

T.C.
MUNZUR ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**LİSE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL DIŞLANMA VE SPORDA PROSOSYAL-
ANTİSOSYAL DAVRANIŞ DURUMLARININ DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI
İLE İLİŞKİSİ**

Taha Yusuf SARIGÜL

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Muhammed Bahadır SANDIKÇI**

TUNCELİ, 2025

T.C
MUNZUR ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL DIŞLANMA VE SPORDA PROSOSYAL-
ANTİSOSYAL DAVRANIŞ DURUMLARININ DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI
İLE İLİSKİSİ

Taha Yusuf SARIGÜL
(220190013)

YÜKSEK LİSANS TEZİ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

DANIŞMAN
Doç. Dr. Muhammed Bahadır SANDIKÇI

TUNCELİ-2025

T.C
MUNZUR ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL DIŞLANMA VE SPORDA PROSOSYAL-
ANTİSOSYAL DAVRANIŞ DURUMLARININ DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE
İLİŞKİSİ

Taha Yusuf SARIGÜL
YÜKSEK LİSANS TEZİ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

Bu tez 22/05/2025 tarihinde aşağıdaki jüri üyeleri tarafından oy birliği ile kabul edilmiştir.

İmza

Doç. Dr. Taner
AKBULUT
(Fırat Üniversitesi)

BAŞKAN

İmza

Doç Dr. M. Bahadır
SANDIKÇI
(Munzur Üniversitesi)

DANIŞMAN

İmza

Doç. Dr. Mustafa
KIZILKOCA
(Munzur Üniversitesi)

ÜYE

Enstitü Müdürü
Doç. Dr. Nagihan KARAASLAN AYHAN

Bu tez, Enstitümüz Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda hazırlanmıştır.

NOT: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı “Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu”ndaki hükümlere tabidir.

27/05/2025

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi ve hiçbir şekilde “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçları kabul ettiğimi bildiririm.

İmza
Taha Yusuf SARIGÜL

Danışman
Doç. Dr. Muhammed Bahadır SANDIKÇI

TEŞEKKÜR

Öncelikle tez çalışmamın kurgulanması, gerçekleşmesi ve yazım sürecinde bilgilerini ve deneyimlerini aktararak bana yol gösteren, lisansüstü eğitimim boyunca desteğini benden esirgemeyen çok değerli danışman hocam Sayın Doç. Dr. Muhammed Bahadır SANDIKÇI'ya, çok teşekkür ederim.

Son olarak yüksek lisans eğitimim süresince desteğini esirgemeyen kıymetli eşim Halise SARIGÜL'e de teşekkürü bir borç bilirim.

Taha Yusuf SARIGÜL

Tunceli-2025



İÇİNDEKİLER

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ	I
TEŞEKKÜR.....	II
İÇİNDEKİLER.....	III
ŞEKİLLER LİSTESİ	V
TABLolar LİSTESİ	VI
SEMBOLLER LİSTESİ	VII
KISALTMALAR LİSTESİ	VIII
ÖZET	IX
ABSTRACT	X
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Sosyal Dışlanma (Ostrasizm)	4
1.2. Sosyal Dışlanma Tanımı ve Tarihsel Gelişimi	5
1.3. Sosyal Dışlanmanın Unsurları	8
1.4. Sosyal Dışlanmanın Nedenleri	10
1.5. Sosyal Dışlanma Riski Bulunan Birey ve Gruplar	14
1.6. Sosyal Dışlanmanın Sonuçları.....	15
1.6.1. Bireysel sonuçlar	15
1.6.2. Toplumsal sonuçlar.....	15
1.6.3. Sosyal dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar	16
1.7. Sosyal Dışlanma Kuramları.....	18
1.7.1. Sosyal acı kuramı	18
1.7.2. Sosyal izleme sistemi ve sosyometri kuramı.....	18
1.7.3. Bilişsel yıkım ve benlik düzenlemesinin bozulması modeli	19
1.7.4. Williams'ın psikolojik dışlanma-gereksinim tehdidi modeli	20
1.8. Sporda prososyal ve antisosyal davranışlar	20
1.8.1. Prososyal davranışlar	20
1.8.2. Antisosyal davranışlar	23
1.8.3. Sporun prososyal ve antisosyal davranışlara etkisi	25
1.9. Dijital Oyun Bağımlılığı.....	28
1.10. Dijital Oyun Kavramı ve Dijital Oyunların Tarihi	29
1.11. Dijital Oyunların Özellikleri.....	30

1.12. Dijital Oyun Türleri	32
1.13. Dijital Oyun Ortamları.....	34
1.14. Dijital Oyunun Etkileri	35
1.15. Dijital Oyun Bağımlılığının Nedenleri	36
1.16. Dijital Oyun Bağımlılığının Belirtileri	36
1.16.1. Dijital oyun bağımlılığının psikolojik etkileri	37
1.16.2. Dijital oyun bağımlılığının sosyal etkileri	37
1.16.3. Dijital oyun bağımlılığının bilişsel etkiler	38
1.16.4. Dijital oyunların olumlu etkileri	38
1.16.5. Dijital oyunların olumsuz etkileri.....	39
2. YÖNTEM	40
2.1. Araştırma Modeli.....	40
2.2. Evren-Örneklem	40
2.3. Veri Toplama Araçları.....	41
2.3.1. Ergenler için ostarasizm (sosyal dışlanma) ölçeği	42
2.3.2. Sporda prososyal ve antisosyal davranış ölçeği	42
2.3.3. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği.....	42
2.4. Araştırma Yayın Etiği.....	43
2.5. Verilerin Analizi	43
3. BULGULAR	45
4. TARTIŞMA.....	54
6. KAYNAKLAR.....	64
ÖZGEÇMİŞ	
EKLER	

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1.1. Sosyal dışlanma unsurları	10
Şekil 1.2. Sosyal dışlanma nedenleri.....	14
Şekil 1.3. Eğitsel dijital oyun kullanım gerekçeleri	32



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 2.1. Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerine dair bilgiler	41
Tablo 2.2. Araştırma kapsamında kullanılan ölçek alt boyutlarına ilişkin ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri.....	44
Tablo 3.1. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre t testi sonuçları.....	45
Tablo 3.2. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının düzenli spor yapma değişkenine göre t testi sonuçları	46
Tablo 3.3. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının sigara içme değişkenine göre t testi sonuçları.....	47
Tablo 3.4. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının sınıf değişkenine göre anova testi sonuçları.....	48
Tablo 3.5. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının genel başarı düzeyi durumu değişkenine göre anova testi sonuçları	49
Tablo 3.6. Sosyal Dışlanma ve Sporda Prososyal-Antisosyal Davranış ve Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyut Puanlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre t Testi Sonuçları.....	50
Tablo 3.7. Sosyal Dışlanma ve Sporda Prososyal-Antisosyal Davranış ve Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyut Puanlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre t Testi Sonuçları.....	51
Tablo 3.8. Sosyal Dışlanma ve Sporda Prososyal-Antisosyal Davranış ve Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyut Puanlarının Aile Gelir Düzeyi Durumu Değişkenine Göre ANOVA Testi Sonuçları.....	52
Tablo 3.9. Araştırma Kapsamına Alınan Ölçek ve Alt Boyutları Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları.....	53

SEMBOLLER LİSTESİ

%	: Yüzde
F	: Varyans değeri
N	: Sayı, Frekans
p	: Anlamlılık düzeyi
s.s	: Standart Sapma
t	: t Testi değeri



KISALTMALAR LİSTESİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
DFA	: Doğrulayıcı Faktör Analizi
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
SDMS	: Sosyal Dışlanma Çözümleme Merkezi



ÖZET

Dijital oyun bağımlılığı, ergenlerde sosyal dışlanma ve spor ortamındaki davranış eğilimlerini etkileyerek sosyal uyum ve psikolojik gelişim üzerinde önemli bir rol oynamaktadır. Bu araştırma, lise öğrencilerinde sosyal dışlanma ile sporda prososyal ve antisosyal davranışların dijital oyun bağımlılığı ile ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmada, katılımcıların cinsiyet, sınıf düzeyi, aktif spor yapma, genel başarı durumu, anne ve baba eğitim seviyesi, aile gelir düzeyi ve sigara kullanımı gibi demografik değişkenler dikkate alınmıştır. İlişkisel tarama yöntemiyle gerçekleştirilen araştırmada, “Ergenler İçin Ostrasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği,” “Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği” ve “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmaya, 2023-2024 eğitim-öğretim döneminde Elâzığ ilinde Millî Eğitim Bakanlığı’na bağlı Çubuk Bey Anadolu Lisesi’nde öğrenim gören 189 erkek ve 133 kadın olmak üzere toplam 322 gönüllü öğrenci katılmıştır. Verilerin tanımlayıcı istatistiği ile iki ve ikiden fazla grupların karşılaştırılmasında sırasıyla t-Testi ve One Way ANOVA testleri SPSS 25.0 paket programı aracılığı ile yapılmış ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir. Katılımcıların anne baba eğitim ve aile gelir düzeyi değişkenlerine göre sosyal dışlanma sporda prososyal-antisosyal davranışlar ve dijital oyun bağımlılığı alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmazken ($p>0.05$) cinsiyet, sınıf, genel başarı düzeyi aktif spor yapma ve sigara kullanma değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$). Elde edilen bulgular doğrultusunda, genç bireylerin sosyal uyumlarını desteklemek ve dijital oyun bağımlılığı ile ilişkili olumsuz davranışları azaltmak amacıyla; okullarda düzenli spor etkinliklerinin teşvik edilmesi, dijital medya okuryazarlığı eğitimlerinin yaygınlaştırılması ve sosyal beceri gelişimini hedefleyen programların uygulanması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: Sosyal dışlanma, sosyal davranış, oyun bağımlılığı, lise

ABSTRACT

Relationship Between Social Exclusion and Prosocial-Antisocial Behavior in Sports With Digital Game Addiction Among High School Students

Digital game addiction plays an important role in social adaptation and psychological development by affecting social exclusion and behavioural tendencies in sports environments among adolescents. This study aims to examine the relationship between social exclusion and prosocial and antisocial behaviour in sports with digital game addiction among high school students. The study took into account demographic variables such as participants' gender, grade level, participation in sports, overall academic performance, parents' education level, family income level, and smoking habits. The study, conducted using a correlational survey method, utilised the 'Ostracization (Social Exclusion) Scale for Adolescents,' the 'Prosocial and Antisocial Behaviour in Sports Scale,' and the 'Digital Game Addiction Scale.' A total of 322 volunteer students, including 189 males and 133 females, who were enrolled at Çubuk Bey Anatolian High School, affiliated with the Ministry of National Education in Elazığ Province during the 2023-2024 academic year, participated in the study. Descriptive statistics of the data and comparisons between two and more than two groups were performed using t-tests and One-Way ANOVA tests, respectively, through the SPSS 25.0 software package, with a significance level of $p < 0.05$. No significant differences were found in the sub-dimensions of social exclusion, prosocial-antisocial behaviour in sports, and digital game addiction based on the variables of parents' education and family income level ($p > 0.05$). However, significant differences were found based on the variables of gender, class, overall academic performance, active participation in sports, and smoking ($p < 0.05$). Based on the findings, it is recommended that regular sports activities be encouraged in schools, digital media literacy education be promoted, and programmes aimed at developing social skills be implemented in order to support the social adaptation of young individuals and reduce negative behaviours associated with digital game addiction.

