oyun bağımlılığına yönelik kurulan regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($f=81,19$; $p=0,0001$). Dindarlık dijital oyun bağımlılığı toplam puanının % 14'ünü açıklayabilmektedir ($R^2=0,146$). Diğer verilere bakıldığında dindarlık dijital oyun bağımlılığını negatif yönde anlamlı olarak etkilemektedir ($\beta=-0,382$; $t=-9,01$; $p=0,0001$). Elde edilen bulgulara göre dindarlık dijital oyun bağımlılığı toplam puanını anlamlı şekilde yordamaktadır.

2.6.3. Dindarlık ve Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma

Tablo 2.19. Dindarlık ve Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma Alt Boyutuna İlişkin Regresyon Analizi Tablosu

		B	Std. Error	Beta	t	p	Model istatistikleri
1	Sabit	42,29	1,20		35,08	,000	R ² =,154
	Dindarlık	-,56	,060	-,393	-9,31	,000	F=86,85 P=0,0001
Bağımlı değişken: dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma; Bağımsız değişken dindarlık							

Dindarlığın dijital oyun bağımlılığının alt boyu olan dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma boyutunu yordamasına ilişkin kurulan regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($f=86,85$; $p=0,0001$). Dindarlık; dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma boyutunun % 15,6'sını açıklayabilmektedir ($R^2=0,154$). Yapılan analizlere göre dindarlık dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışmayı negatif yönde anlamlı olarak etkilemektedir ($\beta=-0,393$; $t=-9,31$; $p=0,0001$). Elde edilen bulgulara göre dindarlık dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma boyutunu anlamlı şekilde yordamaktadır.

2.6.4. Dindarlık ve Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değerler

Tablo 2.20. Dindarlık ve Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer Alt Boyutuna İlişkin Regresyon Analizi Tablosu

		B	Std. Error	Beta	t	p	Model istatistikleri
1	Sabit	41,26	1,72		23,94	,000	R ² =,109
	Dindarlık	-,657	,086	-,330	-7,626	,000	F=58,15 P=0,0001
a. Dependent Variable: Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler							

Dindarlığın dijital oyun bağımlılığının alt boyutu olan oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler boyutunu yordamasına ilişkin kurulan regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($f=58,15$; $p=0,0001$). Dindarlık; oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler boyutunun % 10,9'unu açıklayabilmektedir ($R^2=0,109$). Yapılan analizlere göre dindarlık, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerleri, negatif yönde anlamlı olarak etkilemektedir ($\beta=-0,330$; $t=-7,62$; $p=0,0001$). Elde edilen

bulgulara göre dindarlık, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler boyutunu anlamlı şekilde yordamaktadır.

2.6.5. Dindarlık ve Bireysel ve Sosyal Görevlerin Ertelenmesi

Tablo 2.21. Dindarlık ve Bireysel ve Sosyal Görevlerin Ertelenmesi Alt Boyutuna İlişkin Regresyon Analizi Tablosu

		B	Std. Error	Beta			
1	Sabit	33,80	,922		36,65	,000	R²=,093
	Dindarlık	-,321	,046	-,305	-6,978	,000	F=48,68 P=0,00 01
a. DependentVariable: Bireysel ve Sosyal görevlerin ertelenmesi							

Dindarlığın dijital oyun bağımlılığının alt boyutu olan bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi boyutunu yordamasına ilişkin kurulan regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($f=48,68$; $p=0,0001$). Dindarlık; bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi boyutunun % 9,3'ünü açıklayabilmektedir ($R^2=0,093$). Yapılan analizlere göre dindarlık bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesini negatif yönde anlamlı olarak etkilemektedir ($\beta=-0,305$; $t=-6,97$; $p=0,0001$). Elde edilen bulgulara göre dindarlık bireysel ve sosyal görevlerin ertelenmesi boyutunu anlamlı şekilde yordamaktadır.

2.6.6. Dindarlık ve Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma

Tablo 2.22. Dindarlık ve Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma Alt Faktörüne İlişkin Regresyon Analizi Tablosu

		B	Std. Error	Beta			
1	Sabit	,45	,33		1,345	,179	R²=,614
	Dindarlık	,461	,017	,784	27,536	,000	F=758,23 P=0,0001
a. DependentVariable: Yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma							

Dindarlığın dijital oyun bağımlılığının alt boyutu olan yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma boyutunu yordamasına ilişkin kurulan regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ($f=758,23$; $p=0,0001$). Dindarlık; yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma boyutunun %61,4'ünü açıklayabilmektedir ($R^2=0,614$). Yapılan analizlere göre dindarlık; yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalmayı pozitif yönde anlamlı olarak etkilemektedir ($\beta=0,784$; $t=27,53$; $p=0,0001$). Elde edilen bulgulara göre dindarlık yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma

boyutunu anlamlı şekilde yordamaktadır. Netice itibariyle dindarlık dijital oyun bağımlılığı toplam puanı ve tüm alt boyutlarını anlamlı şekilde yordamaktadır.

2.7. Değerlendirme

Bu çalışmada ergenlik çağındaki bireylerin dindarlık düzeyleri ile dijital oyun bağımlılığı seviyeleri arasındaki ilişki ortaya konmuştur. Gaziantep ili Şahinbey ilçesinde altı farklı okul türünde öğrenim görmekte olan 478 katılımcıyla yapılan çalışmada katılımcıların bazı demografik bilgileri ile dijital oyun bağımlılığı seviyeleri ve ölçeğin alt boyutlarla olan ilişkileri de incelenmiştir.

Katılımcıların okul türü değişkenine ait veriler incelendiğinde en fazla katılımcının Anadolu veya Fen İmam Hatip Liselerinde öğrenim görmekte olduğu görülmektedir. Bu durumun ortaya çıkmasında bahsedilen okul türüne ait iki farklı okulda anket uygulaması yapılması etkili olmuştur. Çünkü bu okul türü yalnızca kız öğrencilere ya da yalnızca erkek öğrencilere hizmet vermektedir. Örneklem grubunun evreni temsil kabiliyetini arttırmak amacıyla erkek öğrencilerin ve kız öğrencilerin öğrenim görmekte olduğu iki okulda anket çalışması yapılmıştır. Yine okul türü değişkenine göre en az katılımcının Fen Lisesinde öğrenim görmekte olan öğrenciler olduğu görülmektedir. Bu durumun ortaya çıkmasında anket uygulanan zaman diliminde Kovid-19 salgını nedeniyle okullara sadece Destekleme ve Yetiştirme Kursu (DYK) kapsamında öğrencilerin gelmesi ve çalışma yapılan fen lisesinde DYK'ya az öğrencinin devam etmesi etkili olmuştur.

Katılımcıların cinsiyet değişkenine ait veriler incelendiğinde kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla daha fazla katılım gösterdiği görülmektedir. Bu verinin saptanmasında anket uygulanan okullarda kız öğrenci mevcudunun daha fazla olması etkili olmuştur.

Yaş değişkenine ait veriler analiz edildiğinde katılımcıların 12 ve 18 arası yaş aralığında oldukları gözlemlenmektedir. Çalışmanın ergenlik çağındaki bireylere yönelik olması bu aralıktaki öğrencilerin seçilmesinde etkili olmuştur. En fazla katılımın olduğu yaş grubu 17, en az katılımın olduğu yaş grubu 15 olarak belirlenmiştir.

Katılımcıların kardeş sayılarına ilişkin veriler analiz edildiğinde katılımcıların büyük bir bölümünün kendisi dâhil üç kardeş, en az katılımcının ise altı kardeş ve üstü olduğu görülmektedir. Aynı şekilde katılımcıların yaşadıkları yerleşim yeri değişkeniyle ilgili veriler incelendiğinde en fazla katılımcının şehir merkezi, en az katılımcının ise köy-kasaba merkezinde yaşadığı görülmektedir. Bu farklılığın ortaya çıkmasında Gaziantep ilinin büyük şehir kapsamında olması ve anket uygulanan okullarda yalnızca Türkiye Odalar ve Borsalar Birliği Fen Lisesi'nde pansiyon bulunması etkili olmuştur.

