

**T.C.**  
**SİNOP ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI**



**FİZİKSEL TEMAS İÇEREN VE İÇERMİYEN SPORLARDA**  
**DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ**

**Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Doç. Dr. Cansel ARSLANOĞLU**

**SİNOP- 2023**

## TEZ KABUL

**Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU** tarafından hazırlanan “**FİZİKSEL TEMAS İÇEREN VE İÇERMEYEN SPORLARDA DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ** ” başlıklı bu çalışma, 27.02.2023 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak, jürimiz tarafından **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

**Başkan** Doç. Dr. Özlem KESKİN  
Sinop Üniversitesi / Spor Bilimleri Fakültesi İmza

**Üye** Doç. Dr. Cansel ARSLANOĞLU  
**(Danışman)** Sinop Üniversitesi / Spor Bilimleri Fakültesi İmza

**Üye** Doç. Dr. Süleyman GÖNÜLATEŞ  
Pamukkale Üniversitesi / Spor Bilimleri Fakültesi İmza

Enstitü Müdürü

Prof. Dr. Fadime DİRİK

.....

## ETİK BEYANI

Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmasında; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU

## ÖZET

### YÜKSEK LİSANS TEZİ

## FİZİKSEL TEMAS İÇEREN VE İÇERMİYEN SPORLARDA DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ İNCELENMESİ

ESRA ÇAKIR KÖSEOĞLU

SİNOP ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
ANTRENÖRLÜK EĞİTİMİ ANABİLİM DALI  
DANIŞMAN:DOÇ. DR. CANSEL ARSLANOĞLU

Bu araştırmanın amacı, fiziksel temas içeren ve içermeyen sporlarda dijital oyun bağımlılığının incelenmesidir.

Araştırmada veri toplama aracı olarak; kişisel bilgi formu ve Hazar ve Hazar (2017) tarafından geliştirilen “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Çalışma başlığında geçen temas içeren sporlar (basketbol, boks, futbol, güreş, hentbol judo, karate, taekwondo), temas içermeyen sporlar ise (atletizm, badminton, bisiklet, kürek, masa tenisi, tenis, voleybol, yelken, yüzme) olarak belirlenmiştir. Araştırma grubunu, Sinop İlinde temas içeren ve içermeyen spor branşlarını yapan 515 öğrenciden soruları tam ve doğru cevaplayan 168 kız, 167 erkek olmak üzere toplam 335 öğrenci oluşturmaktadır. Bu kapsamda, araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu ve Hazar ve Hazar (2017) tarafından geliştirilen “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” uygulanarak, yanıtları analiz edilmiştir.

Araştırmadaki veriler, SPSS 21 paket programına girilmiştir ve ilk olarak Shapiro-Wilk ve Kolmogorov-Smirnov normallik testlerinden yararlanılmıştır. Grup ortalamaları arasındaki farkları bulmak için ikili gruplarda T-testi, ikiden fazla olan gruplarda ise Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Testi kullanılmıştır. Gruplar arasında fark bulunan analizlerde, anlamlı farkın hangi grupta olduğunun tespiti için Post Hoc TUKEY testi kullanılmıştır. Tüm istatistik analizler için anlamlılık düzeyi  $p<0.05$  olarak kabul edilmiştir.

Yapılan analizler sonucunda ölçeğin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma olmak üzere dört alt faktöründe anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu sonuçlara göre araştırmaya katılan öğrencilerin az riskli grupta yer aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca katılımcıların ölçeğin tüm alt boyutlarında ve toplam puanında oynanan oyun türüne göre anlamlı farklılık olduğu bulunarak en çok savaş ve strateji oyunu oynamayı tercih ettikleri belirlenmiştir. Her iki spor türünü (temaslı- temassız) yapan öğrencilerin, erkeklerin, kendine ait oyun konsolu olanların ve yedinci sınıfta okuyanların dijital oyun bağımlılıkları daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca yaş, internet kullanma saati ve oyun oynama saati arttıkça dijital oyun bağımlılığının da arttığı tespit edilmiştir.

Bu sonuçlar doğrultusunda, internet ve dijital oyun oynama sürelerinin kontrol altında tutulması ve sporla daha çok vakit geçirerek dijital oyun bağımlılığının en aza indirgenmesi önem arz etmektedir.

**ANAHTAR KELİMELER:** Oyun; Bağımlılık; Dijital Oyun Bağımlılığı; Spor; Öğrenci; Ortaokul.

## **ABSTRACT**

### **MSC THESIS**

#### **EXAMINATION OF DIGITAL GAMING ADDICTION IN CONTACT AND NON-CONTACT SPORTS**

**ESRA ÇAKIR KÖSEOĞLU**

**SINOP UNIVERSITY INSTITUTE OF GRADUATE PROGRAMS**

**DEPARTMENT OF COACHING EDUCATION**

**SUPERVISOR:ASSOC. PROF. DR. CANSEL ARSLANOĞLU**

The aim of this research is to examine digital game addiction in contact and non-contact sports athletes.

Personal information form and “Digital Game Addiction Scale for Children” developed by Hazar and Hazar (2017) were used to collect the data. The contact sports in this research were determined as basketball, boxing, football, wrestling, handball, judo, karate, taekwondo and non-contact sports were athletics, badminton, cycling, rowing, table tennis, tennis, volleyball, sailing, swimming. The research group consists of total 335 students, 168 girls and 167 boys, who answered the questions completely and correctly out of 515 students who do contact and non-contact sports in Sinop. The Personal Information Form developed by the researcher and the "Digital Game Addiction Scale for Children" developed by Hazar and Hazar (2017) were applied to participants and their responses were analyzed.

The data were analyzed with the SPSS 21 package program and first of all, Shapiro-Wilk and Kolmogorov-Smirnov normality tests were used. T-test was used in paired groups and One-Way Analysis of Variance (Anova) Test was used in groups with more than two groups to find the differences between group means. Post Hoc TUKEY test was used to determine in which group the significant difference was in the analyzes where there was a difference between the groups. The significance level for all statistical analyzes was accepted as  $p < 0.05$ .

As a result of the analyzes, significant differences were found in the four sub-factors of the scale: excessive focus and conflict towards digital game playing, development of tolerance and value attributed to the game, delaying individual and social tasks/homework, psychological-physiological reflection of deprivation and immersion in the game. According to these results, it was concluded that the students participating in the study were in the low-risk group. In addition, it was determined that there was a significant difference in all sub-dimensions and total scores of the scale according to the type of game, and it was determined that they preferred mostly to play war and strategy games. Participating to both types of contact-non-contact sports, having their own game console, studying in the seventh grade and in boys were higher digital game addiction levels. In addition, it was determined that digital game addiction increased as age, internet usage time and game playing time.

As a result, it is important to keep internet and digital game playing times under control and to minimize digital game addiction by spending more time with sports.

**KEYWORDS:**Game; Addiction; Digital Game Addiction; Sport; Student; Secondary School.

February 2023, 102 Page

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim ve tezimi tamamlama sürecinde yardımlarını esirgemeyen, bilgisi ve tecrübeleri ile bana yol gösteren değerli danışman hocam Doç. Dr. Cansel ARSLANOĞLU'na, ilgisini ve önerilerini göstermekten kaçınmayan Prof. Dr. Erkal ARSLANOĞLU'na teşekkürlerimi sunarım.

Aynı zamanda çalışmalarım sırasında ve tezin yazım aşamasında destek veren hocam Arş. Gör. Gürkan Selim ÇELGİN'e, eğitim hayatım boyunca desteklerini esirgemeyen ve bugünlere gelmemde büyük pay sahibi olan aileme ve varlığı ile yaşamımıza renk, hareket ve anlam katan Oğlum Arın' a sonsuz teşekkür ederim.



## İÇİNDEKİLER

|                                                                          | Sayfa      |
|--------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>TEZ KABUL .....</b>                                                   | <b>ii</b>  |
| <b>ETİK BEYANI.....</b>                                                  | <b>iii</b> |
| <b>ÖZET .....</b>                                                        | <b>iv</b>  |
| <b>ABSTRACT.....</b>                                                     | <b>v</b>   |
| <b>TEŞEKKÜR .....</b>                                                    | <b>vi</b>  |
| <b>İÇİNDEKİLER .....</b>                                                 | <b>vii</b> |
| <b>TABLOLAR DİZİNİ .....</b>                                             | <b>ix</b>  |
| <b>SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ.....</b>                               | <b>x</b>   |
| <b>1. GİRİŞ .....</b>                                                    | <b>1</b>   |
| 1.1. Problem.....                                                        | 1          |
| 1.2. Araştırmanın Amacı.....                                             | 2          |
| 1.3. Araştırmanın Önemi .....                                            | 3          |
| 1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....                                    | 4          |
| 1.5. Araştırmanın Varsayımları .....                                     | 4          |
| 1.6. Tanımlar.....                                                       | 4          |
| <b>2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....</b>                                         | <b>6</b>   |
| 2.1. Oyun Kavramı.....                                                   | 6          |
| 2.2. Dijital Oyunların Tarihsel Gelişimi .....                           | 9          |
| 2.2.1. Erken gelişim aşaması .....                                       | 10         |
| 2.2.2. Büyüme aşaması .....                                              | 10         |
| 2.2.3. Gelişim aşaması .....                                             | 11         |
| 2.2.4. Olgunlaşma aşaması .....                                          | 12         |
| 2.2.5. İlerleme aşaması .....                                            | 12         |
| 2.3. Dijital Oyun Türleri .....                                          | 13         |
| 2.3.1. Dijital oyun özellikleri .....                                    | 16         |
| 2.4. Dijital Oyun Bağımlılığı .....                                      | 18         |
| 2.4.1. Dijital oyun bağımlılığı belirtileri.....                         | 22         |
| 2.4.2. Dijital oyun oynama nedenleri.....                                | 24         |
| 2.5. Dijital Oyun Bağımlılığının Tanı Kriterleri ve Ölçme Araçları ..... | 25         |
| 2.6. Dijital Oyun Bağımlılığı Tedavisi .....                             | 29         |

|                                                                         |           |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.7. Dijital Oyunların Olumlu ve Olumsuz Etkileri.....                  | 32        |
| 2.8. Dijital Oyunların Yarattığı Sorunlar .....                         | 35        |
| 2.9. Dijital Oyun Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Çalışmalar .....       | 37        |
| 2.9.1. Uluslararası çalışmalar.....                                     | 37        |
| 2.9.2. Ulusal çalışmalar.....                                           | 39        |
| <b>3. YÖNTEM .....</b>                                                  | <b>46</b> |
| 3.1. Araştırmanın Modeli.....                                           | 46        |
| 3.2. Evren ve Örneklem .....                                            | 46        |
| 3.3. Veri Toplama Araçları .....                                        | 46        |
| 3.3.1. Kişisel bilgi formu .....                                        | 47        |
| 3.3.2. Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği .....              | 47        |
| 3.4. Verilerin Analizi .....                                            | 48        |
| 3.5. Etik Kurul .....                                                   | 48        |
| <b>4. BULGULAR.....</b>                                                 | <b>49</b> |
| <b>5. TARTIŞMA.....</b>                                                 | <b>65</b> |
| <b>6. SONUÇ ve ÖNERİLER .....</b>                                       | <b>73</b> |
| <b>KAYNAKLAR .....</b>                                                  | <b>75</b> |
| <b>EKLER .....</b>                                                      | <b>85</b> |
| EK 1. Kişisel Bilgi Formu .....                                         | 85        |
| EK 2. Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği .....               | 87        |
| EK 3. 18 Yaşından Küçükler İçin Bilgilendirilmiş Onam Formu .....       | 88        |
| EK 4. Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni ..... | 89        |
| EK 5. Etik Kurul .....                                                  | 90        |
| EK 5. Etik Kurul (Devamı).....                                          | 91        |
| <b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>                                                   | <b>92</b> |

## TABLÖLAR DİZİNİ

|                                                                                                                                              | Sayfa |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Tablo 4.1 Temas içeren ve içermeyen spor branşları .....                                                                                     | 49    |
| Tablo 4.2 Dijital oyun bağımlılığı ölçeğine ilişkin değerler.....                                                                            | 49    |
| Tablo 4.3 Cinsiyet değişkenine dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi.....                                   | 50    |
| Tablo 4.4 Yaş değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA analizi.....                                                | 50    |
| Tablo 4.5 Sınıf değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA analizi.....                                              | 52    |
| Tablo 4.6 Kardeş sayısı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA analizi .....                                     | 53    |
| Tablo 4.7 Kendinize ait odanız var mı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi.....           | 54    |
| Tablo 4.8 Kendinize ait bilgisayarınız var mı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi.....   | 54    |
| Tablo 4.9 Akıllı telefonunuz var mı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi .....            | 55    |
| Tablo 4.10 Oyun oynarken tercih ettiğiniz cihaz değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA Test Analizi .....        | 55    |
| Tablo 4.11 Oyun konsolunuz var mı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi.....               | 57    |
| Tablo 4.12 Günde ortalama kaç saat internet kullanıyorsunuz değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA analizi ..... | 57    |
| Tablo 4.13 Günde ortalama kaç saat oyun oynuyorsunuz değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA test analizi.....    | 59    |
| Tablo 4.14 Oynadığınız oyun türleri genellikle nedir değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA Test Analizi .....   | 61    |
| Tablo 4.15 Temas içeren ve içermeyen spor branşı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının oneway ANOVA Test Analizi .....       | 63    |

## SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

### Kısaltmalar

|               |                                                                |
|---------------|----------------------------------------------------------------|
| <b>ABD</b>    | :Amerika Birleşik Devletleri                                   |
| <b>APA</b>    | : American Psychiatric Association (Amerika Psikoloji Derneği) |
| <b>MMORPG</b> | :Kitlel Çevrimiçi Rol Yapma Oyunu                              |
| <b>TDK</b>    | :Türk Dil Kurumu                                               |
| <b>TÜİK</b>   | :Türkiye İstatistik Kurumu                                     |
| <b>Vd.</b>    | : Ve Diğerleri                                                 |
| <b>WHO</b>    | :World Health Organization                                     |



## 1. GİRİŞ

Bu bölümde tez kapsamı içerisinde problem durumu, araştırmanın amacı, önemi, sınırlılıkları, varsayımları ve araştırma konusuna yönelik bazı tanımlar yer almaktadır.

### 1.1. Problem

Spor hem rekabet hem de paylaşma duygularını gerekli kılan, psikolojik, fiziksel ve sosyolojik faydaları olan dünya genelindeki seyirci kitlesi oldukça geniş bir olgudur. Spor topluma entegre olmuş, küresel çapta aynı anda milyonlarca kişinin sevinmesine veya üzülmeye neden olabilmektedir(Türkel, 2010). Bireyler spor ile ilgilendikleri takdirde kültürel sermayelerini arttırmakta ve toplumda yer edinme çabaları karşılık bulmaktadır(Erciş, 2012). Spor branşlarında kendine özgü uyulması gereken kurallar ve farklı özelliklere sahip ortamlar bulunmaktadır. Sportif faaliyetlerin en temel amacı belirlenmiş hedefe ulaşmak amacıyla çaba sarf etmektir. Bu doğrultuda sporun bireylerin ruhsal ve fiziksel yapısının gelişmesinde oldukça önemli bir etken olduğu ifade edilmektedir(Erdemli, 2006).

Sportif faaliyetlere katılım bireylerin anında karar verme, sosyal yaşama uyum, konsantrasyon gibi özelliklerine olumlu katkı sağlamaktadır. Aynı zamanda bireyin katıldığı spor branşının da özellikleri şekillendirmede etkisi bulunmaktadır. Örnek olarak takım sporları ile bireysel sporlara katılanlar arasında psikolojik ve duygusal özellikler farklılık gösterebilmektedir. Takım sporlarında bireylerin yardımlaşma, ekip çalışması yapma özellikleri ön planda olurken, bireysel sporlarda özgüven kazanma, kendisiyle mücadele edebilme, irade gelişimi gibi özellikler ön planda olmaktadır(Salar vd., 2012).

Teknolojide yaşanan gelişmeler insanların günlük yaşamına çeşitli pratikler sağlamasının yanında pek çok temel yaşam alanını da şekillendirdiğinden, özellikle temel yaşam alanlarından olan oyunları da değiştirdiğinden bahsedilebilir. Geçmişte insanların bazı doğa olaylarını taklit etmesi ile ortaya konan oyun davranışı, günümüzde özel oyun araçları ve bilgisayar yazılımları ile insanların yaşamlarına giren dijital oyunlarla yeni boyut kazandığı gözlenmektedir. Teknolojinin sağladığı pratiklerin beraberinde bazı olumsuz sonuçlara da neden olduğu bilinen bir gerçektir. Bu sorunlar arasında yer alan “teknoloji bağımlılığı” en önemliler arasında gösterilebilir. Geniş bir yelpazede ele alınabilecek olan teknoloji bağımlılığı konusunda bilgisayar bağımlılığı ve buna bağlı olarak değerlendirilebilecek “dijital oyun bağımlılığı” öne çıkan bir kavramdır. Bilgisayar

teknolojisi, toplumun teknoloji toplumu, günümüzün ise teknoloji çağı olarak nitelendirilmesinde önemli bir rol üstlenmektedir. Özellikle her geçen zamanda ilerleme gösteren internet teknolojisinin ve bilgisayarın bireylerin gündelik yaşamında çeşitli etkileri olmaktadır. Bunların arasında geleneksel oyunların yerini tablet ve telefonla oynanan dijital oyunlara bırakması da yer almaktadır (Demir ve Bozkurt, 2019).

Oyunlar genellikle sokaklar, oyun parkları gibi kapalı olmayan mekanlarda akranlarla etkileşim şeklinde gerçekleştirilirken, teknolojiye yaşanan gelişmelerle birlikte internet ve bilgisayar aracılığıyla sanal ve kapalı ortamlardaki kişilerle etkileşim halinde gerçekleştirilmeye başlanmıştır (Horzum vd., 2008). Dijital oyunlar yeni medyaya ilişkin özellikleri oyun oynamaya dahil ettiğinden, geleneksel oyunlardan ayrılmaktadır. Özellikle gerçek yaşamdaki platformlar ve simülasyon oyunlarını içeren çevrimiçi oyunlar, oyuncuların maddi ve manevi bakımdan yatırım yapmasını gerektirmektedir. Dijital oyunların oyun üretimi sürecine yönelik profesyonel yapılanma olmaları da geleneksel oyunlardan ayrılan bir özelliğidir. Dijital oyun, oyun oynama fiili yanında meta değer taşımakta ve endüstriyel bir üretimin sonucunda ortaya çıkmaktadır (Binark vd., 2008). Teknolojinin etkisinin görüldüğü dijital oyunlar insan yaşamında önemli bir konuma gelmiştir. Oyun davranışı insanların özellikle boş zamanlarında en fazla tercih ettikleri davranış haline gelmiştir. Teknolojideki gelişmeler insan yaşamına bazı kolaylıklar kazandırdığı gibi dijital araçların aşırı kullanılmalarından dolayı bireylere farklı şekillerde zararı olabilecek bağımlılık durumunu ortaya çıkarabilmektedir (Arslan, 2019). Sporun insan sağlığı üzerindeki olumlu etkileri göz önüne alındığında gerek fiziksel temas içeren sporlara gerekse fiziksel temas içermeyen sporlara katılım gösteren bireylerde dijital oyun bağımlılığının farklı etkilerinin olabileceği düşünülmektedir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Araştırmada fiziksel temas içeren ve içermeyen sporlarda dijital oyun bağımlılığının incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada katılımcıların demografik verileri kullanılarak verilerin dijital oyun bağımlılıkları ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışmanın temel amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Fiziksel temas içeren sporlara katılan bireylerin dijital oyun bağımlılığı düzeyi nedir?
2. Fiziksel temas içermeyen sporlara katılan bireylerin dijital oyun bağımlılığı düzeyi nedir?
3. Dijital oyun bağımlılığı ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark var mıdır?

4. Dijital oyun bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı bir fark var mıdır?
5. Dijital oyun bağımlılığı ile sınıf arasında anlamlı bir fark var mıdır?
6. Dijital oyun bağımlılığı ile kardeş sayısı arasında anlamlı bir fark var mıdır?
7. Dijital oyun bağımlılığı ile kendine ait odası olma durumu arasında anlamlı bir fark var mıdır?
8. Dijital oyun bağımlılığı ile kendine ait bilgisayar olma durumu arasında anlamlı bir fark var mıdır?
9. Dijital oyun bağımlılığı ile akıllı telefona sahip olma durumu arasında anlamlı bir fark var mıdır?
10. Dijital oyun bağımlılığı ile oyun oynarken tercih edilen cihaz arasında anlamlı bir fark var mıdır?
11. Dijital oyun bağımlılığı ile oyun konsolu olma durumu arasında anlamlı bir fark var mıdır?
12. Dijital oyun bağımlılığı ile internet kullanım süresi arasında anlamlı bir fark var mıdır?
13. Dijital oyun bağımlılığı ile oyun oynama süresi arasında anlamlı bir fark var mıdır?
14. Dijital oyun bağımlılığı ile oyun türleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?
15. Dijital oyun bağımlılığı ile yapılan spor branşı arasında anlamlı bir fark var mıdır?
16. Dijital oyun bağımlılığı ile yapılan spor türü (temaslı- temassız) anlamlı bir fark var mıdır?

### **1.3. Araştırmanın Önemi**

Dijital oyunlar genel olarak insanların enerjisi ve dikkatini gerçek yaşamdaki sorunlardan, stresten uzaklaştırıcı kendisine has başa çıkma stratejilerini sunmaktadır(Kneer vd., 2014). Günümüzde dijital oyunlar dijital yerli olarak tanımlanan yeni neslin oldukça önemli uğraş alanlarını oluşturmaktadır(Demir ve Hazar, 2018). Ancak bağımlılık derecesinde dijital oyunlara yönelmenin dezavantajlı etkileri de bulunmaktadır. Dijital oyun bağımlılığının fiziksel aktiviteden uzaklaşma, eğitim ve spor amaçlı kullanımı, beslenme bozukluğu yaşatması, şiddet gibi pek çok alanla ilişkisinin ele alınması gerekmektedir. Dijital oyunların bağımlılık etkisi dikkate alındığında, bireylerin dijital oyunların risklerine karşı korunması amacıyla ilgili alanda bilinçlendirme çalışmalarının yapılmasına ihtiyaç duyulacağı belirtilmektedir (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016).

Bireylerin gerçek yaşamlarında yapamadıkları davranışlarını sanal ortamlarda yapabilmeleri, dijital oyunlar sayesinde eğlenme ve oyunlardaki güce sahip olabilmek, dijital oyunlarda yeni seviyelere ulaşabilme isteği gibi bazı motivasyonel öğeler bağımlılığın tetikleyicisi olarak kabul edilmektedir (Demir ve Hazar, 2018). Dijital oyun bağımlılığı, gereğinden fazla oyunlara zaman ayırma, iş ve aile hayatında problemlere, bağımlılık sürecinin yaşanmasına, sosyalleşmede bozulmaya neden olabilmektedir. Aynı zamanda ruh ve beden sağlığı sorunlarına, anti sosyal davranışlara, kaygı düzeyinin yükselmesine, çevre ile ilişkilerin bozulmasına da neden olabilmektedir(Celik vd., 2014).

Bu bağlamda çalışmada karate, boks, güreş gibi fiziksel temas gerektiren sporlar ile atletizm, kürek, tenis gibi fiziksel temas gerektirmeyen sporlara katılım sağlayan bireylerin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri incelenmiştir. Sportif faaliyetlerin bireyler üzerindeki olumlu bedensel ve ruhsal etkilerinin sürdürülebilmesi, bireylerin spor branşlarına yönlendirilebilmesi bakımından, bireylerin dijital oyun bağımlılıklarının farkında olmaları önem arz etmektedir. Bu bakımdan çalışmanın sonuçlarının literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

#### **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

Araştırma fiziksel temas içeren ve içermeyen spor branşlarına katılan bireyler ile sınırlıdır.

#### **1.5. Araştırmanın Varsayımları**

Katılımcıların veri toplama amacıyla kullanılan ölçeğe samimi yanıtlar verdikleri kabul edilmiştir. Aynı zamanda katılımcıların görüşlerinin gerçeği yansıttığı kabul edilmiştir.

#### **1.6. Tanımlar**

**Oyun:** Oyun “Yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence.” veya “bedence ve kafaca yetenekleri geliştirmek amacıyla yapılan, çevikliğe dayanan her türlü yarışma” olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2020).

**Dijital Oyun:** Belirli kuralları ve hedefleri olan, cep telefonu, oyun konsolu, tablet gibi bir donanım ile oynanabilen oyunlardır(Samur, 2016).

**Bağımlılık:** İnsanların ekonomik, maddi ve manevi olarak fayda görememesine rağmen ısrarla sürdürülen hem fiziksel hem de duygusal bir dürtü olarak tanımlanabilmektedir (Ünsal, 2016).

**Dijital Oyun Bağımlılığı:** Oynayan birey tarafından dijital oyunun bırakılamaması, sürekli oyunu oynamayı düşünmesi, oyunla ilgilenmesi, oyuna oldukça fazla zaman ayırmasıdır(Horzum, 2011).



## 2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

### 2.1. Oyun Kavramı

İnsanoğlu tarihin ilk dönemlerinden itibaren benzer oyunlar oynamış ve oynamaya devam etmektedirler. Oyun oynamak toplumda bütün kesimler tarafından keyif almak için gönüllü olarak yapılan bir eylemdir. Oyun kavramını ifade etmek amacıyla farklı dillerde “oyun, oyuncak veya çocuk oyunu” anlamına gelen farklı sözcükler kullanılmıştır. Örnek vermek gerekirse; İngilizcede play, game, toy (oyun, oyun oynamak, oyuncak); Almancada spiel, kinderspiel (oyun, çocuk oyunu); İtalyancada giocare, giuoco (çocuk oyunu, oyn); Fransızcada jeu, jeu d’enfant, jouet (oyun, çocuk oyunu, oyuncak) olarak kullanılmaktadır (Özdemir, 2006).

Türklerde geçmişten bugüne oyun kavramını ifade etmek amacıyla “oyun” sözcüğünün kullanımını devam etmektedir. Türk kültüründeki temel yazılı kaynaklarda da oyun sözcüğünün geçtiği görülmektedir. Kaşgarlı Mahmud tarafından yazılan Divanı Lügati Türk kitabında “raks, eğlence, yarış” anlamlarında oyun/oyug sözcüğü kullanılmıştır (Atalay, 2006).

Oyun kavramına ilişkin farklı tanımlamaların olduğu belirtilebilir. Türk Dil Kurumu’na (TDK) göre oyun; kişinin zekasını ve yeteneklerini geliştirici, belirli kuralları bulunan, zamanı rahat ve iyi şekilde geçirmeye yardımcı eğlence şekli biçiminde tanımlanmaktadır(Koçyiğit ve Baydilek, 2015). Ünal (2009) tarafından ise oyun, gerçek ile hayal arasındaki köprü, değişiklik ve yenilik isteğine karşı verilen olumlu yanıt olarak nitelendirilmektedir. Ayrıca mantıklı görünmeyen bir davranış, kişideki gizli enerjinin kullanımı, canlılık anlamındaki yaratıcılığın sürekli bir göstergesi olarak ifade edilmektedir.

Oyun kavramı genel bir tanımla, kişilerin boş vakitlerinde zihinsel ve bedensel yeteneklerini geliştirmede katkı sağlayan, rastlantı, beceri veya dikkate dayanan, eğlenme ile dinlenmeye olanak sağlayan, özgürce gerçekleştirilen bir eylemdir. Kâr amacı ve maddi kazanç bulunmaz. Gönüllü ve bilinçli olan, duygusal olgunluğu ve sosyal uyumu geliştiren, kuralları kendine has olan bir etkinliktir (Koçyiğit vd., 2007).

Oyunların her biri isteğe bağlı gerçekleştirilen gönüllü bir eylem olmaktadır. Emirlerle bağlı olan oyun, bir oyun değil zoraki bir temsildir. Oyunun ikinci niteliği ise özgürlüğüne ilişkindir. Zira oyun gerçek yaşamdan daha farklı bir oluşumdur. Gerçek yaşamdan geçici

şekilde çıkan oyun, kendi düzeni ve dünyasına dahil olur. Oyun oynayan çocuk gerçek dışı olduğunun bilinci içerisinde. Oyun bir dinlenme, gündelik yaşama ara verme, günlük yaşamın süsü niteliğindedir. Oyunun üçüncü özelliği ise gündelik yaşamdan süre ve yer olarak ayrı olmasıdır. Bu niteliği ile oyun kendine has süre ve yer ile sınırlıdır. Her oyun kurallara sahiptir, başlar, belirli bir yerde biter. Kuralları kuşkuya yer bırakmaz ve bağlayıcıdır. Kuralların bozulması halinde oyun çöker ve sona erer (Huizinga, 2013).

Oyun kavramına ilişkin tanımların kavramı açıklamada eğitim, sağlık, kültür ve sosyoloji gibi farklı bakış açılarından değerlendirme yaptıklarından bahsedilebilir. Tanımlamaları birbirleri ile ayrışan ve örtüşen yönlerinin olduğu, bununla birlikte farklılıkların bu konuya ilişkin araştırma yapanların kendi çalışma alanlarından konuyu ele almalarından kaynaklandığı belirtilebilir.

Oyun, kişilerin gündelik uğraşları dışındaki zamanda sağlık, eğitim, eğlence gibi belli bir amaca ilişkin olarak zihinsel ve fiziksel yeteneklere dayalı olarak yer ve zamanda, kendine has kurallarla gerçekleştirilen, gönüllü katılım ile grup oluşturan, zeka, yetenek, beceri, dikkat, ve rastlantıya dayalı, sosyal uyumun ve duygusal olgunluğun gelişmesine katkı sağlayan, genelde izleyicileri de etkileyen, gerilim duygusunun hakim olduğu, neticesinde maddi bir çıkarın olmadığı, zevk verici etkinliktir(Hazar, 2005).

Oyun yetişkinler için günlük uğraşlarının bitmesinden sonra yapılan bir eylemdir. Bir anlamda oyun yetişkinler açısından bir rahatlama şeklidir. Çocuklar için ise oyun gün boyu yapılan bir eylemdir. Çocuklar doğuştan oyuncu olup, oyun yaşam anlamına gelmektedir. Her zaman oyun oynayabilirler ve bundan zevk alırlar. Oyun çocuklar için kendiliğinden olan, zevk aldıkları, sonucuna değil anlamına odaklandıkları bir şeydir (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2020).

Oyun dışarıdan yönlendiren etkinlik olmayıp, içten güdümlü süreçtir. Oyun oldukça dinamik, esnek ve yaratıcı bir ortam olup, her şeyin yapılabilmesi mümkündür. Oyunda belirli kurallar olsa da katılımcılar istedikleri takdirde kuralları değiştirebilir. Aktif katılımın şart olduğu oyun, oyuncular üzerinde olumlu etkilere neden olur. Oyunun oynandığı ortam, kullanılan araç ve gereçler, katılımcılar ve davranışlar oldukça önemlidir. Bazı durumlarda oyunda yoğun dikkat gerekmektedir. Oyun kavram ve yeteneklerin olgunlaşmasına uygun zemin hazırlar, el- göz koordinasyonu gelişimine katkı yapar. Ayrıca sosyal anlamda farklı ilişkiler yardımıyla kaynaşmayı mümkün kılar.

Oyun, karmaşık bir olgu olup, çok boyutlu soyutlama yapmayı gerektirir. Farklı rollere girebilmeye, kaygıyı azaltmaya, iç çatışmayı çözümlemede rol oynar(Kaya, 2013).

Alanyazında oyuna ilişkin çeşitli sınıflandırmalar yapıldığı görülmektedir. bu sınıflandırmaların genelde Roger Colliois (1961) tarafından yapılan oyun sınıflandırmasından temel aldığı söylenebilir. Roger Colliois tarafından oyun aşağıdaki gibi sınıflandırılmaktadır (Roger Colliois 1961 Akt., Hazar, 2005):

**Şans oyunları:** Bu tür oyunlarda oyuncu enerji harcamak ve enerji toplamak yerine oyunu gidişine bırakır. Talihe, şansa, rastlantıya dayalı oyun türleridir. Bu tür oyunlarda stratejinin, fiziksel becerinin bir önemi bulunmamaktadır. Oyunda oyuncu kendi gücü yerine diğer güçlere inanmaktadır. Bu oyunlara örnek olarak fal oyunları, zar oyunları, kâğıt oyunları, kumar makineleri, tombala, rulet gösterilebilir.