Key words: Social exclusion, social behavior, gaming addiction, high school

1. GİRİŞ

Sosyal dışlanma, bireyin, olumlu akran ilişkileri kurarak aidiyet hissini deneyimlemesini engelleyen önemli faktörlerden biridir (Stout, 2009). Diğer bir deyişle, sosyal dışlanma, bir kişinin veya gruptaki bireylerin, topluluklarının yaşam alanlarına kısmi ya da tamamen katılım sağlama imkânı bulamaması olarak tanımlanabilir (Panek ve Czapinsky, 2015). William (2007) ise dışlanmayı bir bireyin ya da grubun diğer bir kişiyle iletişim kurmayı istememesi şeklinde açıklamaktadır. Sosyal dışlanma yalnızca bir kişiyi gruptan dışlamak veya yok saymakla sınırlı değildir; aynı zamanda, o kişiye karşı duyarsız ve tepkisiz bir şekilde davranmak da dışlanma anlamına gelir (Akın ve ark., 2015). Ergenlik dönemi, sosyalleşmenin birey için son derece önemli olduğu bir dönemdir ve bu dönemde dışlanma oldukça yaygın bir durumdur (Büyükcebeci, 2017). Sosyalleşmenin ve akran ilişkilerinin bu denli hassas olduğu bir dönemde yaşanacak herhangi bir dışlanma, bireyin başta ait olma hissi ve sosyal kabul olmak üzere pek çok temel ve evrensel ihtiyacını tehdit edebilir (Baumeister ve Leary, 1995). Spor etiği konusundaki araştırmalar ise her geçen gün artmakta ve çeşitlenmektedir. Bu alandaki önemli çalışmalardan biri, Kavussanu ve Boardley (2009) tarafından yapılmış olup, farklı takım sporlarındaki sporcuların prososyal ve antisosyal davranışlarını incelemektedir. Prososyal ve antisosyal davranış terimleri, Bandura'nın sosyal öğrenme kuramında ahlakın proaktif ve önleyici yönlerini tanımlar (Kavussanu ve ark., 2006; Sage ve ark., 2006).

Sporcuların gelişiminde önemli bir boyut ise, sosyal yönlerinin güçlendirilmesidir. Prososyal ve antisosyal davranışlar, sporcuların birbirleriyle iletişim kurma ve sosyalleşme süreçlerinin temel unsurlarını oluşturur. Son yıllarda sporda ahlaki perspektiflere odaklanan çalışmalar artış göstermektedir. Spor etiği, spor içerisindeki temel davranışları (Bandura, 1999) prososyal (olumlu) ve antisosyal (olumsuz) olarak sınıflandırmaktadır. Sporda prososyal davranışlar, rakibe veya takım arkadaşına olumlu davranış sergilemeyi ve yardımseverliği temel alırken, antisosyal davranışlar ise zarar verme ve dezavantaj yaratma gibi olumsuz tutumları içerir (Kavussanu ve ark., 2006; Kavussanu, 2008). Yapılan pek çok araştırma, düzenli spor yapmanın ve fiziksel aktiviteye katılmanın bağımlılıkları önlemede ve tedavi etmede olumlu etkiler sağladığını göstermektedir (Orhan, 2018; Şimşek, 2017). Ayrıca, sosyal becerilerin eksikliği, birçok bağımlılığın ortaya çıkmasının ve devam etmesinin temel nedenlerinden biri olarak kabul edilmekte olup, sportif etkinliklere katılım ile sosyal beceriler arasındaki ilişki ters yönlü anlamlı bir bağ göstermektedir. Kişilerin

sportif faaliyetlere katılım düzeyleri arttıkça, sosyal beceri yeteneklerinin de geliştiği gözlemlenmektedir. Karar verme, stresle başa çıkma ve iletişim gibi sosyal becerilerin gelişimi, bağımlılıkları önleme ve tedavi etme konusunda dolaylı olarak pozitif bir etki yaratmaktadır. Bu becerilerin geliştirilmesi, bireylerin zorluklarla daha etkili başa çıkmalarını sağlayarak, sosyal uyumlarını güçlendirir ve psikolojik sağlamlıklarını artırır (Kul ve Demirel, 2015). Dijital oyun bağımlılığı, bireyin belirli bir davranışı yoğun bir şekilde gerçekleştirme isteğiyle hareket etmesi sonucunda, geçici bir rahatlama hissi yaşamasına yol açabilir. Ancak, bu davranış engellendiğinde huzursuzluk, boşluk hissi veya yoksunluk gibi olumsuz duygular ortaya çıkabilir. Bu tür bir davranış tekrarlandıkça birey tatmin duygusu hisseder ve zamanla bu durum bir bağımlılık haline dönüşebilir. Daha açık bir ifadeyle, bağımlılık, geçmiş deneyimlerin bireyde haz uyandırması ve bu hazzı yeniden yaşama arzusuyla aynı davranışı tekrarlama eğiliminde bulunmasıdır. Ancak, önceki tatminlerin yeterli gelmemesi durumunda, birey yeni haz beklentilerine koşullanabilir. Davranışsal bağımlılık kategorisinde değerlendirilen teknoloji bağımlılığı ise; medya, televizyon, cep telefonu, bilgisayar ve internet gibi araçların aşırı kullanımıyla kendini göstermektedir. Özellikle internet ve dijital oyun bağımlılığı, bireylerin bu platformlarda uzun süre vakit geçirmesiyle ilişkilendirilir ve bu durum bağımlılık belirtileri arasında kabul edilir (Tiryaki, 2015).

Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sergilenen prososyal ve antisosyal davranışlar ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi, gençlerin psikososyal uyum süreçlerine ve bağımlılık eğilimlerine yönelik önemli veriler sağlayabilir. Bu doğrultuda, öğrencilerin sosyal dışlanma deneyimlerinin ve spor davranışlarının dijital oyun bağımlılığı ile nasıl bir etkileşim içinde olduğunun araştırılması önem arz etmektedir. Bu araştırma, dijital oyun bağımlılığının genç bireylerin sosyal ilişkileri ve sportif davranışları üzerindeki etkisini inceleyerek, günümüz ergenlerinin dijital dünyayla olan etkileşimlerinin sosyal gelişimlerine nasıl yansıdığını anlamaya yönelik önemli bir katkı sağlamaktadır. Lise döneminde şekillenen sosyal kimlik ve değer yargılarının, dijital oyun bağımlılığıyla nasıl değiştiği; sosyal dışlanma, empati, iş birliği ve agresyon gibi kritik sosyal faktörlerle olan ilişkileri üzerinden değerlendirilmektedir. Aynı zamanda sporun sosyal bir bağlam olarak bireyler arası ilişkileri nasıl etkilediği ve dijital bağımlılık düzeylerinin bu etkileşimleri nasıl şekillendirdiği incelenerek, eğitimciler, antrenörler ve aileler için rehberlik edebilecek pratik öneriler sunulması hedeflenmektedir.

Varsayımlar

Katılımcıların ölçeklerdeki tüm sorulara samimi ve gerçekçi cevaplar verdiği varsayılmıştır

Sınırlılıklar

- Araştırmada gerçekleştirildiği zaman dilimi ve bu zaman diliminin özellikleri ile sınırlı görülmektedir
- Çalışma 2024-2025 eğitim öğretim yılında Çubukbey Anadolu Lisesinde öğrenim gören öğrenciler sınırlıdır.
- Araştırma bulguları çalışma grubu ile sınırlıdır.

Bu doğrultuda araştırma hipotezi şu şekilde oluşturulmuştur

Ana Hipotez

Hipotez 1 (H1): Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış durumları ve dijital oyun bağımlılıkları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Alt Hipotezler.

Hipotez 2 (H1): Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış durumları ve dijital oyun bağımlılıkları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık vardır.

Hipotez 3 (H1): Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış durumları ve dijital oyun bağımlılıkları sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık vardır.

Hipotez 4 (H1): Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış durumları ve dijital oyun bağımlılıkları düzenli spor yapma değişkenine göre anlamlı farklılık vardır.

Hipotez 5 (H1): Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış durumları ve dijital oyun bağımlılıkları sigara kullanma durumu değişkenine göre anlamlı farklılık vardır.

Hipotez 6 (H1): Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış durumları ve dijital oyun bağımlılıkları genel başarı düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık vardır.

Hipotez 7 (H1): Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış durumları ve dijital oyun bağımlılıkları anne eğitim değişkenine göre anlamlı farklılık vardır.

Hipotez 8 (H1): Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış durumları ve dijital oyun bağımlılıkları baba eğitim değişkenine göre anlamlı farklılık vardır.

Hipotez 9 (H1): Lise öğrencilerinde sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış durumları ve dijital oyun bağımlılıkları aile gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık vardır.

1.1. Sosyal Dışlanma (Ostrasizm)

Bireyler, içinde bulundukları çevreyle sağlıklı iletişim kurabildikleri ve kendilerini o çevreye ait hissedebildikleri güvenli sosyal ortamlara ihtiyaç duyarlar. Ancak her zaman böyle bir ortamı bulmak ya da sürdürülebilmek mümkün olmayabilir. Bu noktada, bireyin sosyal çevreden dışlanması ya da diğer adıyla ostrasizm kavramı gündeme gelir. Literatürde sosyal dışlanma kavramı genel olarak benzer anlamlarda kullanılsa da, bu olguyu tanımlamak için farklı terimlerin tercih edildiği görülmektedir (Baumeister ve Leary, 1995; Leary, 2005). Her ne kadar bu kavramlar arasında tam bir görüş birliği bulunmasa da, bazı araştırmacılar sosyal dışlanma, psikolojik dışlanma ve sosyal reddetme gibi terimleri eşanlamlı olarak değerlendirmektedir (Yılmaz-Anatca, 2010; Williams, 2007). Sosyal dışlanma, bireyin olumlu sosyal ilişkiler kurmasını ve aidiyet duygusunu geliştirmesini engelleyen önemli bir etmendir (Stout, 2009). Panek ve Czapinsky (2015) ise sosyal dışlanmayı, bir topluluğun üyesi olan bireylerin, o topluluğun sosyal yapısında tam anlamıyla yer bulamaması olarak tanımlamaktadır. Williams (2007), reddetmeyi, bir birey ya da grubun, başka bir bireyle iletişim kurmaktan bilinçli olarak kaçınması şeklinde tanımlamaktadır. Sosyal dışlanma yalnızca bireyin bir topluluktan fiziksel olarak uzaklaştırılması ya da görmezden gelinmesi ile sınırlı değildir; aynı zamanda bireyin varlığına yönelik herhangi bir tepkinin gösterilmemesi de bu kapsamda değerlendirilmektedir. Ergenlik dönemi, bireyin sosyal ilişkiler kurma ve grup içinde kabul görme ihtiyacının oldukça yoğunlaştığı bir gelişim evresi olup, bu dönemde dışlanma yaşantıları oldukça sık görülmektedir (Büyükcebeci, 2017). Özellikle bu dönemde karşılaşılan dışlanma deneyimleri, bireyin temel psikososyal ihtiyaçları olan aidiyet hissi ve sosyal kabul gibi evrensel gereksinimlerini ciddi şekilde tehdit etmektedir.