Katılımcıların anne-baba birliktelik durumlarına ait veriler analiz edildiğinde anne-babası birlikte yaşayan öğrencilerin sayısı, anne-babası ayrı olan öğrencilerin sayısından fazla olarak karşımıza çıkmıştır. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2019 yılı verileri dikkate alındığında katılımcıların cevapları Türkiye ortalamalarıyla benzerlik göstermektedir.

Aile gelir durumuna ilişkin ulaşılan veriler incelendiğinde en fazla katılımcının 2000-5000 TL arası gelir düzeyinde, en az katılımcının ise 0-2000 TL arası gelir düzeyinde olduğu görülmektedir. Ailelerin dini ibadetlerini yerine getirme düzeyi ile ilgili datalarda ise en fazla katılımcının yüksek, en az katılımcının düşük grupta olduğu söylenebilir.

Araştırma bulguları incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı seviyesi ve bağımlılık ölçeğinin alt faktörleri arasında bir farklılaşma göze çarpmaktadır. Diğer bir ifadeyle erkek öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı seviyeleri kız öğrencilere göre anlamlı şekilde düşüktür. Ancak daha önce konu ile ilgili yapılan araştırmalar genellikle çıkan sonucun aksine erkeklerin oyun bağımlılığı seviyelerinin daha yüksek olduğuna ilişkindir. Griffiths ve ark. (2004:479-487) tarafından yapılan bir çalışmada dijital oyun kullanıcılarının %81'inin erkek olduğu anlaşılmaktadır. Ülkemizde yapılan çalışmalar da elde edilen bulgularla paralellik göstermektedir. (Bilgin, 2015: 80; Gökçeaslan ve Durakoğlu, 2014:430; Karşlı, 2019:254; Oral, 2018: 57). Bu durumun ortaya çıkmasında anket uygulanan okulların öğrenci niteliğinin etkili olduğu düşünülmektedir. Örneğin Kız Anadolu İmam Hatip Lisesinde okuyan öğrenciler hem akademik başarı yönünden daha düşük hem de genellikle son sınıfta olmadıkları için üniversite sınavlarına daha az hazırlanan öğrencilerdir. Ancak erkek İmam Hatip okulunda okuyan öğrenciler akademik anlamda daha başarılı ve üniversite sınavına daha yoğun tempoda hazırlanan öğrencilerdir. Ortaya çıkan sonucun daha önceki çalışmalarla örtüşmemesi bu farklılıktan kaynaklanabilmektedir.

Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı seviyesiyle yaş değişkeni arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmektedir. Daha açık ifadeyle katılımcıların yaş seviyeleri arttıkça dijital oyun bağımlılığı seviyeleri anlamlı düzeyde artmıştır. Bu veri daha önce yapılmış çalışmalardan elde edilen verilerle paralellik göstermemektedir (Bilgin, 2015:81; Köksal, 2015: 68). Bu durumun ortaya çıkmasında da okulların öğrenci niteliğinin etkili olduğu düşünülmektedir. Anket uygulanan iki ortaokulun da akademik başarısı oldukça yüksektir. Bu sebeple bu okullarda okuyan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı seviyelerinin daha düşük olduğu tahmin edilmektedir.

Araştırmada kardeş sayısı değişkeniyle dindarlık düzeyi ya da dijital oyun bağımlılığı seviyesi arasında istatistiksel açıdan pozitif yönlü anlamlı bir farklılaşma tespit edilmiştir. Daha net bir ifadeyle kardeş sayısı arttıkça dijital oyun bağımlılığı da artmaktadır.

Araştırmalar kardeş sayısı ile dijital oyun bağımlılığı arasında önemli ölçüde anlamlı bir ilişki olmadığı şeklindedir. Köksal (2015: 68) ve Balıkçı (2018: 120) yaptıkları çalışmalarda kardeş sayısının dijital oyun bağımlılığıyla anlamlı bir ilişkisi olmadığını ortaya koymuştur.

Katılımcıların yaşadıkları yer ile dijital oyun bağımlılığı seviyelerine ilişkin yapılan analizin bulguları bu bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında istatistiksel açıdan herhangi bir farklılaşma olmadığını göstermektedir. Alan yazın incelendiğinde çıkan bulguların ilgili diğer çalışmalarla benzerlik gösterdiği görülmektedir (Atalay, 2005: 179; Bekar, 2018: 67; Gürsu, 2011: 178; Şahin, 2007:136). Böyle bir sonucun ortaya çıkmasında küreselleşmenin ve gelişen iletişim altyapısının etkili olduğu düşünülmektedir. Nitekim gelişen teknoloji ve kitle iletişim araçlarıyla birlikte kent insanı ve köy insanı arasındaki tutumsal farklılıkların azaldığı bilinmektedir.

Anne-baba birliktelik durumu ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkiye bakıldığında dijital oyun bağımlılığı ve bu ölçeğe ilişkin üç alt faktör (dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi) ile anne-baba birliktelik durumu arasında istatistiksel açıdan bir farklılaşma söz konusudur. Daha açık bir ifadeyle anne babası ayrı olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı seviyeleri anne-babası birlikte olan öğrencilere göre anlamlı şekilde düşüktür. Çıkan sonucun aksine çalışmalar parçalanmış aile çocuklarının dijital oyun bağımlılığı seviyelerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Demirli ve Arslan (2017:5 9) yaptıkları çalışmada parçalanmış ailelerin çocuklarının internet bağımlılığı düzeylerinin, anne-babası birlikte olan çocuklara göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır.

Katılımcıların aile gelir durumu ile dijital oyun bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkiye bakıldığında aile gelir düzeyi değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı ve bu ölçeğe ilişkin üç alt faktör (dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler, yoksunluğun psikolojik- fizyolojik yansıması ve oyuna dalma) arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılaşma tespit edilmiştir. Bir anlamda aile gelir durumu arttıkça öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı seviyeleri azalmaktadır. Bilgin (2015) sosyo-ekonomik düzey ile dijital oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü bir korelasyon ortaya koymuştur. Bu farklılaşmanın görülmesinde sosyo-ekonomik durumu yüksek olan ailede yetişen çocukların ebeveynleri tarafından daha kontrollü ve bilinçli yetiştiriliyor olabilmesi etkili olabilir.

Anket uygulanan öğrencilerin ailelerinin dini ibadetlerini yerine getirme değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı seviyelerine ilişkin ortaya çıkan veriler istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Konu ile ilgili daha önceki çalışmalarda herhangi bir veriye rastlanmamıştır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin kendilerine ait oda değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı seviyeleri arasındaki ilişki analiz edildiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma saptanmıştır. Daha açık bir ifadeyle kendilerine ait odası olan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı seviyesi daha yüksektir. Ortaya çıkan sonuç daha önceki çalışmalarla benzerlik göstermektedir. Balıkçı (2018: 81) tarafından yapılan çalışmada kendilerine ait odası olan bireylerin bağımlılık puanları daha yüksek saptanmıştır. Bu durumun ortaya çıkmasında kendilerine ait odası olan ergenlerin aile gözetiminden daha çok uzakta kalma fırsatlarının olması etkili olabilir.

Okul türü değişkeni ve dijital oyun bağımlılığı seviyesindeki ilişki yordandığında Anadolu-Fen Kız İmam Hatip Lisesi'nde okuyan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı seviyeleri diğer okul türlerinde okuyan öğrencilere göre daha yüksek tespit edilmiştir. Bu durumun ortaya çıkmasında okulların akademik başarı düzeylerinin etkisinin olduğu düşünülmektedir. Nitekim Anadolu-Fen Kız İmam Hatip Lisesi'nde okuyan öğrencilerin akademik başarıları diğer okul türlerine oranla daha düşüktür.