**Gösteri-rol oyunları:**Bu oyunlarda oyuncular kendi kişilikleri haricinde rol üstlenir ve oyunda bu rolü oynarlar. Gerçekte olduğundan farklı bir dünyada yer alırlar. Oyuncu zihninde hayali bir dünya yaratır, kendini buna göre benzetmeye çalışır ve oynar. Bunlar gösteri ve taklit öğelerini içerir. Bu oyunlara örnek olarak tiyatro, opera, meddah, sineme, orta oyunu gösterilebilir.

**Heyecan- macera oyunları:**Bu tür oyunlar kişinin başını döndüren, heyecan veren, coşturan, ürperterek zevk veren ve sevindiren eğlenceleri kapsamaktadır. Araba, motor, kayak gibi araçlar ile hız yapma, coşkulu dans yapma, havada dalış, sallanma, dağa tırmanmak gibi eylemler korkunun üstesinden gelmek ve kendine güvenmeye yanıt olarak değerlendirilir.

**Yarışma- mücadele oyunları:** Bu tür oyunlar mücadele, çekişme, savaşıma, yarışma gerektirmektedir. Spor faaliyetlerindeki gibi motor aktivitelere veya satranç, damadaki gibi zekâ gücüne dayanır. Oyunda oyuncu kendisine güvenerek, elinden geleni en iyi şekilde yapar. Bu oyunlarda genelde tesadüf ve şans faktörünün etkisi yoktur(Roger Colliois, 1961 Akt.,Hazar, 2005).

Bir başka oyun sınıflamasında ise oyunlar üç grup halinde ele alınmıştır. Bu oyunların özellikleri ve bireyler üzerindeki etkileri aşağıdaki gibidir(Akandere, 2013):

**Strateji oyunları:**Oyun oyuncunun zekâ gücüne, becerisine ve verdiği doğru kararlara göre sonuçlanır. Bu tür oyunlara dama ve satranç örnek olarak gösterilebilir.

**Fiziksel beceri oyunları:**Bu tür oyunlar fiziksel yeteneklere bağlı olarak oynanır. Oyunda yaşanan değişimler, doğru ve ani karar verebilme, rakip takımın avantajları ve dezavantajları sonucu doğrudan etkiler. Bu tür oyunlara stafet yarışları, koşu oyunları örnek olarak gösterilebilir.

**Şans oyunları:** Bu tür oyunlarda oyun tesadüflere ve talihe dayanır. Bu oyunlara rulet, tombala örnek olarak gösterilebilir.

Oyunlar her yaş grubunu cezbetmekte olup, çocukların gelişiminde en önemli araçlardan biridir. Çocukların duyuşsal, bilişsel, sosyal ve fiziksel gelişimini destekleyen oyunlar, doğal öğrenme ortamı olarak bireyin zevk alarak gönüllü yaratma etkinliğini oluşturduğu bir ortam olmaktadır(Gökçearslan ve Durakoğlu, 2014).

## **2.2. Dijital Oyunların Tarihsel Gelişimi**

Dijital oyunlar; bilgisayar oyunları, atari oyunları, mobil oyunları, konsol oyunları ve diğer oyun türlerini içermektedir. Dijital oyun kavramı, yeni bir iletişim ortamının sanallığını, etkileşimini, dijitalliğini, modülerliğini ve değişkenliğini içeren ve bu özellikleri oyunlara entegre eden bir iletişim ortamıdır. İletişim ortamları geleneksel olarak tanımlanan kavram ve nitelikleri de saklamaktadır(Yengin, 2012).

İnternet ve dijital oyun bireylerin akademik başarılarını, hayatlarını, psikolojik iyi oluşlarını ciddi oranda etkileyen bir durumdur(Çakır, 2013). Dijital oyun kavramı video oyunları, bilgisayara oyunları gibi farklı şekillerde adlandırılmaktadır. Dijital oyun kavramı, görsel çıktı alınabilmesi için televizyon, monitör, kontrol edebilmek amacıyla girdi sağlayacak klavye, gamepad veya joystick gibi araçlar yardımıyla sanal ortamda oynanabilen bir oyundur (Dönmez, 2012).

Teknolojide yaşanan gelişimler, geleneksel oyun kavramını güncelleyerek dijital oyun kavramına dönüştürmüştür. Eğlence aracı şeklinde nitelendirilen dijital oyunlar pek çok alanda etkili olmuştur. Dijital oyunlar tarihsel süreçte kendini sürekli geliştirmiştir. O'Hagan ve Mangiron (2013) tarafından dijital oyunlar tarihsel süreçte beş farklı dönemde ele alınmıştır:

- a. Erken gelişim aşaması (1980'lerden önce)
- b. Büyüme aşaması (1980'lerin ortasından 1990'ların ortasına kadar)
- c. Gelişim aşaması (1990'ların sonuna kadar)

- d. Olgunlaşma aşaması (2000 ile 2005 arası)
- e. İlerleme aşaması (2005’den günümüze kadar)

### **2.2.1. Erken gelişim aşaması**

Erken gelişim aşamasında Thomas Goldsmith ile Estle Ray Mann’ a göre 25 Ocak 1947 yılında tasarlanan ve 14 Aralık 1948 tarihinde yayınlanan, füze simülasyonu türü olan “Katot Tüplü Eğlence Cihazı” ilk etkileşimli elektronik oyun olarak karşımıza çıkmaktadır. Bunu “Bertie the Brain” 1950’de, “Nimrod” 1951’de, “XOX” 1952’de takip eden oyunlar olmuştur (Tezel, 2016; Biricik, 2019). Bu süreçte 1958 yılında “Tennis for Two”, 1962 yılında “Spacewar” diğer oyunlar olarak tarihteki yerini almıştır. Erken gelişim aşamasında bu oyunlar da ilgi çekmiştir.(Yengin, 2012; Tezel, 2016; Çalık ve Yönet, 2020).

Dünyanın ilk oyun konsolu ise bu süreçte Alman asıllı Amerikalı olan Ralph Bauer tarafından geliştirilmiştir. Magnavox Odysseyyi adlı oyun konsolu 1972’de piyasada çıkarılmıştır. Daha sonra yirmi dört oyunu barındıran Brown Box adlı oyun konsolu piyasaya sürülmüştür(Tezel, 2016). Atari şirketi tarafından 1971-1972 yıllarında çıkarılan “Computer Space” ile “Pong” adlı konsollar çıkarılmıştır. 1977’de ise Atari 2600 piyasaya sürülmüştür. Amerika Birleşik Devletleri’nde (ABD) bu dönem Atari %80 pazar hakimiyetine sahip olmuştur.Dünya pazarına Japonya’dan 1978 yılında giren Tomohiro Nishikado dönemin konsol oyunlarının satışlarını rekor düzeye ulaştıran ikinci nesil oyun konsolu “Space Invaders” adlı oyunu yaparak piyasaya sürmüştür (Çalık ve Yönet, 2020; Süngü, 2020).

### **2.2.2. Büyüme aşaması**

Büyüme aşamasında “Pac-Man” Namco şirketinde olan Toru Iwata tarafından 1980 yılında yapılmış ve dönemin klasiği olmuştur(Tezel, 2016).Tarihte ilk grafiği içeren bilgisayar oyunu olan “Mystery House” 1980’de yapılmış ve diğer oyunlara esin kaynağı olmuştur. Japon oyun endüstrisi bu oyunla birlikte ciddi bir çıkış yakalama fırsatına sahip olmuştur (Süngü, 2020). Namco firması Nintendo ise 1981 yılında “Donkey Kong” jetonla çalışan video oyununu yaparak piyasaya sürmüştür. 1982 yılında ise ilk bilgisayar olan Commodore 64 adında 8 bitlik bilgisayar piyasaya çıkmıştır (Tezel, 2016; Yayalar, 2020). Bu bilgisayar ABD ve pek çok ülkede en fazla satan popüler ev bilgisayarı olarak tarihte yerini almıştır(Tezel, 2016).

Shigero Miyamoto tarafından 1983 yılında tasarımı yapılan “Mario Bros” adlı oyun iki kişiyle anlık oynanabilen oyunlara temel olmuştur(Tezel, 2016).Nintendo firmasının geliştirdiği ve “Nintendo Eğlence Sistemi” olarak bilinen sistem şeklinde ABD sahasında yer almıştır (Yayalar, 2020).Bu dönem ortaya çıkan “Final Fantasy” 1987 yılında RPG kült oyunları durumuna gelmiştir (Tezel, 2016). “Xanadu” ise 1989’da ilk olarak tam aksiyon rol yapım oyunu şeklinde piyasaya çıkmıştır. Bunu ilk taşınabilir oyun olan “Gameboy” takip etmiştir. Yine aynı yılda sürümleri günümüze kadar uzanan ilk sinematik platform olan “Prince of Persia” piyasada yer edinmiştir (Tezel, 2016).

### **2.2.3. Gelişim aşaması**

Gelişim aşamasında ise öncelikle 1987’deki dövüş kategorisinde çok sayıda oyuna esin kaynağı olan dövüş oyunları arasındaki “Street Fighter” ile başka bir versiyonu olan ve 1991’de çıkan “Street Fighter 2” oldukça ilgi gören oyunlardandır. Bunun temel nedeni ise oyun salonlarında başka oyuncular ile oynanabilmeleridir. Ayrıca oyundaki sekiz farklı ülke görünümü de oyuncuları çekmiştir (O’Hagan ve Mangiron, 2013).

Bilgisayarda oynanan oyunlardan günümüze kadar çok sayıda oyunun piyasaya sürüldüğü söylenebilir. Özellikle çoklu oyuncu ile oynanabilen dijital oyunlar geniş bir alanda etkili olmuştur. CD-ROM kavramı ile birlikte beşinci nesil oyun konsolları gelişmiş, Japonya’da SONY firması tarafından “PlayStation” oyun konsolu 1994 yılında piyasaya çıkarılmıştır. Bu gelişme SONY firmasını video oyunları endüstrisinde büyümüş ve sektörde liderliğe çıkarmıştır (O’Hagan ve Mangiron, 2013; Sepetci, 2017; Süngü, 2020). 1995 yılında ise Nintendo ilk olarak 3D derinlik algısına sahip konsol olan Virtual Boy’u piyasaya çıkarmıştır (Tezel, 2016). Bu yenilikle birlikte “Extended Reality” yani genişletilmiş gerçeklik kavramı ortaya çıkmıştır. Bilgisayar teknolojileri ile giyilebilir cihazlar ile sağlanabilen etkileşimin tümü bu kavram ile anılmaktadır (Gürbüz 2020).

İletişim teknolojileri de teknolojiideki gelişmelerden olumlu etkilenmiştir. İletişimde önemli bir yeri bulunan mobil cihazlar bazı yenilikleri de insan yaşamına getirmiştir. Telefonlara 1994 yılında giren “Tetris” oyunu ile yeni bir dönemin başladığı belirtilmektedir (Tezel, 2016). Id Software şirketinin 1996’da çıkardığı “Quake” oyunu FPS oyunlarının ilki olma özelliğine sahiptir. Aynı yıl çıkarılan “Süper Mario 64” oyunu ise platform oyunları arasında jenerik oyunu durumunu almıştır(Sepetci, 2017).Bu oyun 3D platform oyunları arasında temsili niteliğine sahip olmuştur (Tezel, 2016).İşlemci

harici çalışan ekran kartlarının çıktığı 1997 yılında ise oyun grafikleri önemli bir gelişim yaşamıştır (Süngü, 2020). Bu süreçte telefon teknolojisinde 1997 yılında Nokia tarafından çıkarılan “Snake” oyunu ise üç yüz elli milyonun üzerinde cihaza yüklenmiştir. Oyun telefona aktarılan kızılötesi ışınlarla iki kişi tarafından oynanabilmiştir (Tezel, 2016).

#### **2.2.4. Olgunlaşma aşaması**

Olgunlaşma aşamasında Japon firması Sega konsol üretimine son vermiş, Amerikan firması Microsoft ise konsol üretimine girmiştir. Nintendo, Microsoft ve Sony ana konsol üreticileri olmuşlardır. Olgunlaşma aşamasında CD-ROM terk edilmiş DVD-ROM’a geçiş olmuştur. Bu sürecin belirleyici özellikleri olarak bunlar gösterilmektedir (O’Hagan ve Mangiron, 2013).

#### **2.2.5. İlerleme aşaması**

Dijital oyunların tarihçesinde ilerleme aşaması günümüze kadar uzanmaktadır. Bu süreçte sanal gerçeklik sistemleri ortaya çıkmış ve kullanılmaya başlanmıştır. Sanal ortama uyumlu üretilen cihazlar kullanıcıların sanal gerçeklik ile çeşitli deneyimler kazanmalarını sağlamaktadır. Grafik teknolojisindeki gelişimle birlikte harekete duyarlı olan oyun konsolları sanal gerçeklik kavramının gelişmesinde etkili olmuştur. PlayStation tarafından geliştirilen EyeToy kamerası harekete duyarlıdır. Bu sistemlerle oynanan oyunlar arasında “EyeToy: AntiGrav”, “EyeToy: Play” sayılabilir. Nintendo firması 2006 yılında hareket kontrollerine dayanan Wii oyun konsolunu piyasaya çıkarmıştır. Bu konsol satış rekorları kırmıştır. PlayStation ise 2010’da Playstation Move’u çıkarmıştır (Tezel, 2016). Teknolojideki gelişimle dijital oyunlar önce yapay zekaya, sonra internet teknolojisindeki gelişimle insan zekasına karşı mücadele etmiştir (Özenç ve Keskin, 2019).

İlerleme aşamasında “Angry Birds” 2009 yılında piyasa çıkmış ve çok talep görmüştür. Apple Store’da yaklaşık bir yılda 12 milyon satışı olmuştur. Bu oyun başta televizyon olmak üzere çeşitli sektörlerle de ilham kaynağı olmuştur (Tezel, 2016). 2016 yılında Niantic tarafından geliştirilen “Pokemon Go” günlük olarak 20 milyonun üzerinde oyuncuya sahip olmuştur (Gürbüz, 2020). Sanal gerçeklik için 2020 yılı oldukça önemlidir. Bu yıl Half-Life: Alyx oldukça ses getiren bir oyun olmuştur. Bu oyunla VR teknolojisi oldukça adından söz ettirmiştir. Half-Life: Alyx oyunu Valve tarafından 2020’de VR desteği ile piyasaya çıkarılmıştır (Yayalar, 2020).

Dijital oyunların bulut sistemi ile her cihazda oynanabilmesi bu sektörde önemli değişimlere neden olmuştur. Güçlü donanımlara gerek kalmadan internet hızının yeterli olduğu teknoloji bu sektördeki önemli yenilikler arasındadır. PlayStation Now,Vortex, NVIDIA/GeForce Now,Steam Link bulut sistemi platformundan örnek yazılımlar olarak gösterilebilir. Dijital oyun sektörü 2021 yılı boyunca ilerleme kaydetmiştir. Dijital oyunlar çeşitli dizilere ve filmlere esin kaynağı olmuştur. Bloober Team 2021 yılında geliştirdiği “The Medium” adlı korku türünde oyunu piyasaya çıkarmıştır.

### 2.3. Dijital Oyun Türleri

Dijital oyunlar zaman içinde geliştikçe farklı oyun türleri ortaya çıkmıştır. Araştırmacılar tarafından dijital oyunların sınıflandırılması bakımından görüş birliğine varılamamıştır. Ülkeler ve kültürler arasındaki farklılıklarla dijital oyun türleri şekillenmiştir. Dijital oyunların çeşitliliği oyunların konu, amaç, oynama şekli, içerik, oynayan kişi sayısına bağlı olarak sınıflandırılmasını gerektirmiştir. Dijital oyunlar genelde oyunların oynama biçimleri, içeriği ön planda olmakla birlikte hedef kitlesine göre yaş grupları, eğitim grupları, cinsiyet gibi özelliklere göre sınıflandırma yapılabilir (Sayın, 2016).

**Macera Oyunları:** Bu tür dijital oyunlarda genel olarak kahraman rolündeki oyuncuların bazı adımları izlemesi ve karşısına çıkacak her türlü problemi çözmesi, gizemleri keşfetmesi, zorlukları aşması beklenmektedir (Biricik, 2019).Macera oyunu oyuncunun sürekli olarak etkileşimde ve aktif olmasını sağlayan, oyuncuyu oyuna bağlayıcı öykü temellidir. Macera oyunlarına örnek olarak Resident Evil 5 (2009),Broken Sword: The Angel of Death (2006),The Longest Journey (2000),Half-Life: Alyx (2020) oyunları gösterilebilir.

**Platform oyunları:** Bu tür dijital oyunlar karakterin iki veya üç boyutlu grafiksel unsurunu barındırmakta olan oyunlardaki farklı platformlarda hareket ettirilmesi ile oynanmaktadır(Demirbaş, 2015).Bu oyunlarda sanatsal ve renkli öğeler de bulunmaktadır. Günümüzdeki platform oyunların fantastik dünyalarında illüstrasyon ile güçlendirilme yapılmıştır(Delil, 2020).Platform oyunlarında farklı bariyerler ve engeller ile platformlar arasında geçişler bulunmaktadır. Platform oyunlarına örnek olarak Mario Bros (1983), Rayman Legends (2013),Limbo (2010),Crayon Physics (2008), Badland (2013), Ori and the Will of the Wisps (2020), Hollow Knight (2017),Ori and the Blind Forest (2015)oyunları gösterilebilir.

**Aksiyon oyunları:** Bu tür dijital oyunlar tepki süreci, el göz koordinasyonu gibi fiziksel unsurlar zorlaştırılarak oyuncuyu düşünsel ve fiziksel olarak mücadele etmeye zorlayıcı, oyuna karşı sürekli canlı tutmayı hedefleyen oyun türüdür(Çalık ve Yönet, 2020).Bu oyunlar ilerleme içeren, görev tabanlı olup, dövüş, macera, savaş, platform gibi oyun türlerini de içerisine alabilir. Aksiyon oyunlarına örnek olarak The legend of Zelda (1986),Counter Strike (2000),Grand Theft Auto III (2001),Call of Duty: Advanced Warfare (2014), Quake (1996) oyunları gösterilebilir.

**Strateji oyunları:** Bu tür dijital oyunlar stratejik planlama ile kararların hızlı verildiği ve eyleme dönüştürüldüğü oyun türleridir(Çalık ve Yönet, 2020).Sanalda tek oyunculu ve çevrimiçi oynanan stratejik oyunlarda yapılacak stratejik planlar ile oyuna hakimiyet kurulması ve oyunda zorluklarla mücadele etmek bulunmaktadır. Strateji oyunlarına örnek olarak Stronghold (2001),Age of Empires (1997),A Total War Saga: Troy (2020),Civilization (1991) oyunları gösterilebilir.

**Hayatta kalma oyunu:** Bu tür dijital oyunlarda seçilen oyun karakterlerine sınırlı miktarda kaynak verilmektedir. Oyuncu oyun süresinde giderek zorlaşan seviyelere mücadele etmektedir. Oyun sürecinde bazı kaynakları diğer kaynaklarla birleştirmekte ve yeni kaynaklar ortaya koymaktadır(Demirbaş, 2019). Hayatta kalma oyunu bir veya birden fazla kişiyle oynanabilmekte, hedef hayatta kalan kişi veya kişiler olmaktadır. Hayatta kalma oyunlarına örnek olarak Call Of Duty: Mobile (2019),PlayerUnknown's Battlegrounds (2017),Deadside (2020), Fortnite (2017) oyunları gösterilebilir.

**Rol yapma oyunları:** Bu tür dijital oyunlar daha az sınırlandırılan mekanla oynanabilir türden oyunlardır(Sayılğan ve Sayılğan, 2013).Farklı oyun türlerinde yer alan RYA fantastik veya gerçek kurgular ile hikâye temelli olup, oyunda oyuncunun ilerlemesi amaçlanmaktadır. Rol yapma oyunlarına örnek olarak Diablo (1996),Baldur's Gate (1998), Final Fantasy (1987),Dragon Quest IX (2009),EverQuest (2012),The Elder Scrolls V: Skyrim (2011),Cyberpunk 2077 (2020) oyunları gösterilebilir.

**Çevrimiçi rol yapma oyunları:** Bu tür dijital oyun türleri internet ortamında dünyanın her tarafından oyuncuların aynı anda sanal karakterler ile oyuna dahil olmasıyla oynanmaktadır. Bu tarz oyunlar kitlesel çevrimiçi rol yapma oyunu (MMORPG) olarak tanımlanmaktadır(Gündüz, 2011). Çevrimiçi rol yapma oyunlarına örnek olarak Knight Online (2002), Dark Age of Camelot (2001), Ultima Online (1997), World of Warcraft

(2004), Mount and Blade II: Bannerlord (2020), Metin2 (2005), The Elder Scrolls Online-Greymoor (2020) oyunları gösterilebilir.

**Yarış oyunları:** Bu dijital oyun türleri araba ve motor sporlarını konu almaktadır. Bu kategoride kara, deniz, hava gibi yerlerde yapılan pek çok yarış bulunmaktadır(Kukul, 2013).Yarış oyunları çevrimiçi ortamlarda birden fazla kişi veya tek kişi oynanan oyunlar olup, zamana karşı yarış söz konusudur. Yarış oyunlarına örnek olarak Project Gotham Racing (2001),Turbo (1981), Race Driver: Grid (2008),Need for Speed (1994), Dirt Rally 2.0 (2019),Forzo Horizon 4 (2018), MotoGP 20 (2020) oyunları gösterilebilir.

**Spor oyunları:** Bu dijital oyun türünde tüm spor dalları yer almakta, oyunların bazıları ilgili spora dayalı olurken, bazıları da stratejiye dayalı olmaktadır(Gelibolu, 2013).Spor oyunları bireysel veya takım halinde oynanan, beceriye ve stratejiye dayanan oyunlar olup, gerçek bir spor dalını veya dijital ortamda ortaya çıkan bir spor oyununu kapsamaktadır(Demirbaş, 2015). Spor oyunlarına örnek olarak Tiger Woods Golf (1999),NBA Inside Drive (1999),Pong (1972), FIFA (1993), Wii Sports (2006), Pro Evolution Soccer (2001), Rugby Challenge (2011), NBA 2K21 (2020) oyunları gösterilebilir.

**Simülasyon oyunları:** Bu tür dijital oyunlar gerçek ve gerçeğe çok yakın olup, bir hedef kapsamında benzetilenin bir örnekleme uygulanmasını gerçekleştirmektedir(Kukul, 2013).Simülasyon oyunlar başta eğitim öğretim alanında olmak üzere pek çok alanda kullanılmaktadır(Güler, 2019).Grafik teknolojisindeki gelişimle birlikte simülasyon oyunlarında oyunculara daha fazla benzetim ve ayrıntı sunulmaktadır. Simülasyon oyunlarına örnek olarak SimEarth (1990),Microsoft Flight Simulator (1982), Theme Hospital (1997), The Sims (2000),Roller Coaster Tycoon (1999), SnowRunner (2020) Second Life (2003) oyunları gösterilebilir.

**Bulmaca oyunları:** Bu tür dijital oyunlar geleneksel bulmacanın evrimleşerek dijitalleşmesi sonucunda oluşmuşlardır. Bulmaca oyunlarında genelde bütünleşerek parçaların birleştirilmesi, kaybolan parçaların bulunması gibi görevler bulunmaktadır (Demirbaş, 2019). Bulmaca oyunlarına örnek olarak 2048 (2014),Criminal Case (2012), The Room Three (2015), Puyo Puyo Tetris 2 (2020), Candy Crush Saga (2012)oyunları gösterilebilir.

**Korku oyunları:** Bu tür dijital oyunlarda oyuncunun korku içeren veya doğaüstü ortamlarda belli bir hedef kapsamında saklanma, kaçma, öldürme gibi eylemler yer

almaktadır (Demirbaş, 2019). Korku oyunlarına örnek olarak Resident Evil (1996), Sweet Home (1989), Outlast 2 (2017), Little Nightmares II (2020), This War of Mine (2014) oyunları gösterilebilir.

**Bilgi yarışması oyunları:** Bu tür dijital oyunlar çevrimiçi oyuncularla veya tek oyuncu ile oynanabilen, spor, sanat gibi çeşitli alanları kapsayan soruların yer aldığı, genelde mobil oyun olarak sunulan oyun türüdür. Bilgi yarışması oyunlarında oyuncuların bilgilerini test etmeleri ve yeni bilgiler öğrenmeleri mümkündür (Demirbaş, 2019). Bilgi yarışması oyunlarına örnek olarak Bil ve Fethet (2002), QuizUp (2013), Trivia Crack (2013) oyunları gösterilebilir.

**Açık dünya:** Bu tür dijital oyunlarda oyuncu oyunda verilen görev sırasında veya görevin bitiminde oyun alanında herhangi bir yere gitme olanağına sahiptir. Aynı zamanda oyuncular oyun alanında sınırlanmış yerlerde serbestçe dolaşabilir ve keşif olanağına sahip olurlar (Demirbaş, 2019). Açık dünya oyunlarına örnek olarak Batman: Arkham City (2011), Red Dead Redemption (2010), Minecraft (2011), The Elder Scrolls V: Skyrim (2011), Middle-earth: Shadow of Mordor (2014), Just Cause 4 (2018), The Witcher 2: Assassins of Kings (2011), Forza Horizon 4 (2018), Grand Theft Auto V (2013), Far Cry 5 (2018), Assassin's Creed Odyssey (2018), Horizon Zero Dawn (2017), Cyberpunk 2077 (2020) oyunları gösterilebilir.

### 2.3.1. Dijital oyun özellikleri

Çok sayıda araştırmacı tarafından ele alınmış olan dijital oyunlar farklı isimlerle nitelendirilmiştir. Alanyazında dijital oyunlar için en fazla kullanılan isimler bilgisayar oyunları, video oyunları, sanal oyunlar ve dijital oyunlar şeklinde sıralanabilir. Araştırmacılar oyunlara farklı tanımlamalar getirmiş, özelliklerini farklı açılardan ele almışlardır. Dijital oyunları, bilgisayar oyunlarını, atari oyunlarını, mobil oyunlarını, konsol oyunlarını ve tüm oyun türlerini kapsamaktadır (Yengin, 2010). Dijital oyunları farklı açılardan inceleyen araştırmacılar, dijital oyun özelliklerini tanımlamışlardır. Prensky (2001) tarafından yapılan tanımlamada oyunların aşağıda sıralandığı gibi on iki özellikten meydana geldiği belirtilmektedir:

- a. Oyunlar zevk verir ve eğlendiricidir.
- b. Oyunlar tutkuyla bağlanmaya yardımcıdır ve sürükleyicidir.
- c. Oyunların belirli kuralları bulunmaktadır. Bu kurallar oyunların yapısını meydana getirir.

- d. Oyunlar etkileşimi olup, oyuncuların aktif katılımını sağlarlar.
- e. Oyunların oyuncuyu motive edici amaçları bulunmaktadır.
- f. Oyuncunun başarısına göre oyunları zorluğu ayarlanabilir. Bu sayede oyuncular oyunda tutulabilir.
- g. Oyunlarda oyuncuların galip geldiği ve onların egosunun tatmin edilebileceği durumlar bulunmaktadır.
- h. Oyunların dönütleri ve çıktıları bulunmaktadır. Bunlar sayesinde oyuncular öğrenirler.
- i. Oyunlarda çözümü gereken problemler bulunmaktadır. Bunlar oyuncuların yaratıcılıklarını geliştirmekte etkili olurlar.
- j. Oyunlarda meydan okuma, yarış, rekabet ve mücadele bulunmaktadır. Bunlar oyuncular için heyecan vericidir.
- k. Oyunların hikayeleri bulunmaktadır. Oyuncular da bu hikâyenin bir parçası olur ve hikayedeki duyguları yaşar.
- l. Oyunlarda oyuncuların arasında etkileşim bulunmaktadır. Bu sayede sosyal grupların oluşması sağlanır.

Prensky (2001) tarafından belirtilen on iki özelliğin altısı oyunların eğlenceli özellikleri, diğer altı özellik ise oyunların temel yapısal özellikleri olarak nitelendirilmektedir. Oyunlarda bulunması gereken temel yapısal özellikler şunlardır:

**Kurallar:** Diğer eğlence türlerinden farklı olarak oyunlarda çeşitli kurallar bulunmaktadır. Belli kuralları bulunmayan bir eğlencenin oyun olarak ifade edilmesi söz konusu değildir. Kurallar sayesinde oyunlar her oyuncu için heyecan verici ve adil olmalıdır. Oyunlarda düzeyler arası geçişler, kaç oyuncu olacağı, geri bildirimler, oyuncuların rolleri, oyunun zorluk düzeyi, oyuncunun davranışları doğrultusunda oyunda ilerlemenin nasıl olacağı, bunların hikâye ile bağdaştırılması ve oyuncuya sunumu gibi hususlar oyun kuralları yardımıyla belirlenir.

**Hedefler ve amaçlar:** Bir oyunda amaç varsa amaca ulaşmak için oyuncunun motivasyonu önemli oranda artar. Oyunlardaki hedefler “bayrak kazanmak”, “yüksek puan kazanmak”, “sona ulaşabilmek” şeklinde olabilir. Hedefler oyun kuralları ile doğrudan ilişkili olmaktadır. Hedefe ulaşılması bazı durumlarda oyuncuların zorlanmasına veya sıkılmasına neden olsa da oyuncu kapasitesini ortaya çıkarabilmek için üzerinde baskı oluşturduğu ve kazanmaya yönelttiği için önem arz etmektedir.

**Çıktılar ve geribildirimler:** Oyunlarda oyuncular için hedefe hangi oranda ulaşıldığının ölçümü, kaybetme veya kazanma bildirimlerinin verilmesi açısından geribildirimler önemlidir. Oyun bildirimleri farklı formlarda olsa da temel özelliklerinin anında dönüş vermeleri olduğu belirtilebilir. Geribildirimler, oyuncuya oyunda yaptıkları işlemlerin başarıya ulaşmasını sağlayacak işlem olup olmadığına ilişkin anında bilgi verdiğinden oyuncunun uyguladığı stratejiyi gözden geçirmesini, gerekli ise farklı strateji denemesini sağlamakta ve oyun içerisinde öğrenmeyi kolay hale getirmektedir.

**Meydan okuma/ çatışma/ rekabet /yarışma:** Bireyler doğası gereği rekabet olan ortamlarda, rakiplerini geçme ve başarılı olma eğilimi gösterirler. Bu oyuncuya kendi karakteri ile özdeşleşme ve oyunda başarıya ulaşma isteği verir. Oyunlar genel olarak bir problem çözme faaliyeti olarak ele alındığında, oyuncunun problemi çözmek amacıyla bazı durumlarda diğer oyunculara meydan okuması, mücadele etmesi ve rakipleri ile çatışması gerekebilir.

**Etkileşim:** Geribildirimler ile oyun ve oyuncu arasında etkileşim, oyuncunun oyundaki diğer oyuncularla etkileşimi olarak iki boyutta ele alınan etkileşim özelliği, oyunların temel yapısal özelliklerindendir. Bilgisayara karşı oynanan bazı oyunlarda yapay zekâ algoritmaları ile bilgisayarın yaptığı seçimlerinin insana yakın olmasının sağlanabilmesi sayesinde etkileşim özelliği daha iyi konuma gelmektedir.

**Hikâye:** Oyunların her birinde hikâye bulunmaktadır. Bu oyunun hangi konu ile ilgili olduğunu ortaya koyar. Örnek olarak tetris oyunu doku inşa etme, satranç rekabet etme, The Age of Empires ile savaş stratejisi ile ilgili oyunlardır. Oyun hikayesinin genellikle oyuncuya oyun başında bildirim yapılması gerekir. Bildirim çoğu zaman oyun hedefleri ile birlikte sunulur. Ancak satranç gibi hedefleri açık oyunlarda sunuma gerek kalmayabilir (Prensky, 2001).