1.2. Sosyal Dışlanma Tanımı ve Tarihsel Gelişimi

Sosyal dışlanma kavramı, ilk kez 1970’li yıllarda Fransa’da gündeme gelmiş olsa da başlangıçta yeterince ilgi görmemiştir. Bu kavram, 1974 yılında Rene Lenoir tarafından açık biçimde tanımlanarak literatürde yer edinmiştir. Lenoir, yalnızca yoksulluğun değil, bireylerin toplumla olan bağlarının zayıflamasıyla birlikte sosyal güvence sisteminden dışlanmalarının da önemli bir sorun olduğunu vurgulamıştır (Silver, 1994; Sarıgül, 2019; Şahin, 2009). Ayrıca Lenoir’e göre dışlanma yalnızca maddi yoksunlukla sınırlı değildir; evsizler, suç işlemiş bireyler, hastalar, engelliler, istismar mağdurları, devlet korumasındaki kişiler, madde bağımlıları, işsizlik nedeniyle sosyal yardımlardan yararlanamayanlar, marjinal gruplar, parçalanmış aileler, yalnız ebeveynler ve sosyal uyumsuzluk gösteren bireyler de bu kategoriye dahildir (Silver, 1994; Darıyemez, 2012). 1970’li yılların sonlarına doğru, Fransa’da sosyal dışlanma kavramı iki temel boyutta ele alınmaya başlanmıştır: nesnel ve öznel dışlanma. Nesnel dışlanma, bireylerin kendi kontrolü dışında gelişen nedenlerle toplumun dışında kalmalarını ifade ederken; öznel dışlanma ise politik ve sınıfsal mücadelelerin, kitlesel direniş hareketlerinin, marjinal grupların ve göçmenlerin dışlanmışlık deneyimlerine işaret etmektedir (Silver, 1994; Şahin, 2009). 1980’li yıllarda ise kavram, işsizlik ve yoksullukla daha sık ilişkilendirilmiş ve küresel düzeyde daha yaygın kullanılan bir olgu hâline gelmiştir. 1990’lı yıllarda sosyal dışlanmanın önlenmesine yönelik politikaların geliştirilmesine odaklanılmış; bu dönemde, sosyal bütünleşmenin sağlanması için stratejik yaklaşımlar benimsenmiştir (Şahin, 2009). Aynı zamanda, 1990’ların sonlarına gelindiğinde Avrupa Birliği çerçevesinde dış rekabet, sosyal koruma ve ekonomik etkinlik arasında hassas bir denge kurulması hedeflenmiş; bu doğrultuda sosyal dışlanma kavramı yeniden ele alınarak, sosyal içerme politikaları güncellenmiştir (Kalaycı, 2007). Fransa’da ortaya çıkan ve zamanla gelişen sosyal dışlanma kavramı, kısa süre içerisinde diğer Avrupa ülkeleri tarafından da benimsenmiştir (Atkinson ve Davoudi, 1999). Avrupa Birliği, bu dönemde sosyal dışlanmayı temel politika alanlarından biri olarak değerlendirmiştir. Başlangıçta, Avrupa Komisyonu bu olguyu daha çok işsizlik bağlamında ele almış, ancak zamanla kavram çok daha geniş bir çerçevede tartışılmaya başlanmıştır. 1990’lı yılların sonlarına doğru, Avrupa Topluluğu Komisyonu tarafından “Sosyal Dışlanma ile Mücadele Politikalar Gözlemevi” kurulmuş ve bu çerçevede çeşitli raporlar hazırlanmıştır. 2000’li yılların başlarında, küresel ölçekte yaşanan toplumsal ve ekonomik dönüşümlerle birlikte sosyal dışlanma kavramı hızla sosyal koruma literatüründe yerini almıştır (Gökbayrak,

2006). Nitekim 2020 yılı itibarıyla Avrupa Birliği'nin ekonomik dönüşüm stratejilerinde sosyal dışlanmaya yönelik politikalara özel bir vurgu yapılmış; özellikle yoksulluk içinde yaşayan bireylerin yaşam koşullarının iyileştirilmesi ve toplumda aktif bireyler olarak yer almaları adına çeşitli önlemler alınmıştır. Bu bağlamda, AB üyesi ülkeler, sosyal dışlanma riski taşıyan gruplara yönelik politika ve uygulamaları hayata geçirmektedir (Gökyay, 2014). Sosyal politika literatüründe Fransa kökenli olarak gelişen sosyal dışlanma kavramı, 1997 yılından itibaren yalnızca maddi gelir yetersizliğiyle sınırlı kalmayıp, bireyleri toplumsal yaşama katılımdan ve çeşitli avantajlı durumlardan mahrum bırakan çok boyutlu bir olgu olarak ele alınmaya başlanmıştır. İngiltere hükümeti tarafından yapılan tanımda, sosyal dışlanma; bireylerin işsizlik, düşük beceri düzeyi, ayrımcılığa maruz kalma, yetersiz gelir, artan suç oranları, sağlık sorunları ve aile yapısının bozulması gibi bir dizi olumsuzlukla karşı karşıya kalmaları sonucu oluşan bir süreç olarak tanımlanmıştır. Kavram, coğrafi bağlamda da farklı anlamlar kazanmıştır: Amerika Birleşik Devletleri'nde sosyal dışlanma, siyahi ve Hispanik bireylerin alt sınıflarda yer almasıyla ilişkilendirilirken; Latin Amerika'da ise daha çok yoksulluk, yoksunluk ve eşitsizlik temelinde sosyal haklardan dışlanma biçiminde ele alınmaktadır (Derin, 2017). Çok boyutlu ve karmaşık bir yapıya sahip olan bu dışlanma olgusu, toplumda sosyal parçalanma ve huzursuzluk korkusunu artırmakta, çözüm üretmeyi güçleştirmektedir. Bu durum, sosyal dışlanma konusunu Avrupa Birliği'nin sosyal politika tartışmalarında merkezi bir konuma taşımıştır (Sapancalı, 2005; Şahin, 2009). Sosyal dışlanma, bireyin toplumla bütünleşmesini engelleyen ya da bireyin kendisini toplumsal yaşama katmakta yetersiz hissetmesine neden olan çok boyutlu bir olgudur (Bhalla ve Lapeyre, 1997). Özellikle bu kavramın sosyal ilişkiler temelinde tanımlanması, sosyal dışlanmanın toplumsal dayanışma ile doğrudan bağlantılı olduğunu göstermektedir. Bu durumun temel nedeni, sosyal dışlanmanın genellikle dayanışmanın zayıf olduğu veya tamamen ortadan kalktığı ortamlarda daha belirgin hâle gelmesidir. Bu bağlamda, toplumsal dayanışmanın güçlendirilmesi, sosyal dışlanmanın önlenmesinde temel bir unsur olarak öne çıkmaktadır (Şahin, 2009). Sosyal dışlanma kavramı, oldukça geniş ve karmaşık bir yapıya sahip olup, farklı disiplinler tarafından çeşitli şekillerde tanımlanmıştır. Her ne kadar başlangıçta ekonomik temelli bir sorun olarak görülmüş olsa da, zamanla sosyal, siyasal ve kültürel boyutları da kapsayan çok yönlü bir mesele hâline gelmiştir. Örneğin, Castillo ve Isabel (1994), sosyal dışlanmayı dinamik bir süreç olarak tanımlayarak, bireyin hem maddi hem de manevi açıdan toplumdan uzaklaştığı; destekleyici kurumlardan ve sosyal yardımlardan mahrum kaldığı ölçüde bu dışlanmanın derinleştiğini ifade

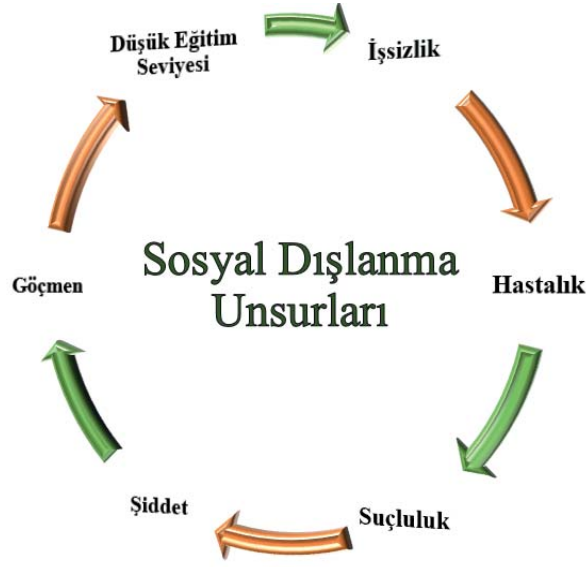
etmektedir. Walker ve Walker'a (1997) göre sosyal dışlanma, bireylerin toplumla bütünleşmelerini sağlayan sivil, politik, ekonomik ve sosyal haklara erişimde yaşadıkları kısıtlılık süreci olarak tanımlanmıştır (Atıcı, 2017). Tartanoğlu (2010) ise bu kavramı, bireyin yapabilirlik kapasitesinin yetersizliği sonucu toplumsal yaşama katılımı yaşadığı dışlanma biçimi olarak değerlendirmiştir (Yıldırım, 2016). Sapançalı'ya (2005) göre ise sosyal dışlanma, bireylerin belirli bir konumdan çok, çeşitli nedenlerle toplumsal faaliyetlere katılım açısından toplumun dışında kalmaları ve vatandaşlık temelli ekonomik, siyasal ve sosyal eylemlere iştirak edememeleri durumudur. Bu bağlamda, sosyal dışlanmayı toplumsal bütünlüğün zıttı olarak ele almıştır. Benzer şekilde Wagle (2002), sosyal dışlanmayı bireylerin toplumsal yaşama tam anlamıyla katılamadıkları ya da katılımlarının kısmen engellendiği bir süreç olarak tanımlar (Selim ve Çomuk, 2017). Öte yandan Blackhart ve arkadaşları (2009), sosyal dışlanmayı bireyin yalnız bırakılması ya da bilinçli şekilde dışlanması durumu olarak açıklamış ve bu bireylerin sosyal iletişim kurma isteğinin azaldığını vurgulamışlardır (Soylu, 2010). Sosyal dışlanma, genel anlamda bireylerin ekonomik, politik, sivil ve sosyal vatandaşlık haklarından tamamen ya da kısmen yoksun bırakılması durumu olarak tanımlanabilir (Walker ve Walker, 1997). Yapılan tanımlar incelendiğinde, kavramın başlangıçta daha çok ekonomik yoksunluk ve piyasa temelli dışlanma biçimlerine odaklandığı görülmektedir. Ancak günümüzde, sosyal dışlanma yalnızca ekonomik eksikliklerle sınırlı kalmamakta; aynı zamanda bireylerin çeşitli etiketleme, ayrımcılık ve yapısal engeller nedeniyle pek çok temel haktan yoksun bırakılmalarını da kapsamaktadır (Çelik ve Şahin, 2012). Sosyal Dışlanma Çözümleme Merkezi (SDMS), bu sorunun üç temel nedeni olduğunu belirtmektedir: bireyin yaşadığı coğrafi bölgenin dezavantajları, bireyin kişisel kusuru olmaksızın toplumsal etkinliklere tam olarak katılamaması ve katılım isteğine rağmen bu sürece dahil olamaması (Burchardt ve ark., 2002). Benzer şekilde, İngiltere bünyesindeki Sosyal Dışlanma Ünitesi (SEU), sosyal dışlanmayı düşük gelir, olumsuz yaşam koşulları, işsizlik, suç oranlarının yükseldiği, sağlık sorunları ve aile yapısındaki bozulmalar gibi nedenlerle bireylerin yaşadığı ciddi sıkıntılı durumlar olarak tanımlamaktadır (Şenol, 2010). Sosyal dışlanma kavramı, dışlanan bireylerin yalnız kaldığı ve dışlayan bireyler veya gruplar tarafından sosyal ilişkilerden mahrum bırakıldığı durumu ifade etmektedir. Bu bağlamda, dışlanan kişi, kendisini dışlayan birey ya da grupla herhangi bir ilişki kurmayı reddeder (Soylu, 2010). Sosyal dışlanma, çok boyutlu bir olgu olduğu için, bu kavramla ilgili yapılan tanımlar da büyük çeşitlilik göstermektedir. Sapançalı (2005), sosyal dışlanmanın karmaşık yapısı ve çok boyutluluğu

nedeniyle üç farklı kategoride ele alınabileceğini savunmuştur. Birinci grup, çok boyutlu ve birbirine bağlı durumları kapsar; bu durum, bireyin toplumsal yapıya dahil olamaması ve toplum dışında kalmasıyla açıklanır. İkinci grup tanımlamaları, bireylerin toplumla olan ilişkilerini değerlendirir; burada hem bireylerin topluma katılma konusunda kendilerini yetersiz hissetmeleri, hem de toplumsal katılımın engellenmesi vurgulanır. Bu açıdan bakıldığında, sosyal dışlanma genellikle toplumdan soyutlanma boyutuyla ele alınmaktadır. Üçüncü grup ise sosyal dışlanmanın toplumsal işleyişin aksamasına yol açan alt sistemleri içerdiğini belirtir; bu alt sistemler işgücü piyasası, demokrasi ve hukuk sistemi, aile yapısı, toplum yapısı ve sosyal refah sistemini kapsamaktadır (Kalaycı, 2007). Öztosun (2018) çalışmasında, sosyal dışlanmayı psikolojik ya da sözel hakaretler eşliğinde, mağdur bireyi korkutma, üzme veya fiziksel saldırılara maruz bırakma olarak tanımlamaktadır. Literatürde, sevgiye karşılık alamama, ayrımcılığa uğrama, terk edilme, zorbalığa uğrama ve yalnız bırakılma gibi kavramlar, sosyal dışlanma ile eş anlamlı şekilde kullanılmaktadır (Öztosun, 2018). Ergenlik dönemi, bireyin normal gelişim görevlerini yerine getirdiği bir dönemdir. Bu görevlerden bazıları; sosyal kuralların farkına varma, sağlıklı sosyal ilişkiler kurma ve kişisel kimliği oluşturmaktır. Bu bağlamda, ergenlik döneminde bireylerin sosyal dışlanmaya maruz kalması oldukça yaygın bir durumdur. Akran ilişkilerinin, birçok araştırmada ergen gelişimi üzerinde önemli bir rol oynadığı tespit edilmiştir. Buna paralel olarak, bireyin akranları ve sosyal çevresi tarafından reddedilmesi, göz ardı edilmesi veya dışlanması, ciddi psikolojik sorunlara yol açabilir ve gelişim süreçlerini olumsuz etkileyebilir (Öztosun, 2018).