Araştırmanın temel problemini oluşturan ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ve dindarlık düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde dijital oyun bağımlılığı düzeyi ve dini tutum seviyesi arasında istatistiksel açıdan negatif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Dini tutum ölçeğinin alt boyutları (duygu, ilişki, biliş, davranış) ve bağımlılık ölçeğinin alt boyutları (dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değerler, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik- fizyolojik yansıması ve oyuna dalma) arasında da negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Daha net bir ifadeyle ergenlerde dindarlık düzeyi arttıkça dijital oyun bağımlılığı seviyesi azalmaktadır.

Dindarlık ve dijital oyun bağımlılığı ilişkisine ait elde edilen bulgular literatürde daha önce yapılmış çalışmalarla da benzerlik göstermektedir. Bu konuda spesifik bir çalışma yapılmamış olsa da dindarlık ile internet bağımlılığı, sanal bağımlılıklar ya da patolojik kumar bağımlılığı kavramları dünya ve ülkemiz ölçeğinde farklı çalışmacılar tarafından araştırılan konular arasındadır. Nitekim dijital oyun bağımlılığı da internet bağımlılığının bir alt bağımlılık türü olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu sebeple internet bağımlılığı ile dindarlık arasında daha önce yapılmış çalışmalar ve bu çalışmalardan elde edilen bulgular yapılan bu çalışmaya ışık tutmaktadır. Armfiel ve Holbert (2009: 142) tarafından Amerika Birleşik

Devletleri' nde yapılan bir çalışmada, dindarlık ile problemli internet kullanımı arasında negatif yönlü anlamlı ve güçlü bir ilişki ortaya konmuştur. Braun ve ark. (2016: 1170) tarafından Güney Kore'de gerçekleştirilen bir başka çalışma da, Tanrı inancı güçlü olan kişilerin çevrimiçi oyun oynama ve dijital oyun bağımlılık seviyelerinin Tanrı inancı düşük olan kişilere göre daha az seviyede olduğunu ortaya koymuştur. Karşlı'nın (2019: 254-255) çalışmasında ise bireylerde dini bilinç ve şuur arttıkça internet bağımlılığı düzeyinin anlamlı derecede azaldığını ortaya konulmuştur. Yine bu çalışmanın sonuçları dindarlık düzeyiyle madde bağımlılığı düzeylerinin ters orantılı bir ilişkide olduğunu göstermektedir. Karşlı (2019: 253-254) internet bağımlılığı ve dindarlık ilişkisi üzerine yaptığı araştırmada, dini bilinç, dini şuur ve dini değer yükseldikçe internet bağımlılığı ve bu bağımlılığa ait alt türler olarak bilinen online oyun, sosyal medya, kumar ve pornografi bağımlılıklarının azaldığını ileri sürmüştür. Yazara göre dinin aşırıcılığı, israf, müstehcenlik gibi özellikleri yasaklayıcı tutumu bu tür bağımlılıkların gelişmesine büyük bir engel teşkil etmektedir. Bu araştırmalara karşın Naomi (2003: 97-100) doktora çalışmasında dindarlığın davranış değişikliğini ve bağımlılığı anlamlı ölçüde etkilemediğini ve bağımlılık tedavisinde uygulanan dini pratiklerin uzun vadede etkili olmadığını öne sürmüştür.

Ergenlerin dini tutum seviyeleri ve dijital oyun bağımlılığı düzeyleri arasında tespit edilen negatif yönlü korelasyon ilgili çalışmacılar için önemli bir referans kaynağıdır. Dijital oyun bağımlılığı ve dindarlık arasında ülkemizde daha önce yapılmış bir çalışma bulunmamaktadır. Pek çok bağımlılık türünde olduğu gibi dijital oyun bağımlılığının kişisel-sosyal nedenlerinden biri ve belki de en önemlisi bireylerin yaşamsal bir anlam yitimine uğramasıdır. Bilişsel anlamda sağlıklı bir anlam dünyası inşa etmek insanın davranış ve duygu sistemlerini doğru yönetmesinde oldukça önemlidir. Bu noktada bilinçli, özümsemiş ve temellendirilmiş bir dini inanç sistemi geliştirmek, insanların varoluşsal kaygılarına ve boşlukta hissetme duygularına iyi gelebilmektedir. Tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde özellikle ergenlik çağındaki bireyler arasında son yıllarda büyük bir hızla yaygınlaşan dijital oyun bağımlılığına karşın dindarlık önleyici bir faktör olarak değerlendirilebilir.

SONUÇ

Bu araştırma ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ile dindarlık düzeyi arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Bu bağlamda ergenlerin çeşitli demografik verileri ile dijital oyun seviyeleri arasındaki ilişkiler de ortaya konmuştur. Çalışma kapsamında Gaziantep ili Şahinbey ilçesinde farklı okul türlerinde eğitim görmekte olan 478 öğrenciden veriler toplanmış ve bu veriler SPSS 25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu, dini tutum ölçeği ve çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçeklere ve ölçeklerin alt faktörlerine ilişkin faktör ve güvenirlik analizleri yapılmış, daha sonra ölçekler elde edilen veriler istatistiksel açıdan ortaya konmuştur. Dindarlık ile dijital oyun bağımlılığı ve bu ölçeğe ilişkin dört alt boyut arasında regresyon analizi yapılmış ve dindarlık ölçeğinin dijital oyun bağımlılığı ölçeği ve dört alt boyutunu anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Son olarak ortaya çıkan sonuçlar daha önceki çalışmalarla ilişkilendirilmiştir.

Çalışma kapsamında 287 kadın ve 191 erkek katılımcının verilerinden yararlanılmıştır. Yapılan normallik ve güvenirlik testleri istenen aralıkta bulunmuş ve sonrasında bağımlı ve bağımsız değişkenler arası korelasyonlar ölçümlenmiştir. Bu bağlamda kadınların dijital oyun bağımlılığı seviyesi erkeklere göre daha fazla bulunmuştur. Yine yaş seviyesi arttıkça dijital oyun bağımlılığının da arttığı söylenebilir. Çalışma kapsamında kardeş sayısı arttıkça dijital oyun bağımlılığı seviyesinin de arttığı ortaya konmuştur. Araştırmaya ait bir diğer veri ise dijital oyun bağımlılığı seviyesinin yerleşim yerlerine göre farklılaşmadığıdır. Anne babası birlikte olan katılımcıların dijital oyun bağımlılık seviyeleri, ayrı olanlara göre daha fazladır. Yine kendine ait odası olan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı seviyeleri kendine ait odası olmayanlara göre daha fazla olarak bulgulanmıştır. Gelir durumu ile ilgili yapılan analizlerde ise yüksek gelir durumuna sahip katılımcıların dijital oyun bağımlılığı seviyesi düşük gelir durumuna sahip katılımcılara göre daha azdır. Araştırma kapsamında ulaşılan bir diğer veri ise aile bireyleri daha dindar olan katılımcıların, aile bireyleri daha az dindar olan katılımcılara göre daha az dijital oyun bağımlısı oldukları yönündedir. Yine araştırma kapsamında anne ve babası daha eğitilmiş olan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı seviyeleri, anne babası daha az eğitilmiş olan katılımcılara göre daha düşüktür. Araştırmanın temel problemi olan dindarlık düzeyi ile dijital oyun bağımlılığı seviyesi arasındaki ilişkiye yönelik yapılan analizlerde ise dindarlık düzeyi yüksek olan katılımcıların dijital oyun bağımlılığı seviyeleri, dindarlık düzeyi düşük olan katılımcılara oranla daha azdır.