## **2.4. Dijital Oyun Bağımlılığı**

Oyun bağımlılığı genel olarak video oyunu oynamaya yönelik inatçı ve uyumsuz bir davranış olarak tanımlanmakta ve teknoloji bağımlılığı olarak kabul edilmektedir. Bunun yanında internet bağımlılığının alt kategorisinde değerlendirilmektedir. Teknolojinin yarattığı etkinin psikoaktif ilaçların yaptığı bağımlılığa benzediğinden bahsedilmektedir. Video oyunlarını oynarken aşırıya kaçan davranışların sergilenmesi ve tamamen kontrolden çıkma sonucunda psikolojik iyi olma, kişilerarası iletişim, genel sağlık, hobi gibi yaşamın her yönünü olumsuz olarak etkileyen sonuçlar ortaya çıkabilmektedir. Farklı

oyun tiplerinde ve kişiliklerde video oyun bağımlılığı da farklılık gösterebilmektedir(Gökçearslan ve Durakoğlu, 2014).

Dijital oyun bağımlılığı kavramının yerine bazı durumlarda bilgisayar oyun bağımlılığı, online oyun bağımlılığı, sanal oyun bağımlılığı gibi kavramlar da kullanılabilmektedir. Aynı zamanda dijital oyun bağımlılığının teknoloji bağımlılığının alt alanı şeklinde değerlendirilebildiği de söylenebilir. Dijital oyunların genelde boş zaman etkinliği olarak algılanmasına rağmen, pek çok kişi açısından bir yaşam biçimi ve bağımlılık haline dönüştüğü belirtilebilir. Davranış kontrol bozukluğu şeklinde nitelendirilebilecek dijital oyun bağımlılığı, kişilerde düşünsel ve duygu bozukluklarına, psikolojik sorunlara neden olmaktadır. Bu etkilerine rağmen kişilerde aşırı oyun oynamanın kontrol altına alınamadığı ve buna bağlı olarak davranış kontrol kaybının yaşandığı ifade edilmektedir (Vollmer vd., 2014).

Dijital oyun bağımlılığı kavramı, kişinin bilgisayar, internet tabanlı ve video oyunlarını tekrarlayıcı ve aşırı şekilde oynaması, duygusal ve sosyal sorunlarla karşılaşılmasına rağmen yoğun şekilde oyun oynama davranışının kontrol edilememesi şeklinde tanımlanmaktadır (Lemmens vd., 2009). Dijital oyun bağımlılığının gerçekleşebilmesi için bazı kriterlerin bulunması gerektiği ifade edilmektedir (Küçükvardar, 2019):

- a. Zihnin internet oyunları ile meşguliyeti,
- b. İnternet oyunlarına artan şekilde zaman ayrılması,
- c. İnternet oyunlarının olmaması durumunda geri çekilme semptomlarının görülmesi,
- d. Oyun oynamada kontrolü yitirme ve başarısızlıkla sonuçlanan deneyimlerin yaşanması,
- e. Olumsuz psikolojik durumların yaşanmasına rağmen, aşırı oyun oynamaya devam edilmesi,
- f. Ruhsal sıkıntıların internet oyunları ile gidermekten kaçınma,
- g. Oyun oynama öncesindeki aktivitelere, hobilere olan ilginin giderek azalması,
- h. Oyun oynamak için aile bağlarının, önemli ilişkilerin, iş eylemlerinin ikinci plana atılması,
- i. Terapistlerin, aile üyelerinin ve diğer kişilerin bireyi oyun oynamaması yönünde ikaz ettiği durumların yaşanması (Küçükvardar, 2019).

Sağlık Bakanlığı (2018) tarafından hazırlanan “Dijital Oyun Bağımlılığı” çalıştayının sonuç raporunda; günümüzdeki teknolojik gelişmeler doğrultusunda davranışsal

bağımlılıklar olarak bazı bağımlılık türlerinin oluştuğu, son yıllarda yaygınlığı giderek artan bağımlılık türleri arasında ise dijital oyun bağımlılığının bulunduğu vurgulanmıştır. Bu bağımlılığın dünyaya paralel Türkiye’de de arttığı ve halk sorunu oluşturduğu belirtilmiştir.

Bireyler için dijital oyunları çekici kılan bazı nedenlerin olduğu bilinmektedir. Günümüzde dijital oyunlar dijital yerli olarak tanımlanana yeni neslin en önemli uğraşları durumuna gelmiştir. Yeni neslin dijital ortamlara yönelmesine neden olan etkenler şu şekilde ifade edilmektedir (Demir ve Hazar, 2018): İnsanların eğlence isteği, zihinlerini boşaltma beklentisi, etraftaki insanlarla yaşanan iletişimsizlik, problemler, içinde bulunulan ortamdan uzaklaşma isteği, gerçek hayatta yapamadıklarını sanal ortamda yapabilme isteği gibi etkenler dijital ortamlara yönelmede etkili olmaktadır (Demir ve Hazal, 2018).

Dijital oyun bağımlılığı nedenleri oyunların özellikleri ile açıklanmaktadır. Buna göre; kişilerin boş zamanları değerlendirme, oyunda üst seviyeye geçebilme, yeni seviyede ortama duyulan ilgi, merak, seviye atlamanın yarattığı mutluluk yanında, oyunda güç, kupa gibi ödül kazanma isteği, dijital oyunların günlük sohbete girmesi, her fırsatta oyun oynama isteğinin yaygınlaşması gibi faktörler kişilerin dijital oyun oynama tutumunu belirleyici olmaktadır (Demir ve Bozkurt, 2019).

Bireylerde dijital oyun bağımlılığı erken yaşlarda başlamaktadır. Dijital teknolojiler ile iç içe yetişen bireyler çocukluk döneminde hızlı bir şekilde tablet, mobil telefon kullanmayı öğrenmekte, cihazların sunduğu renkli dünya onlar için vazgeçilmez bir hale dönüşmektedir. Bununla birlikte bireylere dijital oyunları cazip kılan oyunlardaki kimlik sunumu, motivasyon faktörü, öğrenme, sosyal ilişkiler, başarı, fantezi, ödüller, sahiplik, kontrol, merak gibi unsurlar devamında dijital oyun bağımlılığını getirebilmektedir (Tüzün vd., 2013). Bireyler için dijital oyunları cazip kılan özellikler arasında oyunlarda güç sahibi olma isteği, başarıma duygusunu yaşatması, rekabet, statü elde etme, ödül sunması, sanal zenginlik isteği, çevrimiçi oyunların oyunculara sohbet olanağı sunması, grup ruhu dayanışması, ilişkilerin uzun süreli olması gösterilebilir (Yee, 2006).

Dijital oyunlar genel olarak eğlence formatında sunulduğundan oyunculara keyif vermekte, ilgi çeken planlama ve kuralları ile motivasyon sağlamakta, akış sağlayacak şekilde uyarlanabilmekte, geri bildirimler yardımıyla öğrenmeye katkı sağlamakta, kazanma söz konusu olduğundan ego tatmininde etkili olmakta, adrenalini arttırmakta,

bireyleri hikayeler ile duygusal açıdan etkilemektedir (Prensky, 2001). Dijital oyunlar üzerinde araştırmacılar yaptıkları çalışmalarda oyunların amaçlar, mücadele, kurallar bakımından ortak özelliklere sahip oldukları, oyuna göre değişebilen sunum, geri bildirim, yaratıcılık, hayal gücü, etkileşim, duygusal uyarıcılar gibi özellikleri de olduğu bildirilmektedir (Güngörmüş, 2007).

Dijital oyunların kendine has bazı özellikleri ve oyuncuda yaşattığı duygular bağımlılığı destekleyici unsurlar olarak değerlendirilir. Bu duygular ve özellikler oyuncuların dijital oyunlara ayırdıkları zamanın artmasına, oyuna bağlanmasında etkili olabilmektedir. Dijital oyunlarda oyuncuların motive olmasını sağlayan bileşenler “sosyal”, “başarı”, “oyuna dalma” olarak ele alınmaktadır (Yee, 2006):

### ***Başarı bileşeni***

Mekanik: Oyundaki karakterin performansının iyileştirilmesi amacıyla oyundaki temel kuralların ve sistemin çözülmesi gerekliliği.

İlerleme/yükselme: Oyunda hızlı ilerleme, ödül, güç, statü veya sanal servet kazanma isteği.

Rekabet: Oyundaki diğer oyuncularla yarışma ve mücadele etme isteği.

### ***Sosyal bileşen***

İlişki: Farklı yerlerde, şehirlerde yaşamış olsalar da oyuncuların aynı zamanda oyunlar aracılığıyla bir araya gelebilmesi, oyuncuların uzun vadeli ilişkiler kurabilmesi.

Sosyalleşme: Oyundaki diğer oyuncular ile yardımlaşma ve sohbet etme olanağına sahip olunması.

Ekip çalışması: Oyunda grup çalışmasının içerisinde yer almaktan memnuniyet duymak.

### ***Oyuna dalma bileşeni***

Rol yapma: Oyundaki hikâyeye uygun bir karakter oluşturmak suretiyle diğer oyuncularla doğaçlama yolla etkileşimde bulunma, gerçek hayatta olmak istediği rolü oynayabilme olanağı.

Keşif: Oyunlarda keşfetmeye, bulmaya dayalı görevlerin yerine getirilmesi, bir sonraki aşamada ne olduğunun bilinmezliği.

Özelleştirme ve kontrol: Oyunda karakterin ve ortamın oyuncunun kendisine göre özelleştirilebilme olanağının olması.

Gerçeklerden kaçma: Oyunlar aracılığıyla günlük hayatın sorunlarından, korku, stres ve olumsuz duygulardan kaçınabilme olanağı.

Dijital oyunlarda oyuncuların motivasyonunu sağlayan bu bileşenlere daha sonra oyunlara ulaşma kolaylığı ve ekonomik olmaları eklenmiştir. Bu sayede oyunların ev, otobüs, işyeri gibi pek çok alanda oynanabilmesi, pek çok oyuna ücretsiz erişebilme olanağı sağlanmıştır (Ögel, 2012; Kuss ve Griffiths, 2012).

#### **2.4.1. Dijital oyun bağımlılığı belirtileri**

Dijital oyun bağımlılığının belirtileri ve nörobiyolojik mekanizmalarının diğer bağımlılık türleri ile benzerlik gösterdiği ifade edilmektedir. Yaşamın pek çok alanında neden olduğu olumsuz sonuçlar olsa da bireylerin oyun oynama davranışını devam ettirmesi davranış bağımlılığının diğerleri ile olan benzerliği açıkça ortaya koymaktadır. Oyun bağımlılığı olan bireylerin aniden oluşan huzursuzluk ve oyun oynama isteği, oyun oynama davranışının kontrol edilememesi, oyun oynama süresi ve sıklığında yaşanan tolerans artışı buna verilebilecek örnekler arasındadır (Müller vd. 2014). Bunun yanında oyun bağımlılığının madde bağımlılığından daha farklı şekilde ilköğretimden yetişkinliğe kadar çeşitli yaş grubunda olan bireyleri etkilemektedir. Gençlik kesimi dijital oyun bağımlılığından dolayı paranoya, sosyal izolasyon, şiddet, fiziksel zayıflık, gerçekte hayal arasında yaşanan karmaşa gibi pek çok olumsuz netice ile karşı karşıya kalabilmektedir (Kim vd. 2013).

Günümüzde sanal alıştırıcı konumundaki bilgisayar ve internetin fizyolojik olarak bağımlılık yaptığı kesinleşmiştir. Bilgisayar/ internet bağımlılığı; bağımlılık kriterlerini karşılayabilecek şekilde bilgisayar ve sunmuş olduğu görüntüler ile yoğun olarak meşgul olma durumu şeklinde ifade edilmektedir (Tarhan ve Nurmedov, 2011: 66). Hangi terminoloji kullanılırsa kullanılsın aşırı şekilde dijital oyun oynamak davranış bağımlılığına neden olabilecektir (Griffiths, 2005).

Oyunlar oynanırken yaşanan heyecan, eğlence ve keyif alma gibi duygular eşliğinde bağımlılık durumunun da gelişmesi mümkündür. Bu sürecin devamında ise oyun oynama fırsatının ortadan kalkması halinde oyuncu yoksunluk durumunu yaşar. Bu bir anlamda madde bağımlılığı sürecini hatırlatabilir. Bunu açıklamak için; edimsel şartlanma teorisi bağımlılık yapan maddenin kullanımı aşamasında ve sonrasında yaşanan duyguların, başta olumlu olanların maddenin kullanılmasının nedeni olduğunu ifade eder. Sonuçta oyundan kaynaklanan olumlu duygular zihinde olumlu duyguların uyanmasını, buna

karşılık olumuz duyguların ise zihinden uzaklaşmasını sağlar. Her dijital oyunun sağlamış olduğu yeni dünya olanakları kişide asgari heyecan duygusunun gelişmesi bakımından yeterli bir durumdur (Terek-Ünal ve Batı, 2011).

Terek Ünal ve Batı (2011) tarafından dijital oyun bağımlılığının insan yaşamına yoğun etkisi bulunduğu ifade edilmektedir. Bunu açıklarken Facebook çevrimiçi oyunlarından olan Farm Wille oyununu örnek vermektedir. Bu oyunu oynayanlar günlük yaşamlarındaki işlerini erteleyerek, oyunda bulunan tavuk besleme, mezar alma, tarla ekme, sebze sulama gibi görevleri işyerindeki görevleri halinde, gece uykudan dahi kalkarak yerine getirmek için çabalamaktadırlar. Bu oyunu yaklaşık olarak 100 milyon kişinin oynadığı, ayrıca oyun içerisinde bazı özellikler için para ödedikleri dikkate alınırsa dijital oyun bağımlılığının insanlar üzerindeki etkisi daha açık anlaşılabilecektir.

Oyunların özgürlüğü doğrultusunda kişinin istediği kadar oynanabilmesi, istendiği zaman ertelenebilmesi, iptal edilebilmesi geleneksel ve dijital oyunların ortak özellikleri arasında gösterilmektedir. Fakat geleneksel oyunda bireye zamanın geç olduğunun hatırlatılması sonucunda oyunun özgürlük özelliği gereği bireyin oyunu erteleyebilmesi veya iptal etmesi davranışını dijital oyunda bireyin özgür bir şekilde kullanması pek mümkün olmaz. Bunun temel nedenleri arasında oyuncunun her zaman çocuk olmaması, çoğu zaman bir yetişkin olması ve uyaran bir mekanizmanın olmaması gösterilebilir. Ayrıca dijital oyunun tamamlanmadan bırakılması durumunda bir üst aşamaya geçilememesi, erteleme sonrasında oyuna kaldığı yerden devam edilememesi ve oyun dışı kalınması söz konusu olabilir. Bundan dolayı dijital oyunlarda bireyler her oyunda daha fazla zaman ayırarak oyun oynamaktalar, ilerleyen zamanda ise oyun bağımlısına dönüşebilmektedirler (Binark vd.,2009).

Dijital oyunlar hem gerçeklerden kopuşa neden olmakta hem de gerçeği en iyi şekilde yaşamaya yardımcı olabilirler. İnsanların giderek karmaşık bir yapıya bürünen kent yaşamından kaçmaya, mola vermeye ve eğlenceye ihtiyacı olmaktadır. Oyunlar sayesinde bu fırsat yakalanabilir. Eğer bu fırsat iyi değerlendirilir ve sonrasında daha güçlü şekilde gerçeğe dönüş sağlanabilirse, oyunlar faydalıdır denilebilir. Ancak oyunlar gerçeğe dönüşü engel oluyorsa, oyunların sorun yarattığı söylenebilir. Sanal ile gerçek arasındaki dengeyi sağlamak yeni bir beceridir. Bireyler bu beceriye sahip olduklarında oyun bağımlısı olmuyorlar. Ancak bazı bireyler bu dengeyi sağlayacak beceriye hiçbir zaman sahip olamıyorlar. Aynı zamanda gerçeğe yaşama becerileri de kaybediliyor(Ögel, 2012).

#### 2.4.2. Dijital oyun oynama nedenleri

Bilgisayar oyunlarının tek başlarına bağımlılık yaratması söz konusu değildir. Fakat bazı bilgisayar oyunlarında bağımlılık yaratma potansiyelinin diğerlerine göre belirgin düzeyde fazla olduğu söylenebilir. Dijital oyunların talih meselesi ve ödüllendirme, topluluk, sonsuzluk, hayal dilen kişilik özelliklerine sahip olması bağımlılık yaratma potansiyeli üzerinde etkili olmaktadır (Kıran, 2011).

**Talih meselesi ve ödüllendirme:** Oyuncular oyunlarda daha önceden belirli olmayan aralıklar ile özel ödüller kazanırlar. Bireyler oyunu ne kadar uzun süre oynarlar ise ödül kazanabilme olasılığı da aynı oranda artar. Oyuncular da oyunun her anında ödül zamanının geleceğini umar ve sürekli olarak oyun oynamayı sürdürürler. Örnek verilirse; oyun karakterinin güçlenmesini sağlayan oyundaki tecrübe puanları veya kazanılan alet, para ve hammaddeler gösterilebilir. Bir anlamda oyuncunun oynadığı süre ne kadar uzarsa o kadar fazla kazanıyor beklentisi bulunmaktadır.

**Topluluk:** Bazı oyunların ilerlemesi sadece ekip içerisinde başarıyla gerçekleşebiliyor. Bireyler katıldıkları oyun ekibi tarafından dışlanabilme korkusu ile oyunu bırakmakta zorlanırlar. Özellikle internette çevrimiçi oynanan oyunlarda bu problem yaşanabilmektedir.

**Hayal edilen kişilik:** Bazı oyunlarda bireylere farklı görünümlere bürünme, olmayı istedikleri karakterde gösterebilme olanağı bulunmaktadır. Örnek verilirse; sportif görünümlü, kudret sahibi ve güçlü bir karakter gösterilebilir. Oyuncular kendilerini nasıl hayal ediyorsa, oyunda bunu görüntüleyebilirler.

**Sonsuzluk:** Bireyler dijital oyunlar aylık ücret karşılığında veya günün 24 saati oynandığı takdirde, bir şey kaçırma korkusu ile oyun oynamayı bırakamazlar (Kıran, 2011). Bireyin oyun dünyasına yönelmesinde gerçek yaşamda elde etmesi zor şeyleri sanal dünyada kolaylıkla sahip olabilmesi etkili olmaktadır. Bazı sorumluluklarından kurtulan bireyin oyun oynamaya yönelmesinin gerekçesi böyle açıklanabilmektedir (Doğu, 2006).

Malone (1980) tarafından içsel motivasyon ve dijital oyunlar üzerine yürütülen çalışmada süreçte etkili olan dört unsur olduğu belirtilmektedir. Bunlar merak, fantezi, kontrol ve meydan okuma şeklinde ifade edilmiştir. Merak, şimdiki durum ile önceki durum arasında fark bulunuyorsa duyuşsal ve bilişsel olarak oluşan duygudur. Meydan okuma ise oyunun hedeflerini ulaşmak için izlenen yolda karşı karşıya kalınan duyuşsal ve bilişsel belirsizlikler olarak ayrılmaktadır. Kontrol unsuru oyuncuya oyunda hâkim olma

duygusu yaşatır. Bundan dolayı kendi fantezi dünyasında ortaya çıkan duyuşsal ve bilişsel duygular, oyuncuya kendisiyle ve diğerleri ile rekabet edebilme, kendine ve diğer oyunculara meydan okuma, bunları yaparken kendisinin tek hâkim olması gibi özelliklere sahip olan dijital oyunlar bireylere çekici gelebilmektedir (Malone 1980 Akt.;Pala ve Erdem, 2011).

Dijital oyunlar üzerine yapılan araştırmaların pek çoğunda oyunların oynama nedenleri aşağıdaki gibi sıralanmaktadır (Horzum vd., 2008):

- a. Canlandırıcı etki, sosyal iletişim, rekabet, düşsel ortamlar, eşitlik sağlama amacıyla,
- b. Meydan okuma, eğlence ve yapacak bir şey olmadığı için,
- c. Uzun süre odaklanılabilecek ortam sağlaması, tekrarlayıcı şekilde dönülebileceği olanağı sunması nedeniyle,
- d. Boş zaman değerlendirme, dinlenme, içinde bulunulan ortamdan uzaklaşma, serbest olma, gerçek hayattan kaçma gibi nedenler bireyleri oyun dünyasına yönelten unsurlar olarak görülmektedir (Horzum vd. 2008).

Bireyleri oyun oynama davranışına yönelten risk faktörlerinin incelendiği bir çalışmanın sonucunda yaş ve cinsiyet değişkenlerinin önemli olduğu, kız ergenlere göre erkek ergenlerin daha kolay etkilenebileceği saptanmıştır. Bunun yanında çocuk yaştaki erkeklerin dijital oyun oynamaya daha fazla eğilimli oldukları, yetişkinlere göre ergenlerin sosyal ve bireysel görevlerini aksatarak oyun oynamaya yöneldikleri bildirilmiştir. Çalışmada problemli oyun oynama tutumu ile zayıf aile ilişkileri arasında pozitif yönlü ilişki olduğu da saptanmıştır. Ayrıca utangaçlık, üst düzey yalnızlık, özsaygı kişi kişisel faktörlerin de oyun oynama davranışı göstermede pozitif yönlü ilişki içerisinde olduğu görülmüştür (Kneer vd.,2014).

## **2.5. Dijital Oyun Bağımlılığının Tanı Kriterleri ve Ölçme Araçları**

Yapılan çalışmalara göre dijital oyun bağımlılığı prevalansının %0,6 ile %15 arasında değiştiği görülmektedir(Grüsser vd., 2007; Gentile 2009; Lemmens vd., 2009; Porter vd., 2010;Desai vd., 2010; Van Rooij vd., 2011; Poli ve Agrimi 2012).Araştırmacılar özellikle Tayvan, Kore ve Çin’de sorunlu dijital oyun oynama davranışlarının ciddi halk sağlığı sorunu olduğunu belirterek, ulusal önlemlerin alınması yönünde görüş bildirmişlerdir (Chiu vd., 2004; Ko vd., 2005;Hur, 2006; Wan ve Chiou 2007; Lin vd., 2011, Dong vd., 2012). Dijiyal oyun bağımlılığı prevalansları kültürlere göre değişim gösterebilmekte,

bununla birlikte aynı toplum içerisinde de önemli farklılıkların olduğu görülmektedir (Hur 2006; Jang vd., 2008).Prevalans oranlarında gerçekleşen farklılıklar önemli ölçüde tanı kriterlerine, ölçüm araçlarına, araştırma yöntemleri ve çalışma grubu özelliklerine bağlı olarak değişmektedir. Dijital oyun bağımlılığı için farklı tanı kriterleri kullanıldığı görülmektedir:

a. Patolojik kumar oynama (DSM 2005-2013) tanı kriterlerine uyarlanmış olan araçlar (Chou ve Ting 2003; Charlton ve Danforth 2007; Lemmens vd., 2009).

b. Patolojik kumar oynama (ICD-10) tanı kriterlerine uyarlanmış olan araçlar (Grüsser vd., 2007, Thalemann vd., 2007).

c. Araştırmacıların geliştirdikleri araçlar (Chiu vd., 2004; Ng ve Wiemer-Hastings 2005; Wan ve Chiou 2006; Horzum vd., 2008; Kaya 2013).

Dijital oyun bağımlılığını değerlendirmek amacıyla DSM kapsamındaki patolojik kumar oynama kriterlerinin kullanıldığı görülmektedir (APA, 2013). Dijital oyun bağımlılığı patolojik kumar oynama tanı kriterlerine göre aşağıda sıralı maddelere göre tanımlanmaktadır (Griffiths ve Davies 2005):

a. Önem atfetme: Bireyin yaşamında oyun oldukça önemli bir hale gelir, duygulara, düşüncelere, davranışlara hâkim olur. Birey başka şeylere odaklanması gerekli iken sıklıkla oyunu düşünür, kendisini oyun oynamaya teşvik eder. İş ve okul hayatına yönelik sorumluluklar, ödevler, sosyal etkinlikler, projeler ihmal edilir, oyuna odaklanılır, temel öncelik oyun olur. Bağımlılık süreci ilerledikçe oyuncunun sosyal ilişkilerine, hobilerine, faaliyetlerine ilgisi azalır, oyundan aldığı zevk artmaya başlar.

b. Tolerans: Başlangıçta sağladığı duygu durumunu devam ettirmek isteyen oyuncu, giderek oyunda kaldığı süreyi arttırmaya başlar. Dijital oyun bağımlılığı ile oyunda geçirilen zaman arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır (Gentile 2009). Van Rooij ve arkadaşları (2011) tarafından oyun için harcanan zamanın artmasının bağımlılık sürecini hızlandırabileceği, bireyde bağımlılık belirtilerinin oluşmasını destekleyebileceği, ancak bunun tek başına dijital oyun bağımlılığı tanı kriteri olamayacağı bildirilmektedir. Aynı oyun aynı sürelerde oynansa da bağımlılık düzeyindeki belirtiler her oyuncuda farklılaşabilir (Ögel 2012). Diğer bir ifade ile uzun süre oyun oynayarak geçirmek orantısız davranışı yansıtsa da diğer tanı kriterlerinin oyuncuda ortaya çıkmaması durumunda dijital oyun bağımlısı olarak tanılanamaz.

c. Yoksunluk: Bu durum faaliyet aniden kesildiğinde veya devam etmediğinde ortaya çıkan olumsuz duyguları ya da fiziksel etkileri ifade eder. Bağımlı oyuncu oyuna erişemediğinde aşırı oyun oynama isteğinin yanında yoğun endişe, sinirlilik hali, depresif duygu hali, içine kapanma durumu yaşanabilir. Bireyler oyun oynamadıklarında yaşanan psikolojik yoksunluk belirtilerini yeniden yaşamamak amacıyla oyun oynamalarını engelleyen herkese karşı şiddet gösterme, öfke duyma, uzaklaşma isteğinde bulunabilirler.

d. Duygu durum değişikliği: Bireylerin oyun faaliyetlerinde yaşadıkları duyguları ve deneyimleri ifade eder. Örnek olarak oyuncu oyuna başladığında heyecanlanabilir veya aksine sakinleşebilir. Bireyler sorunlardan uzaklaşmak veya acı, çaresizlik gibi olumsuz duygulardan kaçınmak amacıyla oyun oynamayı tercih edebilirler. Genelde oyunun verdiği zevk ve hissettikleri duygulara kapılarak sorunlarını düşünmemeye çalışırlar. Günlük hayatta başa çıkamadığı problemlerle karşılaştığında oyun oynama süresini ve sıklığını gittikçe arttırabilirler.

e. Nüksetme: Bireylerin oyun oynamayı azaltma, kontrol etme veya tamamen oyun oynamaktan vazgeçmesine yönelik olan başarısız girişimleri bulunmaktadır. Süreç içerisinde yoksunluk duyguları ile oyun oynama isteği hızla artabilir, yeniden üst düzeyde bağımlılık oluşabilir. Bireyler oyun oynamalarını sınırlandıran ebeveynlerine karşı saldırgan ve öfkeli hale gelebilirler.

f. Çatışma: Birey oyun davranışlarından dolayı kendisi veya yakın çevresi ile çatışma halindedir. Çatışmalar yalan söyleme, ihmal, fiziksel kavga, sözel kavga, aldatma şeklinde olabilir. Örnek vermek gerekirse; oyuncu oyunu daha fazla oynayabilmek amacıyla yemek, öz bakım veya uyku ihtiyaçlarını ihmal edebilir, eşine, ailesine, arkadaşlarına bilgisayarda yaptıklarına ilişkin yalan söyleyebilir.

g. Problemler: Oyunda statü kazanma, en iyi olma isteği bireylerin okulda başarısız olmalarına, işlerini kaybetmelerine, arkadaşlarından ayrılmasına, burs kaybetmelerine, boşanmalarına, temel hijyen ihtiyaçlarını ihmal etmelerine neden olabilir. Tüm bunlara rağmen oyuncu oyun oynamaya devam eder (Griffiths ve Davies 2005).

Dijital oyun bağımlılığı Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabının beşinci baskısında DSM-5'te ise internet oyun oynama bozukluğu başlığında ele alınarak, bu konuda ileri araştırmaların yapılması gerekliliği üzerinde durulmuştur. Belirtilen tanı

kriterlerinin 12 ay içerisinde 5 veya fazla sayıda görülmesi, sürekli ve tekrarlayıcı olması gerekmektedir (APA, 2013). DSM-5’te belirtilen tanı kriterleri ise;

- Zihinsel olarak internet oyunları ile meşgul olmak,
- İnternet oyunlarının olmaması halinde yoksunluk semptomlarının yaşanması,
- İnternet oyunlarına giderek daha fazla zaman harcamak, oyunlar için tolerans geliştirmek,
- Oyunlarda geçirilen zaman hakkında çevredekilere doğru bilgi vermemek,
- Oyun oynama kontrolünde başarısızlık,
- Daha önceki ilgi alanlarına karşı duyarsızlaşma,
- Oyun oynamadan dolayı yaşamında sorunlar yaşamış olmalarına rağmen, oyun oynamaktan vazgeçememek,
- Oyunu rahatlatma ve kaçış amaçlı kullanmak,
- Oyun oynama nedeniyle işinin, akademik hayatını ya da kariyerini riske atmak.

DSM-5’te belirtilen kriterlerin yanında internet oyun oynama bozukluğunun tam geçerlik kazanması açısından fazladan araştırma yapılması gereği bulunmaktadır(Şengül ve Büber, 2016).

Dijital oyun bağımlılığı DSM-5 yanında Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması ICD-11’de “*Bağımlılık Yapıcı Davranışların Sebep Olduğu Bozukluk*” başlığında oyun oynama bozukluğu şeklinde ele alınmıştır. Oyun oynama bozukluğu, tekrarlayıcı veya sürekli oyun oynama davranışı şeklinde kendisini göstermektedir. Oyun oynama davranışını tanısı için 12 ay süren gözlem, takip veya değerlendirme gerekmede, belirtilerin şiddetli olması durumunda ise tanı süresi kısaltılmaktadır (WHO, 2021). ICD-11’de belirtilen tanı kriterleri ise aşağıda yer almaktadır:

1. Oyunla ilgili olarak başlangıç, oynama sıklığı, süre, yoğunluk, oyunu sonlandırma, gündelik aktivite gibi hususlarda kontrolün sağlanamaması,
2. Gittikçe oyuna öncelik vermeyi arttırmak, günlük faaliyetlerin yerine önceliğin oyuna verilmesi,
3. Sosyal çevre ile olumsuzluk yaşanmasına rağmen, oyun oynamaya devam edilmesi.

Araştırmacılar tarafından internet bağımlılığı, oyun bağımlılığı ve tanı kriterlerindeki bozukluklar birbirlerinin yerine kullanılmaktadır. Fakat bu kavramların her biri diğerini yeterince kapsamamakta, aynı zamanda tamamını açıklamakta yetersiz kalabilmektedir. İnternet oyun oynama bozukluğu ve oyun oynama bozukluğu farklı kavramlar

olduğundan tanılanmaları da farklıdır(Kuss ve Griffiths, 2012).Örnek olarak; internet oyun oynama bozukluğunda sadece çevrimiçi oyunlar bulunuyor iken, oyun oynama bozukluğunda çevrimiçi ve çevrimdışı oyunlar yer almaktadır. Bundan dolayı oyun oynama bozukluğu diğerini de kapsamaktadır. İlgili alanyazında ise oyunların kapsamına ilişkin fikir birliğinin sağlanamadığı söylenebilir. Oyun bağımlılığına ilişkin tanılamada fikir birliğinin bulunmamasından dolayı, uygun yöntemler veya ölçme araçlarının kullanılması gerekmektedir. Alanyazında yapılan çalışmalarda oyun bağımlılığının değerlendirilmesi amacıyla internet bağımlılığını ölçen araçlar kullanılmaktadır. Fakat ölçümü yapılmak istenen oyun bağımlılığı seviyesi olurken, internet bağımlılığı ölçekleri ile kişilerin internet bağımlılık seviyeleri ölçülmektedir (Baysak vd., 2016).Oyun bağımlılığın değerlendirilmesi amacıyla oyun bağımlılığı ölçeklerinin, internet bağımlılığın değerlendirilmesi için de internet bağımlılığı ölçeklerinin kullanılması gerekmektedir. Bundan dolayı standardizasyonu yapılmış olan ölçme ve değerlendirme araçları ile bağımlılık tespitinin saptanması gerekmektedir. Bu tespit sırasında ölçümü yapılacak davranışsal bağımlılıklara uygun ölçme ve değerlendirme aracının kullanılması, değerlendirmenin buna göre yapılarak doğru sonuçlara ulaşılması sağlanmalıdır. Doğru sonuçların elde edilmesi ile problem durumu doğru tespit edilebilecek, müdahale, yaygınlık ve tedavi gibi diğer adımlar da doğru atılabilecektir.