1.3. Sosyal Dışlanmanın Unsurları

Sosyal dışlanma kavramı, tanımlarındaki çeşitlilik nedeniyle farklı unsurlar içermektedir (Atkinson ve Davoudi, 1999). Atkinson, dışlanma unsurlarını üç ana başlık altında toplamıştır: İlk unsur, görelilik unsurudur. Kişi, belirli bir yer ve zamanda, farklı toplumlar arasında bakış açılarına göre dışlanmaya maruz kalabilir. İkinci unsur, sosyal ilişki unsurudur. Son olarak, üçüncü unsur dinamik unsurdur (Soylu, 2010). Silver ve Miller, sosyal dışlanmanın göreceli, çok boyutlu ve dinamik bir süreç olduğunu savunmuşlardır (Silver, 1995; Atıcı, 2017; Şahin, 2009). Ayrıca, sosyal dışlanmanın üç temel paradigması olduğunu ileri sürmüşlerdir: Tekelleşme, dayanışma ve uzmanlaşma (Silver, 2003). Tekelleşme paradigmasında, sosyal düzenin, baskı ve hiyerarşik güçler tarafından dayatılan bir zorunluluk olarak görüldüğü ifade edilmiştir. Sosyal demokrasi perspektifine göre

dışlanma, statü farkları ve gruplar arasındaki çıkar çatışmalarını yansıtarak, ekonomik sömürü yapan grupların güçlenmesiyle ortaya çıkmaktadır. Dayanışma paradigmasında ise dışlanma, toplum ile birey arasındaki ilişkiyi zayıflatan bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Köken, ırk, ülke veya diğer toplumsal bağlarla şekillenen dayanışma içerisinde, ötekini dışlama unsuru önemli bir yer tutmaktadır. Uzmanlaşma paradigmasında, temel düşünce liberalizme dayanır. Bu paradigma, bireyin sosyal düzeni, özerk bir şekilde kendi çıkarları ve motivasyonları doğrultusunda diğer bireylerle oluşturduğu alışveriş ağı üzerinden tanımlar. Toplumda farklı ilgi alanları ve yetenekleri bulunan bireylerin bir arada yer aldığı bu yapıda dışlanma, rekabet ya da işbirliği içinde olan bireylerin oluşturdukları toplumsal yapıdan doğar. Bu bağlamda, dışlanmanın ana sebebi, toplumda var olan toplumsal hatalardır (Çakır, 2002). Sosyal dışlanmayı oluşturan unsurların ortak olduğuna vurgu yapan Çakır (2002), bu unsurları şu şekilde sınıflandırmıştır: Ekonomik dışlanma, sosyal destek yoksunluğu, sosyal ilişki zayıflığı ve kurumsal dışlanma. Ekonomik dışlanma, maddi yoksunluk nedeniyle bireyin temel ihtiyaçlarını karşılayamaması durumunu ifade eder. Sosyal destek yoksunluğu ve sosyal ilişki zayıflığı ise iki ana boyutta ele alınır. Birinci boyut, işsizlik yaşayan bireylerin yalnızca ekonomik dışlanmaya maruz kalmadığı, aynı zamanda işsizlik nedeniyle sosyal iletişimden de mahrum kaldıklarıdır. İşsiz bireyler, diğer insanlarla yeterli düzeyde iletişim kurmakta zorluk yaşar, bu da onların toplumsal bağlarını zayıflatır. İkinci boyut ise, daha yakın ilişkilerdeki zayıflamadır. Aile, arkadaş ve akraba ile olan ilişkiler, duygusal bağların güçlü olduğu bağlardır ve bu ilişkilerdeki kopmalar, bireyi yalnızlaştırabilir. Ancak, işsizlik durumunda bile yakın çevreden maddi ve manevi destek sağlanarak dışlanma riski azaltılabilir. Son olarak, kurumsal dışlanma ise, ihtiyaç duyan yoksul, kimsesiz ve bakıma muhtaç bireylerin gerekli destekten mahrum kalmalarını ifade eder. Bu durum, destek sağlayan kurumların yetersizliği nedeniyle ortaya çıkar ve bireylerin sosyal dışlanmasına yol açar (Çakır, 2002).



Şekil 1.1. Sosyal dışlanma unsurları

1.4. Sosyal Dışlanmanın Nedenleri

Her toplumun kendine özgü bir yapısı vardır ve bu yapıya bağlı olarak sosyal dışlanmanın çeşitli nedenleri ortaya çıkmaktadır. Her toplumda bireylerin nasıl dışlanacağı hakkında kesin bir yargıya varmak mümkün değildir, aynı şekilde bir bireyin kesinlikle dışlanmayacağını söylemek de mümkün değildir. Örneğin, refah düzeyi yüksek ve sosyo-ekonomik durumu iyi olan kişilerin de sosyal dışlanma yaşama olasılığı bulunmaktadır. Bireylerin psikolojik durumu, sosyal ilişkileri ve kişisel özellikleri, sosyal dışlanma yaşamalarına neden olabilmektedir. Birçok kişi için, bireylerin topluma katılabilmek adına erişimleri gereken kaynaklara ulaşamaması, sosyal dışlanmaya yol açabilir. Bu kaynaklar ekonomik, politik, kültürel ve sosyal olabilir. Ayrıca, bir dışlanmanın, başka bir dışlanmayı tetiklediği de söylenebilir. Ancak ikinci dışlanmanın her zaman ilkinin bağlı olduğu söylenemez, çünkü dışlanma başka faktörler nedeniyle de ortaya çıkabilir. Eğitimsizlik sonucu işsiz kalan bir bireyin varlığı, eğitim almayan her bireyin işsiz kalacağı anlamına gelmemektedir; bu durum örnek olarak verilebilir (Şahin, 2009). Kişilerin hangi açıdan dışlandıkları, ne sebeple dışlandıkları, dışlanmanın nasıl bir süreç olduğu ve dışlanan bireylerin bu durumu nasıl kabullendikleri son derece önemlidir. Bu unsurlar göz önüne alınarak, toplumlar arasında dışlanmanın nasıl gerçekleştiği saptanabilir ve karşılaştırılarak bir genelleme yapılabilir (Atkinson ve Davoudi, 1999). Sosyal dışlanma kavramı ekonomik nedenlerden doğmuş olsa da, her dışlanma olgusu ekonomik temele dayanmaz. Dışlanma nedenleri birbirine bağlıdır ve etkileşim içindedir. Kavramın farklı alanlarda

kullanılmasının, nedenlerini de şekillendirdiği söylenebilir (Yıldırım, 2006). Literatürde sosyal dışlanmanın birbirinden kesin çizgilerle ayrılan üç ana nedeni şu şekilde sıralanmıştır (Burchardt ve ark., 2002): İlk olarak sınıf altı tartışmaları, burada birey davranışlarıyla ahlaki değerlerini ortaya koyar. İkinci olarak, kişinin sistemlere, kurumlara ve diğer yerlere dâhil olmaması durumu söz konusu olur. Üçüncüsü ise, kişinin karar alma mekanizmalarında yer alamamasından kaynaklanan tartışmaları kapsamaktadır (Burchardt ve ark., 2002; Aktaş, 2017; Şahin, 2009). Sosyal dışlanmanın nedenleri, gruplara göre politik, ekonomik, sosyal, bireysel ve psikolojik olmak üzere çeşitli kategorilerde ele alınabilir. Bireysel nedenler arasında kişinin yaşı, cinsiyeti, ırkı, dili, dini, eğitimi, medeni hali, evliliği, çocuk sayısı, sağlık durumu ve vatandaşlık durumu yer almaktadır. Politik nedenler ise, bireylerin ya da toplulukların, uygulanan politikalar sonucu dışlanmalarını ifade eder. Sosyal nedenler arasında sosyal etkinlikler, aile nitelikleri ve arkadaş çevreleri bulunmaktadır. Ekonomik nedenler ise işsizlik, yoksulluk ve küreselleşme gibi faktörleri kapsamaktadır (Şahin, 2009). Sanayi devrimiyle birlikte Batı'nın toplumsal yapısında önemli değişiklikler meydana gelmiş ve endüstrinin gelişmesiyle toplumsal sorunlar artmaya başlamıştır. Koruma, bakıma, yardıma ve psiko-sosyal desteğe daha fazla ihtiyaç duyan kişiler, toplumsal sorunun ortaya çıkmasındaki hedef kitlesini oluşturmuştur. Hastalar, yaşlılar, engelliler, kadınlar ve korunmaya muhtaç çocuklar, sosyal dışlanmış bireyler olarak ele alınmaktadır. Her türlü tehlikeye karşı korumasız, savunmasız ve zayıf olan bireyler üzerinde etkili olan dışlanma, sosyal bir hastalık olarak ele alınmaktadır. Bu olgu, yalnızca ekonomik ve sosyal politika alanıyla sınırlı olmayıp, siyaset, hukuk, sosyoloji ve davranış bilimlerinin de ilgi alanına girmektedir. Yoksulluğu da kapsayan sosyal dışlanma, yalnızca maddi yoksulluk ve açlıktan söz etmekle kalmaz, aynı zamanda sosyal imkânsızlıkların yaşanmasından da bahseder. Birey, teknolojinin sunduğu yeni imkânlardan faydalanamamakta ve toplumun tüm kesimlerinden uzaklaşmakta ya da uzaklaştırılmaktadır. Yapılan birçok araştırma, korunmaya muhtaç çocukların topluma entegre olmamalarından kaynaklı sosyal dışlanma sorunu yaşadıklarını ortaya koymuştur. Ayrıca, parçalanmış ailelerin çocukları da çaresiz ve korunmasız bir şekilde dışlanma riskiyle karşı karşıya kalmaktadır. Bu çocuklar, ya yalnız kalmakta ya da anne-babalarının olumsuz yaşam koşullarına eşlik etmektedirler (Kalaycı, 2007). İnsan, ihtiyaçları olan bir varlıktır. Sevme-sevilme ve ait olma, temel ihtiyaçları arasında yer almaktadır. İnsanlar, ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik eylemlerinde, yalnızca kendilerine ilişkin algılarının değil, aynı zamanda diğer insanlarla olan ilişkilerinin niteliğini de değerlendirebilmektedirler. Diğer kişiler tarafından dışlanan, yok sayılan ya da

görmezden gelinen bireylerde huzursuzluk, gerginlik, hayal kırıklığı ve öfke gibi olumsuz duygular ortaya çıkabilir. Bu durum, çaresizlik, değersizlik, depresyon hatta intihar düşüncelerine yol açabilmektedir (Soylu, 2010).