Araştırma sonucunda elde edilen bilgilere bakıldığında dijital oyun bağımlılığı ile ilgili genel kanıların; özellikle yaş, cinsiyet, anne-baba birliktelik durumu gibi değişkenler açısından değiştiği sonucuna ulaşılmaktadır. Şöyle ki; yaş ilerledikçe dijital oyun bağımlılığının azalmadığı, dijital oyun bağımlılığının sadece erkekler değil kadınlar arasında da oldukça yaygın olduğu, ya da anne babası ayrı olan bireyler kadar, birlikte olanların da dijital oyun bağımlılık puanlarının yüksek olduğu gibi sonuçlar alışlageldik verilerin dışında olarak değerlendirilebilir. Bu durum dijital oyun bağımlılığının toplumun tüm kesimleri açısından büyük bir risk unsuru olduğunu ve bir an önce bu bağımlılık türünü önlemeye yönelik çalışmaların hız kazanması gerektiğini göstermektedir.

Bu çalışma ve çalışma sonucunda elde edilen bulgular dijital oyun bağımlılığının ergenler üzerindeki seyri noktasında önemli ipuçları içermektedir. Dijital oyunlar özellikle ergenler tarafından ulaşılması oldukça kolay ve keyif verici içeriklerdir. Daha birkaç yıl öncesine kadar bu bağımlılık türü ailelere, eğitimcilere, kanun koyuculara ve genel olarak kamuoyuna bilindik madde bağımlılıklarından daha az tehlikeli görünebiliyordu. Oysa günümüzde Covid-19 salgınının da etkisiyle dijital oyun bağımlılığı ergenleri etkisi altına almış bulunmaktadır. Dijital oyun sektörü özellikle son otuz yılda gündelik yaşamın önemli bir parçası olmuş ve bu sektör dünyanın en önemli iş sektörlerinden biri haline gelmiş durumdadır.

Bu bağımlılığın ergenler üzerinde artış göstermesinin farklı sebepleri olabilmektedir. Bu sebeplerden en etkili olanı boşluk duygusu olarak karşımıza çıkar. İnsan psikolojisi için boşluk hissi oldukça kuvvetli bir histir ve yine insanın tabiatı bu hissi doldurmak ister. Eğer anlamlı aktiviteler ya da amaçlar olmazsa bahsedilen bu boşluk çeşitli bağımlılıklara ya da psikopatolojilere zemin hazırlayabilmektedir. Nitekim salgın süreciyle birlikte eve kapanmak durumunda kalan çocuklar okul faaliyetlerinden, sokakta oyun oynamaktan ya da arkadaşlarıyla sosyal ilişkiler kurmaktan mahrum kalmış ve bu durum çocukların ekran bağımlılığı seviyelerini önemli ölçüde arttırmıştır. Dijital oyun bağımlılığının sebeplerinden bir diğeri de ailelerin yanlış tutumları olarak değerlendirilebilir. Aileler kendi meşguliyetlerine daha fazla zaman ayırmak amacıyla çocukların ekran karşısında uzun saatler kalmalarına göz yumabilmektedirler. Ayrıca çocukların sokakta, parkta ya da ev dışında herhangi bir yerde vakit geçirmesi tehlikeli olarak görülebilmekte, bununla birlikte çocuğun kendi odasında ekran karşısında vakit geçirmesi daha az tehlikeli bulunabilmektedir. Ancak bu durumun böyle olmadığı pek çok araştırmacı tarafından ortaya konmuş, çocukların sanal ortamdan ziyade geleneksel oyunları oynamalarının, gerçek sosyal ortamlarda vakit geçirmelerinin onların gelişimleri açısından daha faydalı olduğu ifade edilmiştir.

Çalışmanın daha önceki bölümlerinde de ifade edildiği üzere tüm bağımlılıklarda olduğu gibi dijital oyun bağımlılığı da beynin limbik sisteminin haz bölümünü tatmin etmekte ve böylelikle kullanıcılara keyif vermektedir. Beynin haz bölgesini doyurmanın daha anlamlı yolları da vardır. Ortaya konan veriler anlamlı bir dindarlık yaşayan bireylerin namaz, dua, zikir gibi pek çok ritüelinin beynin limbik sisteminde karşılık bulduğu yönündedir. Bu bağlamda ergenlik çağındaki olan bireylerin iç tutarlı ve anlamlı bir dini tutum geliştirmesi, bağımlılıkla mücadelede önleyici bir işlev görebilir.

Dijital oyun bağımlılığı diğer bağımlılık türlerine nispetle daha az zararlı görülebilmektedir. Bu kanaatin oluşmasında dijital oyun bağımlılığının yıkıcı etkilerinin hemen görülmemesi ve dijital oyunların toplum tarafından kumar, alkol ya da tütün kadar tehlikeli bulunmamasıdır. Oysa günümüzde araştırmacılar dijital oyun bağımlılığını kumar bağımlılığı ile aynı kategoriye koymaktadır. Artık pek çok hastane, bünyesinde ekran bağımlılığı ile ilgili klinikler açmakta ve hasta kabul etmektedir. Bu bağımlılıkla mücadelede ailelere, eğitimcilere, kanun koyuculara, medyaya ve araştırmacılara önemli görevler düşmektedir. Aileler çocuklarını gelişimsel süreçlerine olumlu yansıyacak aktivitelere yönlendirmeli, çocuğun enerjisini atacak ortamlar oluşturmalı ve ekranları çocuklarını başlarından savma aracı olarak görmemelidir. Okullarda dijital bağımlılık tehdidine yönelik dersler ve etkinlikler artırılmalı, ekran bağımlılığının bir patoloji olduğu çocuklara erken yaşta öğretilmelidir. Dijital oyun bağımlılığı tehdidine yönelik Milli Eğitim Bakanlığı tarafından bir çalıştay düzenlenip konunun paydaşlarıyla birlikte detaylı bir çalışma yapılmalı, çalışma sonucunda ortaya çıkan fikirler okullarda uygulanmalıdır. Politika geliştiriciler, kanun koyucular ve medya dijital oyun bağımlılığını kamuoyuna aktarmalı ve bu bağımlılık türünün zararlı etkilerini vatandaşlarına ulaştırmalıdır. Tütün, madde, alkol ya da kumar bağımlılıkları ile ilgili binlerce çalışma yapılmış olmasına karşın dijital oyun bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmalar istenen düzeyde değildir. Bu bağımlılık türünün gündemimize diğerlerine nazaran daha yeni girmiş olması daha az tehlikeli olduğu anlamına gelmemektedir. Bu bilinçle daha nitelikli çalışmaların yapılması bağımlılık ile mücadelede oldukça önem arz edecektir.

KAYNAKÇA

- Ağılkaya, Z. (2010). “İntihar Ve Din: İntihar Girişiminde Bulunanlar Üzerine Empirik Bir Araştırma”. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 38(1): 173-202.
- Allport, G. W. (2004). *Birey ve Dini*. (Çev: B. Samur), Elis Yayınları, Ankara.
- Akçan Parlaz, E., Tekgül, N., Karademirci, E ve Öngel, K. (2012). “ Ergenlik Dönemi: Fiziksel Büyüme, Psikolojik ve Sosyal Gelişim Süreci”. *The Journal of Turkish Family Physician*, 3(4):10-16.
- Ankara Kalkınma Ajansı. (2018). *Dijital Oyun Sektörü Raporu*. Ankara Kalkınma Ajansı. Ankara.
- Armfield, G. G ve Holbert, L. R. (2009). “The Relationship Between Religiosity and Internet Use”. *Journal of Media and Religion*, 2 (3): 129-144.
- Atak, H. (2011). “Kimlik Gelişimi ve Kimlik Biçimlenmesi: Kuramsal Bir Değerlendirme”. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 3(1): 163-213.
- Atalay, T. (2005). *İlköğretim ve Liselerde Dindarlık*. DEM Yayınları, İstanbul.
- Ay, Mehmet Emin. “Ailede verilecek din eğitiminde genel prensipler”. *İslam’da Aile ve Çocuk Terbiyesi II*, (2005), İstanbul, 361-374.
- Ayaz, M. B. (2018). *Sanal Bağımlılık*. İdeal Akademi Yayınları, İstanbul.
- Ayten, A. (2013). “Din ve Sağlık: Bireysel Dindarlık, Sağlık Davranışları ve Hayat Memnuniyeti İlişkisi Üzerine Bir Araştırma”. *Din Bilimleri: Akademik Araştırma Dergisi*, 13 (3): 7-31.
- Ayten, A. (2015). *Psikoloji ve Din: Psikologların Din ve Tanrı Görüşleri*. İz Yayıncılık, İstanbul.
- Balcı, A. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma; Yöntem, Teknik ve İlkeler*. Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara.
- Balıkçı, R. (2018). *Çocuklarda ve Ergenlerde Oyun Bağımlılığı ve Agresif Davranışlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bekar, T. (2018). *Üniversite Öğrencilerinde Teknoloji ile İlgili Bağımlılıklar ve İlişkili Faktörler*, Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi. Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Denizli.
- Bektaş, M. (2018). “Davranışsal Bağımlılık Tanımı, Türleri ve Sınıflandırılması”. H. Ateş (Ed.) ve A. Koçak (Ed.). *Bir Kamu Politikası Olarak Bağımlılıkla Mücadele*. Nobel Yayıncılık, Ankara, 147-158.