Ülkemizde dijital oyun bağımlılığı ölçmek amacıyla kullanılan ölçme araçları arasında ise; Horzum ve arkadaşları (2008) tarafından 460 ilköğretim öğrencisi ile yapılan çalışmada geliştirdikleri “Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği”; Kaya (2013) tarafından 327 ortaöğretim öğrencisi ile yürüttüğü çalışmada geliştirdiği “Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği”, Lemmens ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından yapılmış “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” sayılabilir.

## **2.6. Dijital Oyun Bağımlılığı Tedavisi**

Dijital oyun bağımlılığının tedavisi öncesinde bireylerin bağımlı olmasının önlenmesi önem arz etmektedir. Önleme, bağımlılık tedavisinden daha pratik ve güçlü bir yöntemdir. Bundan dolayı bireylerin aileleri tarafından dikkatle gözlenmesi, normal olmayan durumların gelişmesi halinde zaman geçmeden yardım alınması, bireyin uzun süren tedaviler almamasının sağlanması ve bağımlı olması önlenebilir. Dijital oyun bağımlılığını önlemede; oyun türü ve süresinde kısıtlama getirmeye ilişkin psiko-

eğitimler, öz düzenleme yaklaşımı, sportif ve sosyal etkinlikleri kapsayan alternatif faaliyetlere yönlendirme, sosyal beceri eğitimlerinden yararlanabilmektedir(Popow vd., 2019).

Griffiths (2003) tarafından dijital oyun bağımlılığının önlenmesi ve mücadele edilmesi amacıyla bazı önerilerde bulunulmuştur. Öneriler özellikle aileler için yol gösterici ve faydalı olabilir:

- a. Çocukların “nerede”, “ne kadar”, “ne tür”, “ne zaman” oyun oynayabileceğine yönelik kuralların ve sınırların oluşturulması ve bu hususta kararlı olunması.
- b. Bireylerin tercih ettikleri dijital oyunların içeriklerini öğrenmek, şiddet içerikli oyunların yerine yaşa uygun olan, eğlenceli ve eğitici oyunları seçmeleri için yönlendirici olmak. Uygun içerikli oyunlar tercih etseler de bazı sınırların ve kuralların koyulması. Aynı zamanda “bu oyunu oynayamazsın” şeklinde yaklaşmak yerine uygun oyunlarla birlikte zaman geçirmeyi sağlamak.
- c. Çocuklarla oyun içerikleri hakkında konuşarak, sanal dünya ile gerçek arasındaki farkın farkında olduğunu anlamak.
- d. Dijital oyunların evde yatak odasının dışında aile bireylerinin görebileceği bir yerde oynanmasını sağlamak.
- e. Bireylerin oyunları yalnız oynamaları yerine konuşabilecekleri, işbirliği yapabilecekleri grup oyunlarına yönelmeleri hususunda desteklenmesi.
- f. Oyunların önemli işler veya ödevlerden sonra ödül olarak oynanması konusunda planlama yapılmalı.
- g. Bireylerin uzmanların ve oyun üreticilerinin önerilerine uygun şekilde dijital oyunlarla oynaması konusunda teşvik edilmesi, gözetim altında tutulması.
- h. Bireylerin boş zamanlarında dijital oyunlar yanında yapabileceği sosyal faaliyetlere de yönlendirilmesi.

Ergen bireylerde dijital oyun bağımlılığını önlemede ebeveyn tutumları önemli bir rol üstlenmektedir. Bu doğrultuda ailelerin çocukların dijital oyun bağımlılığına karşı geliştirmiş oldukları üç temel tutum olduğu ileri sürülebilir. Bu tutumlardan biri bağımlılığa karşı duyarsızlık göstermek şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bu tutumdaki aileler genelde çocuklarına karşı ilgisiz davranır, teknoloji kullanımı bağımlılık riskine karşı herhangi bir duyarlılık geliştirmezler. Diğer tutum bağımlılık hususunda kaygılı olma durumu şeklinde yaşanmaktadır. Bu tutumdaki aileler sorunun farkında olsalar da çocuklarıyla teknoloji kullanımı hususunda gerilim içerisindeydirler. Ancak sınırlamacı ve

kuralcı yaklaşım gösterirler. Çocuklarına çabuk öfkelenir ve yüksek sesle tepkilerini ifade ederler. Son olarak teknoloji bağımlılığında bilinçli tutumda olan ailelerin tutumu şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bu tutuma sahip olanlar bağımlılık riskinin farkında olup, çözüm arayışı davranışı sergilerler. Aileler teknoloji kullanımında ve dijital oyunlarda çocukları için doğru rol model olmak için çaba gösterirler (Ayaz, 2018).

Dijital oyun bağımlılığı tedavilerinin etkinliğini inceleyen ve değerlendiren oldukça az sayıda çalışma bulunmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı tedavisinde kullanılan yaklaşımlar genel olarak (Kim vd. 2012);

1. Farmakolojik tedavi,
2. Farmakoloji olmayan diğer tedaviler,
3. Farmakolojik ve farmakolojik olmayan tedavilerin bir arada kullanıldığı kombine tedaviler şeklinde uygulanmaktadır.

Oyun bağımlılığında uygulanan kombine tedavilerin sonuçları tek müdahaleye nazaran daha etkilidir (Kim vd., 2012).Dijital oyun bağımlılığında farmakolojik tedavide çeşitli ilaçlar belirli sürelerde kullanılmaktadır. Bu konuda yapılan bir çalışmada oyun bağımlılığı bulunan 11 kişiye 6 hafta süreyle bupropion tedavisi uygulanmış, süreç sonundaki değerlendirmede bireylerin oyun oynama sürelerinde azalma olduğu saptanmıştır(Han vd., 2010).

Bir diğer çalışmada ise bağımlı bireylerde çevrimiçi oyun bağımlılığının şiddetinin ve depresif belirtilerinin azaltılması hedeflenmiştir. Bu sorunları bulunan 50 erkek oyun bağımlısına 12 hafta süreyle bupropion tedavisi uygulanmıştır. Tedavinin sonucunda bireylerin oyun bağımlılığı şiddetinde azalma, depresif ruh hallerinde ise iyileşme olduğu tespit edilmiştir(Han vd., 2012).

Dijital oyun bağımlılığı tedavisinde bupropion yanında antidepresanlar ve metilfenidat gibi ilaçların 6-12 hafta kullanımı sonucunda belirtilerin azaltılmasında etkili olduğu belirtilmektedir(Kırcaburun vd., 2020).

Dijital oyun bağımlılığı farmakolojik olmayan tedavi yönteminde sıklıkla bilişsel davranışçı terapi kullanılmaktadır. Tedavide yaygın olarak kullanılan bilişsel davranışçı terapi stratejisi ise kontrollü davranış planıdır(King ve Delfabbro, 2014). Tedavide kullanılan bilişsel davranışçı terapi yaklaşımları ise; farkındalık temelli bilişsel davranışçı terapi, yoksunluk belirtilerinden aşermeye odaklı bilişsel davranışçı terapi, standart bilişsel davranışçı terapi ve oyuna odaklı bilişsel davranışçı terapidir(Kırcaburun

vd.,2020).Standart bilişsel davranışçı terapi ile dijital oyun bağımlılığı tedavisinde oldukça etkin sonuçlar alınabilmektedir. Bu yaklaşımda yalnızca oyun bağımlılığına odaklanılır. Tedavide odak değiştirilerek oyun bağımlılığı, psikososyal etkenler, komorbid belirtiler gibi değişkenlerin ele alınması ve bütüncül yaklaşıldığı zaman ergenlerde davranış değişikliğinin sağlanmasında etkisi daha fazla olabilmektedir(Torres-Rodríguez vd., 2018).

Yapılan bir çalışma kapsamında dijital oyun bağımlısı olan 13-18 yaş aralığındaki ergenlerde standart bilişsel davranışçı terapi yaklaşımı ile psikoterapi programı oluşturulmuştur. Ergenlere 6 aylık süren haftada 1 seanstan oluşan bir psikoterapi programı sonucunda yapılan değerlendirmede, tedavinin ergenlerde oyun oynama süresini azalttığı, semptomlarda iyileşmeye etki ettiği, komorbid bozukluklardan düşük puanlar alınmasında etkili olduğu saptanmıştır(Torres-Rodríguez vd., 2019).Bilişsel davranışçı terapi dijital oyun bağımlılığı için etkin bir tedavi yaklaşımı olsa da oyun bağımlılığının temelindeki bilişler karmaşık durumdadır (King vd., 2014).Dijital oyun bağımlılığı tedavisinde bilişsel davranışçı terapi kullanılan çalışmalarda biliş temelli ölçümlerin bulunmaması, kalitesi yüksek randomize kontrollü araştırmaların yetersizliği eksiklik olarak kabul edilebilir (King vd., 2014; Popow vd., 2019).

Dijital oyun bağımlıları ve oynadığı oyun süresinin düşürmeye çalışanlar ile psikoeğitim müdahaleleri ve yoksunluk yönetimi çalışmaları yapılabilmektedir(King vd., 2018).Tüm teknoloji temelli bağımlılıklarda tedavide çeşitli terapötik yaklaşımlar, bilişsel davranışçı terapi, kişilerarası terapi ve çözüm odaklı terapi kullanılabilir(Kuss ve Griffiths, 2012).Japonya’da dijital oyun bağımlısı çocukların %24’ü rehabilitasyon merkezlerinde, Güney Kore’de ise sağlık kurumlarında yatarak tedavi edilebilmektedir(Şengül ve Büber, 2016).Türkiye’de dijital oyun bağımlılığı tanısı ve tedavisi ise psikiyatri kliniklerinde ve sağlık kurumlarındaki internet bağımlılığı polikliniklerinde yapılabilmektedir (Şengül ve Büber, 2016).

## **2.7. Dijital Oyunların Olumlu ve Olumsuz Etkileri**

Dijital oyun bağımlılığının diğer bağımlılık türleri gibi kısa ve uzun dönemde etkili olan olumlu ve olumsuz sonuçları ortaya çıkmaktadır. Oyun bağımlısı kişinin ve yakın çevresindeki kişilerin günlük hayatını, iş yaşamını ve toplumsal yaşamını olumsuz yönde etkilemesi, kişinin üzerine düşen sorumluluklarını ihmal etmesi olumsuz sonuçların en belirgin olanları olarak belirtilebilir.Kasatura (1998) tarafından bağımsızlık açısından risk

grubunda olan kişiler için genetik yatkınlık, strese dayanıksızlık, benlik yapısının güçsüz olması, aile ortamının bireyselleşmeyi desteklememesi, özgüven eksikliği, bağımlı yetiştirilmek, yeni değerler arayışında olmak, olumsuz arkadaşlar, aile yapısı, kendinin tanımama gibi etkenler sıralanmaktadır.

Young (2009) tarafından dijital oyun bağımlılığının durdurulması bakımından öncelikle bağımlılık belirtilerinin zamanında fark edilmesinin önem arz ettiği ifade edilmektedir. Dijital oyun bağımlılığı olan birey öncelikle sorumluluklarını ihmal etmekte, zihninde sürekli olarak oyun oynama olmakta, çevresinden oyun oynadığını saklamakta, sosyalleşmekten giderek uzaklaşmakta, sosyal ortamlar yerine oyun oynamayı tercih etmektedir. Ailesi tarafından oyun oynama süresinin fazla olduğu söylendiğinde ise bunu kabul etmemekte saldırganlık, öfke gibi olumsuz tepkiler gösterebilmektedir. Dijital oyun bağımlılığı davranışında sergilenen bu tepkisel davranışlar, diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi bazı günlük sorunlardan kaçış şeklinde yorumlanmaktadır. Kişi dijital oyun oynamanın kendine verdiği zararlı etkilerin farkında olsa da aşırı oyun oynamaktan kendisini alıkoyamamaktadır (Young, 2009).

Zamanlarının önemli bir kısmını dijital oyun oynamaya ayıran bireylerde bazı davranışsal, psikolojik ve sosyal sorunların görülmesi söz konusu olabilir. Karaaslan (2015) bireylerin oyunlardaki karakterler ile özdeşleşebileceğini, oyunda verilen mesajın içeriğinde barındırdığı şiddet öğelerinden etkilenebileceğini belirtmektedir. Fakat oyun içerisinde bunun farkında olmadıklarını ifade etmektedir. Özellikle tüketicisi oldukları dijital oyunlar nedeniyle günlük yaşamlarında şiddet olan ve olmayanın sınırları bulanıklaşmakta, şiddeti sorun giderme aracı olarak kullanabilmektedirler(Karaaslan, 2015).

Son dönemlerde Avrupa ülkeleri ve Amerika'da gençler ve çocuklar tarafından yapılan okul baskınlarının insanların ölümü ve zarar görmesi ile sonuçlanması göz önüne alındığında, bunları gerçekleştiren bireylerin ağırlıklı olarak şiddet içerikli dijital oyunları oynadıkları görülmüştür (Şelimen, 2016). Dijital oyunun şiddet içerikli olarak değerlendirilmesi bazı kriterlere göre yapılabilir. Oyun içeriğinde bir ve birden fazla karakterin diğer karakterlere fiziksel zarar vermek için çabalaması, verilen fiziksel zararın ödüllendirilmesi, bunun eğlenceli ve komik olarak değerlendirilmesi bu kriterler arasındadır (Dolu vd., 2010). Uzmanlara göre şiddet içerikli dijital oyunların oynanmasının oyuncularda saldırgan hislerin ve algılamaların artmasına, saldırgan davranışların artmasına, buna karşılık sosyal davranışların azalmasına neden olan

olumsuz etkileri olduğu bildirilmektedir (Çakır, 2013). Şiddet içerikli dijital oyunların oynanmasının fiziksel tepkileri saldırganlığı arttırdığı, sosyal davranışları azalttığı ifade edilmektedir(Gentile ve Anderson, 2006).

Dijital oyunlar ile ilgili yapılan araştırmaların çoğunluğunun olumsuz etkiler üzerine yoğunlaşmalarına karşın, dijital oyunlar bireylerde stresi ve yorgunluğu azaltması, boş zamanların değerlendirilmesi, yoğun stresten, kent hayatının karmaşıklığından ve iş ortamından uzaklaşarak rahatlamalarına, eğlenmelerine olanak sağlaması, problemlerle baş edebilmelerine yardımcı olması, becerileri ve görsel dikkati geliştirmesi, özgüveni (Green ve Bavelier 2003; Griffiths 2005). Bu olumlu etkiler yanında eğitsel içerikli dijital oyunların bireylerin akademik başarısını da arttırdığı bildirilmiştir (Green ve Bavelier 2003, Prot vd., 2014).

Bu hususta Drummond ve Sauer (2014) yürütülen çalışmada 2009 yılındaki Uluslararası Öğrenci Değerlendirme Programına katılmış 22 ülkedeki 192 binin üzerindeki öğrenciler değerlendirilmiştir. Tekrar analiz yöntemiyle yapılan değerlendirme sonucunda dijital oyunların ergenlerde matematik, fen bilimleri, okuma dersi üzerindeki etkisi saptanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre ergenlerin akademik başarılarında dijital oyunlara ayrılan zamanın oldukça az bir etkisinin olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Wack ve Tantleff-Dunn (2009)tarafından yapılan çalışmada da oyun oynama sıklığının erkek öğrencilerde not ortalamasını anlamlı şekilde etkilemediği saptanmıştır. Yapılan başka bir çalışmada ise eğitim içerikli olan dijital oyunların bireylerde öğrenmeyi hızlandığı, ilgili derste başarıyı arttırdığı, bireylerin dikkatini ve ilgisini çektiği bildirilmiştir (Gentile ve Gentile 2008).Dijital oyunların sahip olduğu bu özelliklerden dolayı öğrencilere okuma, biyoloji, matematik gibi derslerin öğretilmesinde, öğrenme motivasyonunun artırılmasında eğitim içerikli olan dijital oyunlar kullanılmıştır (Wang ve Chen, 2010).

Dijital oyunların sosyal yardım içeriğine sahip 9olanların ise bireylerde empati, paylaşma, yardımlaşma davranışlarının artmasına, agresif düşüncelerin, duygu ve davranışların azalmasına neden olduğu ifade edilmiştir(Greitemeyer ve Osswald 2010; Sestir ve Bartholow 2010).

Biddiss ve Irwin (2010) ve Graf ve arkadaşları (2009)tarafından yapılan çalışmalar da dijital oyun oynamanın olumlu etkileri olduğunu ortaya koymuştur. Araştırmacılar tarafından kullanıcı sayısı her geçen zaman artış gösteren hareket algılayıcı kumandaları bulunan oyun konsolları yardımıyla oynanan egzersiz dijital oyunlarının bireylerin

egzersiz yapmaya yönelik motivasyonunu arttırdığını, daha fazla egzersiz yapmalarını sağladığı, dolayısıyla enerji harcamaları için katkı yaptığını belirlemişlerdir. Araştırmalar göstermektedir ki öğretici, eğitici, geliştirici dijital oyunların kontrollü şekilde uygun zaman dilimlerinde oynanmasının bireylerin gelişimine katkı sağlayabilmektedir.

## **2.8. Dijital Oyunların Yarattığı Sorunlar**

Dijital oyunların yarattığı çeşitli sorunlar olduğu bildirilmektedir. Bu sorunların başında şiddet içerikli oyunların yarattığı sorunların önemli bir yer tuttuğu söylenebilir. Ayrıca dijital oyun bağımlılığı nedeniyle bireylerin sosyal yaşamlarında, aile, okul ve iş yaşamında yaşadığı sorunların da olduğu belirtilebilir.

Bireyler dijital oyun oynadıklarında genelde takdir veya ödül toplar. Bunun sonucunda bireylerde dopamin düzeylerinde ani yükselmeler olur. Oyun sayesinde takdir ve ödüllere koşullu hale gelen birey giderek daha fazla dopamin ihtiyacı duyar ve kendilerinden oyun oynamamaları istendiğinde dopamin krizi ortaya çıkabileceğinden, öfke nöbetleri yaşanabilir (Goodwin, 2018).

Çocuklar ve gençlerin ders çalışmaya karşı ilgisizliğinden ve dijital oyunlara ayrılan sürenin fazlalığından dolayı pek çok aile ve öğretmen şikâyet etmektedir. Bu dijital oyunların bireylerin ilgisini çekmede ve motive etmede oldukça etkili olduğunu ve bundan dolayı tekrarlayıcı oyun oynama isteğinin ortaya çıktığını göstermektedir. Bu bakımdan oyuna bağımlı birey oyun ile bütünleşir, hayatında tümüyle onu yaşar. Bunun en belirgin göstergesi ise bireylerin oyunlarda bulunan karakterlerle kendilerini yoğun olarak ilişkilendirmeleridir (Horzum, 2011).

Bireylerin dijital oyun oynama isteği ve oyunlara ayırdıkları zamanın belirgin düzeyde arttığı, bundan dolayı bireylerin sosyal ortamlardan kendilerini soyutladıkları bildirilmektedir (Vessey vd., 1998).Yapılan bir çalışmada şiddet içerikli dijital oyunların bireylerin özellikle düşmanlık duygularının artmasında doğrudan etkili olduğu bildirilmektedir (Arriaga vd., 2006).

Dijital oyunlar ile ilgili yapılan araştırmalarda oyunların önemli oranda şiddet içerikli olduğunu ortaya koymaktadır. Paksu (2004) tarafından yapılan en fazla oynanan 81 dijital oyun ile ilgili yapılan araştırmanın sonucunda; oyunların içeriğinin %98'sinin şiddet öğeleri içerdiği, oyuncuların %90'nının oyun karakterlerinin yaraladığı, %69'unun ise karakteri öldürerek daha fazla puan aldığı belirlenmiştir. Bir diğer araştırmada ise

öğrenciler ile yürütülmüş, katılımcıların %64'ünün şiddet içeren dijital oyun, %36'sının şiddet içerikli olmayan dijital oyun oynadığı belirlenmiştir(Burak ve Ahmetoğlu, 2015). Dijital oyunların ağırlıklı olarak şiddet içermesinin çocuk ve gençlerde ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği ifade edilmektedir(Güney, 2008).Ayrıca dijital oyunların bireylerdeki saldırgan duygu ve düşünceleri arttırdığı da belirtilmektedir(Gentile vd., 2004).Markey ve Scherer (2009) tarafından ise dijital oyunların bireylerde düşmanlık duygusunda artışa neden olduğu bildirilmektedir. Dünyada her geçen gün yaygınlaşan dijital oyunların önemli bir kısmında şiddet içeriği olduğu belirlenmiştir(Buckley ve Anderson, 2006).

Dijital oyunlarda şiddet içeriğinde gerçek ve sanal olanın birbirinden ayırt edilememesi önemli bir sorun olarak ele alınabilmektedir. Özellikle çocuklar ve gençler dijital dünyada gördükleri şiddeti model alarak bunları taklit edebilmekte, şiddet içerikli eylemi normal davranış olarak algılayabilmektedir. Bu alanda yapılan araştırmalarda şiddet içerikli dijital oyunların gerçek hayatta şiddete neden olabileceği bildirilmektedir. Ruschmann (2010) tarafından eğlenceye dönüştürülmüş olan şiddetin bir anlamda şiddeti kabul edilebilir duruma dönüştürdüğü, bunun ise bireyin şiddete duyarsızlaşmasına neden olduğunu belirtilmektedir. Aynı zamanda şiddet içeren eğlenceye maruz kalan bireyde dünyanın güvensiz olduğu fikrinin oluşmasına neden olabileceği ve diğer insanlara karşı toplumsal yaşamda güvensizlik hissinin oluşabileceğini ifade eder.

Bireyler dijital oyunlarda şiddet öğelerinin kendilerini etkilediğinin farkına varmamakta, oyun karakterleri ile özdeşleşebilmektedir. Dijital oyunların bireyler üzerinde kısa ve uzun vadede bazı etkileri olabilmekte, günlük hayatta şiddet olarak kabul edilen ve şiddet olmayan arasındaki sınırlar bulanıklaşabilmekte, şiddet sorun giderici haline dönüşebilmektedir (Karaaslan, 2015).

Dijital oyunlardaki mekanların gerçek olmamalarından dolayı, düşünce ve duyguların iletimi ikon ve işaretlerle olmaktadır. Oyunlardaki sanal iletişim gerçek yaşamda bireylerin ilişkilere yabancılaşmasında etkili olabilmektedir. Oyuncuların dijital oyunlarda fazla zaman geçirmelerinden dolayı yüz yüze iletişimden uzak kalmaları söz konusudur. Dijital oyunların temel dayanağı simülasyon ve sanal gerçeklik platformlarıdır. Sanal gerçeklik, bilgisayarda simüle edilen çevre ile kullanıcının etkileşimde olmasını sağlayan teknolojidir (Doğu, 2006). Dijital oyunlardaki sanal karakterlerin öğrettiği davranış ve kurallar yanında insan ilişkilerini de şekillendirebildiği belirtilmektedir (Juul, 2003).

Dijital oyunlar bireyleri hareketsiz bıraktığından ilerleyen süreçte başta obezite olmak üzere, duruş ve göz bozuklukları gibi sağlık sorunların yaşanması söz konusu olabilir. Dijital oyunlarda geçirilen zaman arttıkça bireylerin ailesi ile iletişimi azalmakta, bozulabilmektedir. Aynı zamanda bireyler açısından diğer insanlarla sosyal ilişkilere ayrılan zaman düşmekte, asosyal bir hayat sürmeye doğru gitmektedir (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016).

Dijital oyunlar hem oynayan bireyleri hem de bireylerin arkadaş çevresini etkileyebilmektedir. Bireylerin arkadaş çevreleri ile oyun aracılığıyla etkileşimde bulunması, sosyal ilişkilerini, dil ve etkileşim becerilerini, paylaşım duygusunu, kendini ifade edebilme gibi yaşamlarında önemli etkileri olabilecek durumlar üzerinde rol oynamaktadır. Fakat bu şekilde sosyal ilişki kurulması yüz yüze sosyalleşme kadar etkili olamamaktadır (Horzum, 2011). Aynı zamanda dijital oyunlar bireylerde yardımseverlik duygularını köreltmekte, olumlu yönde sosyal davranışlar sergilemeye engel olabilmektedir (Anderson ve Bushman, 2002). Dijital oyunların bir neticesi de bireylerin sosyal davranışlarını azaltması, sosyal ilişkilerin zayıflamasına neden olmasıdır (Vessey vd., 1998).

## **2.9. Dijital Oyun Bağımlılığı ile İlgili Yapılan Çalışmalar**

Alanyazın incelendiğinde dijital oyun bağımlılığına ilişkin yapılan çalışmaların çevrimiçi oyun bağımlılığı, online oyun bağımlılığı veya video oyun bağımlılığı gibi başlıklar halinde ele alındığı görülmektedir. Alanyazında dijital oyun bağımlılığı ile ilgili yapılan farklı çalışmaların bulunmasına rağmen, çalışmaların sonuçları birbirleriyle benzerlik gösterdiği belirtilebilir. Bu bölümde dijital oyun bağımlılığı ile alakalı ulusal ve uluslararası alanda yapılan çalışmalar ele alınmıştır.

### **2.9.1. Uluslararası çalışmalar**

Griffiths ve Hunt (1998) yaptıkları çalışmada yaşları 12-17 arasında olan 387 katılımcının bilgisayar oyunlarına karşı tutumlarını incelemişlerdir. Çalışmanın sonucunda katılımcıların %33'ü bilgisayar oyunlarının zararlı olduğunu, göz problemleri ve uyku sorunlarına neden olduğunu belirtmişlerdir. Katılımcıların düşük bir kısmı bilgisayar oyunlarının psikomotor becerilerine ve eğitimlerine katkı yaptığını ifade etmişlerdir. Çalışmada uyarlanmış patolojik kumar oynama ölçeği kullanılmış ve katılımcılardan

%20'sinin oyun bağımlısı olduğu saptanmıştır. Aynı çalışmada katılımcıların %25'inin ise okuldan kaçma, çalma gibi olumsuz davranışlar gösterebileceği belirlenmiştir.

Williams ve Skoric (2005) tarafından yapılan çalışma kontrol ve deney grubundan oluşan 50 kişi ile deneysel olarak yürütülmüştür. Deney grubunda yer alan katılımcılara MMORPG adlı oyun haftada asgari 5 saat süreyle 1 ay boyunca oynatılmıştır. Kontrol ve deney grubundaki katılımcılar için Genel Agresyon Modülü uygulanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre grupların agresif tutumlarının arasında anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır. Deney grubundaki katılımcıların bir ay sonunda agresif tutumlarında değişiklik olmadığı görülmüştür. Çalışmanın sonucunda teknoloji kullanımı ve dijital oyunların bireyleri agresif davranışlara yöneltmediği tespit edilmiştir.

Wolfling (2008) yaptığı çalışmayı Almanya'da 221 öğrenci ile yürütmüştür. Çalışmanın sonucunda düşük gelir grubunda yer alan öğrencilerin oyun bağımlılığı kriterlerine sahip oldukları, sınırlı esnekliğe sahip oldukları ve duygularını yönetmek amacıyla bilgisayar oyunlarını oynadıkları saptanmıştır.

Gentile (2009) tarafından Minnesota'da örneklem grubu 8-18 yaş aralığında olan katılımcılarla bir araştırma yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda patolojik dijital oyun bağımlılığı bulunan bireylerde diğer bağımlılık türlerinin de görüldüğü saptanmıştır. Oyun bağımlılığının patolojik belirtilerinin belirlenmesini amaçlanan çalışmada her 10 kişiden birisinin gerçek dünyayla baş etmede zorluk yaşadığı belirlenmiştir.

Griffiths ve arkadaşları (2012) yaptıkları çalışmada her geçen gün online oyun bağımlılığının arttığını vurgulayarak, online oyun bağımlılığı ile şans oyunları, masa oyunları ve kumar oyunlarının arasında oldukça güçlü bağ olduğunu saptamışlardır. Çalışmada aynı zamanda online oyun bağımlılığının anksiyete, can sıkıntısı, heyecan arama, saldırganlık gibi durumlar ile bağlantılı olduğu görülmüştür.

Kneerve arkadaşları (2014) tarafından yapılan çalışmada dijital oyun bağımlılığına ilişkin risk faktörleri incelenmiştir. Çalışma 18-25 yaş aralığında olan, dijital oyunları ortalama 9,95 yıl oynayan, haftalık ortalama 12,61 saat oyun oynama alışkanlığı bulunan 28 katılımcı ile yürütülmüştür. Çalışma sonuçlarına göre; katılımcılar utangaçlık, başarı, sosyal etkileşim, dalma, yüksek özsaygı gibi unsurların oyun bağımlılığı için risk faktörleri olduğunu, arkadaşsızlık, başka hobinin bulunması, düşük özsaygı gibi unsurları ise olumsuz risk faktörleri olduğunu ifade etmişlerdir.

Müller ve arkadaşları (2014) tarafından gençlerde internet oyun bozukluğu ve düzenli oyun davranışı üzerine bir çalışma yürütülmüştür. Avrupa ülkelerinde yapılan çalışmaya 14-17 yaş aralığında 12,398 katılımcı dahil olmuştur. Çalışmanın sonucunda erkek katılımcıların %84,7 oranında kız katılımcıların ise %42,8 oranında düzenli çevrimiçi oyun oynadıkları, bunun çalışmaya katılan erkek katılımcılar lehine istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Ayrıca katılımcıların %1,6-5,1 oranında riskli grupta olduğu, düzenli oyun oynayanların ise %2,7-8,4 arasında olduğu belirlenmiştir. Çalışmada elde edilen bir başka sonuca göre akademik performans ve sosyal yeterlilik düzeyleri ile oyun bağımlılık düzeylerinin arasında ters orantılı ilişki bulunduğu tespit edilmiştir.

Pallesen ve arkadaşları (2015) tarafından yapılan çalışmada 14-18 yaş aralığındaki 12 erkek katılımcı ve anneleri ile video oyunu bağımlılığında tedavi etkileri incelenmiştir. Tedavi kılavuzunda bilişsel davranışsal terapi, çözüm odaklı terapi, stratejik aile terapisi, motivasyonel görüşmeler yer almıştır. Çalışma sonucunda katılımcıların oyun bağımlılık düzeylerinde azalma olduğu saptanmış, azalmanın ise istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bildirilmiştir. Anlamlı farklılığın olmamasının nedeni olarak sürecin kısalığı gösterilmiştir. Süreç sonunda terapistler ve ailelerin yaptığı değerlendirmede ise katılımcıların bağımlılık düzeylerinde anlamlı azalma olduğu saptanmıştır.

Witterk ve arkadaşları (2016) tarafından Norveç'te yürütülen çalışmada, oyun bağımlılığı ile ilişkili faktörler ve yaygınlık incelemiştir. Çalışmanın bulgularına göre oyun bağımlısı olan oyuncuların genel nüfusta %1,4 oranına sahip olduğu, problemli oyuncuların da %7,3 oranında olduğu belirlenmiştir. Aynı çalışmada genç olmak, erkek olmak, psikolojik dayanıklılığın düşük olması, yalnız yaşamak, Orta Amerika, Güney Amerika veya Asya'da yaşamak, oyun bağımlılığı risk faktörleri olarak tespit edilmiştir.

### **2.9.2. Ulusal çalışmalar**

Yurtiçinde dijital oyun bağımlılığı ile ilgili çalışmaların ise son yıllarda hız kazandığı söylenebilir. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) tarafından internet ve bilgisayar kullanımı, sosyal medya kullanımı, e-ticaret gibi alanlarda kapsamlı çalışmalar yapılsa da dijital oyun bağımlılığına ilişkin çalışmaların daha çok sosyal araştırmacılar tarafından yapıldığı belirtilebilir.