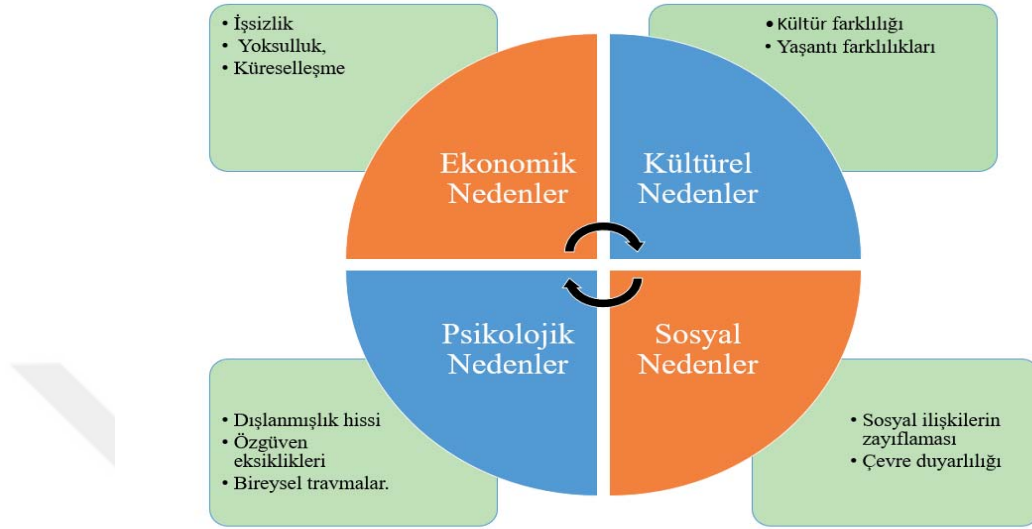
Sosyal dışlanmanın nedenlerine bakıldığında, literatürde önemli bir yere sahip olan Ruth Levitas'ın görüşleri öne çıkmaktadır. Levitas, sosyal dışlanmanın ortaya çıkış nedenini üç bakış açısıyla açıklamaktadır. İlk olarak, İngiliz sosyal politikasına ait tekrardan gönderim tartışması bulunmaktadır. İkinci olarak, ahlaki sınıf altı tartışması yer almakta, son olarak ise Avrupa Birliği ve Fransa'nın sosyal dışlanma politikalarına atıfta bulunan sosyal entegrasyon tartışması bulunmaktadır. Levitas'a göre, ilk tartışmanın nedeni eşitsizlik ve yoksulluktur; buna çözüm olarak kaynakların yeniden dağıtılması önerilmektedir. Sınıf altı tartışmalarında ise, yoksul bireyin şahsi özelliklerinden kaynaklı olarak toplumdan dışlandığı varsayılmaktadır. Levitas'ın üçüncü bakış açısı olan sosyal entegrasyon tartışmalarında, iş gücü piyasalarından dışlanma, sosyal dışlanmanın temel sebebi olarak görülmektedir. Bu tartışmada, maddi karşılık sağlayan emeğe odaklanılmış ve dışlanma tanımı daraltılmıştır. Ancak, ücret karşılığı olmayan emek ve toplumsal cinsiyet temelli iş bölümü göz ardı edilmiştir (Yıldırım, 2016). Sosyal dışlanmanın nedenlerini, yapımsal ve kişisel gerekçeler olarak iki ana başlık altında incelemek mümkündür. Yapısal gerekçeler, özellikle serbest iş gücü piyasasında meydana gelen değişimlerle ilgilidir. Bu değişim, iş gücü piyasasında aktif olamayan bireylerin dışlanmasına yol açmaktadır. Dışlanma süreci, bu bağlamda bir süreç içerisinde bağlantılı şekilde gerçekleşir. Ekonomiyle sıkı sıkıya bağlantılı olan sosyal dışlanma, birçok başka problemin de temelini atmaktadır. Bu nedenle, sosyal dışlanmanın nedenlerini tek tek ele almak oldukça zordur; çünkü bir neden, diğerini tetikleyebilir (Sapancalı, 2005; Yıldırım, 2016). Bu bağlamda, sosyal dışlanmanın çeşitli nedenleri şu şekilde sıralanabilir:

- a) Ekonomik nedenler: İşsizlik, yoksulluk, küreselleşme gibi ekonomik faktörler.
- b) Kültürel nedenler: Farklı kültürlerden gelen bireylerin toplumsal entegrasyondaki zorlukları.
- c) Siyasi nedenler: Toplumda belirli gruplara yönelik ayrımcılık ve dışlama.
- d) Sosyal nedenler: Sosyal çevre ve ilişkilerin zayıflaması.
- e) Bireysel nedenler: Kişinin yaşadığı psikolojik ve sosyal sorunlar, sağlık durumları.
- f) Toplumsal nedenler: Aile yapısındaki bozulmalar, toplumun sosyal yapısındaki değişiklikler.

- g) Psikolojik nedenler: Dışlanmışlık hissi, özgüven eksiklikleri ve bireysel travmalar.

Sosyal dışlanma, bu nedenlerin bir arada etkisiyle karmaşık bir süreç olarak şekillenir ve bir nedenden diğerine geçiş yaparak daha derinleşebilir. (Sapançalı, 2005; Yıldırım, 2016; Doğan, 2014). Gelir dağılımındaki eşitsizlik, düşük alım gücü ve emek karşılığında adil bir ödeme yapılmaması gibi ekonomik faktörler, sosyal dışlanmanın başlıca nedenleri arasında yer almaktadır. Bir alandaki eşitsizlik, diğer toplumsal düzenlemeleri ve kurumları da olumsuz yönde etkileyebilir (Derin, 2017; Bölükbaşı, 2008). Ayrıca, sosyal koruma alanındaki eksiklikler ve yetersizlikler, bireylerin tehlikelere karşı korunmasız kalmasına ve bunun sonucunda dışlanma riskinin artmasına yol açmaktadır. Sosyal güvenlik hizmetleri, dışlanma olasılığını tamamen ortadan kaldırmasa da, bu riski önemli ölçüde azaltabilmektedir. Çakır (2002), Finlandiya, İsveç ve Danimarka gibi Kuzey Avrupa ülkelerinde sosyal güvenlik uygulamalarının daha güçlü olduğunu belirterek, bu ülkelerde işsizlik, güvencesizlik ve barınma sorunları gibi dışlanmaya yol açan faktörlerin daha az olduğunu vurgulamıştır. Ancak Türkiye’de sosyal güvenlik sisteminde önemli yapısal sorunlar bulunmaktadır (Çakır, 2002; Gökbayrak, 2006; Derin, 2007). Birçok durumda, göç sosyal dışlanma sürecine zemin hazırlayan en önemli faktörlerden biridir. Göçmenler, geldikleri yerlerde genellikle daha düşük gelirli bölgelerde yaşamakta ve şehir merkezlerinden uzak alanlara yerleşmektedirler. Bu durum, onların topluma entegrasyonunu zorlaştırmakta ve sosyal hizmetlere erişimlerini engellemektedir. Şehir merkezlerinde dışlanan bu bireyler, madde ve alkol bağımlılığına eğilim gösterebilir, suça karışabilir ve çeşitli sosyal sapmalar yaşayabilirler (Şahin, 2009; Derin, 2017). Ayrıca, aile yapısındaki değişiklikler de sosyal dışlanmanın sebeplerinden biridir. Geleneksel aile yapısının bozulması, yeni bir aile modelinin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Eskiden evin ekonomik yükünü sadece erkekler taşıırken, kadınlar artık evin geçimini sağlamak ve toplumda daha güçlü bir konumda yer almaktadır. Bu değişim, kadınların özgüven kazanmalarına ve bağımsız bir yaşam kurma arzusu taşımalarına yol açmıştır. Ancak, bu durum, aile yapısının parçalanmasına da zemin hazırlamıştır. Tek başına kalan ebeveynler, ekonomik zorluklarla karşılaşarak yoksulluk sınırının altına düşebilmektedirler. Ailelerin parçalanması ve yoksulluk, bu bireyleri sosyal dışlanma tehlikesiyle baş başa bırakmaktadır. Kırsal bölgelerden şehre göç eden kadınlar, şehirdeki iş gücü piyasasında genellikle yetersiz kalmaktadır. Bunun yanı sıra, evde yaşlı, engelli bireyler ya da çocuk bulunan kadınlar, çalışma hayatında daha büyük zorluklarla karşılaşmakta ve bu durum onları toplumsal

yaşamın dışına itebilmektedir. Bu koşullar altında, kadınlar sosyal dışlanma riskiyle yüzleşebilirler (Şener, 2012; Derin, 2017).



Şekil 1.2. Sosyal dışlanma nedenleri

1.5. Sosyal Dışlanma Riski Bulunan Birey ve Gruplar

Silver'in (1994) görüşüne göre, kadınlar, göçmenler, etnik azınlıklar, çocuk işçiler, mülteciler, madde bağımlıları, vatandaşlık hakkı kaybedenler, engelli ve hastalar, sosyal yardım ihtiyaçları olanlar, eğitimden mahrum kalanlar, uzun süre işsiz kalanlar, sosyal çevrelerinden dışlananlar ve yoksul bireyler, sosyal dışlanma riski taşıyan gruplar arasında yer almaktadır. Ayrıca, tek ebeveynli aileler, yaşlılar, etnik gruplar, evsizler, insan ticareti mağdurları, bakıma muhtaç bireyler, geçimlik tarımla uğraşan aileler ve cinsiyet ayrımcılığına uğrayanlar da dışlanma riskiyle karşı karşıya kalmaktadır (Kalaycı, 2007). Diğer çalışmalar ise, vasıfsız çalışanlar, okuma yazma bilmeyenler, erken yaşta okuldan ayrılanlar, mahkûmlar, iş tecrübesi olmayan gençler, kötü yaşam koşullarında yaşayanlar, yabancılar, düşük tüketim seviyesine sahip bireyler, azınlıklar ve vatandaşlık hakları ellerinden alınan kişiler gibi grupların da sosyal dışlanma tehlikesiyle karşı karşıya olduklarını belirtmektedir (Derin, 2007). Sosyal dışlanma riski taşıyan bireyler, farklı ortak gruplar oluştururlar. Bu gruplarda yer alan bireyler, toplumdan uzak durmakta ya da topluma uyum sağlama konusunda kendilerini yetersiz hissetmektedirler. Bu durum, hem içsel hem

de dışsal boyutları olan çift yönlü bir süreçtir. Bireyler, içsel olarak çevreleriyle kaynaşmada eksiklik hissederken, dışsal olarak toplum da onları kabul etme konusunda temkinli davranmaktadır (şahin, 2009).

1.6. Sosyal Dışlanmanın Sonuçları

Sosyal dışlanma, hem bireyler hem de toplum açısından çeşitli sonuçlar doğurur.