- Bilgin, H. C. (2015). *Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılık Düzeyleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Borras, L., Khazaal, Y., Khan, R ve diğ. (2013). "The Relationship Between Addiction and Religion and Its Possible Implication For Care". *Substance Use & Misuse*, 45 (2): 2357-2410.
- Bozkurt, H., Şahin, S., Zoroğlu, S. (2016). "İnternet Bağımlılığı: Güncel Bir Gözden Geçirme". *Journal of Contemporary Medicine*, 6 (3): 235-247.
- Braun, B., Kornhuber, J., Lenz, B ve diğ. (2016). "Gaming and Religion: The Impact of Spirituality and Denomination". *Journal of Religion and Health*, 55: 1464-1471.
- Brown, B. B., Larson, J. (2009). "Peer Relationships in Adolescence". *Handbook of Adolescent Psychology*, 178: 74-103.
- Bülbül, H., Tunç, T ve Aydil, F. (2018). "Üniversite Öğrencilerinde Oyun Bağımlılığı: Kişisel Özellikler ve Başarı ile İlişkisi". *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11 (3): 97-111.
- Büyüköztürk, Ş. (2007), *Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı*. Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara.
- Cheristensen, L. B., Johnson, B. R. ve Turner, L. A. (2015). Araştırma Yöntemleri: Desen ve Analiz. (Çev. A. Aypay), Anı Yayıncılık, Ankara.
- Chiu, S. I., Lee, J. Z. ve Huang, D. H. (2004). "Video Game Addiction in Children and Teenagers in Taiwan". *Cyber Psychology and Behavior*, 7 (5): 571-581.
- Crawford, T. N., Cohen, P., Johnson, J. G., Sneed J. R., Brook, J. S. (2004). "The Course and Psychosocial Correlates of Personality Disorder Symptoms in Adolescence: Erikson's Developmental Theory Revisited". *Journal of Youth and Adolescence*, 33: 373-387.
- Çavuş, S., Ayhan, B., Tuncer, M. (2016). "Bilgisayar Oyunları ve Bağımlılık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Alan Araştırması". *İletişimKuram ve Araştırma Dergisi*, 43: 265-289.
- Çelik, G., Tahiroğlu, A. ve Avcı, A. (2008). "Ergenlik Döneminde Beynin Yapısal ve Nörokimyasal Değişimi". *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 11: 42-47
- Çivilidağ, A. (2013). *Gelişim Süreci Odağında Ergenlik Psikolojisi*. Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Demirli, C ve Arslan, G. (2017). "Ergenlerin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi". *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(33): 49-64.

- Derman, O. (2008). "Ergenlerde Psikososyal Gelişim". *Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Bildirisi*. Mart 2008, İstanbul, 19-21.
- Dinç, M. (2015). "Teknoloji Bağımlılığı ve Gençlik". *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3 (3): 31-65.
- Dinç, M. (2018). "Davranışsal Bağımlılık Olarak İnternet ve Teknoloji Bağımlılığının Önlenmesi". *Türkiye Büyük Millet Meclisi Uyuşturucu Komisyonu tutanak Dergisi*, 26 (3): 5-52.
- Dinçel, E. (2006). *Ergenlik Dönemleri Gelişimsel Ödevleri ve Psikolojik Problemler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Diyanet İşleri Başkanlığı. (2014). *Kur'an Yolu Meal ve Tefsiri*. Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, Ankara.
- Doğan, N ve Başokçu, T.O. (2010). "İstatistik tutum ölçeği için uygulanan faktör analizi ve aşamalı kümeleme analizi sonuçlarının karşılaştırılması". *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 1(2): 65-71
- Durkin, K ve Barber, B. (2002). "Not So Doomed: Computer Game Play and Positive Adolescent Development". *Journal of Applied Developmental Psychology*, 23 (4): 373-392.
- Erbaş, O. (2020). *Psikiyatrinin Kara Kitabı*. Siyah Kuğu Yayınları, İstanbul.
- Erboy, E. (2010). *İlköğretim 4. 5.Sınıf Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılığına Etki Eden Faktörler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- et- Tirmizî, Ebu İsa Muhammed, (2014). *Sünenü't- Tirmizî* s. 272-298.
- Fromm, E. (2017). *Psikanaliz ve Din*. (Çev. E. Erten), Say Yayıncılık, Ankara.
- Gander, M. J ve Gandiner, H. (2004). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. İmge Kitabevi, İstanbul.
- Gentile, D. (2009). "Pathological Video-Game Use a Mongyouthages 8-18". *A nationalstudy, Psychological Science*, 25 (5): 594-602.
- Gökçearslan, Ş ve Durakoğlu, A. (2014). "Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi". *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23: 419-435.
- Griffiths, M. D. ve Hunt, N. (1998). "Dependence on Computer Games by Adolescents". *Psychological Reports*, 82: 475-480.
- Griffiths, M. D., Davies, M. ve Chappell, D. (2004). "Demographic Factors and Playing Variables in Online Computer Gaming". *National Library of Medicine*, 7(4): 479-487.

- Griffiths, M. D., Kuss, D. J ve King, D. L. (2012). "Video Game Addiction: Past, Present and Future". *Current Psychiatry Reviews*, 8 (4): 308-318.
- Gündoğdu, Y. B. (2016). "Psikanalitik Kişilik Kuramlarına Göre Gelişim ve Değişimin İmkkanı". *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 11(17): 373-404.
- Gündüz, Ş ve Gündüz, Ş. (ed). (2010). *Yaşayan Dünya Dinleri*, Diyanet İşleri Başkanlığı Yayınları, Ankara.
- Gürsu, O. (2011). *Ergenlik Döneminde Psikolojik Sağlık ve Dindarlık İlişkisi*.Yayımlanmamış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Gürsu, O. (2012). "Ergenlerde Psikolojik Sağlığın Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi". *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 5 (1): 110-130.
- Gürsu, O. (2018). "Madde Bağımlılığı ve Din: HİGED Örneği". *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5: 37-54.
- Gürsu, O. (2018). *Bağımlılık ve Din Nöropsikolojik Bir Yaklaşım*. Dem Yayınları, İstanbul.
- Hair J., J.F., Black, W.C., Babin, B.J. and Anderson, R.E. (2010). *Multivariate Data Analysis: A Global Perspective*. Pearson Education, London.
- Han, J., Seo Y., Hwang, H ve diğ. (2019). "Efficacy of Cognitive Behavioural Therapy For Internet Gaming Disorder". *The Journal of Analytical Psychotherapy*, 27(2): 203-213.
- Hazar, Z ve Hazar, M. (2017). "Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği". *Journal of Human Sciences*, 14 (1): 203-216.
- Hill, P. C., Pargament, K. I., Hood, R. W ve diğ. (2013). "Din ve Maneviyatı Kavramsallaştırma: Birleşme ve Ayırma Noktaları". (Çev. N. Kınter). *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 3: 85-118.
- Himmelfarb, M. (2009). "Judaism İn Antiquity: Ethno-Religion or National Identity". *Jewish Quarterly Review University of Pennsylvania Press*, 99(1): 65-73.
- Hodge, D. R., P. Cardenas ve H. Montoya. (2001). "Substance Use: Spirituality and Religious Participation As Protective Factors Among Rural Youths". *Social Work Research*, 25 (3): 153-161.
- Horozcu, Ü. (2010). "Tecrübi Araştırmalar Işığında Dindarlık ve Maneviyat İle Ruhsal ve Bedensel Sağlık Arasındaki İlişki". *Milel ve Nihal*, 7 (1). 209-240.
- Horzum, M. B. (2011). "İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi". *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 36 (159): 56-68.
- Hökelekli, H. (2017). *İslam Psikolojisi Yazıları*. Dem Yayınları, İstanbul.
- Hökelekli, H. (2018). *Din Psikolojisi*. Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, Ankara.