Erboy (2010) tarafından dijital oyun bağımlılığına etki eden faktörleri araştırdığı çalışmasını Aydın'da 638 öğrenci ile yürütmüştür. Çalışmanın sonucunda erkek

öğrencilerde kız öğrencilere oranla dijital oyun bağımlılığının daha fazla olduğu, oyun oynayanların daha fazla görevlerini aksattıkları saptanmıştır.

Horzum (2011)dijital oyun bağımlılığı ile ilgili çalışmasını Sakarya’da 889 ilköğretim öğrencisi ile yürütmüştür. Çalışmanın sonucunda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre dijital oyun bağımlılığının daha yüksek oranda olduğu belirlenmiştir. Aynı çalışmada oyun oynama düzeyi ile sosyoekonomik düzey arasında pozitif yönlü ilişki olduğu görülmüştür.

Şahin ve Tuğrul (2012)yaptıkları çalışmada ilköğretim öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıkları incelenmiştir. Çalışma Kırşehir’de 372 öğrencini katılımı ile yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre, 5.sınıfta olanların 4.sınıfta olanlara göre, evinde bilgisayarı bulunanların bulunmayanlara göre bilgisayar kullanımının daha fazla olduğu saptanmıştır. Aynı çalışmada Kırşehir’de dijital oyun bağımlısı olanların oranının Türkiye ve dünya ölçeği altında olduğu bildirilmiştir.

Solak (2012) tarafından yapılan çalışmada ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık ve yalnızlık eğilimleri ile bilgisayar oyunu tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma 559 ortaöğretim öğrencisi ile yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda katılımcıların saldırganlık ve yalnızlık eğilimleri ile bilgisayar oyunu tutumları arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu, yalnızlık eğilimleri ile bilgisayar oyunu tutumları arasında ise anlamlı ilişki bulunmadığı saptanmıştır. Aynı çalışmada cinsiyet değişkenine göre olumsuz kişilik tutumu ve bilgisayar oyunu tutumu arasında erkek katılımcıların lehine olan anlamlı farklılık olduğu, katılımcıların anne baba eğitim düzeylerine göre bilgisayar oyunu tutumları arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Çalışmada kardeş sayısı değişkeni ile bilgisayar oyunu tutumu arasında ise anlamlı farklılık olmadığı, bilgisayar kullanım süresi ve bilgisayar oyunu tutumu arasında da anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır. Çalışmadaki bir başka sonuç ise katılımcıların bilgisayar oyunu oynama süresinin artması ile saldırganlık eğilimin de dolaylı olarak arttığı şeklindedir.

Çakır (2013) tarafından yapılan çalışmada ise bilgisayar oyunların öğrenciler üzerindeki etkisi ve ailelerin bilgisayar oyunlarına yönelik görüşleri ele alınmış, bilgisayar oyunlarının çocuklar üzerinde hangi etkileri yapabileceği araştırılmıştır. Çalışma 215 ebeveyn ile yürütülmüştür. Çalışmada elde edilen bulgulara göre ebeveynler çocuklarının bilgisayar oyunu oynamaya başladıkları yaşın %66,5 oranında 5-10 yaş aralığında olduğunu, çocukların %76,3’ünün günde yaklaşık 1-2 saat bilgisayara oyunu oynadığını

belirtmişlerdir. Çocukların genelde macera ve eğitsel türde bilgisayar oyunlarını tercih ettikleri saptanmıştır. Çalışmanın sonucunda çocukların önemli oranda bilgisayar oyunlarına zaman ayırmalarından dolayı, boş zamanlarını geçirecek başka aktivitelerden mahrum oldukları belirlenmiştir. Ebeveynler dijital oyunların çocuklarını duyuşsal, bilişsel, psikomotor ve sosyal bakımdan olumsuz olarak etkilediği görüşünü bildirmişlerdir. Ayrıca çalışmada ebeveynlerin %63,7 oranında dijital oyunların bağımlılık yaptığı yönündeki görüşleri dikkat çekicidir.

Gökçearslan ve Durakoğlu (2014) çalışmalarında ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığına hangi faktörlerin etki ettiği araştırmışlardır. Bu amaçla Ankara’da yaptıkları alan çalışmasında diğer çalışmaların sonuçlarını destekleyen faktörler yanında anne baba eğitim düzeyinin artmasıyla çocukların da dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin de arttığı belirlenmiştir.

Demirtaş Madran ve Ferligül Çakılcı (2014) tarafından yapılan çalışmada çok oyunculu video oyunu oynayanlarda oyun bağımlılığı ve saldırganlık durumu incelenmiştir. Çalışma 18-40 yaşları arasında çok oyunculu çevrimiçi video oyunu oynayan 205 katılımcı ile yürütülmüştür. Çalışmanın sonuçlarına göre, katılımcıların çevrimiçi video oyunu bağımlılığı ile saldırganlık puanlarının arasında yüksek seviyede anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca erkeklerde fiziksel saldırganlık puanları kadınlara göre yüksek seviyede anlamlı olduğu, bağımlılık puanları ile cinsiyet arasında ise anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Yaş değişkenine göre saldırganlık ve bağımlılık düzeylerinin arasında ters yönde anlamlı ilişkilerinin bulunduğu görülmüştür. Çalışmada regresyon analizi yapılarak oyun bağımlılığı alt ölçeklerinden kontrol gücü ve sosyal izolasyonun saldırganlık puanlarını yordadığı saptanmıştır.

Köksal (2015) çalışmasını İstanbul ilinde Beyoğlu ilçesinde bulunan 179 ortaöğretim kurumundaki öğrencilerle yürütmüştür. Çalışmadan elde edilen bulgulardan katılımcıların %15’inin dijital oyun bağımlısı olduğu saptanmış. Ancak bulgulardan bağlanma stilleri ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür.

Torun ve arkadaşları (2015) tarafından yapılan ortaokul öğrencileri üzerinde bilgisayar oyunlarının sosyal yaşam ve akademik davranış ile ilgili etkileri incelenmiştir. Çalışma ortaokul eğitimi gören 330 öğrenci ile yürütülmüştür. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre katılımcıların en fazla tercih ettikleri oyunların aksiyon, zekâ, macera ve spor

oyunları olduğu görülmüştür. Aynı çalışmada bilgisayar oyunlarının katılımcıların sosyal yaşamı üzerinde anlamlı bir etki göstermediği, akademik başarı düzeylerini etkilemediği saptanmıştır. Bu çalışmada elde edilen bulguların diğer çalışmalarda yer alan dijital oyunların akademik başarı ve sosyal yaşamı olumsuz yönde etkilemektedir şeklindeki görüşler ile çeliştiği söylenebilir.

Bilgin (2015) tarafından yapılan çalışmada dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki ele alınmıştır. Çalışma Denizli’de ortaokul düzeyinde eğitim gören 678 öğrenci ile yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda katılımcıların %17 düzeyinde dijital oyun bağımlısı olduğu, %67 düzeyinde risk grubunda yer aldığı belirlenmiştir. Aynı çalışmada orta ve düşük gelir düzeyindeki katılımcıların gelir düzeyi yüksek olan katılımcılara göre dijital oyun bağımlılığı düzeyinin daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Çavuş ve arkadaşları (2016)yaptıkları çalışmada üniversite öğrencileri arasında dijital oyun bağımlılığı düzeyleri araştırılmıştır. Çalışmaya Aksaray’daki 435 lisans düzeyindeki öğrenci katılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre her 5 öğrencinin 1’inin dijital oyun bağımlılığı risk grubunda yer aldığı görülmüştür. Çalışmada ailenin gelir seviyesi arttıkça katılımcıların da oyun bağımlılığı düzeylerinin arttığı, dijital oyun bağımlılığı olan katılımcıların günlük görevlerini ihmal, gerçek ve sanal ilişkisini yeterli düzeyde kuramama, sorumluluk almama benzeri davranışsal sorunlarla karşı karşıya kaldığı saptanmıştır.

Balıkçı (2018)çalışmasında çevrimiçi oyun bağımlılığı ile çocuklar ve ergenlerde saldırgan davranışlar arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmada 635 katılımcı yer almış, sonuç olarak saldırganlık ile çevrimiçi oyun bağımlılığı arasında pozitif yönde ilişki olduğu belirlenmiştir. Çalışmanın bir diğer sonucu ise katılımcılarda akıllı telefon kullanmanın saldırganlığı arttırdığı yönündedir.

Orhan (2018) tarafından yapılan çalışmada 10-14 yaş aralığındaki çocuklarda dijital oyun bağımlılığı, dikkat düzeyleri ve fiziksel aktivite düzeyi arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma Kırşehir’de 245 ortaokul öğrencisi ile yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda katılımcıların önemli kısmının yüksek oranda dikkat düzeylerine sahip olduğu, dijital oyun bağımlılığı bakımından risk taşımadığı, fiziksel aktivite düzeyinin orta seviyede olduğu saptanmıştır. Çalışmada katılımcıların fiziksel aktivite düzeylerinin artması durumunda dijital oyun bağımlılığı düzeyinin azalacağı bildirilmektedir. Aynı zamanda

katılımcıların dijital oyun bağımlılığının artması dikkat düzeylerinde azalmaya neden olduğu saptanmıştır.

Kurtbeyoğlu (2018) tarafından yapılan çalışmada çocuklarda obezite ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki değerlendirilmiştir. Çalışma Kayseri’de 12-14 yaş aralığında olan ortaokul öğrencileri ile yürütülmüştür. Çalışmada cinsiyet değişkenine göre erkek katılımcıların kızlara göre daha yüksek dijital oyun bağımlılığı puanlarına sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca düşük ve orta sosyoekonomik düzeyde olan riskli gruptaki katılımcıların dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek sosyoekonomik düzeyde olan katılımcılardan yüksek olduğu belirlenmiştir. Çalışmadaki diğer sonuçlara göre erkek katılımcıların fiziksel aktivite puanlarının kızlara göre yüksek olduğu, kızların %36,5 oranında dijital oyun oynarken hazır gıdaları tercih ettiği, erkeklerin ise %15,1 oranında gazlı içecekleri ve kola içmeyi tercih ettiği, oyun oynarken atıştırma grupta dijital oyun bağımlılığı puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Elde edilen bulgulara göre dijital oyun bağımlılığının obezite riskini arttırabileceği belirlenmiştir.

Mustafaoğlu ve Yasacı (2018) yaptıkları çalışmada bireylerin dijital oyun oynamaya başladıkları yaşın 4,5 olduğu, dijital oyun oynama sürelerinin günde 179,9 dakika olduğu tespit etmişlerdir. Çalışmada ayrıca erkeklerin kadınlara göre dijital oyunları daha fazla oynadıkları saptanmıştır.

Ücan (2018) tarafından yapılan çalışmada dijital oyun bağımlılığı ile sosyal destek arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma İstanbul ilinde Fatih ilçesindeki 350 ortaokul öğrencisi ile yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda katılımcıların internet bağımlılık düzeyinin düşük olduğu, anne baba eğitim düzeyinin yükselmesiyle birlikte dijital oyun bağımlılık oranının arttığı, eğitim düzeyi arttıkça aileden sosyal destek algısının da arttığı saptanmıştır.

Aydın Özgür (2019) tarafından yapılan çalışmada dijital oyun bağımlılığını etki eden faktörler ile sağlıkla ilişkili olan yaşam kalitesi incelenmiştir. Çalışma Edirne’de 10-14 yaş aralığındaki 648 ortaokul öğrencisi ile yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin hem cinsiyete hem de yaşa göre değiştiği, erkek katılımcıların kızların iki katı düzeyinde oyun bağımlılığına sahip olduğu saptanmıştır. Yaş değişkenine göre ise katılımcıların yaş arttıkça bağımlı ve riskli gruplarda daha fazla yer aldığı, yaş düştükçe oyun bağımlılığının azaldığı görülmüştür. Aynı çalışmada evde kendine ait odası bulunan katılımcıların büyük çoğunluğunun, obez

ve kilolu olanların ise yarısına yakınının dijital oyun bağımlılığı bakımında bağımlı ve riskli grupta olduğu saptanmıştır. Ayrıca dijital oyun bağımlılığı düzeyi arttıkça katılımcıların yaşam kalitelerinde düşüş olduğu belirlenmiştir.

Karaman Yaşar (2019) tarafından yapılan çalışmada ise dijital oyun ve oyun bağımlılığına ortaokul öğrencilerinin bakış açış ele alınmıştır. Çalışma Kocaeli’nde farklı okullardan 43 ortaokul öğrencisi katılımcı ile yürütülmüştür. Çalışmada dijital oyun bağımlısı katılımcılar ile bağımlı olmayan katılımcıların oyun oynama alışkanlıkları, dijital oyun bağımlılığı algılarının ne olduğunun belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada katılımcıların 19’unun dijital oyun bağımlısı olduğu saptanmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgulara göre katılımcıların önemli bir kısmının dijital oyun ve oyun bağımlılığı farkındalığının bulunduğu, oyun bağımlılığının akademik başarısızlık, göz problemleri, sosyal izolasyon gibi olumsuz etkilerinin olduğu saptanmıştır. Çalışmanın sonucunda dijital oyun türünün oyun bağımlılığı bakımından risk faktörü olabileceği tespit edilmiştir.

Yiğit ve Günüş (2020) çalışmalarını Van’da 225 ortaokul öğrencisi ile yürütmüşlerdir. Çalışmanın amacı ise aile profilleri ile dijital oyun bağımlılıkları arasındaki ilişkinin ortaya konmasıdır. Çalışmada elde edilen sonuçlara göre katılımcıların %15’i dijital oyun bağımlısı olduğu, %44’ünün risk grubunda yer aldığı görülmüştür. Çalışmadaki bir diğer sonuç dijital oyun bağımlısı katılımcıların ailelerinin kendilerine yeterli ilgi göstermediği, şiddet uyguladığı ve aile içi iletişimin yetersiz olduğu olarak bildirilmiştir.

Atak (2020) tarafından yapılan çalışmada 10-14 yaş aralığındaki çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ve sosyal beceriler arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma Ankara’da 10-14 yaş aralığında 419 ortaokul öğrencisi ile yürütülmüştür. Çalışmada katılımcıların dijital oyun bağımlılığı sınıf, cinsiyet ve okul değişkenlerine göre incelenmiş, erkek öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı kız öğrencilere göre yüksek olduğu, sınıf değişkenine göre orta düzeyde etkili olduğu saptanmıştır. Aynı çalışmada katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin az riskli olduğu, sosyal beceri düzeylerinin de yüksek olduğu ve bu düzeyleri değişkenlerin değiştirdiği belirlenmiştir.

Delebe (2020) tarafından yapılan çalışmada ortaokul öğrencilerinde bazı fiziksel parametrelerle akademik başarı ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma 11-14 yaşları arasında 505 ortaokul öğrencisi ile yürütülmüştür. Çalışmada katılımcıların %55,6 oranının az riskli olduğu, %34,5 oranında riskli olduğu, %8,9

oranında oyun bağımlısı olduğu, %1 oranında ise yüksek düzeyde oyun bağımlısı olduğu belirlenmiştir. Ayrıca erkeklerin kadınlara göre oyun bağımlılığı düzeyinin daha yüksek olduğu, spor lisanslı olan katılımcıların olmayanlara göre oyun bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Çalışmanın sonucunda katılımcılarda dijital oyun bağımlılığının akademik başarıyı azalttığı bildirilmiştir.



### **3. YÖNTEM**

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları ve veri analizine ilişkin açıklamalar yer almaktadır.

#### **3.1. Araştırmanın Modeli**

Çalışmada fiziksel temas içeren ve içermeyen sporlarda dijital oyun bağımlılığının incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada katılımcıların demografik verileri kullanılarak verilerin dijital oyun bağımlılıkları ile ilişkisi incelenmiştir. Çalışma ilişkisel tarama türünde nicel araştırma modeli ile gerçekleştirilmiştir. Tarama modelinde bir durum değiştirilmeden veya etkilemeden mevcut haliyle betimlenmektedir(Karasar, 2005).İlişkisel tarama modelinde ise iki ya da daha fazla sayıda değişken arasında değişimin varlığı ve derecesinin belirlenmesi amaçlanmaktadır(Karasar, 2005). Bu çalışmada birden fazla değişkenin arasındaki ilişkiye ve farka bakıldığı için ilişkisel tarama yönteminin kullanılması uygun görülmüştür. Bu araştırmada fiziksel temas içeren ve içermeyen sporlarda dijital oyun bağımlılığı incelenmiştir. Bu bağlamda araştırmada bağımsız değişken fiziksel temas içeren ve içermeyen sporlar, bağımlı değişken dijital oyun bağımlılığı şeklinde belirlenmiştir.

#### **3.2. Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini Türkiye genelinde fiziksel temas içeren ve içermeyen sporlarla uğraşan bireyler oluşturmaktadır. Evren, araştırmadan elde edilen sonuçların genellenebileceği büyük grup olarak tanımlanmaktadır (Büyüköztürk vd., 2015). Tarama modeline göre tasarlanan araştırmada veriler anket yoluyla toplanmıştır. Çalışmanın örnekleme Sinop İlinde faaliyet gösteren spor kulüplerinden, temassız ve temassız sporlarla uğraşan 10- 14 yaş arası 515 öğrenciden soruları tam ve doğru cevaplayan 335 öğrenci oluşturmaktadır. Ulaşılan sporculara, “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve 18 yaş altı onam formu uygulanmıştır. Çalışma 2021-2022 Eğitim Öğretim yılında tamamlanmıştır..

#### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Çalışmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan EK1’de yer alan kişisel bilgi formu ile Ek2’de yer alan Hazar ve Hazar (2017) tarafından geliştirilen

“Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Veri toplama araçları hakkına aşağıda detaylı bilgilere yer verilmiştir.

### **3.3.1. Kişisel bilgi formu**

Araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formundan oluşmaktadır. Formda katılımcıların yaş, cinsiyet, sınıf, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, anne mesleği, baba mesleği, evde yaşayan kişi sayısı gibi demografik bilgilerini içeren sorular yanında katılımcıların dijital oyunlara ilgisini, oyun oynamak amacıyla internet, bilgisayar, tablet, mobil telefon gibi teknolojik cihazların kullanımını belirlemeyi amaçlayan sorular yer almaktadır.

### **3.3.2. Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği**

Araştırmada Hazar ve Hazar (2017) tarafından geliştirilen “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek, Ankara ili Keçiören ilçesinde bulunan bir ortaokulda öğrenim gören ve 10-14 yaş aralığında bulunan 364 çocuk üzerinde geliştirilmiştir. Ölçek 24 maddeden oluşmaktadır. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin dört alt faktörlü dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma olmak üzere dört alt faktörden oluşmaktadır. Ölçekte toplam puan üzerinden değerlendirme yapılabilmektedir. Bu araştırmada ölçek toplam puan üzerinden değerlendirme yapılmıştır. Ölçekteki ifadelerin değerlendirilmesinde 5 puanlı Likert tipi ölçekten yararlanılmıştır (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Kararsızım, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum). Ölçekten alınabilecek en düşük puan “24” en yüksek puan “120” dir. Ölçek puanlamasının derecelendirmesinde ise; “1-24: Normal grup, 25-48: Az riskli grup, 49-72 Riskli grup, 73-96 Bağımlı grup, 97-120 Yüksek düzeyde bağımlı grup” olarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin bütünü için Croanbach Alpha iç tutarlık katsayısı .90 bulunmuştur. Test tekrar test sonucunda ise, Test-Tekrar Test korelasyon katsayısı toplam ölçek için .81 olarak bulunmuştur. Güvenirlik analizi sonuçları dikkate alındığında, ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğu ifade edilebilir (Hazar ve Hazar, 2017). “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” güvenilirlik katsayısı bu araştırma sonucunda cronbah alpha, 0,92 olduğu belirlenmiştir.

### 3.4. Verilerin Analizi

Bu araştırmanın örneklemini oluşturan bireylere uygulanan anket formları ilk olarak Office Excel 2016 programına aktarılmış ardından veriler SPSS 21 paket programına girilmiştir. İlk olarak araştırmaya katılan bireylerin doldurdıkları anketin ilk bölümünde “Kişisel Bilgi Formu” ikinci bölümde ise “Çocuklar için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” bulunmaktadır. Kişisel Bilgiler Anketi ve Çocuklar için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği’nin yanıtları analiz edilmiştir. Katılımcıların verdikleri yanıtların sayı (n) değerleri ve (%) yüzde değerleri hesaplanmıştır. Bu çalışmada istatistiksel analizlere başlamadan önce Shapiro-Wilk ve Kolmogorov-Smirnov normallik testlerinden yararlanılmıştır. Bu testlerde sig.000 da olsa, yine de verilere ait çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır ve Tabachnick ve Fidell’e göre (2013) göre, çarpıklık ve basıklık değerlerinin +1,500 ve -1,500 değerleri arasında olduğu durumlarda dağılımın normal dağılım olarak kabul edileceği belirtilmiştir. Bu ölçek ifadelerinin çarpıklık ve basıklık değerleri +1,50 ve -1,50 değerleri arasında olduğu için çalışmamızda dağılımın normal dağılım olduğunu kabul ederek, normal dağılımla yapılabilecek olan analiz testleri yapılmıştır. Grup ortalamaları arasındaki farkları bulmak için ikili gruplarda T-testi, ikiden fazla olan gruplarda ise Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova) Testi kullanılmıştır. Gruplar arasında fark bulunan analizlerde, anlamlı farkın hangi grupta olduğunun tespiti için Post Hoc TUKEY testi kullanılmıştır. Tüm istatistik analizler için anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  olarak kabul edilmiştir.

### 3.5. Etik Kurul

Sinop Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'nun 09.07.2021 tarihli ve 2021-107 sayılı kararı ile Etik Kurul onayı alınmıştır (Ek-4).

#### 4. BULGULAR

**Tablo 4.1** Temas içeren ve içermeyen spor branşları

| TEMASLI   | TEMASSIZ    |
|-----------|-------------|
| Basketbol | Atletizm    |
| Boks      | Badminton   |
| Futbol    | Bisiklet    |
| Güreş     | Kürek       |
| Hentbol   | Masa Tenisi |
| Judo      | Tenis       |
| Karate    | Voleybol    |
| Taekwondo | Yelken      |
|           | Yüzme       |

**Tablo 4.2** Dijital oyun bağımlılığı ölçeğine ilişkin değerler

| Değişkenler                                                   | N   | Min. | Max. | X     | SS   |
|---------------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|------|
| Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                    | 335 | 7    | 35   | 13,3  | 0,80 |
| Tolerans Gelişimi ve Oyuna<br>Yüklenen Değer                  |     | 7    | 35   | 16,31 | 0,93 |
| Bireysel ve Sosyal<br>Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        |     | 6    | 30   | 11,04 | 0,88 |
| Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik<br>Yansıması ve Oyuna Dalma |     | 4    | 20   | 8,00  | 0,87 |
| Toplam Ölçek                                                  |     | 24   | 120  | 48,72 | 0,76 |

Tablo 4.2'ye göre Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeyleri az riskli grup olarak belirlenmiştir. Ölçüm aracının puanlanmasında yer alan 28-48 puan aralığında yer alarak  $48,72 \pm 0,76$  puan ortalamasını elde etmişlerdir. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutlarından Tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer alt boyutu en yüksek alt boyut ortalamasını elde ederken ( $16,31 \pm 0,93$ ), en düşük alt boyut ortalamasını Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma alt boyutu ( $8,00 \pm 0,87$ ) elde etmiştir. Alt boyut ortalamaları dijital oyun bağımlılığının negatif yönlü olduğunu ifade etmektedir. Ancak katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin negatif yönlü olduğu belirlenmiştir ( $48,72 \pm 0,76$ ).

**Tablo 4.3** Cinsiyet değişkenine dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi

|                                        |                                                            |       | n   | Ort.  | S.s  | t      | P             |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------|-----|-------|------|--------|---------------|
| Dijital oyun bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                 | Kadın | 168 | 12,11 | 0,77 | -3,952 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | Erkek | 167 | 14,49 | 0,80 |        |               |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer                  | Kadın | 168 | 15,05 | 0,92 | -3,624 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | Erkek | 167 | 17,57 | 0,91 |        |               |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | Kadın | 168 | 10,26 | 0,89 | -2,791 | <b>0,006*</b> |
|                                        |                                                            | Erkek | 167 | 11,88 | 0,84 |        |               |
|                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | Kadın | 168 | 7,52  | 0,87 | -2,578 | <b>0,010*</b> |
|                                        |                                                            | Erkek | 167 | 8,48  | 0,85 |        |               |
|                                        | Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                      | Kadın | 168 | 44,88 | 0,77 | -3,823 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | Erkek | 167 | 52,56 | 0,72 |        |               |
|                                        | Toplam                                                     |       | 335 |       |      |        |               |

Tablo 4.3'e göre araştırmada elde edilen veriler sonucunda; erkek bireylerin dijital oyun bağımlılığı ölçeği, aşırı odaklanma ve çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi ve Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma alt boyutları puanlarının kadın bireylere göre istatistiksel olarak anlamlı fark vardır ( $p<0,05$ ). Erkek bireylerin dijital oyun bağımlılığı ölçeği ve ölçeğin alt boyutlarına ait toplam puanlar arasında kadın bireylere göre çok yüksek düzeyde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ( $p<0,05$ ).

**Tablo 4.4** Yaş değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA analizi

|                                        |                                           |   | n      | Ort | S.s   | F     | P     | Tukey         |
|----------------------------------------|-------------------------------------------|---|--------|-----|-------|-------|-------|---------------|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                | 1 | 10 Yaş | 69  | 12,18 | 0,829 | 6,600 | 1<4,5         |
|                                        |                                           | 2 | 11 Yaş | 96  | 11,76 | 0,674 |       | 2<4,5         |
|                                        |                                           | 3 | 12 Yaş | 91  | 13,93 | 0,730 |       | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                           | 4 | 13 Yaş | 55  | 14,91 | 0,812 |       | 4>1,2         |
|                                        |                                           | 5 | 14 Yaş | 24  | 16,8  | 1,082 |       | 5>1,2         |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer | 1 | 10 Yaş | 69  | 15,4  | 1,005 | 2,927 | <b>0,021*</b> |
|                                        |                                           | 2 | 11 Yaş | 96  | 14,84 | 0,860 |       | 2<3           |

|                                                        |                                                               |        |        |       |       |       |         |       |  |
|--------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|---------|-------|--|
| Bireysel ve Sosyal<br>Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi | 3                                                             | 12 Yaş | 91     | 17,5  | 0,925 | 5,496 | 0,001 * | 3>2   |  |
|                                                        | 4                                                             | 13 Yaş | 55     | 17,36 | 0,941 |       |         |       |  |
|                                                        | 5                                                             | 14 Yaş | 24     | 17,71 | 0,937 |       |         |       |  |
|                                                        | 1                                                             | 10 Yaş | 69     | 9,78  | 0,851 |       |         | 1<4,5 |  |
|                                                        | 2                                                             | 11 Yaş | 96     | 10,14 | 0,808 |       |         | 2<5   |  |
|                                                        | 3                                                             | 12 Yaş | 91     | 11,22 | 0,824 |       |         |       |  |
|                                                        | 4                                                             | 13 Yaş | 55     | 12,54 | 0,937 |       |         | 4>1   |  |
|                                                        | 5                                                             | 14 Yaş | 24     | 14,4  | 0,990 |       |         | 5>1,2 |  |
|                                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik<br>Yansıması ve Oyuna Dalma | 1      | 10 Yaş | 69    | 7,88  | 0,912 | 1,767   | 0,135 |  |
|                                                        |                                                               | 2      | 11 Yaş | 96    | 7,44  | 0,796 |         |       |  |
| 3                                                      |                                                               | 12 Yaş | 91     | 7,92  | 0,810 |       |         |       |  |
| 4                                                      |                                                               | 13 Yaş | 55     | 8,84  | 0,928 |       |         |       |  |
| 5                                                      |                                                               | 14 Yaş | 24     | 8,8   | 1,049 |       |         |       |  |
| Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                  | 1                                                             | 10 Yaş | 69     | 45,12 | 0,803 | 4,920 | 0,001 * | 1<5   |  |
|                                                        | 2                                                             | 11 Yaş | 96     | 44,16 | 0,671 |       |         | 2<4,5 |  |
|                                                        | 3                                                             | 12 Yaş | 91     | 50,64 | 0,701 |       |         |       |  |
|                                                        | 4                                                             | 13 Yaş | 55     | 53,76 | 0,792 |       |         | 4>2   |  |
|                                                        | 5                                                             | 14 Yaş | 24     | 57,84 | 0,935 |       |         | 5>1,2 |  |
| Toplam                                                 |                                                               |        | 335    |       |       |       |         |       |  |

Tablo 4.4’ te yaş değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucuna göre Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi ile Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Farklılığın tespiti amacıyla yapılan Tukey testi sonucu Aşırı Odaklanma ve Çatışma alt boyutunda 13 yaş grubu katılımcıların 10 ve 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 14 yaş grubu katılımcıların 10 yaş ve 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer alt boyutunda 12 yaş grubu katılımcıların 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt boyutunda 13 yaş grubu katılımcıların 10 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 14 yaş

grubukatılımcıların 10 yaş ve 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında 13 yaş grubu katılımcıların 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 14 yaş grubukatılımcıların 10 yaş ve 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğusonucuna ulaşılmaktadır.