1.6.1. Bireysel sonuçlar

Sosyal dışlanma riski taşıyan bireylerin, topluma yabancılaşma, kendilerini çaresiz ve sahipsiz hissetme gibi duygularla karşı karşıya kalması yaygındır. Bu kişiler, topluma entegre olma noktasında zorluklar yaşar ve bunun sonucunda alkol, madde bağımlılığı, fuhuş, hırsızlık gibi olumsuz davranışlarla karşılaşabilirler. Sosyal dışlanmaya uğrayan bireylerde genellikle zgven eksikliği, aşağılık kompleksi, yetersizlik hissi ve güven kaybı gibi durumlar gözlemlenir. Bu durumlar, stres, kaygı, belirsizlik gibi duygusal bozukluklara yol açabilir. Dışlanma, kişilerin ihtiyaçlarını karşılayamamaları sonucu toplumsal bağlarının zayıflamasına, kaygı ve düşük öz saygıya sebep olabilir. (Kalaycı, 2007; Seyyar, 2003). z saygısı zedelenmiş bireylerin, çevrelerine ve topluma karşı duydukları güven de azalmaktadır. Hem ocukların hem de yetişkinlerin ruhsal sağlıklarının korunmasında sosyal ilişkiler büyük önem taşır. Sosyal etkileşim ve faaliyetlerden yoksun kalmak, kaygı ve stresin artmasına yol açabilir. Yapılan araştırmalarda, sosyal yoksunluk yaşayan kişilerin ruhsal açıdan zorluklar yaşadıkları tespit edilmiştir. Diğer bir çalışmada ise sosyal dışlanmanın, kınama, stres, güçsüzlük, umutsuzluk ve kadercilik gibi duygulara yol açtığı ve bunun da sağlık sorunlarının yanı sıra suç oranlarında artışa neden olduğu grlmştir (Kalaycı, 2007).

1.6.2. Toplumsal sonuçlar

Sosyal dışlanmanın toplum üzerindeki etkileri daha geniş ve ciddi tehlikeleri beraberinde getirebilir. Yoksulluk ve toplumsal dışlanma sonucunda suç oranlarının artması, toplumsal norm ve kurumların etkinliğini kaybetmesi, toplumsal huzursuzluklar yaşanabilir. Sosyal dışlanmanın yaratacağı en önemli tehlikelerden biri, sosyal değerler ve sorumluluk

bilincinin zayıflaması ve sosyal düzenlemelere duyulan güvenin sarsılmasıdır. Bugün, dünyada tanımlanması ve çözülmesi en zor sorunlardan biri sosyal dışlanmadır. Bu sorunun ortaya çıkış süreci, toplumdan topluma değişen sosyal ilişkiler ve kurumsal destek eksiklikleri gibi faktörlerle karmaşılaşmaktadır. Uzun süre işsiz kalan bireyler, gelirleri toplumun ihtiyaçlarını karşılayamayacak düzeyde olanlar, sosyal güvenceden yoksun olanlar, insani haklardan mahrum kalanlar ve engelliler gibi bireyler, toplumun sunduğu desteklerden eşit şekilde yararlanamayan herkes, dışlanma riski altındadır (Kalaycı, 2007).

1.6.3. Sosyal dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar

Gerçekleşen ya da gerçekleşme ihtimali bulunan bir sosyal dışlanma durumu, bireyin dört temel psikolojik ihtiyacını ait olma, olumlu benlik algısı, kontrol hissi ve anlamlı bir yaşam duygusu ciddi şekilde zedeleyebilmektedir. Sosyal dışlanma, kimi zaman bu ihtiyaçlardan yalnızca birini tehdit edebilirken, bazı durumlarda birden fazlasını aynı anda etkileyebilmektedir. Dışlanma biçimi ve yoğunluğu ise bireyin bu duruma vereceği tepkilerin şekillenmesinde belirleyici olmaktadır. Ait olma ihtiyacı, Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde fizyolojik ve güvenlik ihtiyaçlarının hemen ardından gelen, bireyin sosyal çevresiyle bağ kurma ve bu bağları sürdürme arzusunu yansıtan temel bir gereksinimdir (Baumeister ve Leary, 1995). Bireyin sürekli ve karşılıklı sosyal ilişkiler kuramaması ya da bu ilişkilerin yeterince güven verici olmaması, ait olma duygusunu zedeleyerek sosyal dışlanmanın etkisini daha da derinleştirebilmektedir (Williams, 2007).

Ait olma ihtiyacının zedelenmesi durumunda bireyler çeşitli tepkiler gösterebilir. Bu tepkiler iki temel eğilim doğrultusunda şekillenir: Birey ya sosyal çevreden geri çekilerek antisosyal davranışlar sergileyebilir ya da mevcut ilişkilerini korumak ve yeni sosyal bağlar kurmak adına prososyal davranışlar geliştirebilir. Bazı bireyler dışlanma deneyimine saldırganlıkla karşılık verirken, bazıları ise sosyal kabulü yeniden kazanmak amacıyla daha uzlaşmacı ve yapıcı tutumlar sergileyebilir. Bu noktada bireyin dışlanmaya vereceği tepkinin yönü; kişilik özellikleri, önceki sosyal deneyimleri, bağ kurma biçimi ve mevcut sosyal ortamın niteliği gibi bireysel ve çevresel etkenlere bağlı olarak farklılık gösterebilir (Williams, 2007).

Olumlu Benlik Değeri İhtiyaç: bireyin kendine yönelik algılarını koruma ve geliştirme isteğiyle bağlantılı temel psikolojik gereksinimlerden biridir. Bu ihtiyaç, kişinin kendisini değerli, yeterli ve kabul gören biri olarak görmesiyle ilişkilidir. Benlik kavramı,

bireyin kim olduğunu bilme ve buna ilişkin farkındalık geliştirme sürecini yansıtırken; benlik değeri, kişinin bu farkındalığı nasıl değerlendirdiğini ve kendisini ne ölçüde olumlu gördüğünü ifade eder (Dolgin, 2014). Sosyal dışlanma, bireye sosyal çevresi tarafından kabul edilmediği ya da istenen niteliklere sahip olmadığı mesajını ileterek, bu olumlu benlik algısına zarar verebilir (Kaya, 2012). Bu tür durumlarda birey, benlik değerindeki olumsuzlukları telafi etmek amacıyla ya mevcut sosyal ilişkilerini iyileştirmeye çalışır ya da yeni ilişkiler kurma arayışına girebilir. Böylece, yeniden kabul görmek ve olumlu sosyal geri bildirim almak suretiyle benliğine yönelik tehdidi ortadan kaldırma eğilimi gösterir (Williams, 2007).

Kontrol İhtiyacı: Sosyal dışlanma durumu, bireyin kontrol ihtiyaçlarını iki şekilde tehdit edebilir. İlk olarak, dışlanma bireyi, grubun sağladığı çevresel kontrollerden yoksun bırakır, böylece kişinin kontrol etme ihtiyacı zarar görür. Diğer bir tehdit ise dışlanmanın yarattığı belirsizliktir. Birey, gruba yeniden katılabilmek için ne yapması gerektiğini anlamakta güçlük çeker ve bu da kontrol duygusunu olumsuz etkiler (Işık, 2019). Dışlanan kişi, neden dışlandığını bilmediğinden, dışlayanlarla olan ilişkisini yeniden şekillendiremez ve ne gibi değişiklikler yapması gerektiğine dair bir geri bildirim almaz (Işık, 2019). Bu durum, kişiyi, sosyal etkileşimi üzerinde kontrol sağlama arzusuyla olumsuz tepki ve davranışlar sergilemeye itebilir (Işık, 2019). Williams (2007), kontrol ihtiyacı tehdit altına giren bireylerin, uyum sağlayıcı davranışlar sergilemek yerine, genellikle saldırganlık gibi olumsuz tutumlar geliştirdiğini ve bunun sebebinin sosyal etkileşim üzerindeki kontrolü yeniden elde etme arzusundan kaynaklandığını belirtmektedir.

Anlamli Varoluş İhtiyacı: Sosyal dışlanma, bireyleri yok saymak, görmezden gelmek, dikkate almamak ve fark edilmemek gibi duygularla baş başa bırakır, bu da kişinin kendisini değersiz ve varlığının anlamı olmadığı hissine kapılmasına neden olur. Bir birey dışlandığında, bu durum ona var olmasalardı hayatın nasıl şekilleneceğini gösterir ve yaşamın kendi varlıkları dışında da devam edebileceği gerçeğiyle yüzleşmesine sebep olur (Kaya, 2012). Bu durum, bireyin kendi değerine ve varlığının anlamına olan inancını zedeler. Ayrıca, sevildiğini ve değerli olduğunu hissetme ihtiyacını engelleyerek, adeta bir sosyal ölüm'e yol açar (Case ve Williams, 2004). Dışlanma, bireyin ölümü ve yokluğu üzerine daha fazla düşünmesine neden olarak, anlamli bir varoluş sürdürme arzusunu tehdit eder. Ölümlülük ve anlamsızlık düşünceleriyle ilgili kaygılar, bireyi olumsuz sosyal davranışlar sergilemeye yönlendiren önemli bir motivasyon kaynağıdır. Birey, bu tür

davranışlar sergilerken, dikkat çekmek, fark edilmek ve varlığının kabul edilmesini sağlamak amacını taşır (Işık, 2019).

1.7. Sosyal Dışlanma Kuramları

1.7.1. Sosyal acı kuramı

Sosyal acı, bireyin çevresindeki insanlar tarafından dışlandığında hissettiği duygusal bir tepki olarak tanımlanır. Bu görüşe göre, dışlanan birey, tıpkı fiziksel acı hissediyormuş gibi duygusal bir acı deneyimler. Sosyal ve fiziksel acı arasındaki benzerliğin, dışlanma sırasında devreye giren duygusal tepkilerin düzenlenmesinde bedenin acı sistemiyle ilişkili olduğu öne sürülmüştür. Bu benzerlik, bireylerin tutum ve davranışlarını da aynı şekilde etkileyebilir. Tıpkı fiziksel acı gibi sosyal acı da bireyde hoşnutsuzluk oluşturur ve onu saldırgan davranışlar sergilemeye veya sosyal acıdan kaçınmaya yönlendirebilir. Fiziksel ve duygusal acı arasındaki benzerliklerin yanı sıra, bireylerin her iki acı türünü de benzer terimlerle tanımladıkları öne sürülmüştür. Bu durum, her iki acının da ortak bir temel acı sistemine dayanmasından kaynaklanmaktadır. Örneğin, "yaralanmak" veya "kırık" gibi kelimeler, hem fiziksel hem de duygusal zararları tanımlamak için kullanılabilir (MacDonald ve Leary, 2005). Ayrıca bu kurama göre, acı deneyimi iki ana bileşenden oluşur: ağrı hissi ve ağrı duygusu (MacDonald ve Leary, 2005). Ağrı hissi, fiziksel hasarın kendisini ifade eder. Ağrı duygusu, yalnızca fiziksel acıyı hissetmekle kalmaz, aynı zamanda bu hissin yarattığı hoşnutsuzluk ve buna bağlı duygusal tepkileri de kapsar (MacDonald ve Leary, 2005). Bu duygusal acı deneyimi, bireyin rahatsız edici bir durumu ya da olayı sona erdirmeye, azaltmaya ya da ondan kaçmaya yönelik motivasyon geliştirmesine yol açtığı ileri sürülmektedir (MacDonald ve Leary, 2005).

1.7.2. Sosyal izleme sistemi ve sosyometri kuramı

Pickett ve Gardner (2005)'in Sosyal İzleme Sistemi ile Leary, Tambor, Terdal ve Downs (1995)'in Sosyometre Kuramı, dışlanma tehdidinin ya da bu tehdidin potansiyelinin, bireyin duygu durumunu ait olma ihtiyacı bağlamında nasıl etkilediğini inceler. Bireyin hayatta kalabilmesi için gerekli olan fizyolojik dengeyi sağlayan homeostatik sistem, aynı zamanda ait olma ihtiyacını tatmin etmek için de devreye girer ve bireyi, bu ihtiyacını

karşılama amacıyla harekete geçirir. Birey, tıpkı fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanmadığı durumlarda olduğu gibi, ait olma ihtiyacı karşılanmadığında da bu eksikliğe dair uyarıcılara karşı duyarlı hale gelir ve çevresindeki sosyal ortamı dikkate alarak davranışlarını şekillendirebilir. Sosyal dışlanmanın, bireyin benlik saygısını düşürdüğü öne sürülmektedir; aynı zamanda ait olma ihtiyacının karşılanmasının, benlik değerini sürdürebilme açısından kritik bir rol oynadığı düşünülmektedir. Bireyin benlik saygısını koruyabilmesi için sosyal etkileşimde bulunması gereklidir. Bireyin ait olma ihtiyacı azaldıkça, bu ihtiyacın tatmin edilmesi sonucu benlik saygısında bir yükselme gözlemlenmektedir. Diğer taraftan, ait olma ihtiyacı arttığında ve bu ihtiyaç karşılanmadığında, benlik saygısında bir düşüş yaşanır. Bu durum, ait olma ihtiyacı ile benlik saygısı arasında ters bir ilişki olduğunu göstermektedir (Leary ve ark., 1995).