- Irmak, A. I ve Erdoğan, S. (2016). “Genç ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış”. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27 (2): 128-137.
- İbn Haldûn. (2011). *Mukaddime*. (Çev. S. Uludağ), Dergah Yayınları, İstanbul.
- James, W. (1962). *The Varieties of Religious Experience*, The Fontana Library, London.
- Jeong, E. J., Kim, D. J., Lee D, M. (2017). “Why Do Some People Become Addicted to Digital Games More Easily? A Study of Digital Game Addiction From a Psychosocial Health Perspective.” *International Journal of Human-Computer Interaction*, 33(3): 199-214.
- Kalaycı, Ş. (2010). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*, Asil Yayıncılık, Ankara.
- Karabulut, B. (2019). *Ortaöğretim Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Şiddet Eğilimi İlişkisi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Karacoşkun, M. D. (ed.). (2013). *Din Psikolojisi*. Grafiker Yay, Ankara.
- Karslı, N. (2019). “Gençlerde İnternet Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi”. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 46: 225-260.
- Kırık, A. M. (2019). “Siber Zorbalık Bağlamında Çocukları İnternet Ortamında Bekleyen Tehlikeler: Mavi Balina ve Momo Oyunları”. A. M. Kırık (Ed.), *Yeni Medyada Çocuk ve İletişim*. Çizgi Kitabevi, İstanbul, 13-29.
- Knabb, J. J ve Pelletier, J. (2014). "The Relationship Between Problematic Internet Use, God Attachment and Psychological Functioning Among Adults at a Christian University". *Mental Health, Religion&Culture*, 17 (3): 239-251.
- Kobilke, L ve Markiewicz, A. (2021). “ The Momo Challenge: Measuring the Extent to Which Youtube Portrays Harmful and Helpful Depictions Of A Suicide Game”. *SN Social Sciences*, 1(86): 21-65.
- Koç, M. (2004). “Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi ve Genel Özellikleri”. *Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 17 (2): 231-256.
- Koçyiğit, S., Tuğluk, M. N ve Kök, M. (2007). “Çocuğun Gelişim Sürecinde Eğitsel Bir Etkinlik Olarak Oyun”. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16: 324-342.
- Koenig, H. G. (2004). “Religion, Spirituality, and Medicine: Research Findings and Implications For Clinical Practice”. *Southern medical journal*, 97 (12): 1194-1200.
- Köksal, B. (2015). *Ortaöğretim Kurumlarında Okuyan Öğrencilerde Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri, İnternet Bağımlılık Düzeyleri ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin*

- İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Köse, A ve Ayten, A. (2017). *Din Psikolojisi*. Timaş Yayınları, İstanbul.
- Köylü, M. (2010). “Ruh ve Beden Sağlığı İle Din İlişkisi Üzerine Yapılan Araştırmaların Bir Değerlendirilmesi”. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 28: 5-36.
- Kulaksızoğlu, A. (2004). *Ergenlik Psikolojisi*. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Kurtuluş, K.(2010).*Araştırma Yöntemleri*. Türkmen Kitapevi, İstanbul.
- Leung, A. N., Wong, S. S., Wong, I. ve Chang, C. M. (2010). “Filial Piety and Psychosocial Adjustment in Hong Hong Chinese Early Adolescents”. *Journal of Early Adolescents*, 30 (5): 661-667.
- Lyons, G.C.B., Deane, F.P ve Kelly, P.J. (2010). “Forgiveness and Purpose in Life As Spiritual Machanisms of Recovery From Substance Use Disorders”. *Addiction Research And Theory*, 18 (5): 528-543.
- Malakçioğlu, C. (2018). *Bitirilmemiş İşler İle Öfke, Suçluluk, Utanç ve Affetme Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Mandsager, N. O. (2003). *The Predictive Relationship of Religiosity to Readiness to Change in Addiction Recovery*.Yayınlanmamış Doktora Tezi. Oregon State University Philosophy Institute, Amerika Birleşik Devletleri.
- Martı, H. (2018). “Dini ve Ahlaki Boyutlarıyla Teknoloji Bağımlılığı”. *Diyanet İlmi Dergisi*, 54: 107-120.
- Maslow, A. (1968). “Some Educational İmplications of The Humanistic Psychologies”. *Harvard Educational Review*, 38(4): 685-696.
- Mustafaoğlu, R ve Yasacı, Z. (2018). “Dijital Oyun Oynamanın Çocukların Fiziksel ve Ruhsal Sağlığı Üzerine Olumsuz Etkileri”. *Bağımlılık Dergisi*, 19 (3): 51-58.
- Nazlıgül, M. D ve Yılmaz, A. E. (2019). “Oyun Bağımlılığı ve Egzersiz Bağımlılığına Davranışsal Bağımlılık Çerçevesinden Bir Bakış”. *Bağımlılık Dergisi*, 20 (2): 97-108.
- Ok, Ü. (2011). “Dini Tutum Ölçeği: Ölçek Geliştirme ve Geçerlik Çalışması”. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8 (2): 528-549.
- Oral, H. (2018). *İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Orhan, R ve Ayan, S. (2018). “ Psikomotor ve Gelişim Kuramları Açısından Spor Pedagojisi”. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(2): 523-540.

- Özcan, M. T. (2017). *Ruhî Bunalımlar İslâm Ruhiyatı*. Kaknüs Yayınları, İstanbul.
- Özokudan Önce, S. *Ergenlerde Dindarlık, Narsizm ve Özgüven İlişkisi: Korkuteli Örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Özüdoğru Erdoğan, H. “Ergenlik Döneminin Dini ve Toplumsal Gelişimi”. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(1): 153-166.
- Pardini, D., Plente, T.G., Sherman, A., Stump, J.E. (2000). “Religious faith and Spirituality in Substance Abuse Recovery: Determining the Mental Health Benefits”. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 19: 347-354.
- Pargament, K. I. (2005). “Acı ve Tatlı Dindarlığın Bedelleri ve Faydaları Üzerine Bir Değerlendirme”. (A. U. Mehmedoğlu). *Çukurova Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5 (1): 279-313.
- Paus, T., Keshavan, M., Giedd, J. N. (2008). “Why Do Many Psychiatric Disorders Emerge During Adolescence.” *Nature Reviews Neuroscience*, 9(12): 947-957.
- Pegem Akademi. (2015). *Gelişim Psikolojisi*. Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara.
- Sabancı Üniversitesi, İstanbul Politikalar Merkezi ve Tübitak. (2009). *Türkiye’de Dindarlık: Uluslararası Bir Karşılaştırma*. SÜ, İPM, Tübitak. İstanbul.
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence* (Çev. D. M. Siyez), Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Sawyer, S.M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., Patton, G.C. (2018). “The Age of Adolescence”. *The Lancet Child&Adolescent Health*, 2(3): 223-228.
- Saygılı, S. (2004). *Çocuklarda Davranış Bozuklukları*. Elit Yayınları, İstanbul.
- Sezen, T ve Sezen D. (2011).”. U, Batı (Ed.) ve G. T, Ünal (Ed.). *Dijital Oyunlar*. Derin Yayınları, İstanbul, 249-286.
- Shaughnessy, J. J., Zechmeister, E. B. ve Zechmeister, J. S. (2018). *Psikolojide Araştırma Yöntemleri*. (Çev. İlyas Göz), Nobel akademik Yayıncılık, Ankara.
- Shneidman, E. S. (1993). “Suicide as Psychache”. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 3(181):145-149.
- Steinberg, L. (2005). “Cognitive and Affective Development in Adolescence”, *Trend in Cognitive Sciences*, 9(2): 69-74-6.
- Subaşı, N. (2004). *Gündelik Hayat ve Dinsellik*. İz Yayıncılık, İstanbul.
- Sussman, S., Milam, J., Arpawong, T. E, Tsai, J., Black, D.S., Wills, T.A. (2013). “Spirituality in Addictions Treatment: Wisdom to Know... What It Is”. *Substance Use&Misuse*, 48 (12): 1203-1217.