**Tablo 4.5** Sınıf değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA analizi

|                                        |                                                            |   | n        | Ort. | S.s   | F     | P     | Tukey         |         |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|---|----------|------|-------|-------|-------|---------------|---------|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                 | 1 | 4. Sınıf | 22   | 11,13 | 0,690 | 5,984 | <b>0,001*</b> | 1<4     |
|                                        |                                                            | 2 | 5. Sınıf | 72   | 12,11 | 0,755 |       |               | 2<4     |
|                                        |                                                            | 3 | 6. Sınıf | 146  | 12,81 | 0,719 |       |               | 3<4     |
|                                        |                                                            | 4 | 7. Sınıf | 66   | 15,68 | 0,847 |       |               | 4>1,2,3 |
|                                        |                                                            | 5 | 8. Sınıf | 29   | 15,12 | 1,030 |       |               |         |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer                  | 1 | 4. Sınıf | 22   | 12,67 | 0,809 | 2,275 | 0,061         | 1<4     |
|                                        |                                                            | 2 | 5. Sınıf | 72   | 15,96 | 0,989 |       |               |         |
|                                        |                                                            | 3 | 6. Sınıf | 146  | 16,38 | 0,892 |       |               |         |
|                                        |                                                            | 4 | 7. Sınıf | 66   | 17,15 | 0,946 |       |               | 4>1     |
|                                        |                                                            | 5 | 8. Sınıf | 29   | 17,5  | 1,024 |       |               |         |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | 1 | 4. Sınıf | 22   | 8,4   | 0,489 | 7,598 | <b>0,001*</b> | 1<4,5   |
|                                        |                                                            | 2 | 5. Sınıf | 72   | 10,44 | 0,898 |       |               | 2<4     |
|                                        |                                                            | 3 | 6. Sınıf | 146  | 10,32 | 0,777 |       |               | 3<4     |
|                                        |                                                            | 4 | 7. Sınıf | 66   | 13,56 | 0,972 |       |               | 4>1,2,3 |
|                                        |                                                            | 5 | 8. Sınıf | 29   | 13,02 | 0,953 |       |               | 5>1     |
|                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | 1 | 4. Sınıf | 22   | 7,8   | 0,829 | 1,467 | 0,212         |         |
|                                        |                                                            | 2 | 5. Sınıf | 72   | 7,83  | 0,832 |       |               |         |
|                                        |                                                            | 3 | 6. Sınıf | 146  | 7,64  | 0,810 |       |               |         |
|                                        |                                                            | 4 | 7. Sınıf | 66   | 8,8   | 0,893 |       |               |         |
|                                        |                                                            | 5 | 8. Sınıf | 29   | 8,48  | 1,164 |       |               |         |
|                                        | Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                      | 1 | 4. Sınıf | 22   | 40,08 | 0,566 | 4,660 | <b>0,001*</b> | 1<4,5   |
|                                        |                                                            | 2 | 5. Sınıf | 72   | 46,32 | 0,777 |       |               | 2<4     |
|                                        |                                                            | 3 | 6. Sınıf | 146  | 47,04 | 0,685 |       |               | 3<4     |
|                                        |                                                            | 4 | 7. Sınıf | 66   | 55,2  | 0,807 |       |               | 4>1,2,3 |
|                                        |                                                            | 5 | 8. Sınıf | 29   | 54,24 | 0,952 |       |               | 5>1     |
| Toplam                                 |                                                            |   | 335      |      |       |       |       |               |         |

Tablo 4.5'e göre sınıf değişkenine ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucunda Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi ile dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Farklılığın tespiti amacıyla yapılan Tukey testi sonucu Aşırı Odaklanma ve Çatışma alt boyutunda 7. Sınıf katılımcıların 4. Sınıf, 5. Sınıf ve 6. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer alt boyutunda 7. Sınıf katılımcıların 4. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt boyutunda 7. sınıf katılımcıların 4. Sınıf, 5. Sınıf ve 6. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı

puanlarının yüksek olduğu, 8. sınıfkatılımcıların 4. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında 7. sınıf katılımcıların 4. Sınıf, 5. Sınıf ve 6. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 8. sınıfkatılımcıların 4. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

**Tablo 4.6** Kardeş sayısı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA analizi

|                                        |                                                            |   |                   |     | n     | Ort   | S.s | F     | P             | Tukey |     |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|---|-------------------|-----|-------|-------|-----|-------|---------------|-------|-----|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                 | 1 | Yok               | 32  | 14,77 | 0,939 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 2 | 1 Kardeş          | 127 | 12,25 | 0,687 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 3 | 2 Kardeş          | 76  | 13,16 | 0,791 |     | 2,736 | <b>0,029*</b> |       |     |
|                                        |                                                            | 4 | 3 Kardeş          | 61  | 14,07 | 0,906 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 5 | 4 ve üzeri Kardeş | 39  | 14,84 | 0,834 |     |       |               |       |     |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer                  | 1 | Yok               | 32  | 18,76 | 1,061 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 2 | 1 Kardeş          | 127 | 15,61 | 0,952 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 3 | 2 Kardeş          | 76  | 16,66 | 0,832 |     | 1,566 | 0,183         |       |     |
|                                        |                                                            | 4 | 3 Kardeş          | 61  | 16,38 | 0,953 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 5 | 4 ve üzeri Kardeş | 39  | 15,89 | 0,931 |     |       |               |       |     |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | 1 | Yok               | 32  | 11,46 | 0,999 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 2 | 1 Kardeş          | 127 | 10,02 | 0,760 |     |       |               |       | 2<4 |
|                                        |                                                            | 3 | 2 Kardeş          | 76  | 10,98 | 0,846 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 4 | 3 Kardeş          | 61  | 12,54 | 0,993 |     | 2,928 | <b>0,021*</b> |       | 4>2 |
|                                        |                                                            | 5 | 4 ve üzeri Kardeş | 39  | 12,06 | 0,932 |     |       |               |       |     |
|                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | 1 | Yok               | 32  | 9,04  | 1,012 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 2 | 1 Kardeş          | 127 | 7,84  | 0,809 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 3 | 2 Kardeş          | 76  | 7,85  | 0,892 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 4 | 3 Kardeş          | 61  | 8,16  | 0,882 |     | 0,929 | 0,447         |       |     |
|                                        |                                                            | 5 | 4 ve üzeri Kardeş | 39  | 7,68  | 0,883 |     |       |               |       |     |
|                                        | Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                      | 1 | Yok               | 32  | 54    | 0,906 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 2 | 1 Kardeş          | 127 | 45,6  | 0,693 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 3 | 2 Kardeş          | 76  | 48,72 | 0,723 |     |       |               |       |     |
|                                        |                                                            | 4 | 3 Kardeş          | 61  | 51,12 | 0,844 |     | 1,918 | 0,107         |       |     |
|                                        |                                                            | 5 | 4 ve üzeri Kardeş | 39  | 50,04 | 0,784 |     |       |               |       |     |
| Toplam                                 |                                                            |   |                   | 335 |       |       |     |       |               |       |     |

Tablo 4.6’ da, kardeş sayısı değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucuna göre Aşırı Odaklanma ve Çatışma ile Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt boyut istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Farklılığın tespiti amacıyla yapılan Tukey testi sonucu Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt boyutunda 3 kardeşi olan katılımcıların 1 kardeşi olan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

**Tablo 4.7** Kendinize ait odanız var mı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi

|                                        |                                                            |       |     |       | n     | Ort.   | S.s | t     | P |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------|-----|-------|-------|--------|-----|-------|---|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                 | Evet  | 238 | 13,16 | 0,791 |        |     |       |   |
|                                        |                                                            | Hayır | 97  | 13,72 | 0,839 | -,890  |     | ,374  |   |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer                  | Evet  | 238 | 16,17 | 0,939 |        |     |       |   |
|                                        |                                                            | Hayır | 97  | 16,59 | 0,941 | -,518  |     | 0,605 |   |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | Evet  | 238 | 10,8  | 0,889 |        |     |       |   |
|                                        |                                                            | Hayır | 97  | 11,7  | 0,851 | -1,456 |     | 0,146 |   |
|                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | Evet  | 238 | 7,8   | 0,855 |        |     |       |   |
|                                        |                                                            | Hayır | 97  | 8,48  | 0,899 | -1,671 |     | 0,096 |   |
|                                        | Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                      | Evet  | 238 | 48    | 0,756 |        |     |       |   |
|                                        |                                                            | Hayır | 97  | 50,64 | 0,792 | -1,180 |     | ,239  |   |
| Toplam                                 |                                                            |       | 335 |       |       |        |     |       |   |

Tablo 4.7’ de kardeş sayısı değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucunda dijital oyun bağımlılığı tüm alt boyutlarında ve genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.8** Kendinize ait bilgisayarınız var mı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi

|                                        |                                                            |       |     | n     | Ort.  | S.s   | t | P     |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------|-----|-------|-------|-------|---|-------|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                 | Evet  | 150 | 13,16 | 0,741 |       |   |       |
|                                        |                                                            | Hayır | 185 | 13,44 | 0,854 | -,536 |   | ,592  |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer                  | Evet  | 150 | 16,52 | 0,911 |       |   |       |
|                                        |                                                            | Hayır | 185 | 16,1  | 0,962 | 0,540 |   | 0,589 |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | Evet  | 150 | 11,1  | 0,903 |       |   |       |
|                                        |                                                            | Hayır | 185 | 11,04 | 0,863 | 0,085 |   | 0,933 |
|                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | Evet  | 150 | 7,88  | 0,858 |       |   |       |
|                                        |                                                            | Hayır | 185 | 8,08  | 0,882 | -,549 |   | 0,584 |
|                                        | Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                      | Evet  | 150 | 48,74 | 0,732 |       |   |       |
|                                        |                                                            | Hayır | 185 | 48,84 | 0,794 | -,047 |   | 0,963 |
| Toplam                                 |                                                            |       | 335 |       |       |       |   |       |

Tablo 4.8’ de kendinize ait bilgisayarınız var mı değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucunda dijital oyun bağımlılığı tüm alt boyutlarında ve genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.9** Akıllı telefonunuz var mı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi

|                                        |                                                            |     | n   | Ort.  | S.s   | t     | P     |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----|-----|-------|-------|-------|-------|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                 | Var | 188 | 13,44 | 0,752 | 0,539 | 0,590 |
|                                        |                                                            | Yok | 147 | 13,16 | 0,870 |       |       |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer                   | Var | 275 | 16,52 | 0,883 | 0,683 | 0,495 |
|                                        |                                                            | Yok | 223 | 16,03 | 1,006 |       |       |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | Var | 275 | 11,1  | 0,815 | 0,022 | 0,983 |
|                                        |                                                            | Yok | 223 | 11,04 | 0,959 |       |       |
|                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | Var | 275 | 8,08  | 0,852 | 0,581 | 0,562 |
|                                        |                                                            | Yok | 223 | 7,88  | 0,895 |       |       |
|                                        | Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                      | Var | 275 | 49,2  | 0,695 | 0,511 | 0,609 |
|                                        |                                                            | Yok | 223 | 48    | 0,849 |       |       |
| Toplam                                 |                                                            |     | 335 |       |       |       |       |

Tablo 4.9’ da akıllı telefonunuz var mı değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı puanlarının arasında yapılan analiz sonucunda dijital oyun bağımlılığı tüm alt boyutlarında ve genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.10** Oyun oynarken tercih ettiğiniz cihaz değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA Test Analizi

|                                        |                                          |                                  | n   | Ort   | S.s   | F     | P      |
|----------------------------------------|------------------------------------------|----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma               | Bilgisayar                       | 30  | 12,46 | 0,779 | 2,119 | 0,028* |
|                                        |                                          | Konsol                           | 13  | 14,42 | 0,708 |       |        |
|                                        |                                          | Akıllı Telefon                   | 90  | 12,74 | 0,768 |       |        |
|                                        |                                          | Tablet                           | 5   | 9,38  | 0,411 |       |        |
|                                        |                                          | Bilgisayar/Tablet                | 37  | 13,23 | 0,936 |       |        |
|                                        |                                          | Akıllı Telefon/Tablet            | 124 | 13,02 | 0,776 |       |        |
|                                        |                                          | Konsol/Tablet                    | 30  | 16,1  | 0,631 |       |        |
|                                        |                                          | Bilgisayar/Konsol/Akıllı Telefon | 2   | 19,95 | 2,424 |       |        |
|                                        |                                          | Bilgisayar/Akıllı Telefon        | 3   | 19,18 | 1,512 |       |        |
|                                        |                                          | Konsol/ Akıllı Telefon           | 1   | 16,94 |       |       |        |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer | Bilgisayar                       | 30  | 16,45 | 0,829 | 2,249 | 0,019* |
|                                        |                                          | Konsol                           | 13  | 17,36 | 0,79  |       |        |
|                                        |                                          | Akıllı Telefon                   | 90  | 15,47 | 0,873 |       |        |
|                                        |                                          | Tablet                           | 5   | 11,55 | 0,594 |       |        |
|                                        |                                          | Bilgisayar/Tablet                | 37  | 17,22 | 1,12  |       |        |
|                                        |                                          | Akıllı Telefon/Tablet            | 124 | 15,61 | 0,962 |       |        |
|                                        |                                          | Konsol/Tablet                    | 30  | 19,25 | 0,641 |       |        |
|                                        |                                          | Bilgisayar/Konsol/Akıllı Telefon | 2   | 23,94 | 1,616 |       |        |

|                                                            |                                  |     |       |       |       |               |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----|-------|-------|-------|---------------|
|                                                            | Bilgisayar/Akıllı Telefon        | 3   | 23,94 | 1,823 |       |               |
|                                                            | Konsol/ Akıllı Telefon           | 1   | 21    |       |       |               |
|                                                            | Bilgisayar                       | 30  | 10,32 | 0,849 |       |               |
|                                                            | Konsol                           | 13  | 12,48 | 0,906 |       |               |
|                                                            | Akıllı Telefon                   | 90  | 11,04 | 0,83  |       |               |
|                                                            | Tablet                           | 5   | 7,8   | 0,67  |       |               |
| Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | Bilgisayar/Tablet                | 37  | 11,1  | 0,9   |       |               |
|                                                            | Akıllı Telefon/Tablet            | 124 | 10,5  | 0,843 | 2,688 | <b>0,005*</b> |
|                                                            | Konsol/Tablet                    | 30  | 12,48 | 0,793 |       |               |
|                                                            | Bilgisayar/Konsol/Akıllı Telefon | 2   | 19,5  | 1,767 |       |               |
|                                                            | Bilgisayar/Akıllı Telefon        | 3   | 20,28 | 2,11  |       |               |
|                                                            | Konsol/ Akıllı Telefon           | 1   | 18    |       |       |               |
|                                                            | Bilgisayar                       | 30  | 8     | 0,873 |       |               |
|                                                            | Konsol                           | 13  | 8,2   | 0,908 |       |               |
|                                                            | Akıllı Telefon                   | 90  | 7,88  | 0,854 |       |               |
|                                                            | Tablet                           | 5   | 6,2   | 0,37  |       |               |
| Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | Bilgisayar/Tablet                | 37  | 8,4   | 1,124 |       |               |
|                                                            | Akıllı Telefon/Tablet            | 124 | 7,6   | 0,796 | 1,266 | 0,255         |
|                                                            | Konsol/Tablet                    | 30  | 8,92  | 0,785 |       |               |
|                                                            | Bilgisayar/Konsol/Akıllı Telefon | 2   | 13    | 1,06  |       |               |
|                                                            | Bilgisayar/Akıllı Telefon        | 3   | 10    | 1,5   |       |               |
|                                                            | Konsol/ Akıllı Telefon           | 1   | 11    |       |       |               |
|                                                            | Bilgisayar                       | 30  | 47,28 | 0,727 |       |               |
|                                                            | Konsol                           | 13  | 52,56 | 0,695 |       |               |
|                                                            | Akıllı Telefon                   | 90  | 47,28 | 0,715 |       |               |
|                                                            | Tablet                           | 5   | 34,8  | 0,485 |       |               |
| Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                      | Bilgisayar/Tablet                | 37  | 49,92 | 0,932 |       |               |
|                                                            | Akıllı Telefon/Tablet            | 124 | 46,8  | 0,736 | 2,607 | <b>0,006*</b> |
|                                                            | Konsol/Tablet                    | 30  | 56,64 | 0,521 |       |               |
|                                                            | Bilgisayar/Konsol/Akıllı Telefon | 2   | 76,32 | 1,797 |       |               |
|                                                            | Bilgisayar/Akıllı Telefon        | 3   | 73,68 | 1,742 |       |               |
|                                                            | Konsol/ Akıllı Telefon           | 1   | 66,24 |       |       |               |
| Toplam                                                     |                                  | 335 |       |       |       |               |

Tablo 4.10' da oyun oynarken tercih ettiğiniz cihaz değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucuna göre Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi ile dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 4.11** Oyun konsolunuz var mı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Independent Sample T test analizi

|                                        |                                                            |       | n   | Ort.  | S.s   | t     | P             |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------|-----|-------|-------|-------|---------------|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                 | Evet  | 63  | 15,68 | 0,758 | 3,783 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | Hayır | 272 | 12,74 | 0,796 |       |               |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer                   | Evet  | 63  | 19,6  | 0,803 | 4,558 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | Hayır | 272 | 15,54 | 0,935 |       |               |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | Evet  | 63  | 13,08 | 0,868 | 3,382 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | Hayır | 272 | 10,62 | 0,866 |       |               |
|                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | Evet  | 63  | 9,72  | 0,847 | 4,559 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | Hayır | 272 | 7,56  | 0,845 |       |               |
|                                        | Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                      | Evet  | 63  | 58,08 | 0,678 | 4,651 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | Hayır | 272 | 46,56 | 0,757 |       |               |
| Toplam                                 |                                                            |       | 335 |       |       |       |               |

Tablo 4.11’de oyun konsolunuz var mı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarından elde edilen veriler sonucunda; Konsolu olan bireylerin dijital oyun bağımlılığı ölçeğinde Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi ve Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma alt boyutları puanları ile dijital oyun bağımlılığı genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 4.12** Günde ortalama kaç saat internet kullanıyorsunuz değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA analizi

|                                        |                                                     |   |                 | n   | Ort   | S.s   | F      | P             | Tukey       |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------|---|-----------------|-----|-------|-------|--------|---------------|-------------|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                          | 1 | 0-1 saat        | 156 | 11,62 | 0,688 | 12,229 | <b>0,000*</b> | 1<4,5,6     |
|                                        |                                                     | 2 | 1-2 saat        | 81  | 13,44 | 0,822 |        |               | 2<6         |
|                                        |                                                     | 3 | 2-3 saat        | 49  | 14    | 0,725 |        |               | 3<6         |
|                                        |                                                     | 4 | 3-4 saat        | 17  | 15,61 | 0,683 |        |               | 4>1         |
|                                        |                                                     | 5 | 4-5 saat        | 15  | 17,43 | 0,759 |        |               | 5>1         |
|                                        |                                                     | 6 | 5 saat ve üzeri | 17  | 20,37 | 0,942 |        |               | 6>1,2,3     |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer            | 1 | 0-1 saat        | 156 | 14,07 | 0,815 | 12,159 | 0,000*        | 1<2,3,4,5,6 |
|                                        |                                                     | 2 | 1-2 saat        | 81  | 16,87 | 0,922 |        |               | 2>1; 2<6    |
|                                        |                                                     | 3 | 2-3 saat        | 49  | 17,15 | 0,892 |        |               | 3>1; 3<6    |
|                                        |                                                     | 4 | 3-4 saat        | 17  | 20,3  | 0,755 |        |               | 4>1         |
|                                        |                                                     | 5 | 4-5 saat        | 15  | 20,72 | 0,873 |        |               | 5>1         |
|                                        |                                                     | 6 | 5 saat ve üzeri | 17  | 23,45 | 1,097 |        |               | 6>1,2,3     |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi | 1 | 0-1 saat        | 156 | 9,78  | 0,756 | 13,198 | <b>0,000*</b> | 1<4,6       |
|                                        |                                                     | 2 | 1-2 saat        | 81  | 10,8  | 0,891 |        |               | 2<6         |
|                                        |                                                     | 3 | 2-3 saat        | 49  | 11,34 | 0,814 |        |               | 3<6         |
|                                        |                                                     | 4 | 3-4 saat        | 17  | 13,8  | 0,684 |        |               | 4>1; 4<6    |
|                                        |                                                     | 5 | 4-5 saat        | 15  | 12,3  | 0,846 |        |               | 5<6         |

|              |   |                 |     |       |       |        |             |
|--------------|---|-----------------|-----|-------|-------|--------|-------------|
|              | 6 | 5 saat ve üzeri | 17  | 19,26 | 0,931 |        | 6>1,2,3,4,5 |
| Yoksunluğu   | 1 | 0-1 saat        | 156 | 7,04  | 0,771 |        | 1<4,5,6     |
| Psikolojik-  | 2 | 1-2 saat        | 81  | 8,2   | 0,848 |        | 2<5,6       |
| Fizyolojik   | 3 | 2-3 saat        | 49  | 7,76  | 0,708 |        | 3<5,6       |
| Yansıması v  | 4 | 3-4 saat        | 17  | 9,92  | 1,006 | 11,246 | 4>1         |
| Oyuna        | 5 | 4-5 saat        | 15  | 11    | 1,035 |        | 5>1,2,3     |
| Dalma        | 6 | 5 saat ve üzeri | 17  | 11,8  | 0,83  |        | 6>1,2,3     |
|              | 1 | 0-1 saat        | 156 | 42,48 | 0,641 |        | 1<2,4,5,6   |
| Dijital Oyun | 2 | 1-2 saat        | 81  | 49,2  | 0,754 |        | 2>1; 2<6    |
| Bağımlılığı  | 3 | 2-3 saat        | 49  | 50,04 | 0,676 |        | 3<6         |
| Genel        | 4 | 3-4 saat        | 17  | 59,52 | 0,628 | 16,011 | 4>1         |
| Toplam       | 5 | 4-5 saat        | 15  | 61,44 | 0,744 |        | 5>1         |
|              | 6 | 5 saat ve üzeri | 17  | 74,88 | 0,879 |        | 6>1,2,3     |
| Toplam       |   |                 | 335 |       |       |        |             |

Tablo 4.12’ de Günde ortalama kaç saat internet kullanıyorsunuz değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı puanları arasında yapılan analiz sonucuna göre Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma ile dijital oyun bağımlılığı ölçek genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Farklılığın tespiti amacıyla yapılan Tukey testi sonucu Aşırı Odaklanma ve Çatışma alt boyutunda 3-4 saat ve 4-5 saat internet oynayan katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat ve 2-3 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer alt boyutunda 1-2 saat, 2-3 saat, 3-4 saat ve 4-5 saat internet oynayan katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat ve 2-3 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt boyutunda 3-4 saat internet oynayan katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat, 2-3 saat, 3-4 saat ve 4-5 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma alt boyutunda boyutunda 3-4 saat internet oynayan katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 4-5 saat ve 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat ve 2-3 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun

bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu ; Dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında 1-2 saat, 3-4 saat ve 4-5 saat katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat ve 2-3 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

**Tablo 4.13** Günde ortalama kaç saat oyun oynuyorsunuz değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA test analizi

|                                        |                                                            |   | n               | Ort. | S.s   | F     | P     | TUKEY         |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------|---|-----------------|------|-------|-------|-------|---------------|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                 | 1 | 0-1 saat        | 186  | 11,97 | 0,739 |       | 1<3,5,6       |
|                                        |                                                            | 2 | 1-2 saat        | 67   | 13,79 | 0,722 |       | 2<6           |
|                                        |                                                            | 3 | 2-3 saat        | 42   | 14,56 | 0,719 |       | 3>1           |
|                                        |                                                            | 4 | 3-4 saat        | 11   | 15,75 | 0,905 | 8,481 | <b>0,000*</b> |
|                                        |                                                            | 5 | 4-5 saat        | 16   | 17,29 | 0,802 |       | 5>1           |
|                                        |                                                            | 6 | 5 saat ve üzeri | 13   | 19,39 | 1,2   |       | 6>1,2         |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer                   | 1 | 0-1 saat        | 186  | 14,56 | 0,831 |       | 1<2,3,5,6     |
|                                        |                                                            | 2 | 1-2 saat        | 67   | 17,43 | 0,887 |       | 2>1           |
|                                        |                                                            | 3 | 2-3 saat        | 42   | 18,27 | 1,045 | 7,849 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | 4 | 3-4 saat        | 11   | 18,97 | 1,015 |       | 3>1           |
|                                        |                                                            | 5 | 4-5 saat        | 16   | 20,3  | 0,845 |       | 5>1           |
|                                        |                                                            | 6 | 5 saat ve üzeri | 13   | 21,91 | 1,202 |       | 6>1           |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | 1 | 0-1 saat        | 186  | 10,14 | 0,822 |       | 1<5,6         |
|                                        |                                                            | 2 | 1-2 saat        | 67   | 10,86 | 0,792 |       | 2<6           |
|                                        |                                                            | 3 | 2-3 saat        | 42   | 11,58 | 0,767 |       | 3<6           |
|                                        |                                                            | 4 | 3-4 saat        | 11   | 13,86 | 0,831 | 7,532 | <b>0,001*</b> |
|                                        |                                                            | 5 | 4-5 saat        | 16   | 14,1  | 1,11  |       | 5>1           |
|                                        |                                                            | 6 | 5 saat ve üzeri | 13   | 17,58 | 1,159 |       | 6>1,2,3       |
|                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | 1 | 0-1 saat        | 186  | 7,2   | 0,814 |       | 1<5,6         |
|                                        |                                                            | 2 | 1-2 saat        | 67   | 8,24  | 0,773 | 8,55  | <b>0,000*</b> |
|                                        |                                                            | 3 | 2-3 saat        | 42   | 8,44  | 0,859 |       | 3<6           |

|                                       |   |                 |     |       |       |        |               |
|---------------------------------------|---|-----------------|-----|-------|-------|--------|---------------|
|                                       | 4 | 3-4 saat        | 11  | 9,68  | 1,038 |        |               |
|                                       | 5 | 4-5 saat        | 16  | 10,92 | 0,896 |        | 5>1,2         |
|                                       | 6 | 5 saat ve üzeri | 13  | 11,52 | 0,857 |        | 6>1,2,3       |
| Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam | 1 | 0-1 saat        | 186 | 43,92 | 0,698 |        | 1<5,6         |
|                                       | 2 | 1-2 saat        | 67  | 50,16 | 0,646 |        | 2<6           |
|                                       | 3 | 2-3 saat        | 42  | 53,04 | 0,727 |        | 3>1; 3<6      |
|                                       | 4 | 3-4 saat        | 11  | 58,08 | 0,904 | 10,413 | <b>0,000*</b> |
|                                       | 5 | 4-5 saat        | 16  | 62,64 | 0,754 |        | 5>1           |
|                                       | 6 | 5 saat ve üzeri | 13  | 70,56 | 1,042 |        | 6>1,2,3       |
| Toplam                                |   |                 | 335 |       |       |        |               |

Tablo 4.13’ te günde ortalama kaç saat oyun oynuyorsunuz değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucuna göre Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma ile dijital oyun bağımlılığı ölçek genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Farklılığın tespiti amacıyla yapılan Tukey testi sonucu Aşırı Odaklanma ve Çatışma alt boyutunda 2-3 saat ve 4-5 saat internet oynayan katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat ve 1-2 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer alt boyutunda 1-2 saat, 2-3 saat, 3-4 saat, 4-5 saat ve 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt boyutunda 4-5 saat internet oynayan katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat ve 2-3 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma alt boyutunda boyutunda 4-5 saat internet oynayan katılımcıların 0-1 saat ve 1-2 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat ve 2-3 saat internet oynayan katılımcılardan

dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu ; Dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında 2-3 saat internet oynayan katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 4-5 saat internet oynayan katılımcıların 0-1 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri internet oynayan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat ve 2-3 saat internet oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

**Tablo 4.14** Oynadığınız oyun türleri genellikle nedir değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının Oneway ANOVA Test Analizi

|                                               |                                           | n                                                   | Ort. | S.s   | F     | P                      |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|------|-------|-------|------------------------|
| <b>Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları</b> | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                | Macera Oyunları                                     | 61   | 12,46 | 0,786 | 2,348<br><b>0,005*</b> |
|                                               |                                           | Spor ve Yarış Oyunları                              | 68   | 13,93 | 0,74  |                        |
|                                               |                                           | Savaş ve Strateji Oyunları                          | 84   | 15,19 | 0,889 |                        |
|                                               |                                           | Bulmaca ve Zeka Oyunları                            | 34   | 10,15 | 0,516 |                        |
|                                               |                                           | Diğer                                               | 39   | 13,65 | 0,806 |                        |
|                                               |                                           | Macera Oyunları/Spor ve Yarış Oyunları              | 15   | 11,34 | 0,873 |                        |
|                                               |                                           | Macera Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları          | 7    | 15,12 | 0,897 |                        |
|                                               |                                           | Macera Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları            | 7    | 11,27 | 0,604 |                        |
|                                               |                                           | Macera Oyunları/Diğer                               | 2    | 14,98 | 0,606 |                        |
|                                               |                                           | Spor ve Yarış Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları   | 1    | 7     |       |                        |
|                                               |                                           | Spor ve Yarış Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları     | 8    | 11,34 | 0,464 |                        |
|                                               | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer | Spor ve Yarış Oyunları/Diğer                        | 1    | 15,96 |       | 3,82<br><b>0,000*</b>  |
|                                               |                                           | Savaş ve Strateji Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları | 4    | 14,7  | 0,913 |                        |
|                                               |                                           | Savaş ve Strateji Oyunları/Diğer                    | 4    | 11,69 | 0,978 |                        |
|                                               |                                           | Macera Oyunları                                     | 61   | 15,75 | 0,891 |                        |
|                                               |                                           | Spor ve Yarış Oyunları                              | 68   | 15,61 | 0,845 |                        |
|                                               |                                           | Savaş ve Strateji Oyunları                          | 84   | 19,6  | 0,996 |                        |
|                                               |                                           | Bulmaca ve Zeka Oyunları                            | 34   | 12,6  | 0,688 |                        |
|                                               |                                           | Diğer                                               | 39   | 15,61 | 0,765 |                        |
|                                               |                                           | Macera Oyunları/Spor ve Yarış Oyunları              | 15   | 14,98 | 1,149 |                        |
|                                               |                                           | Macera Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları          | 7    | 20,16 | 1,189 |                        |
|                                               |                                           | Macera Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları            | 7    | 12,11 | 0,579 |                        |
|                                               |                                           | Macera Oyunları/Diğer                               | 2    | 21,49 | 0,303 |                        |
|                                               |                                           | Spor ve Yarış Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları   | 1    | 8,96  |       |                        |

|                                                            |                                                     |    |       |       |       |        |
|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----|-------|-------|-------|--------|
| Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi        | Spor ve Yarış Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları     | 8  | 12,74 | 0,731 | 1,872 | 0,033* |
|                                                            | Spor ve Yarış Oyunları/Diğer                        | 1  | 21,98 |       |       |        |
|                                                            | Savaş ve Strateji Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları | 4  | 15,96 | 0,617 |       |        |
|                                                            | Savaş ve Strateji Oyunları/Diğer                    | 4  | 16,45 | 1,306 |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları                                     | 61 | 10,2  | 0,819 |       |        |
|                                                            | Spor ve Yarış Oyunları                              | 68 | 10,86 | 0,839 |       |        |
|                                                            | Savaş ve Strateji Oyunları                          | 84 | 12,6  | 0,915 |       |        |
|                                                            | Bulmaca ve Zeka Oyunları                            | 34 | 8,58  | 0,739 |       |        |
|                                                            | Diğer                                               | 39 | 11,7  | 0,799 |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları/Spor ve Yarış Oyunları              | 15 | 10,62 | 1,081 |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları          | 7  | 12,84 | 1,14  |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları            | 7  | 9,12  | 1,107 |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları/Diğer                               | 2  | 15    | 0,235 |       |        |
|                                                            | Spor ve Yarış Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları   | 1  | 6     |       |       |        |
|                                                            | Spor ve Yarış Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları     | 8  | 9,6   | 0,689 |       |        |
|                                                            | Spor ve Yarış Oyunları/Diğer                        | 1  | 18    |       |       |        |
|                                                            | Savaş ve Strateji Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları | 4  | 12,24 | 0,797 |       |        |
|                                                            | Savaş ve Strateji Oyunları/Diğer                    | 4  | 12,24 | 1,189 |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları                                     | 61 | 7,84  | 0,914 |       |        |
|                                                            | Spor ve Yarış Oyunları                              | 68 | 7,36  | 0,773 |       |        |
| Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma | Savaş ve Strateji Oyunları                          | 84 | 9,04  | 0,886 | 2,544 | 0,002* |
|                                                            | Bulmaca ve Zeka Oyunları                            | 34 | 6,4   | 0,623 |       |        |
|                                                            | Diğer                                               | 39 | 8,76  | 0,881 |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları/Spor ve Yarış Oyunları              | 15 | 6,72  | 0,898 |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları          | 7  | 8,68  | 1     |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları            | 7  | 5,68  | 0,687 |       |        |
|                                                            | Macera Oyunları/Diğer                               | 2  | 10,48 | 0,176 |       |        |
|                                                            | Spor ve Yarış Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları   | 1  | 4     |       |       |        |
|                                                            | Spor ve Yarış Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları     | 8  | 8,72  | 0,798 |       |        |
|                                                            | Spor ve Yarış Oyunları/Diğer                        | 1  | 15    |       |       |        |
|                                                            | Savaş ve Strateji Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları | 4  | 8     | 0,707 |       |        |
|                                                            |                                                     |    |       |       |       |        |

|                                       |                                                     |     |       |       |       |               |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|---------------|
|                                       | Savaş ve Strateji Oyunları/Diğer                    | 4   | 8,24  | 1,359 |       |               |
|                                       | Macera Oyunları                                     | 61  | 46,08 | 0,716 |       |               |
|                                       | Spor ve Yarış Oyunları                              | 68  | 47,76 | 0,689 |       |               |
|                                       | Savaş ve Strateji Oyunları                          | 84  | 56,4  | 0,798 |       |               |
|                                       | Bulmaca ve Zeka Oyunları                            | 34  | 37,92 | 0,553 |       |               |
|                                       | Diğer                                               | 39  | 49,68 | 0,713 |       |               |
|                                       | Macera Oyunları/Spor ve Yarış Oyunları              | 15  | 43,68 | 0,967 |       |               |
|                                       | Macera Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları          | 7   | 56,88 | 1,012 |       |               |
|                                       | Macera Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları            | 7   | 38,16 | 0,665 |       |               |
| Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam | Macera Oyunları/Diğer                               | 2   | 61,92 | 0,294 | 3,158 | <b>0,000*</b> |
|                                       | Spor ve Yarış Oyunları/Savaş ve Strateji Oyunları   | 1   | 25,92 |       |       |               |
|                                       | Spor ve Yarış Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları     | 8   | 42,48 | 0,495 |       |               |
|                                       | Spor ve Yarış Oyunları/Diğer                        | 1   | 70,8  |       |       |               |
|                                       | Savaş ve Strateji Oyunları/Bulmaca ve Zeka Oyunları | 4   | 51,12 | 0,606 |       |               |
|                                       | Savaş ve Strateji Oyunları/Diğer                    | 4   | 48,72 | 1,163 |       |               |
| Toplam                                |                                                     | 335 |       |       |       |               |

Tablo 4.14’ te oynadığımız oyun türleri genellikle nedir değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucuna göre aşırı odaklanma ve çatışma, tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma ile dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 4.15** Temas içeren ve içermeyen spor branşı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı puanlarının oneway ANOVA Test Analizi

|                                        |                                                              |           | n   | Ort.  | S.s   | F     | P            |
|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------|-----|-------|-------|-------|--------------|
| Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları | Aşırı Odaklanma ve Çatışma                                   | Temaslı   | 139 | 12,46 | 0,688 |       |              |
|                                        |                                                              | Temassız  | 137 | 13,72 | 0,854 | 3,025 | 0,05         |
|                                        |                                                              | Her İkisi | 59  | 14,42 | 0,91  |       |              |
|                                        | Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer                    | Temaslı   | 139 | 14,98 | 0,859 |       |              |
|                                        |                                                              | Temassız  | 137 | 17,01 | 0,949 | 5,22  | <b>,006*</b> |
|                                        |                                                              | Her İkisi | 59  | 17,71 | 1,024 |       |              |
|                                        | Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi          | Temaslı   | 139 | 10,38 | 0,805 |       |              |
|                                        |                                                              | Temassız  | 137 | 11,4  | 0,941 | 2,046 | 0,131        |
|                                        |                                                              | Her İkisi | 59  | 11,88 | 0,887 |       |              |
|                                        | Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansımaları ve Oyuna Dalma | Temaslı   | 139 | 7,72  | 0,783 |       |              |
|                                        |                                                              | Temassız  | 137 | 8,04  | 0,905 | 1,074 | 0,343        |
|                                        |                                                              | Her İkisi | 59  | 8,52  | 0,977 |       |              |
|                                        | Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam                        | Temaslı   | 139 | 45,6  | 0,669 |       |              |
|                                        |                                                              | Temassız  | 137 | 50,16 | 0,806 | 3,8   | <b>,023*</b> |
|                                        |                                                              | Her İkisi | 59  | 52,56 | 0,844 |       |              |
|                                        | Toplam                                                       |           | 335 |       |       |       |              |

Tablo 4.15’ te temas içeren ve içermeyen spor branşı değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucuna göre tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer ile dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ).