1.7.3. Bilişsel yıkım ve benlik düzenlemesinin bozulması modeli

Bu kurama göre, gerçek ya da olası bir dışlanma durumu, bireyin bilişsel işleyişi ve benlik düzenlemelerinde bozulmalara yol açmaktadır (Baumeister, DeWall, Ciarocco ve Twenge, 2005). Sosyal kabul görme ve ait olma ihtiyacı son derece önemli olmasına rağmen, bu ihtiyaçların karşılanması kolay değildir ve eksiklikleri bireyin genel sağlığını olumsuz etkileyebilir. Dışlanma yaşayan bireylerin zaman algılarında bozulmalar görüldüğü ve mantıklı ve dikkatli düşünme yeteneklerinin olumsuz etkilendiği öne sürülmektedir (Twenge, Catanese ve Baumeister, 2003). Ayrıca, dışlanma yaşayan kişilerde aşırı yeme, alkol ve madde bağımlılığı, depresyon gibi olumsuz durumların daha sık görüldüğü tespit edilmiştir (Baumeister ve ark., 2005). Yapılan araştırmalar, dışlanmaya uğrayan bireylerin agresif davranış sergileme olasılıklarının arttığını, bilişsel eksiklikler gösterdiklerini ve antisosyal davranışlar geliştirdiklerini ortaya koymuştur. Bunun yanı sıra, bilişsel işleyişi etkilenen bireylerin daha sağlıksız kararlar aldıkları ve daha fazla tehlikeli risklere girdikleri de tespit edilmiştir (Baumeister, Twenge ve Nuss, 2002). Ayrıca, geçmişte sosyal dışlanmaya uğramış bireyler, bu durumu hayal ettiklerinde bile fizyolojik olarak etkilenir ve bu durum, bireyde sosyal bağlarını kaybetme korkusu yaratır (Baumeister ve Leary, 1995).

1.7.4. Williams'ın psikolojik dışlanma-gereksinim tehdidi modeli

Williams'ın geliştirdiği Gereksinim Tehdidi Modeli, dışlanmanın bireyler üzerindeki etkilerini en kapsamlı şekilde açıklayan teorilerden biridir. Bu kuram, ihtiyaçları merkezine alarak dışlanmanın psikolojik boyutunu ele alır. Williams'a göre bu kuram üç ana bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde, psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği temel ihtiyaçlar ve bu tehditlere karşı bireylerin gösterdiği tepkiler üzerinde durulmaktadır. İkinci bölümde ise dışlanmanın türleri ve dışlanmayı etkileyebilecek faktörler incelenmiştir. Üçüncü bölümde ise uzun süreli sosyal dışlanmanın bireyler üzerinde yaratabileceği kalıcı etkiler ele alınmaktadır. Williams (2009), kuramını zamanla daha sistematik bir hale getirmiş ve dışlanmaya verilen tepkilerin süresel boyutları üzerine daha fazla odaklanmıştır. Bu genişletilmiş kuramına "Zamansal İhtiyaç Tehdidi Modeli" adını vermiştir. Modelin özellikle ikinci bölümü, bireylerin dışlanmaya karşı nasıl tepki verdikleri, dışlanmanın sebepleri ve bireysel farklılıkların bu süreçteki rolü üzerine yoğunlaşmaktadır (Williams, 2009).

1.8. Sporda prososyal ve antisosyal davranışlar

1.8.1. Prososyal davranışlar

Prososyal davranışlar, bireylerin herhangi bir karşılık beklemeden, başka bir kişiye ya da gruba yardım etme, destek olma ya da koruma amacıyla gönüllü olarak gerçekleştirdiği eylemlerdir. Bu davranışlar literatürde toplum yararına davranışlar, özgecilik, altruistik tutumlar ya da prososyal hizmet davranışları gibi farklı terimlerle de tanımlanabilmektedir. Bazı araştırmalar bu kavramlar arasında anlam farklılıklarına dikkat çekerek detaylı açıklamalarda bulunur. Öte yandan, örgütsel bağlılık, vatandaşlık davranışları, örgütsel özdeşleşme, işe adanmışlık, toplum yararına ve proaktif davranışlar gibi tutum ve eylemler de pozitif örgütsel davranış kategorisine dâhil edilmektedir (Kanten, 2014). Toplumun düzenli işleyişinde önemli bir yer tutan sosyal ilişkilerin temel taşlarından biri olan prososyal davranışlar, bireylerin bir kişi ya da gruba gönüllü olarak, herhangi bir ödül beklentisi taşımadan yardım etmeleri şeklinde tanımlanabilir (Çetin ve Samur, 2018). Bu bağlamda prososyal davranış; yardım etme, paylaşma ve katkı sunma gibi eylemleri içeren, karşılık beklenmeden yapılan davranışları kapsar (Brief ve Motowidlo, 1986; Göğebakan ve ark., 2021). Bu tür davranışlar özünde bireysel çıkar gözetmeksizin başkalarının iyiliğini hedefler

ve karşılığında herhangi bir kişisel kazanç beklentisi taşımadıkları için diğer davranışlardan ayrışır. Prososyal davranışlar, toplumun genel refahını ve bireylerin iyilik halini önceliklendirir (Turkay, 2019).

"Prososyal" kavramı, bireylerin başkalarıyla iş birliği kurma, paylaşma, yardım sağlama, verme ve güven geliştirme gibi birçok olumlu sosyal davranışını kapsamaktadır (Declerck ve Boone, 2016). Yardım etme, prososyal davranış ve özgecilik terimleri zaman zaman birbirinin yerine kullanılsa da, bu kavramlar belirli ayrımlara sahiptir ve analitik bağlamda ayrı ayrı değerlendirilebilir. Bu farklılıklar, genellikle sergilenen davranışın altında yatan motivasyonlara göre şekillenir. Yardım etme davranışı, kişiler arası desteği de içeren oldukça geniş bir davranış grubunu ifade ederken; prososyal davranış, kişinin mesleki ya da kurumsal bir zorunluluk hissetmeden, bireysel düzeyde başkasının yaşam koşullarını iyileştirmeye yönelik olarak sergilediği eylemleri içerir. Bu yönüyle, yardım etme kavramına kıyasla daha spesifik ve dar kapsamlı bir tanımlamaya sahiptir. Altruizm, diğer adıyla özgecilik ya da fedakârlık, prososyal davranışların daha özel bir biçimini ifade eder ve yardım eden kişinin motivasyonunu empati, anlayış ya da başkasının bakış açısından değerlendirme gibi özelliklerle açıklar. Özgecilik, başkasının yararına bir eylem gerçekleştirme niyeti taşıyan ve kişisel çıkar gözetmeyen davranışları kapsar. Ancak, tamamen özveriye dayalı yani "gerçek" özgeci davranışları ayırt etmek ve kanıtlamak her zaman kolay değildir (Hogg ve Vaughan, 2018). Paylaşmak, destek vermek, iş birliği yapmak, bağışta bulunmak ve gönüllü olarak katkı sağlamak gibi davranışlar, toplum yararına pozitif etki yaratmayı amaçlayan ve prososyal davranışlar çatısı altında değerlendirilen tutum örnekleridir (Brief ve Motowidlo, 1986; Gögebakan ve ark., 2021).

Prososyal davranışlar, bireyin topluma uyum sağlaması ve sosyal çevresiyle sağlıklı ilişkiler kurabilmesi açısından toplumsallaşma sürecinin önemli bir bileşenidir. Toplumsallaşma, bireyin toplum içinde etkin bir yaşam sürdürebilmesi için kaçınılmaz bir gelişim aşaması olarak görülmektedir. Bir toplumda bireylerin karşılıklı yardımlaşma ve destek davranışlarını ne kadar sık sergilediği, o toplumun bütünlüğü ve uyumu üzerinde doğrudan etkilidir. Yardım davranışları, olumsuz duygusal durumları hafifletmekle kalmaz, aynı zamanda sosyal yaşamın daha sağlıklı ve işlevsel hale gelmesine de katkı sağlar (Özdemir, 2010). Toplum içindeki ilişkilerin sürdürülebilirliği açısından hayati öneme sahip olan bu tür davranışlar, belirli bir kişi ya da gruba karşı, herhangi bir karşılık beklenmeksizin yapılan gönüllü yardımlar olarak tanımlanabilir (Çetin ve Samur, 2018).

Çağdaş sosyobiyolojik teoriler, insanların evrimsel süreç içerisinde yaşamlarını sürdürebilmek için başkalarına yardım etme eğiliminde olduklarını ve bu davranışların yaşam döngüsü içinde bireylerin toplumsal rollerini kazanmalarına katkı sağladığını öne sürmektedir. Araştırmalar, prososyal davranışların temellerinin bireylerin yaşamlarının erken dönemlerinde atıldığını göstermektedir. Örneğin, bir bebeğin başka bir bebeğin ağlamasına karşı ağlayarak tepki vermesi, prososyal davranışın ilk belirtilerinden biri olarak kabul edilebilir (Martin ve Clark, 1982). Prososyal davranışlar, başkalarına yardım etmeyi amaçlayan eylemleri kapsar. Bu eylemler arasında hayır kurumlarına bağış yapma, paylaşma, küçük görevlerde yardım etme ve acil durumlarda müdahalede bulunma gibi davranışlar yer alır. Bu tür davranışların yüzeydeki etkileri benzer olabilir; yani başkalarına belirli bir fayda sağlasa da, bu davranışları aynı kategori altında toplamak yanıltıcı olabilir. Toplum yanlısı davranış terimi, niteliksel olarak farklı motivasyonlarla ortaya çıkan benzer dışsal eylemleri tanımlamak için kullanılır. Özellikle, bir davranışın fedakârca olduğu varsayımı, insanların başkalarına yardım etme eylemlerinin çoğunlukla kendi çıkarlarıyla da bağlantılı olduğu gerçeğini göz ardı etmektedir. Yardım etme davranışlarının arkasında kişisel fayda ve çıkarlar da sıklıkla yer almaktadır (Krebs, 1982).