- Şahin, A. (2007). "Ergenlere Dindarlık, Algılanan Anne-Baba Dindarlığı ve Çocuk Yetiştirme Tutumları Arasındaki İlişki". *Marife*, 7(1) : 221-247.
- Şahin, C ve Tuğrul, V. M. (2012). "İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi". *Journal of World of Turks*, 4 (3): 115-130.
- Şahin, Ş ve Özçelik, Ç. Ç. (2016). "Ergenlik Dönemi ve Sosyalleşme". *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(1): 42-49.
- Şeker, A. (2018). *Üniversite Öğrencilerinde Oyun Bağımlılık Düzeyinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Şentürk, R., Akşit, B., Küçükural, Ö ve Cengiz, K. (2012). *Türkiye’de Dindarlık: Sosyal Gerilimler Ekseninde İnanç ve Yaşam Biçimleri*. İletişim Yayınları, İstanbul.
- Şıklar, E ve Yüzer, A.F.(Ed.).(2006). *İstatistik*, Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Yayınları, Eskişehir.
- Şimşek, E ve Yılmaz, T. K. (2020). "Türkiye’de Yürütülen Dijital Oyun Bağımlılığı Çalışmalarındaki Yöntem ve Sonuçların Sistemik İncelemesi". *Kastamonu Education Journal*. 28 (4): 1851-1866.
- Şişman, N. (2019). *Dijital Çağda Müslüman Kalmak*. İnsan Yayınları, İstanbul.
- Talu, E. (2019). "Bir Oyundan Ötesi: ``Mavi Balina`` (The Blue Whale) Adlı Oyunun Shneidman’ın ``İntihar Küpü`` Modeli Bağlamında Analizi". *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3): 1044-1078.
- Tarhan. N ve Nurmedov, S. (2017). *Bağımlılık Sanal veya Gerçek*. Timaş Yayıncılık, İstanbul.
- Tavşancıl, E. (2014). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS İle Veri Analizi*. Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Terlemez, C. (2019). *Dijital Oyun Bağımlılığı ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Timberlake, D.S., Rhee S.H., Haberstick, B.C ve diğ. (2006). "The Moderating Effect of Religiosity on The Genetic and Environmental Determinants of Smoking Initiation". *Nicotine and Tobacco Research*, 8 (1): 123-133.
- Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı. (2018). *Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştırı Sonuç Raporu*. Sağlık Bakanlığı. Ankara

- Ulusal, R. (2019). *Ergenlik Döneminde Narsizm, Dindarlık ve Sosyal Medya Tutumları İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Vatandaş, S. (2021). “ Şiddetin Dijital Oyunlar Üzerinden Deneyimlenmesi”. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 9(1): 399-424.
- Vural, M. (2011). *İslam Felsefesi Sözlüğü*. Elis Yayınları, Ankara.
- Williams, D. ve Skoric, M. (2005). “Internet Fantasy Violence: A Test of Aggression in an Online Game”. *Communication Monographs*, 72 (2): 217-233.
- Witterk, C. T., Finseras, T. R., Pallesen, S. ve diğ. (2016). “Prevalence and Predictors of Video Game Addiction: A Study Based on a National Representative Sample of Gamers”. *Int J Ment Health Addiction*, 14: 672-686.
- Wölfling, K. (2008). "Computer Game Addiction: A Psychopathological Symptom Complex in Adolescence". *Psychiatrische Praxis*, 35 (5): 226-232.
- Yavuz, K. (2013). *Günümüzde İnancın Psikolojisi*. Boğaziçi Yayınları, Ankara.
- Yavuzer, H. (2017). *Ana-Baba ve Çocuk*. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Yıldırım, İ. (1997). “Sigara, Alkol ve Uyuşturucu Kullanan Üniversite Öğrencilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi”. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13: 147-155.
- Yılmaz, M ve Candan, F. (2018). “Oyun Sanal İntihar Gerçek: “The Blue Whale Challenge/Mavi Balina” Oyunu Üzerinden Kurulan İletişimin Neden Olduğu İntiharlar Üzerine Kuramsal Bir Değerlendirme”. *Akdeniz İletişim Dergisi*, 0(0): 270-283
- Yiğit, E ve Güneş, S (2020).” Çocukların Dijital Oyun Bağımlılığına Göre Aile Profillerinin Belirlenmesi”. *Yüzüncüyıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17: 144-174.
- Yücel, G ve Şan, Ş. (2018). “Dijital Oyunlarda Bağımlılık ve Şiddet: Blue Whale Oyunu Üzerinde Bir İnceleme”. *Online Academic Journal of Information Technology*, 9(32): 87-100.

İnternet Kaynakları

- Alexandre, B., “Fare Parkı” https://en.wikipedia.org/wiki/Rat_Park
- “ Bağımlılık yapıcı maddelere ilişkin kullanım yaygınlıkları: Alan çalışmaları” <http://www.narkotik.pol.tr/kurumlar/narkotik.pol.tr/TUB%C4%B0M/Ulusal%20Yay%C4%B1nlar/2019-TURKIYE-UYUSTURUCU-RAPORU.pdf> (erişim tarihi: 10.04.2020).

“Çevrimiçi Oyunlar” <https://www.guvenliweb.org.tr/dokuman-detay/cevrimici-oyunlar>(erişim tarihi: 06.04.2020).

Golberg, I., “ Internet Addiction Disorder”. www.cog.brown.edu/brochure/people/duchonf/humor/internetaddiction.html (erişim tarihi: 02.11.2020).

“ Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması” <https://tuikweb.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=33708> (erişim tarihi: 06.12.2020) <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik> (erişim tarihi: 16.04.2020).

Ögel, K., “İnternet ve Bilgisayar Bağımlılığının Tedavisi”. <http://www.ogelk.net/makale/158-%C4%B0internet-ve-bilgisayar-ba%C4%9F%C4%B1ml%C4%B1l%C4%B1%C4%9F%C4%B1n%C4%B1n-tedavisi.html> (erişim tarihi: 04.04.2020).