## 5. TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı fiziksel temas içeren ve içermeyen sporlarda dijital oyun bağımlılığının incelenmesidir.

Cinsiyet değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutları olan aşırı odaklanma ve çatışma, tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır. Araştırmamızda erkek çocukların kız çocuklarına göre aşırı odaklanma ve çatışma, tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Aslan (2022), çalışması sonucunda 10-16 yaş arası bireylerde erkeklerin dijital oyun bağımlılığı puanlarının kızlardan daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Kınalı (2022), çalışmasında 6.ve 7. sınıflarda öğrenim gören erkek çocuklara ait dijital oyun bağımlılığı puanlarının kızlara oranla daha fazla olduğunu belirtmiştir. Öcal (2022), çalışmasında ortaokul düzeyindeki erkek çocukların dijital oyun bağımlılığının kızlara oranla fazla olduğunu belirtmiştir.

Literatürdeki bu çalışmalar elde etmiş olduğumuz sonuçları destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Genel olarak toplumumuzda erkeklerin dijital oyunlara kızlara oranla daha fazla ilgi gösterdiği düşünülmektedir. Erkek çocuklarının dijital oyun oynamalarını azaltılması ve bu yönde desteklenmesi gerektiği düşünülmektedir. Ayrıca Erkek çocuklarının dijital oyun bağımlılıkları daha yüksek olduğu için aileleri tarafından süreç denetimi altında tutulması gerektiği ve erkek çocuklarının dijital oyunların bağımlılık boyutunun önüne geçilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Yaş değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutları olan Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi ile Dijital Oyun Bağımlılığı Genel Toplam istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır. Aşırı odaklanma ve çatışma alt boyutunda 13 yaş grubu katılımcıların 10 ve 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 14 yaş grubu katılımcıların 10 yaş ve 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; tolerans gelişimi ve

oyuna yüklenen Değer alt boyutunda 12 yaş grubu katılımcıların 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt boyutunda 13 yaş grubu katılımcıların 10 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 14 yaş grubu katılımcıların 10 yaş ve 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında 13 yaş grubu katılımcıların 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 14 yaş grubu katılımcıların 10 yaş ve 11 yaş grubu katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Hazar (2017), çalışması sonucunda ortaokul öğrencilerinin yaş değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı toplam puanının 14 yaş grubunda yer alan öğrencilerin lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Blinka ve Mikuška (2014), çalışmasında 11- 54 yaş arası çevrimiçi oyun bağımlılığı ile yaş faktörü arasında negatif bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Aslan (2022), çalışmasında 10-16 yaş arası bireylerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile yaş değişkeni arasında 10-12 yaş arası katılımcılar lehine anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. 10-12 yaş arası katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeylerinin, 13-15 yaş arası katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeylerine göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Literatürdeki bu çalışmalar elde etmiş olduğumuz sonuçları destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Genel olarak toplumumuzda da, özellikle çocukluktan gençliğe geçiş döneminde yaşla birlikte oyun bağımlılığının arttığı, bu sebeple 14 yaş grubu katılımcıların dijital oyunlara diğer yaş gruplarından daha fazla ilgi gösterdiği gözlenmektedir. 14 yaş grubu çocukların dijital oyun oynama sürelerinin kontrol altına alınması ve bu yaş grubu çocukların dijital oyun bağımlılıklarının önüne geçilmesi düşünülmektedir.

Sınıf değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutları olan Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi ile dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır. Araştırmamızda aşırı odaklanma ve çatışma alt boyutunda 7. Sınıf katılımcıların 4. Sınıf, 5. Sınıf ve 6. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer alt boyutunda 7. Sınıf katılımcıların 4. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi alt

boyutunda 7. sınıf katılımcıların 4. Sınıf, 5. Sınıf ve 6. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 8. sınıf katılımcıların 4. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu; Dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında 7. sınıf katılımcıların 4. Sınıf, 5. Sınıf ve 6. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 8. sınıf katılımcıların 4. Sınıf katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kınalı (2022), 6 ve 7. Sınıflarla yaptığı çalışması sonucunda sınıf düzeyinin dijital oyun bağımlılığı üzerinde bir etki oluşturmadığını belirtmiştir. Küçük (2020), çalışmasında 6, 7 ve 8.sınıflarda alt sınıflardan üst sınıflara doğru gidildikçe 8. sınıflar lehine anlamlı bir farklılık olduğunu, öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyi arttıkça dijital oyun bağımlılıklarının da arttığı tespit edilmiştir. Kurtbeyoğlu (2018) ise 5.sınıf öğrencilerinin 7. ve 8.sınıf öğrencilerine göre ve 6.sınıf öğrencilerinin 8.sınıf öğrencilerine göre dijital oyun bağımlılıklarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Literatürdeki bu çalışmalar elde etmiş olduğumuz sonuçları hem destekler nitelikte olup, hem de tam tersi özellikte olduğu görülmektedir. Genel olarak toplumumuzda 8. sınıf öğrencilerinin sınav kaygısı, okul stresi gibi nedenlerle daha çok dijital oyunlara vakit ayırdığı düşünülmektedir. Bu çocuklara sınav kaygısı, okul stresi ile ilgili gerekli bilgilendirmelerin yapılara dijital oyun oynama sürelerinin bu yönde azaltılması gerektiği düşünülmektedir.

Kardeş sayısı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutları olan Aşırı Odaklanma ve Çatışma ile Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt boyut istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır. Araştırmamızda Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt boyutunda 3 kardeşi olan katılımcıların 1 kardeşi olan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Kınalı (2022), çalışması sonucunda 6 ve 7. sınıfa giden çocuklarda kardeş sayısı değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkinin olduğunu; ölçeğin genelinde ve alt boyutlarında anlamlı farklılığın 3 ve daha fazla kardeşe sahip olan öğrenciler lehine olduğunu belirtmiştir. Aslan (2022), çalışmasında 10- 16 yaş arası çocukların dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile kardeş sayısı bağımsız değişkeni arasında anlamlı farklılık olmadığını belirtmiştir. Aydoğdu (2018), ise çalışmasında araştırmaya

katılan 10- 14 yaş arası çocukların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin kardeş sayısına göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Literatürdeki bu çalışmalardan bazıları elde etmiş olduğumuz sonuçları destekler nitelikte olmasına rağmen, bazıları tam tersi yöndedir. Farklı bulunan sonuçların sebebinin, 3 ve daha fazla kardeşe sahip çocukların daha çok yalnız kalma, kendini diğer kardeşlerden soyutlama isteği gibi nedenlerden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Kendinize ait oda değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği tüm alt boyutlarında ve genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Özdemir (2020), çalışmasında 11- 18 yaş arası katılımcıların kendine ait odası olma durumuna göre bağımlılık ölçek toplam puanının daha yüksek olduğu fakat farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Şenormancı (2014), çalışması sonucunda kendine ait odası olan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık ölçeğinden oldukça yüksek puan aldıklarını tespit etmiştir. Çalışmamızda ise çalışma yaptığımız yaş grubu için kendine ait oda değişkeninin etki etmediği düşünülmektedir.

Kendinize ait bilgisayar değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği tüm alt boyutlarında ve genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Özdemir (2020), çalışması sonucunda 11- 18 yaş arası katılımcıların kendine ait bilgisayarının bulunması durumuna göre bağımlılık ölçek puanının daha yüksek olduğu fakat aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığını belirtmiştir. Kınalı (2022), çalışmasında dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile kişisel bir bilgisayarı olan ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Yüksel (2020), yaş ortalamaları  $16.47 \pm 1.14$  olan lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada internet bağlantısına kendi kişisel bilgisayarı ve tablet ile erişim sağlayanların, internet bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Çalışmamızda, araştırmaya katılan sporcu öğrencilerin bilgisayar yerine daha çok başka cihazlardan oyun oynamayı tercih ettikleri görülmektedir.

Kendine ait akıllı telefonu olma değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği tüm alt boyutlarında ve genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Yavuz (2018), çalışmasında ortaokul öğrencilerinde akıllı telefona sahip olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Literatürdeki bu çalışmalar elde etmiş olduğumuz sonuçları desteklememekte olduğu görülmektedir. Bu sonuçlarda çalışma yaptığımız grubun akıllı cep telefonu bulunmaması ya da akıllı telefon yerine başka cihazlardan oyun oynamayı tercih ettikleri düşünülmektedir.

Oyun konsoluna sahip olma değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutları aşırı odaklanma ve çatışma, tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi ve yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansması ve oyuna dalma alt boyutları puanları ile dijital oyun bağımlılığı genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır.

Kınalı (2022), çalışmasında 6. ve 7. sınıflarda playstation cihazlarının dijital tabanlı oyun seçenekleri sunmasına karşın, dijital oyunların mekâna bağlı kalarak oynanması nedeniyle bu cihaza sahip olmanın dijital oyun bağımlılığı meydana getirmemesinde etkili bir faktör olduğunu belirtmiştir. Konsol oyunlarının maliyetleri, belli bir mekâna bağlı kalınarak oynanması ve diğer teknolojik araçlarda olduğu kadar hızlı oyun güncellemesi almamaları sebebiyle dijital oyun bağımlılığı meydana getirmediği ya da tercih edilmediği düşünülmektedir.

Günlük internet kullanma saati değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutları olan aşırı odaklanma ve çatışma, tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansması ve oyuna dalma ile dijital oyun bağımlılığı ölçek genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında 1-2 saat, 3-4 saat ve 4-5 saat internet kullanan katılımcıların 0-1 saat internet kullanan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri internet kullanan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat ve 2-3 saat internet kullanan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Şahin (2011), çalışması sonucunda 7.ve 8. Sınıf öğrencilerinin internet kullanım süreleri arttıkça internet bağımlılığına daha fazla eğilim gösterdiklerini belirtmiştir. Çalışgan (2013), çalışmasında 8. Sınıf öğrencilerinin haftalık internet kullanım süresi fazlaştıkça internet bağımlılığı yatkınlıklarının da arttığını belirtmiştir.

Gökçearslan ve Durakoğlu (2014), yaptıkları çalışmada günde 1 kere 3 saatten daha fazla oyun oynayan 8.sınıf öğrencilerinin, günde 1 kere 1 saate kadar oyun oynayan 8. Sınıf öğrencilerinden daha yüksek oyun bağımlılığı puanlarına sahip olduğunu belirtmişlerdir.

Literatürdeki bu çalışmalar elde etmiş olduğumuz sonuçları destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Genel olarak toplumumuzda internet kullanım süreleri arttıkça dijital oyunlara gösterilen ilginin arttığı görülmektedir. İnternet kullanım sürelerinin azaltılması ile dijital oyun oynama sürelerinin de azaltılması ve bu yönde çeşitli önlemler alınarak desteklenmesi gereklidir.

Günde ortalama oyun oynama saati değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutlarına göre aşırı odaklanma ve çatışma, tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma ile dijital oyun bağımlılığı ölçek genel toplamında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu saptanmıştır. Dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında 2-3 saat oyun oynayan katılımcıların 0-1 saat oyun oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 4-5 saat oyun oynayan katılımcıların 0-1 saat oyun oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu, 5 saat ve üzeri oyun oynayan katılımcıların 0-1 saat, 1-2 saat ve 2-3 saat oyun oynayan katılımcılardan dijital oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Aslan (2022), çalışması sonucunda 10- 16 yaş arası katılımcılarda günlük 4 saat ve üstü oyun oynayan katılımcılar lehine anlamlı fark olduğunu belirtmiştir.

Gökçearslan ve Durakoğlu (2014), 6., 7. ve 8. Sınıflarla yaptığı çalışmada günde 1 kere 3 saatten daha fazla oyun oynayanların, günde 1 kere 1 saate kadar oyun oynayanlardan daha yüksek oyun bağımlılığı puanlarına sahip olduğunu belirtmişlerdir. Erkılıç (2021), çalışmasında 5, 6, 7 ve 8. Sınıf öğrencilerinde kesintisiz oyun oynama süresi arttıkça oyun bağımlılığının arttığını belirtmiştir.

Literatürdeki bu çalışmanın elde etmiş olduğumuz sonuçları destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Genel olarak toplumumuzda dijital oyun oynama süreleri arttıkça fiziksel aktivitenin azaldığı düşünülmektedir. Dijital oyun oynama sürelerinin azaltılması ile çeşitli önlemler alınması, çocuklarda dijital oyunlarda geçirdikleri süreyi farklı aktivitelerle desteklenmesi gereklidir.

Oynadığınız oyun türleri değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan analiz sonucuna göre; aşırı odaklanma ve çatışma, tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma ile dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Oynanan oyun türüne göre en çok

savaş ve strateji oyunu, spor ve yarış oyunları ile macera oyunları oynamayı tercih ettikleri belirlenmiştir.

Torun ve ark. (2015), çalışması sonucunda 5, 6, 7 ve 8. sınıf öğrencilerinin en çok tercih ettikleri oyunların sırası ile aksiyon, spor, zeka ve macera oyunları olarak sıralandığı, buna karşın en az tercih edilen oyun türlerinin ise rol yapma, eğitsel oyun ve platform oyunları şeklinde olduğunu belirtmiştir. Taylan ve ark. (2017). Çalışmasında ortaokul ve lise öğrencilerinin %41,5'lik kısmının Aksiyon/Macera oyunlarını oynamayı, %18 lik kısmının Spor/Yarış oyunlarını oynadıklarını belirtmiştir. Ayhan ve Köseliören (2019), çalışmasına katılan lise öğrencilerinde oyun türü strateji olanların online oyun bağımlılığı puanlarının ( $50,824 \pm 15,871$ ), aksiyon-macera ( $47,571 \pm 13,801$ ), simülasyon oyunları ( $43,101 \pm 14,851$ ), spor oyunları ( $46,598 \pm 14,140$ ) gibi online oyun türlerinden yüksek olduğu tespit etmiştir.

Literatürdeki bu çalışmalar elde etmiş olduğumuz sonuçları destekler niteliktedir. Genel olarak benzer yaş gruplarında benzer oyunların oynandığı ve bu gruptaki öğrenciler için ortak iletişim olarak yer alabildiği düşünülmektedir.

Dijital oyun bağımlılığı ile tercih ettikleri cihaz değişkeni arasında yapılan analiz sonucuna göre; Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi ile dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p < 0,05$ ).

Taylan ve ark. (2017), Çalışmasında ortaokul ve lise öğrencilerinin oyun oynadıkları platform tercihlerine göre öğrencilerin büyük bir kısmı (%56,5) oyunları bilgisayar aracılığıyla, %27'si akıllı telefon, %13'ü tablet, %3,5'i ise Play Station üzerinden oynadığını tespit etmiştir.

Ayhan ve Köseliören (2019), çalışması sonucunda lise öğrencilerinin kullanılan platform bilgisayar olanların online oyun bağımlılığı puanları ( $51,623 \pm 14,907$ ), konsol olanlarına ( $47,580 \pm 13,840$ ), mobil konsol olanlara ( $44,900 \pm 15,640$ ), tablet olanlara ( $44,988 \pm 13,672$ ) ve cep telefonu olanların ( $41,635 \pm 13,668$ ) puanlarına göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürdeki bu çalışmanın elde etmiş olduğumuz sonuçları destekler niteliktedir. Çalışmamızla benzer şekilde, genel olarak toplumumuzda da dijital oyun oynama araçlarında bilgisayar ve akıllı telefonun daha ulaşılabilir olduğu düşünülmektedir.

Yapılan spor branşı türü (temaslı –temassız) değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı ile temas içeren ve içermeyen branş değişkeni arasında yapılan analiz sonucunda; tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer ile dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer alt boyutunda temassız ve her ikisini (temaslı- temassız) birlikte yapan çocukların sadece temaslı spor yapan çocukların sonuçlarına göre anlamlı farklılık bulunurken, dijital oyun bağımlılığı toplam puanlarında ise her ikisini (temaslı- temassız) birlikte yapan çocukların toplam puanlarında temassız ve temaslı spor yapan çocuklara göre, temassız spor yapan çocukların ise temaslı spor yapan çocukların puanlarına göre anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır.



## 6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu araştırma Sinop İlinde bulunan çeşitli spor kulüplerinde takım ya da ferdi spor yapan 335 ortaokul öğrencisi ile yapılmıştır.

Temas içeren ve temas içermeyen spor branşlarında, dijital oyun bağımlılığı analizine bakıldığında, yaş, cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, oyun konsolu bulunma durumu, günlük internet kullanım süreleri, günlük oyun oynama süreleri, oynadıkları oyun türleri, oyun oynarken tercih edilen araç türü ve yapılan spor branşı ile dijital oyun bağımlılığı ile arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer alt boyutunda temassız branşlarda spor yapan çocuklar ile her iki branşı yapan (temaslı- temassız) çocukların sonuçları sadece temaslı spor branşı yapan çocuklara göre anlamlı bulunmuştur. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği toplam puanında ise her iki spor türünün yapan öğrencilerin temassız spor ve temaslı spor yapan öğrencilere göre; temassız spor yapan öğrencilerin de temaslı spor yapan öğrencilere göre anlamlı farklılıkları olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçların yanı sıra dijital oyun bağımlılığı ile temas içeren ve içermeyen spor türü değişkeni arasında yapılan analiz sonucuna göre alt boyut olan tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer ile dijital oyun bağımlılığı ölçek toplam puanında güreş ve judo branşlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ayrıca katılımcıların ölçeğin tüm alt boyutlarında ve toplam puanında oynanan oyun türüne göre anlamlı farklılık olduğu bulunarak en çok savaş ve strateji oyunu, spor ve yarış oyunları ile macera oyunları oynamayı tercih ettikleri belirlenmiştir. Çalışma grubunun dijital oyun bağımlılığı toplam puan analizine göre az riskli kategoride olduğu görülmektedir.

Literatürde dijital oyun oyun bağımlılığı ile bazı spor branşları bazında çalışmalar bulunmasına rağmen, bu çalışmaların genelde tek branş ile farklı yaş grupları ya da sedanter bireyler üzerinde yapıldığı ve temas içeren ve temas içermeyen spor branşlarında yapılmadığı görülmüştür. Bu nedenle literatüre, temas içeren ve içermeyen sporlarda dijital oyun bağımlılığının değerlendirildiği çalışmamızın katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın sahip olduğu kısıtlamalar doğrultusunda ise araştırmacılara, ileride yapılacak olası benzer çalışmalarda, farklı demografik verilerinin çeşitlendirilmesi, farklı spor branşlarının araştırmaya dahil edilmesi ve daha küçük veya büyük yaş ortalamasına sahip bireyler ile çalışılması önerilmektedir.

Teknolojinin hayatımızın her alanda olduğu, fakat çocukların internet kullanım süreleri ile dijital oyun bağımlılıklarını en aza indirmek adına ebeveynlerin çocukları ile ilgili daha fazla kaliteli zaman geçirebilecekleri, bu çocukların antrenman saatlerinin artırılması bir önlem olarak düşünülebilir. Ayrıca çocukların dijital oyun araçlarına ve ortamlarına rahatlıkla ulaşabilmeleri onları oyun bağımlılığına iten faktörlerden olabilir. Aileler ve çocuklar teknoloji kullanımı konusunda bilinçlendirilerek internet ve dijital oyun karşısında geçirdikleri süreyi sınırlandırılarak, yaptıkları spor branşına özgü rekreatif etkinlikler çoğaltılabilir.



## KAYNAKLAR

- Akandere, M. (2013). *Eğitici okul oyunları* (4. Baskı). Nobel Yayıncılık.
- Aksoy, A.B. & Dere Çiftçi, H. (2020). *Erken çocukluk döneminde oyun* (5. Baskı). Pegem Yayıncılık.
- Anderson, C. A. ve Bushman, B. J. (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology*, 53, 27-51. <https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev.psych.53.100901.13523>
- APA (2013) *Diagnostic and statistical manual for mental disorders* (5. Baskı). American Psychiatric Association.
- Arriaga, P., Esteves, F., Carneiro, P. ve Monteiro, M. B. (2006). Violent computer games and their effects on state hostility and physiological arousal. *Aggressive Behavior*, 32(4), 358–371. <https://doi.org/10.1002/ab.20134>
- Arslan, A. (2019). Ortaöğretim öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Sivas ili örneği. *Gazi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(2), 63-80. <https://doi.org/10.30855/Gjes.2019>
- Aslan, C. (2022). Lisanslı sporcular ile sedanter bireylerin dijital oyun bağımlılığı açısından karşılaştırılması: (Ağrı ili örneği). (Yüksek lisans tezi), Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitim Ve Spor Anabilim Dalı, Ağrı.
- Atak, F. (2020). *10-14 yaş arasındaki çocukların dijital oyun bağımlılığı ile sosyal becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitim Ve Spor Anabilim Dalı , Ankara.
- Atalay, B. (2006). *Divanü Lügat-İt-Türk dizini*. Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu.
- Ayaz, M. B. (2018). *Sanal bağımlılık*. İdeal Akademi Yayınları.
- Aydın Özgür, E. (2019). *2018 yılında Edirne merkez ilçe ve merkeze bağlı köylerde 10-14 yaş arası ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı, buna etki eden faktörler ve sağlıkla ilişkili yaşam kalitesi*. (Yüksek lisans tezi), Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Edirne.
- Aydoğdu, F. (2018). Dijital oyun oynayan çocukların dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ulakbilge*, 6(31), 1-18. <https://doi.org/10.7816/ulakbilge-06-31-01>
- Aydoğdu, F. (2018). Dijital oyun oynayan çocukların dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(31), 1-18.
- Ayhan, B. ve Köseliören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 6(1), 1-30.
- Balıkçı, R. (2018). *Çocuklarda ve ergenlerde çevrimiçi oyun bağımlılığı ve agresif davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Baysak, E., Kaya, F., Dalgar, I. ve Candansayar, S. (2016). Online game addiction in a sample from Turkey: Development and validation of the Turkish version of game addiction scale. *Klin Psikofarmakol Bulteni*, 26(1), 21-31.
- Beyhan, Y., Çelik, Y. ve Baysan, E. (2018). Ortaokul düzeyindeki öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *International Congress Science and Education*.
- Biddiss, E. ve Irwin, J. (2010). Active video games to promote physical activity in children and youth. *Arch Pediatr Adolesc Med* 164, 664-672.

- Binark, M., Bayraktutan-Sütçü, G. ve Fidaner, I. B. (2009). *Dijital oyun rehberi "oyun tasarımı türler ve oyuncu"*. Kalkedon.
- Biricik Z. (2019). *İlköğretim çağındaki çocuklarda çevrimiçi kültür dolayımıyla oluşan dijital oyun pedagojisi ve etkileri: Erzurum üzerine bir araştırma*. (Doktora tezi). Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Temel İletişim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Erzurum.
- Blinka, L. ve Mikuška, J. (2014). The role of social motivation and sociability of gamers in online game addiction. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 8(2), 1-6.
- Buckley, K. E. ve Anderson, C. A. (2006). A theoretical model of the effects and consequences of playing video games. P. Vorderer ve J. Bryant (Ed.), *Playing video games- motives, responses, and consequences* içinde (s. 363-378). LEA.
- Burak, Y. ve Ahmetoğlu, E. (2015). Bilgisayar oyunlarının çocukların saldırganlık düzeylerine etkisinin incelenmesi. *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(11), 363-382.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (19. Baskı). PegemA Yayıncılık.
- Can Bilgin, H. (2015). *Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki*. (Yüksek lisans tezi). Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı, Denizli.
- Celik, I., Şahin, İ. ve Eren, F. (2014). Metaphorical perceptions of middle school students regarding computer games. *Education, Economics and Management Engineering*, 8(8), 2544-2549.
- Charlton, J. P., Danforth, I. D. W. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Comput Human Behav*, 23, 1531-1548.
- Chiu, S., Lee, J. ve Huang, D. (2004). Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. *Cyberpsychol Behav*, 7, 571-581.
- Chou, T. ve Ting, C. (2003). The role of flow in cyber-game addiction. *Cyberpsychol Behav*, 6, 663-675.
- Çakır, H. (2013). Bilgisayar oyunlarına ilişkin ailelerin görüşleri ve öğrenci üzerindeki etkilerin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 138-150.
- Çalık, F. ve Yönet, E. (2020). *Liselilerin sportif serbest zaman ilgilenimi dijital oyun bağımlılığı ve yaşam kaliteleri*. Astana Yayınları.
- Çalışgan, H. (2013). *İlköğretim öğrencilerinde İnternet bağımlılığı ve siber zorbalık*. (Yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi Ve Denetimi Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Çavuş, S., Ayhan, B. ve Tuncer, M. (2016). Bilgisayar oyunları ve bağımlılık: Üniversite öğrencileri üzerine bir alan araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 43, 265-289.
- Delebe, A. (2020). *Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ile bazı fiziksel parametreler ve akademik başarı durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Niğde.
- Delil, S. (2020). 2 Boyutlu platform oyunların tarihsel gelişimi ve günümüz platform oyunlarında kullanılan dijital illüstrasyonların çözümlenmesi. *Avrupa Bilim ve Teknoloji Dergisi*, (20), 472-478.
- Demir, G. T. ve Bozkurt, T. M. (2019). Dijital oyun oynama tutumu ölçeği (DOOTÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-18.

- Demir, G. T. ve Hazar, Z. (2018). Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği (Doomö): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal Of Physical Education & Sports Science/Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*,12(2), 128–139.
- Demirbaş, K. Y. (2015). Dijital oyunlara" oyun türü" yaklaşımlarının sorunları:" Platform Oyunları" türü örneği. *Selçuk İletişim Dergisi*, 9(1), 363-387.
- Demirbaş, Y. (2019). Dijital oyun araştırmalarında biçimsel analiz ve oyun türleri: Hayatta kalma oyunları türü. *Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Yeni Düşünceler Hakemli E-Dergisi*, (12), 15-32.
- Demirhan Sayın, M. E. (2016). *Dijital oyunların bilişsel yeteneklere etkileri: faktör referanslı bilişsel test kiti ile oyuncu ve oyuncu olmayan grupların karşılaştırılması*. (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gazetecilik Anabilim Dalı, İstanbul.
- Demirtaş Madran, H., A. ve Ferligül Çakılcı, E. (2014). Çok oyunculu çevrimiçi video oyunu oynayan bireylerde video oyunu bağımlılığı ve saldırganlık. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*,15(2), 99-107.
- Desai, R. A., Krishnan-Sarin S. ve Cavallo, D. (2010) Video-gaming among high school students: Health correlates, gender differences, and problem aticgaming. *Pediatrics*,43,173–183.
- Doğu, B. (2006). *Popüler kültürün tüketim aracı olarak bilgisayar oyunlarında sunulan yaşam tarzı*. (Yüksek lisans tezi).Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Genel Gazetecilik Anabilim Dalı, İzmir.
- Dolu, O., Büker, H. ve Uludağ, Ş. (2010), Şiddet içerikli video oyunlarının çocuklar ve gençler üzerindeki etkileri: saldırganlık, şiddet ve suça dair bir değerlendirme. *Adli Bilimler Dergisi*, 9(4), 54-75.
- Dong, G., Wang, J., Yang vd. (2012). Risk personality traits of internet addiction: A longitudinal study of Internet-addicted Chinese university students. *Asia Pac Psychiatry*,5, 316-321.
- Dönmez, A. (2012). *Savaş temalı dijital oyunlarda egemen ideolojinin temsili*. (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Radyo Televizyon ve Sinema Anabilim Dalı, İzmir.
- Drummond, A. ve Sauer, JD. (2014). Video-games do not negatively impact adolescent academic performance in science, mathematics or reading, *Plos One* 9, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0087943>
- Erboy, E. (2010). *İlköğretim 4. 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler*. (Yüksek lisans tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Aydın.
- Erciş S. (2012). *Türkiye'deki devlet ve vakıf üniversitelerinin spor müsabakalarındaki verimliliklerinin veri zarflama analizi (VZA) ile göreceli olarak değerlendirilmesi ve karşılaştırılması*. (Doktora tezi). Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Erzurum.
- Erdemli, A. (2006). *Temel sorunlarıyla spor felsefesi*. E Yayınları.
- Erkılıç, E. (2021). *Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığının yalnızlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkisi ve dijital oyun bağımlılığının çeşitli demografikler açısından incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, EğitimTecnolojisi BilimDalı, İstanbul.
- Gelibolu. (2013). Eğitsel dijital oyunlar kuram, tasarım ve uygulama: Ocak M. A. (Ed.), *Eğitsel dijital oyunların teknolojisi, türleri, sınıflandırılması, derecelendirilmesi ve eğitimde kullanabilme potansiyeli içinde* (1. Baskı, s. 70-104). Pegem Yayıncılık.