EKLER

EK 1. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1. **Cinsiyetiniz:** Kız () Erkek ()
2. **Yaşınız:**
3. **Kaçıncı sınıftasınız?**
4. **Kaç kardeşsiniz? (Kendiniz dahil)**
5. **Nerede yaşıyorsunuz?** Köy-Kasaba () İlçe () İl ()
6. **Anne-baba birliktelik durumu:** Birlikte () Ayrı ()
7. **Annenizin eğitim durumu nedir?**
 Okuryazar değil () İlkokul mezunu () Ortaokul mezunu ()
 Lise mezunu () Üniversite mezunu ()
 Lisansüstü ()
8. **Babanızın eğitim durumu nedir?**
 Okuryazar değil () İlkokul mezunu () Ortaokul mezunu ()
 Lise mezunu () Üniversite mezunu () Lisansüstü ()
9. **Ailenizin aylık gelirini ortalama olarak yazınız.**
 0-2000 TL () 2000-5000 TL () 5000 TL ve üstü ()
10. **Ailenizin dini ibadetlerini yerine getirme düzeyi nedir?** Düşük () Orta ()
 Yüksek ()
11. **Kendinize ait odanız var mı ?** Evet () Hayır ()
12. **Okuduğunuz okul türü nedir?**
 Ortaokul () İmamhatip Ortaokulu () Anadolu Lisesi ()
 Fen Lisesi () Meslek Lisesi () Anadolu-Fen İmamhatip Lisesi ()

EK 2. DİNİ TUTUM ÖLÇEĞİ

	DİNİ TUTUM ÖLÇEĞİ Bu anket yüksek lisans tez çalışması için siz öğrencilere uygulanmaktadır. Soru maddelerini size uygun olup olmama durumuna göre karşıdaki kutucuklara (x) işareti koyarak cevaplandırabilirsiniz. Her soru için yalnızca bir seçeneği işaretleyiniz. Vereceğiniz içten cevaplar için teşekkür ederim.	Tamamen katılıyorum	Büyük oranda katılıyorum	Kararsızım	Büyük oranda katılmıyorum	Tamamen katılmıyorum
1	İnandığım dinin gereklerini yerine getirmeye çalışırım.					
2	Yaşantımın dini değerlere uygun olup olmadığına dikkat ederim.					
3	Ezan, dua veya ayet gibi dini okumaları dinlediğimde duygulanırım.					
4	Dini etkinliklere katıldığımda gerçekten zevk alırım.					
5	Dinin gereksiz olduğunu düşünüyorum.					
6	Dini inancın insanlara yararından çok zararı olduğunu düşünüyorum.					
7	Allah'ın bana çok yakın olduğunu hissediyorum.					
8	Zor zamanlarda Allah'ın bana yardım ettiğini düşünüyorum.					

EK 3. ÇOCUKLAR İÇİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

	ÇOCUKLAR İÇİN BİLGİSAYAR OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ Bu anket yüksek lisans tez çalışması için siz öğrencilere uygulanmaktadır. Soru maddelerini size uygun olup olmama durumuna göre karşıdaki kutucuklara (x) işareti koyarak cevaplandırabilirsiniz. Her soru için yalnızca bir seçeneği işaretleyiniz. Vereceğiniz içten cevaplar için teşekkür ederim.	Tamamen katılıyorum	Büyük oranda katılıyorum	Kararsızım	Büyük oranda katılmıyorum	Tamamen katılmıyorum
1	Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır.					
2	Dijital oyun oynarken acıktığımın farkına varmam.					
3	Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim.					
4	Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissedirim.					
5	Annem ve babam dijital oyun oynamamı engellerse, dijital oyun oynamak için onlara ısrar ederim.					
6	İstediğim zaman dijital oyun oynayamazsam sinirlenirim/ öfkelenirim.					
7	Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim.					
8	Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçar.					
9	Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm.					
10	Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde ilk aklıma gelen şey dijital oyun oynamak olur.					
11	Gün içerisinde birdenbire/ aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur.					
12	Dijital oyunlar oynadığım için arkadaşlarımla başka oyunlar oynamaya zamanım kalmaz.					
13	Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakarım.					
14	Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.					
15	Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.					
16	Bilgisayar, telefon, tablet ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı istemem.					
17	Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik gibi) zamanım kalmaz.					
18	Dijital oyunlar hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır. (Benim için çok önemlidir.)					
19	Dijital oyun oynamak için ev ödevlerimi aksattığım zamanlar olur.					
20	Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur.					
21	Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir.					

22	Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.					
23	Başkalarına (aile, arkadaşlar, öğretmenler vb.) dijital oyun oynadığım süre ile ilgili yalan söylediğim olur.					
24	Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir.					



EK 4. GAZİANTEP VALİLİĞİ İZİN BELGESİ



T.C.
GAZİANTEP VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 34659092-605.01-E.16661281
Konu : Araştırma İzin Talebi
(Murat Faruk ÖZÇELİK)

13/11/2020

VALİLİK MAKAMINA

İlgi: Akdeniz Üniversitesi Rektörlüğünün 14.10.2020 tarihli ve 23525 sayılı yazısı.

Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Murat Faruk ÖZÇELİK'in " Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi" konulu anket uygulama isteği kapsamında, İlimiz Şahinbey İlçesinde bulunan ekli listede isimleri belirtilen okullarda öğrenim gören öğrencilere yönelik okul idaresinin gözetiminde ve bilgisi dahilinde araştırma çalışma isteği, ilgi yazıda belirtilmektedir.

Bu kapsamda Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Murat Faruk ÖZÇELİK'in Anket uygulama isteği, Bakanlığımız Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 21.01.2020 tarihli ve 2020/2 sayılı genelgesi kapsamında değerlendirilmiş olup; araştırmacının, araştırmasının bitiminden itibaren 15 gün içerisinde araştırma sonuçlarını 2 kopya halinde CD içerisinde Müdürlüğümüze bildirmesi şartıyla, İlimiz Şehitkamil ve Şahinbey İlçesinde bulunan ekli listede isimleri belirtilen okullarda öğrenim gören öğrencilere yönelik okul idaresinin gözetiminde ve bilgisi dahilinde anket uygulama isteği eğitim öğretimi aksatmayacak şekilde gönüllülük esasına göre uygulanması, Müdürlüğümüz Ar-Ge bürosu bünyesinde oluşturulan komisyonun uygunluk raporu doğrultusunda uygun mütalaa edilmektedir.

Makamınızca da uygun görüldüğü takdirde; Olurlarınıza arz ederim.

Yasin TEPE
İl Millî Eğitim Müdürü

OLUR
13/11/2020

Rızzan EROĞLU
Vali a.
Vali Yardımcısı

EK 5. ETİK KURULU İZİNİ

Evrak Tarih ve Sayısı: 23/09/2020-100604		
 T.C. AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu KURUL KARARI		
TOPLANTI TARİHİ : 18/09/2020 TOPLANTI SAYISI : 16 KARAR SAYISI : 184		
Üniversitemiz İlahiyat Fakültesi Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü öğretim üyesi Doç. Dr. Orhan ÇİRSU'nun danışmanlığını, Murat Faruk ÖZÇELİK'in araştırmacılığını üstlendiği, "Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dindarlık İlişkisi: Gaziantep Örneği" konulu çalışmanın, fikri hukuki ve telif hakları bakımından metod ve ölçeğine ilişkin sorumluluğun başyurucuya ait olmak üzere, proje süresince uygulanmasının etik olarak uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.		
e-imzalıdır Prof. Dr. Osman ERAVŞAR Kurul Başkanı		
Başkan Prof. Dr. Osman ERAVŞAR	Başkan Yrd. Prof. Dr. Bahattin ÖZDEMİR	Üye Prof. Dr. Hilmi DEMİRKAYA
Üye Prof. Dr. Mustafa ŞEKER	Üye Prof. Dr. Adnan DÖNMEZ	Üye Prof. Dr. Abdullah KARAÇAĞ
Üye Prof. Dr. Eyyup YARAŞ		

Windows'u Etkinleştir
Windows'u etkinleştirmek için Ayarlar'a gidin.

EK 6. Ö Z G E Ç M İ Ş

Ad-Soyad	Murat Faruk ÖZÇELİK
Doğum Yeri- Yılı	
EĞİTİM BİLGİLERİ	
Lise	Antalya Lisesi
Lisans	Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü
Yabancı Dil	İngilizce (Orta Seviye)
Sertifikalar	Aile Terapisi Sertifikası (Uygulamalı), Psikodrama Sertifikası
İŞ DENEYİMİ	
Çalışılan Kurumlar	MEB, Rehber Öğretmen