- Gentile, D. A. ve Anderson, C. A. (2006). Video games. N.J. Salkind (Ed.), *Encyclopedia of human development* içinde (s. 1303–1307). Sage Publications.
- Gentile, D. A., Lynch, P. J., Linder, J. R. ve Walsh, D. A. (2004). The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance. *Journal of Adolescence*, 27, 5-22.
- Gentile, DA. (2009). Pathological video game use among youth 8 to 18: A national study. *Psychol Sci*, 20, 594-602.
- Gentile, DA. ve Gentile, JR. (2008). Video games as exemplary teachers: A conceptual analysis. *J Youth Adolesc*, 37, 127-141.
- Goodwin, K. (2018). *Dijital dünyada çocuk büyütmek: Teknolojiyi doğru kullanmanın yolları* (T. Er, Çev.). Aganta Kitap.
- Gökçearslan, Ş. ve Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(14), 419-435.
- Graf, D. L., Pratt, L. V., Hester, C. N. vd (2009). Playing active video games increases energy expenditure in children. *Pediatrics* 124, 534-540.
- Green, C. S. ve Bavelier, D. (2003). Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423, 534–537.
- Greitemeyer, T. ve Osswald, S. (2010). Effects of prosocial video games on prosocial behavior. *J Pers Soc Psychol*, 98, 211-221.
- Griffiths, M. D. (2003). Video games: Advice for teachers and parents. *Education and Health* 21, 48–49.
- Griffiths, M. D. (2005). The therapeutic value of videogames. J. Goldstein ve J. Raessens (Ed.), *Handbook of computer game studies* içinde (s. 161-171). MIT Pres.
- Griffiths, M. D. ve Hunt, N. (1998). Dependence on computer games by adolescents. *Psychological Reports*, 82, 475-480.
- Griffiths, M. D., Davies, M. N. O. (2005). *Videogame addiction: Does it exist?* J. Goldstein ve J. Raessens (Ed.), *Handbook of computer game studies* içinde (s. 159-368). MIT Pres.
- 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.
- Grüsser, SM., Thalemann, C. ve Griffiths, M. (2007). Excessive computer game playing: Evidence for addiction and aggression?. *Cyberpsychol Behav*, 10, 290-292.
- Güler, H. (2019). *Tasarım tabanlı gelişimsel araştırma ile okul öncesi dönemi çocukların öz-bakım becerileri eğitimini destekleyici dijital oyun geliştirilmesi*. (Doktora tezi). Mustafa Kemal Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Enformatik Anabilim Dalı, Hatay.
- Gündüz, M., Aktepe, V., Uzunoğlu, H. ve Gündüz, D. D. (2017). Okul öncesi dönemdeki çocuklara eğitsel oyunlar yoluyla kazandırılan değerler. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 62-70.
- Güney, K. (2008). *Aileleri İstanbul Ümraniye ilçesine göç etmiş ilköğretim birinci sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı, İstanbul.
- Güngörmüş, G. (2007). *Web tabanlı eğitimde kullanılan oyunların başarıya ve kalıcılığa etkisi*. (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bilim Dalı, Ankara.

- Gürbüz, A. B. (2020). Türkiye ve Türkiye’den oyun çalışmaları E. Süngü ve B. Bostan (Ed.), *Extended realities: Gerçeklik teknolojileri, immersion ve oyun içinde* (1. Baskı, s. 191- 214). Nobel Yayın.
- Han, D. H. ve Renshaw P. F. (2012). Bupropion in the treatment of problematic online game play in patients with major depressive disorder. *J Psychopharmacol*, 26(5), 689-696.
- Han, D. H., Hwang, J. W. ve Renshaw, P. F. (2010). Bupropion sustained release treatment decreases craving for video games and cue-induced brain activity in patients with Internet video game addiction. *Exp Clin Psychopharmacol*, 18(4), 297-304.
- Hazar, M. (2005). *Beden eğitimi ve sporda oyunla eğitim*. Tutibay Yayınevi.
- Hazar, Z. ve Hazar, M. (2017). Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği. *Journal of Human Sciences*, 14 (1), 203-216.
- Hazar, Z., Tekkurşun Demir, G., Namlı, S. ve Türkeli, A. (2017). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3).
- Horzum, M. B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 36(159), 56-68.
- Horzum, M. B., Ayas, T. ve Çakırbalta, Ö. (2008). Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76-88.
- Huizinga, J. (2013). *Homo ludens- oyunun toplumsal işlevi üzerine bir deneme* (4. Baskı). Ayrıntı Yayınları.
- Hur, M. H. (2006). Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of internet addiction disorder: an empirical study of Korean teenagers. *Cyberpsychol Behav*, 9, 514–525.
- Irmak, A. Y., ve Erdoğan, S. (2015). Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16 (1), 10-19.
- Jang, K. S., Hwang, S. Y. ve Choi, J. Y. (2008). Internet addiction and psychiatric symptoms among Korean adolescents. *J Sch Health* 78, 165–171.
- Juul, J. (2003). Half-Real: Video games between real rules and fictional worlds, Ph. D. Dissertation, IT University of Copenhagen, <https://en.itu.dk/-/media/EN/Research/PhD-Programme/PhD-defences/2004/Jesper-JuulPhDdissertationabstractfinal-pdf.pdf>, Erişim Tarihi: 21.01.2022.
- Karaaslan, İ. A. (2015). Dijital oyunlar ve dijital şiddet farkındalığı: ebeveyn ve çocuklar üzerinde yapılan karşılaştırmalı bir analiz. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8, (36), 806-818.
- Karaman Yaşar, S. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin gözünden dijital oyun ve dijital oyun bağımlılığı: Kocaeli ili örneği*. (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı, Erzurum
- Karasar N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler ve teknikler*. Nobel Yayıncılık.
- Kasatura, İ. (1998). *Gençlik ve bağımlılık*. Evrim Yayınevi.
- Kaya, B. A. (2013). *Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi*. (Yüksek lisans tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Tokat.
- Kınalı, O. (2022). *Sosyal Bilgiler dersi bağlamında ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Türkçe Ve Sosyal Bilimler Eğitimi Anabilim Dalı, Niğde.

- Kıran, Ö. (2011). *Şiddet içeren bilgisayar oyunlarının ortaöğretim gençliği üzerindeki etkileri*. (Yüksek lisans tezi). Ondokuzmayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe Din Bilimleri Anabilim Dalı, Samsun.
- Kırcaburun, K., Pontes, H., Stavropoulos, V. vd. (2020). Oyun oynama bozukluğu: Kısa bir genel bakış. Evren C (Ed.), *Davranışsal bağımlılıklar temel başvuru kitabı*. Türkiye Psikiyatri Derneği Yayınları.
- Kim, P., W., Kim, S., Y., Shim, M., Im, C. ve Shon, Y. (2013). The influence of an educational course on language expression and treatment of gaming addiction for massive multiplayer online role-playing game (MMORPG) players. *Computers & Education*, 63(5), 208–217.
- Kim, S. M., Han, D. H., Lee, Y. S., vd. (2012). Combined cognitive behavioral therapy and bupropion for the treatment of problematic online game play in adolescents with major depressive disorder. *Comput Human Behav*, 28(5), 1954-1959.
- King, D. L. ve Delfabbro, P. H. (2014). The cognitive psychology of Internet gaming disorder. *Clin Psychol Rev*, 34(4), 298-308.
- King, D., Adair, C., Saunders, J. ve Delfabbro, P. (2018). Clinical predictors of gaming abstinence in help-seeking adult problematic gamers. *Psychiatry Res*, 261, 581-588.
- Kneer, J., Rieger, D., Ivory, J. D. ve Ferguson, C. (2014). Awareness of risk factors for digital game addiction. *Interviewing Players And Counselors. Int J Ment Health Addiction*, 12, 585–599. <https://doi.org/10.1007/S11469-014-9489-Y>
- Ko, C., Yen, J., Chen, C. vd. (2005) Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *J Nerv Ment Dis*, 193, 273-277.
- Koçyiğit, S. ve Baydilek, N. B. (2015). Okul öncesi dönem çocuklarının oyun algılarının incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 1-26.
- Koçyiğit, S., Tuğluk, M. N. ve Kök, M. (2007). Çocuğun gelişim sürecinde eğitsel bir etkinlik olarak oyun. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(16), 324-342.
- Köksal, B. (2015). *Ortaöğretim kurumlarında okuyan öğrencilerde dijital oyun bağımlılık düzeyleri, internet bağımlılık düzeyleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Kukul, V. (2013). Eğitsel dijital oyunlar kuram, tasarım ve uygulama. Ocak, M. A. (Ed.), *Oyunla ilgili tarihsel gelişim ve yaklaşımlar içinde* (1. Baskı, s. 20-31). Pegem Yayıncılık.
- Kurtbeyoğlu, E. (2018). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ve obezite arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*. (Yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, Kayseri.
- Kurtbeyoğlu, Ş. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin demografik özelliklerinin oyun bağımlılığı ile ilişkisi*. (Yüksek lisan tezi). Bahçeşehir Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Teknolojisi Dalı, İstanbul.
- Kuss, D. J. Griffiths, M. D. (2012). Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *J Behav Addict*, 1(1), 3-22.
- Küçük, Y. ve Çakır, R. (2020). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Turkish Journal of Primary Education*, 5(2), 133-154.
- Küçükvardar, M. (2019). *Bilişim çağında teknoloji bağımlılığı ve dijital istila üzerine bir araştırma*. (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gazetecilik Anabilim Dalı, İstanbul.
- Lemmings, J. S., Valkenburg, P. M. ve Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12, 77–95.

- Lin, M. P., Ko, H. C., Wu, J. Y. W. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors associated with internet addiction in a nationally representative sample of college students in Taiwan. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*,14, 741–746.
- Markey, P. M. ve Scherer, K. (2009). An examination of psychoticism and motion capture controls as moderators of the effects of violent video games. *Computers in Human Behavior*,25(2), 407-411.
- Mustafaoğlu, R. ve Yasacı, Z. (2018). Dijital oyun oynamanın çocukların fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Bağımlılık Dergisi*, 19(3), 51-58.
- Müller, K., W., Janikian, M., Dreier, M., Wölfling, K., Beutel, M., E., Tzavara, C., Richardson, C. ve Tsitsika, A. (2014). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors and psychopathological correlates. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 24(3), 565–574.
- Ng, B. D. ve Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the internet and online gaming. *Cyberpsychol Behav*,8, 110-113.
- O'Hagan, M. ve Mangiron, C. (2013). *Game localization*, John Benjamins Publishing Company.
- Orhan, E. (2018). *10-14 Yaş arasındaki çocukların fiziksel aktivite seviyesi, dijital oyun bağımlılığı ve dikkat düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Niğde
- Öcal, S. ve Metin, N. (t.y.). Okul takımlarına katılan ve katılmayan ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve akran ilişkilerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*.<https://doi.org/10.38021asbid.1200554>
- Ögel, K. (2012) *İnternet bağımlılığı, internetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Özdemir, N. (2006). *Türk çocuk oyunları*. Cilt 1. Akçağ Yayınları.
- Özdemir, S., Küçük, F., Balcı, S. ve Türköz, A. (2020). 11-18 yaş arasındaki adolesanların internet bağımlılık düzeyleri. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(2), 83-92.
- Özenç, O. E. ve Keskin, H. (2019). *Türkiye'de e-Spor ve PUBG*. Profil Kitap.
- Paksu, Z. S. (2004). Modern çağın dadıları. *Eğitim Bilim Dergisi*, 6(69), 10-14.
- Pala, F. K. ve Erdem, M. (2011). Dijital oyun tercihi ve oyun tercih nedeni ile cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenme stili arasındaki ilişkiler üzerine bir çalışma. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 53-71.
- Pallesen, S., Lorvik, I. M., Bu, E. H. ve Molde, H. (2015). An exploratory study investigating the effects of a treatment manual for video game addiction. *Psychological Reports: Mental & Physical Health*,117(2), 490-495.
- Poli, R. ve Agrimi, E. (2012). Internet addiction disorder: Prevalence in an Italian student population. *Nord J Psychiatry*,66, 55–59.
- Popow, C., Ohmann, S., von Gontard, A, vd.. (2019). Computerspielabhängigkeit bei kindern und jugendlichen—ein überblick. *Monatsschrift Kinderheilkunde*,167(2), 124-130.
- Porter, G., Starcevic, V., Berle, D. ve ark. (2010). Recognizing problem video game use. *Aust N Z J Psychiatry* ,44, 120-128.
- Prensky, M. (2001). *Digital game based learning*. London; McGraw-Hill.
- Prot, S., Anderson, C. A., Gentile, D. A. vd (2014). The positive and negative effects of video game play. A. Jordan ve D. Romer (Ed.), *Children and media* içinde (s. 109-128). Oxford University Pres.

- Ruschmann, P. (2010). *Regulating violence in entertainment*. Info base Publishing.
- Sağlık Bakanlığı (2018). Dijital oyun bağımlılığı çalıştay sonuç raporu. <https://www.guvenliweb.org.tr/dosya/usxdh.pdf>
- Salar, B. Hekim, M. ve Tokgöz, M. (2012). 15-18 yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 123-135.
- Samur, Y. (2016). *Dijital oyun tasarımı*. Pusula Yayıncılık.
- Sayılğan, Ö. B. ve Sayılğan, Y. (2013). *Dijital oyunda oyuncu algısının manipülasyonu bağlamında üç boyutlu oyun uzayının sınırlandırılması*. Uluslararası Sanat, Tasarım ve Manipülasyon Sempozyumu Bildiri Kitabı, s. 98-100.
- Sepetci, T. (2017). *Dijital oyunlar, dijital oyuncular: karşı hegemonya pratikleri ve sosyal etkileşim*. (Doktora tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İletişim Anabilim Dalı, Antalya.
- Sestir, M. A. ve Bartholow, B. D. (2010). Violent and nonviolent video games produce opposing effects on aggressive and prosocial outcomes. *J Exp Soc Psychol* 46, 934-942.
- Solak, M.Ş. (2012). *Ortaöğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu tutumları ile saldırganlık ve yalnızlık eğilimleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Süngü, E. (2020). Türkiye ve Türkiye’den oyun çalışmaları. E. Süngü ve B. Bostan (Ed.), *Oyunlar tek tipleşme ve Türkiye’deki oyuncu kültürüne etkileri* içinde (1. Baskı, s. 17- 37). Nobel Yayın.
- Şahin, C. ve Tuğrul, V. M. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Journal of World of Turks*, 4(3), 115-130.
- Şahin, M. (2011). *İlköğretim okulu öğrencilerinde İnternet bağımlılığı*. (Yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Şelimen, M. (2016). *Şiddet içeren bilgisayar oyunlarının 13-14 yaş grubu çocukların saldırganlık davranışı üzerindeki etkileri*. (Yüksek lisans tezi). Yalova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Yalova.
- Şengül, C. ve Büber, A. (2016). Dijital oyun bağımlılığında tanı ve tedavi. *Türk Psikiyatri Derneği Sürekli Eğitim/Sürekli Mesleki Gelişim Dergisi*, 6(3), 175-182.
- Şenormancı, Ö., Saraçlı, Ö., Atasoy, N., Şenormancı, G., Koptürk, F. ve Atik, L. (2014). Relationship of internet addiction with cognitive style, personality, and depression in university students. *Comprehensive Psychiatry*, 55(6), 1385-1390.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Pearson.
- Tarhan, N. ve Nurmedov, S. (2011). *Bağımlılık- sanal veya gerçek*. Timaş.
- Tavşancıl, E. (2014). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Nobel Yayıncılık.
- Taylan, H. H., Kara, H. Z. ve Durğun, A. (2017). Ortaokul ve lise öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri üzerine bir araştırma. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 78-87.
- Tekkurşun Demir, G. ve Mutlu Bozkurt, T. (2019). Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği (DOOTÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-18.
- Terek-Ünal, G. ve Batı, U. (2011). *Dijital oyunlar*. Derin Yayınları.

- Tezel, Y. (2016). *Bilgisayar oyunlartarihi*. Sokak Kitapları Yayınları.
- Thalemann, R., Wolfing, K. ve Grüsser, SM. (2007). Specific cue reactivity on computergame-related cues in excessive gamers. *Behav Neurosci*, 21, 614- 618.
- Torres-Rodríguez, A, Griffiths MD, Carbonell, X. vd. (2019). Internet gaming disorder treatment: A case study evaluation of four different types of adolescent problematic gamers. *Int J Ment Health Addict*; 17(1), 1-12.
- Torres-Rodríguez, A., Griffiths, M. D. Carbonell X. (2018). Treatment efficacy of a specialized psychotherapy program for Internet Gaming Disorder. *J Behav Addict*; 7(4): 939-952.
- Torun, F., Akçay, A. ve Çoklar, A. N. (2015). Bilgisayar oyunlarının ortaokul öğrencilerinin akademik davranış ve sosyal yaşam üzerine etkilerinin incelenmesi. *Karaelmas Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(1), 25-35.
- Türk Dil Kurumu (2023). Güncel türkçe sözlük, <https://sozluk.gov.tr/oyun> Erişim tarihi: 21.01.2023
- Türkel, Ç. (2010). *İlköğretim öğrencilerinin sportif faaliyete katılım düzeyi ile sosyal uyum ve iletişim beceri düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Kayseri.
- Tüzün, H., Akıncı, A., Yıldırım, D. ve Sırakaya, M. (2013). Bilgisayar oyunları ve öğrenme. K. Çağıltay ve Y. Göktaş (Ed.), *Öğretim teknolojilerinin temelleri: Teoriler, araştırmalar, eğilimler* içinde (s. 597-614). Pegem Akademi.
- Ücan, İ. (2018). *Algılanan sosyal destek ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Ünal, M. (2009). Çocuk gelişiminde oyun alanlarının yeri ve önemi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 10(2), 95-110.
- Ünsal, E. (2016). *Ortaokul Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. (Yükseklisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., Vermulst, A. A. vd. (2011). Online video game addiction: Identification of addicted adolescent gamers. *Addiction* 106, 205-212.
- Vessey, A. J., Yim-Chiplis, P. K. ve Mackenzie, N. R. (1998). Effectes of television viewing on children's development. *Pediatric Nursing Jurnal*, 23(5), 483-486.
- Vollmer, C. ve Randler, C. (2014). Computer game addiction in adolescents and its relationship to chronotype and personality, *SAGE Open*, 4(1), 1-9.
- Wack, E., ve Tantleff-Dunn, S. (2009). Relationships between electronic game play, obesity, and psychosocial functioning in young men. *Cyberpsychol Behav* 12, 241-244.
- Wan, C. S. ve Chiou, W. B. (2006). Psychological motives and online games addiction: A testof flow theory and humanistic needs theory for Taiwanese adolescents. *Cyberpsychol Behav*, 9, 317-324.
- Wan, C. S. ve Chiou, W. B. (2007). The motivations of adolescents who are addicted to online games: A cognitive perspective. *Adolescence* 42, 179-197.
- Wang, L. C. ve Chen, M. P. (2010). The effects of game strategy and preferencematching on flow experience and programming performance in game-based learning. *Innovations in Education and Teaching International* 47, 39-52.
- 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. ve Pallesen, S. vd (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.
- Wolfling, K. (2008). Computer game addiction: A psychopathological symptom complex in adolescence. *Psychiatrische Praxis*, 35(5), 226-232.
- World Health Organization (WHO). (2021). *International classification of diseases (ICD-11)*. WHO. <https://www.who.int/standards/classifications/classification-of-diseases> Erişim tarihi: 21.01.2023
- Yalçın Irmak, A. ve Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*,27, 128-137.
- Yayalar, H. (2020). Türkiye ve Türkiye’den oyun çalışmaları E. Süngü ve B. Bostan (Ed.), *Rol yapma video oyunlarında zorluk derecesinin alt tür oluşumuna etkisi* içinde (1. Baskı, s. 231- 257). Nobel Yayın.
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *Cyber Psychology ve Behavior*, (9), 772-775.
- Yenğın, D. (2010). *Dijital oyunlarda şiddet kavramı: Yeni şiddet*. (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İletişim Bilimleri Anabilim Dalı, İstanbul.
- Yenğın, D. (2012). *Dijital oyunlarda şiddet*. Beta Yayıncılık.
- Yiğit, E. ve Güneç, S. (2020). Çocukların dijital oyun bağımlılığına göre aile profillerinin belirlenmesi. *Yüzüncüyıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17, 144-174.
- Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, (37), 355–372.
- Yüksel, R., Kocairi, C., Arslantaş, H. ve Söylemez, B. (2020). Ergenlerde internet bağımlılığını etkileyen faktörler. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 9(1), 19-28.

## EKLER

### EK 1. Kişisel Bilgi Formu

Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU tarafından yürütülen “Fiziksel Temas İçeren ve İçermeyen Sporlarda Dijital Oyun Bağımlılığının İncelenmesi” başlıklı tez çalışmasında kullanılmak üzere aşağıda yer alan bilgilere ihtiyaç duymaktayız. Aşağıda yer alan kişisel bilgi formundan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

#### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. **Cinsiyetiniz:** ☐ Kız ☐ Erkek
2. **Yaşınız:** ☐10 ☐11 ☐12 ☐13 ☐14
3. **Sınıfınız:** ☐4. Sınıf ☐5. Sınıf ☐6. Sınıf ☐7. Sınıf ☐8. Sınıf
4. **Kardeş Sayısı:** ☐ Yok ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ve üzeri
5. **Ailenin Gelir Durumu:** ☐0- 3000 TL ☐3001 TL- 6000 TL ☐6001 TL- 9000 TL ☐9000 TL ve üzeri
6. **Annenin Eğitim Durumu:** ☐Okuryazar ☐İlkokul ☐Ortaokul ☐Lise ☐Üniversite
7. **Babanın Eğitim Durumu:** ☐Okuryazar ☐İlkokul ☐Ortaokul ☐Lise ☐Üniversite
8. **Annenin Mesleği:** ☐ Kamu Sektörü ☐Özel Sektör ☐Serbest ☐Ev Hanımı
9. **Babanın Mesleği:** ☐ Kamu Sektörü ☐Özel Sektör ☐Serbest ☐Çalışmıyor
10. **Kiminle Ya Da Kimlerle Yaşıyorsunuz?**  
☐Anne ve Baba İle ☐Sadece Anne İle ☐Sadece Baba İle ☐Yurt Ya Da Ev Arkadaşları İle ☐Diğer
11. **Kendinize ait odanız var mı?** ☐Evet ☐Hayır
12. **Kendinize ait bilgisayarınız var mı?** ☐Evet ☐Hayır
13. **Evinizde internet bağlantınız var mı?** ☐Evet ☐Hayır
14. **Akıllı Telefonunuz Var Mı?** ☐Var ☐Yok
15. **Tabletiniz Var Mı?** ☐Var ☐Yok
16. **İnternete daha çok nereden bağlanmayı tercih edersiniz?**  
☐Bilgisayar ☐Tablet ☐Akıllı Telefon ☐Hepsi
17. **Genellikle oyun oynarken hangisini kullanmayı tercih edersiniz?**  
☐Bilgisayar ☐Konsol ☐Akıllı Telefon ☐Tablet
18. **Oyun konsolunuz var mı? (Playstation, Wii, XBOX gibi)** ☐Evet ☐Hayır
19. **Boş vakitlerinizi nasıl değerlendirirsiniz?**  
☐TV izleyerek ☐İnternette oyun oynayarak  
☐Ödev yaparak/soru çözerek ☐Sosyal Medya Kullanarak  
☐Diğer.....

**20. Günde ortalama kaç saat internet kullanırsınız?**

☐0-120 dakika ☐121-240 dakika ☐241-360 dakika ☐361-480 dakika ☐481-600 dakika  
☐601 ve üzeri

**21. Günde ortalama kaç saat oyun oynarsınız?**

☐0-120 dakika ☐121-240 dakika ☐241-360 dakika ☐361-480 dakika ☐481-600 dakika  
☐601 ve üzeri

**22. Oynadığınız oyun türleri genellikle nelerdir?**

☐Macera oyunları ☐Spor ve yarış oyunları ☐Savaş ve strateji oyunları  
☐Bulmaca ve zekâ oyunları ☐Diğer.....

**23. Günü En Çok Hangi Saatinde Oyun Oynuyorsunuz?**

☐00:00- 08:00 ☐08:00- 12:00 ☐12:00- 16:00 ☐16:00- 20:00 ☐20:00- 00:00

**24. Yatakta Telefon/ Tablet/ Bilgisayar Kullanır Mısınız?**

☐Evet ☐Hayır

**25. Uyumadan Önceki 30 Dakika İçerisinde Ne Yaparsınız?**

☐Bilgisayar/ Tablet/ Cep Telefonu ile Oynarım . ☐Kitap Okurum.  
☐Televizyon Seyrederim. ☐Müzik Dinlerim. ☐Telefonda Konuşurum/  
Mesajlaşırım.  
☐Ödev Yaparım/ Ders Çalışırım.

**26. Yaptığınız spor branşı:**

☐ Atletizm ☐ Badminton ☐ Basketbol ☐ Bisiklet ☐ Boks ☐ Futbol ☐ Güreş ☐ Hentbol  
☐ Judo ☐ Karate ☐ Kürek ☐ Masa Tenisi ☐ Taekwondo ☐ Tenis ☐ Voleybol ☐ Yelken  
☐ Yüzme

**27. Hangi sıklıkla antrenman yapıyorsunuz?**

☒ Haftada 1- 2 kez ☐ Haftada 3- 4 kez ☐ Haftada 5- 6 kez ☐ Haftada 7 kez  
ve üzeri

**28. Yaptığınız spor branşı türü?**

☐ Temaslı ☐ Temassız ☐ Her ikisi de

## EK 2. Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

| ÇOCUKLAR İÇİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI<br>ÖLÇEĞİ                                                                                                      | HİÇ<br>KATILMIYORUM<br>(1) | KATILMIYORUM<br>(2) | KARARSIZIM(3) | BİRAZ<br>KATILMIYORUM<br>(4) | KESİNLİKLE<br>KATILMIYORUM<br>(5) |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------|---------------|------------------------------|-----------------------------------|
| Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır.                                                                                       |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyun oynarken acıktığının farkına varmam.                                                                                                     |                            |                     |               |                              |                                   |
| Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim.                                                                                            |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissederim.                                                                                           |                            |                     |               |                              |                                   |
| Annem ve babam dijital oynamamı engellerse onlara dijital oyun oynamak için ısrar ederim.                                                             |                            |                     |               |                              |                                   |
| İstedğim zaman dijital oyun oynamazsam sinirlenirim/ öfkelenirim.                                                                                     |                            |                     |               |                              |                                   |
| Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim.                                                                                            |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçar.                                                                                                         |                            |                     |               |                              |                                   |
| Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm.                                                                                      |                            |                     |               |                              |                                   |
| Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.                                  |                            |                     |               |                              |                                   |
| Gün içerisinde birdenbire/ aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur.                                                                      |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyun oynadığım için arkadaşlarımla başka oyunlar oynamaya zamanım kalmaz.                                                                     |                            |                     |               |                              |                                   |
| Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakınırım. |                            |                     |               |                              |                                   |
| Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.                                                                       |                            |                     |               |                              |                                   |
| Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.                                                                                     |                            |                     |               |                              |                                   |
| Bilgisayar, telefon, tablet ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı sevmem.                                                             |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik gibi) zamanım kalmaz                                                      |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyunlar hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır. (Benim için çok önemlidir.)                                                                   |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyun oynamak için ev ödevlerimi aksattığım zamanlar olur.                                                                                     |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur.                                                                                   |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir.                                                                                                  |                            |                     |               |                              |                                   |
| Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.                                                                                              |                            |                     |               |                              |                                   |
| Başkalarına (aile, arkadaşlar, öğretmenler vb.) dijital oyun oynadığım süreyle ilgili yalan söyledim olur.                                            |                            |                     |               |                              |                                   |
| Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir.                                                                                                |                            |                     |               |                              |                                   |

### EK 3. 18 Yaşından Küçükler İçin Bilgilendirilmiş Onam Formu

#### LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ

Çocuğunuzu Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU tarafından yürütülen “Fiziksel Temas İçeren ve İçermeyen Sporlarda Dijital Oyun Bağımlılığının İncelenmesi” başlıklı tez çalışmasına davet ediyorum. Velisi olduğunuz çocuğunuzun bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi edinmek isterseniz bana sorunuz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan çıkma hakkına sahipsiniz. Yapılacak olan anketten elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

#### 1. Araştırmayla İlgili Bilgiler:

- Araştırmanın Amacı:** Bu araştırmanın amacı temaslı spor yapan öğrenciler ile temassız spor yapan öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarını çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi.
- Araştırmanın Nedeni:** ☐ Bilimsel araştırma ☒ Tez çalışması
- Araştırmanın Öngörülen Süresi:** 5 dk
- Araştırmanın Yapılacağı Yerler:** Antrenman salonları, ev, kulüp tesisleri
- Araştırmada Ne Yapılacağı:** Anket Uygulaması

#### 2. Çalışmaya Katılım Onayı:

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya/gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları tamamen anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı, soru sorma ve tartışma imkânı buldum ve tatmin edici yanıtlar aldım. Bana çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak anlatıldı. Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmek zorunda kalmadan bırakabileceğimi ve herhangi bir olumsuzluk ile karşılaşmayacağımı anladım.

Bu koşullar söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

**Çocuğumun Adı Soyadı:**

**Veli veya Vasisinin (kendi el yazısı ile)**

**Adı Soyadı:**

**İmzası:**

Not: Bu form, iki nüsha halinde düzenlenir. Bu nüshalardan biri karşılığında gönüllü kişiye verilir, diğeri araştırmacı tarafından saklanır.

## EK 4. Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni





Ölçek izni hk. 



**Esra Çakır Köseoğlu** <esracakirkoseoglu@gmail.com>

15 May 2021 Cmt 18:47 

Alici: muhsin ▾

Ben Sinop Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Tezli Yüksek Lisans bölümü öğrencilerinden Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU, Doç. Dr. Cansel ARSLANOĞLU danışmanlığında yapacağım "Fiziksel Temas İçeren ve İçermeyen Sporlarda Dijital Oyun Bağımlılığının İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tez çalışmamızda "Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" ni kullanabilmemiz için sizden izin istiyoruz.

İlgi ve desteğiniz için şimdiden teşekkür ederim, çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim.

**MUHSİN HAZAR** <muhsin@gazi.edu.tr>

21 May 2021 Cum 16:33 

Alici: ben ▾

Sayın Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU, Doç. Dr. Cansel ARSLANOĞLU danışmanlığında yapacağınız "Fiziksel Temas İçeren ve İçermeyen Sporlarda Dijital Oyun Bağımlılığının İncelenmesi" isimli yüksek lisans tezinizde geliştirmiş olduğumuz "Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" ni kullanabilirsiniz. Çalışmalarınızda başarılar dilerim. Prof. Dr. Muhsin HAZAR.



## İnsan Araştırmaları Etik Kurulu Yönetim Kurulu Kararları

|                        |                        |                     |
|------------------------|------------------------|---------------------|
| <b>Toplantı Tarihi</b> | <b>Toplantı Sayısı</b> | <b>Karar Sayısı</b> |
| 09.07.2021             | 5                      | 2021/107            |

**KARAR NO:2021/107**

Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU ve Doç. Dr. Cansel ARSLANOĞLU 'nun "Fiziksel Temas İçeren ve İçermeyen Sporlarda Dijital Oyun Bağımlılığının İncelenmesi" başlıklı çalışmalarının ve çalışmalarında kullanacakları aşağıda örneği verilmiş üç (3) sayfalık ölçme araçlarının fikri, hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğu başvurularda ait olmak üzere Üniversitemiz İnsan Araştırmaları Etik Kurulu Yönergesine uygun olduğunun kabulüne, sonucun Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU 'na bildirilmesine ve bilgilendirmek amacı ile Rektörlük Makamına arzına oybirliği ile karar verildi.

[illegible]

## İnsan Araştırmaları Etik Kurulu Yönetim Kurulu Kararları

|                        |                        |                     |
|------------------------|------------------------|---------------------|
| <b>Toplantı Tarihi</b> | <b>Toplantı Sayısı</b> | <b>Karar Sayısı</b> |
| 09.07.2021             | 5                      | 2021/107            |

[illegible]

(Katılmadı)

Dr. Öğr. Üyesi Pınar KARAMAN  
Üye

Dr. Öğr. Üyesi Cüneyd AYDIN  
Üye

## ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı : Esra ÇAKIR KÖSEOĞLU

Yabancı Dili : İngilizce

### Eğitim Durumu

Lise : Hamdi Bozbağ Anadolu Lisesi, 2007

Lisans : Ondokuz Mayıs Üniversitesi, 2012

Yüksek Lisans : Sinop Üniversitesi, Yıl

### Mesleki Deneyim

İş Yeri : Bulancak Halk Eğitim Merkezi Müdürlüğü, 2014

İş Yeri : Tuzla Milli Eğitim Müdürlüğü, 2015-2016

İş Yeri : Sinop Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, 2016- Halen

**Yayın Listesi** : Spor Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Akademik

Erteleme Düzeylerinin Karşılaştırılması- DOI: <http://dx.doi.org/10.22464/diyalektolog.221>