Prososyal davranışlar, farklı disiplinlerde gözlemlenebilir ve çeşitli alanlarda ilişkilendirilebilir. Sosyoloji, spor, ekonomi ve psikoloji gibi alanlar, bu tür davranışlara örnek teşkil edebilir. Bu nedenle prososyal davranışları kesin bir şekilde tanımlamak zor olabilir, çünkü bu davranışlar zaman, birey ve topluma bağlı olarak değişiklik gösterebilir (Lindenberg, 2006). Prososyal davranışlar, karşılık beklemeden gerçekleşir; ancak biyolojik açıdan, bireyin hayatta kalma çabasıyla bağlantılıdır. Araştırmalar, bu tür davranışların temellerinin, bireyin yaşamının erken dönemlerinden itibaren oluştuğunu göstermektedir (Eisenberg ve Fabes, 1990). Prososyal davranış, insanların birbirine yardım etmeyi ya da başkalarına fayda sağlamayı amaçlayan gönüllü eylemler olarak kabul edilmektedir (Eisenberg ve Fabes, 1990; Boardley ve Kavussanu, 2009). Örneğin, sokakta kaybolmuş bir cüzdanı sahibine geri vermek, prososyal bir davranış örneği oluşturur (Twenge ve ark., 2007). Prososyal davranışlar, başkalarına yardımcı olmayı ve onların yararına olacak şekilde gönüllü bir şekilde eylemlerde bulunmayı amaçlayan bir yaklaşım bütünüdür (Holmgren ve ark., 1998). Spor alanındaki prososyal davranışlar, rakip oyuncuya yere düştüğünde yardım etmek veya aynı takımda yer alan arkadaşlarına moral vermek gibi davranışları kapsar (Kavussanu, 2006; Kavussanu ve Boardley, 2009). Spor, kişilere sosyal beceriler kazandırmak için önemli bir ortam sağlar. Örneğin, bir futbol maçında taraftarların

takımlarına destek vermeleri ve takım başarısız olsa bile bu desteği sürdürmeleri, rakip takımda sakatlanan oyuncuya üzüлp oyundan çıkarken onu alkışlamaları, spor alanındaki prososyal davranışların somut örneklerindendir (Gano-Overway ve ark., 2009). Ahlak, spor içerisindeki davranışları şekillendiren önemli bir unsurdur ve bu davranışlar, hem olumlu hem de olumsuz özellikler taşıyabilir. Prososyal davranışlar, yardımlaşma, paylaşma ve işbirliği gibi olumlu duygularla ilişkilendirilirken, antisosyal davranışlar suçlama, şiddet ve zarar verme gibi olumsuz eylemleri içerebilir (Bandura, 1999). Sporda, proaktif ahlaki çerçevede prososyal davranışlar, takım arkadaşlarına veya rakiplere yardım etmeyi ve gönüllü olarak fayda sağlamayı kapsarken, reaktif ahlaki çerçevede antisosyal davranışlar, zarar vermeyi ve özellikle rakiplere dezavantaj yaratmayı amaçlayan davranışları içerebilir (Kavussanu ve ark., 2006; Kavussanu, 2008).

1.8.2. Antisosyal davranışlar

Antisosyal davranışlar, bireylerin temel haklarına veya toplumsal normlara karşı gelen eylemleri ifade eder. Bu tür davranışlar, genellikle kabul edilen kurallara karşı çıkarak başkalarının haklarını ihlal eden, grupları haklarından mahrum bırakmayı amaçlayan ya da başkalarının mülkiyetine ve kişisel bütünlüğüne zarar veren davranışlar olarak tanımlanır (Turkay, 2019). Antisosyal davranışlar, genellikle saldırganlık, otoriteye karşı gelme ve toplumsal normların ihlali gibi, kabul edilen davranış biçimlerinin sürekli bir şekilde ihlal edildiği eylemler olarak karşımıza çıkar (Fantz ve ark., 1975). Bu tür davranışlar, hem fiziksel hem de zihinsel zarar verebilecek eylemler olarak tanımlanabilir. Ceza hukuku ihlali oluşturan ya da başkalarının yaşam kalitesini olumsuz etkileyen davranışlar da antisosyal davranışlar arasında yer almaktadır (Dodge ve ark., 2008). Antisosyal davranışlar, bireylerin otorite figürlerine (örneğin ebeveynler veya öğretmenler) karşı beklentilere uymamaları, toplumsal normlara aykırı davranışlarda bulunmaları veya diğer insanların haklarına saygı göstermemeleri gibi eylemleri içerir. Bu davranışlar, otoriteye karşı gelmek (meydan okuma, itiraz gibi), toplumsal normları ihlal etmek (evden kaçma gibi) ve başkalarının haklarını çiğnemek (saldırı, tecavüz, vandalizm, hırsızlık gibi) gibi çeşitli şekillerde karşımıza çıkabilir (Frick, 2012). Antisosyal davranış, sosyal, duygusal ve davranışsal problemlerle ilgili çok çeşitli zihinsel sağlık sorunlarını barındıran heterojen bir davranış grubu olarak da tanımlanabilir (Dodge ve ark., 2008).Yapılan araştırmalar, antisosyal davranışın iki ana boyutunu ortaya koymuştur: Saldırganlık ve kurallara uymama (Burt, 2012; Niv ve ark.,

2013). Saldırgan davranış, başkalarına veya nesnelere zarar verme amacı güderek gerçekleştirilen fiziksel (örneğin vurma, itme, tokat atma, ısırma, tekmeleme), dolaylı (başkalarının ilişkilerine zarar vermek için olumsuz dedikodular yayma) ya da sözlü (tehdit edici dil kullanarak başkalarını tehdit etme) eylemleri içerir (Crick ve Grotpeter, 1995; Niv ve ark., 2013; Aloia ve Solomon, 2016; Göğebakan ve ark., 2021). Kurallara uymama davranışı ise, mülkiyet ihlalleri (hırsızlık, vandalizm, yangın çıkarma) ve statü ihlalleri (okuldan kaçma, küfür etme, kaçma) gibi, suçla doğrudan ilişkili olmayan, ancak kurallara uymama ile karakterize edilen eylemleri kapsar (Niv ve ark., 2013).

Antisosyal davranışlar, genellikle ciddi davranış bozuklukları çerçevesinde veya yetişkin bireylerde kişilik bozukluklarının bir belirtisi olarak kabul edilmektedir (Herpertz ve ark., 2008). Özellikle antisosyal ve saldırgan eğilimler gösteren gençlerin yaklaşık üçte biri, zamanla ruh sağlığı hizmetlerine başvurmaktadır (Rogers ve ark., 1997). Antisosyal davranışlar, duygusal sıkıntılarla bağlantılıdır, çünkü yapılan araştırmalar, öfke veya korku gibi yoğun duygular yaşayan bireylerin antisosyal davranış sergileme olasılığının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Bazı antisosyal davranışlar, bireyin dışındaki faktörlere tepki olarak ortaya çıkabildiğinden, bu davranışları anlamada kişinin kişisel ve davranışsal özelliklerini de göz önünde bulundurmak oldukça önemlidir (Clarke, 2011). Özellikle gençler arasında, antisosyal davranışlar sergileyen bireyler, ilerleyen dönemlerde suç işleme riskini azaltmak için psikososyal destek almaları gereken bir dönemde bulunmaktadır (Loeber ve Dishon, 1983). Bu bireyler, suçlu davranışları ve antisosyal eğilimlerini sürdürdükleri takdirde, gelecekte toplum için ciddi sorunlar oluşturabilecek potansiyele sahip olabilirler (Farrington, 2002). Sporcuların agresif tutumlar sergilemesine ve diğer antisosyal davranışlara yol açan etmenleri anlamak, olumsuz sosyal etkileşimleri en aza indirmek ve psikolojik olarak sağlıklı bir spor ortamı yaratma çabalarını teşvik etmek önemlidir. Bu konu, uzun yıllardır araştırma konusu olmuştur (Kavussanu ve ark., 2015). Spor, çoğunlukla antisosyal davranışların ortaya çıktığı rekabetçi bir ortam sağlasa da, temel amacı sadakat, adalet ve işbirliği gibi olumlu değerleri teşvik etmektir (Kavussanu, 2008). Spor, çeşitli rekabet seviyeleriyle ilişkili olarak antisosyal davranışların sergilendiği bir ortam olabilir. Prososyal davranışlar, bireylerin olumlu ahlaki değerleri desteklediği bir proaktif ahlaki ifade biçimi olarak kabul edilir. Bu nedenle, antisosyal davranışların olmaması, insanların olumsuz davranışlardan kaçınma çabalarını yansıtır. Antisosyal davranış, kasıtlı ve motive edilmiş bir eylem olduğundan, bu tür davranışları etkileyen motivasyonel faktörlerin önemli olması beklenir. Tarihsel olarak, ahlaki çöküşün antisosyal

davranışa yol açtığı düşünülse de, bu tür davranışların sonucu olarak ahlaki değerlerin zayıflaması da geçerli bir açıklama olabilir. Yani, sürekli antisosyal davranışa katılmak, bu tür davranışların meşrulaştırılma ihtiyacını artırabilir (Kavussanu ve Stanger, 2017).

1.8.3. Sporun prososyal ve antisosyal davranışlara etkisi

Prososyal davranışlar, gönüllü olarak gerçekleştirilen eylemler olarak tanımlanırken, antisosyal davranışlar, toplumsal normları ve başkalarının haklarını ihlal eden, insanlara veya malına zarar verme amacı taşıyan eylemleri ifade eder. Bu tür davranışlar, genellikle kabul edilmiş kurallara karşı gelerek gerçekleştirilir (Clark ve ark. 2002, Kavussanu ve ark. 2006). Prososyal davranışlar, "başkalarına fayda sağlamayı amaçlayan eylemler bütünü" olarak tanımlanabilir (Marti-Vilar ve ark. 2019). Bu davranış, birçok etkenin ve deneyimsel faktörün etkisiyle şekillenir ve sosyalleşme süreçlerinin bir ürünü olarak ortaya çıkar. Aynı zamanda gönüllülük esasına dayanır (Eisenberg ve ark. 2006). Yapılan araştırmalar, özellikle ergenlerin davranışları üzerinde yoğunlaşmakta ve prososyal davranışın, olumlu kişilerarası ilişkilerin kurulmasında (Wentzel 2005, Meece ve ark. 2006), motivasyon ve akademik başarıda (Nicosia ve ark. 2017) ve psikolojik ihtiyaçların karşılanmasında (Kuzucu ve Şimşek 2013) önemli bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Spor bağlamında prososyal davranışlara örnek olarak, bir galibiyet sonrası rakip takımın tebrik edilmesi, takım içinde işbirliği yapılması veya yanlış bir hareket için özür dilenmesi verilebilir. Bu tür davranışlar, sosyal etkileşimde uyumsuzlukları önlemeye ya da hafifletmeye yardımcı olarak sosyal bağların güçlenmesini teşvik eder (Ingles ve ark., 2013, Marti-Vilar ve ark., 2019). Ayrıca, takım arkadaşlarına daha fazla prososyal davranış sergileyen sporcuların, genel olarak başkalarına karşı da daha fazla prososyal tutum sergiledikleri gözlemlenmiştir (Benson ve Bruner 2018). Bu tür davranışlar, duruma göre değişiklik gösterebilir. Örneğin, takım arkadaşlarına karşı gösterilen prososyal davranışlar, rakiplere karşı gösterilenlerden daha yaygın olabilmektedir (Bruner ve ark., 2014; Baek ve Lee, 2019).

Diğer yandan, sosyal normları ve başkalarının haklarını ihlal eden davranışlar, antisosyal davranışlar olarak tanımlanır (Pena-Fernandez ve Grana-Gomez, 2006). Takım sporlarında bu tür davranışlar, rakiplere zarar vermek amacıyla itme, hile yapma veya düşme gibi eylemlerle kendini gösterebilir ve bu tür eylemler, sporcuların kasıtlı olarak rakiplerine zarar verme niyetinde olduklarını gösterir (Kavussanu 2006, Boardley ve Kavussanu, 2007). Sporun türü (bireysel ya da takım sporu) gibi faktörler, bu davranışların ortaya çıkma şeklini

etkileyebilir ve takım sporlarında genellikle daha yüksek seviyelerde agresif davranışlar gözlemlenebilir (Pelegrin ve ark., 2013). Ayrıca, her sporun kendine özgü doğası, antisosyal davranış türlerinin şekillenmesinde etkili olur. Örneğin, masa tenisi, yüzme ve atıcılık gibi bireysel sporlarda antisosyal davranışlar çoğunlukla sözel veya psikolojik düzeyde olurken, karate ve basketbol gibi takım sporlarında daha fiziksel ve agresif davranışlar ön plana çıkmaktadır (Guilbert, 2006).

Rekabet düzeyi, antisosyal davranışlarla ilişkilendirilen bir diğer önemli faktördür; yapılan araştırmalar, rekabetin arttığı durumlarda oyuncuların bu tür davranışları sergileme eğilimlerinin daha fazla olduğunu ortaya koymuştur (Visek ve Watson, 2005). Antisosyal davranış, ayrıca mizaç, bilişsel beceriler, akran ilişkileri ve genel sosyal uyum gibi psikolojik faktörlerle de ilişkilidir ve bu davranışlar, genellikle bu alanlarda olumsuz sonuçlarla bağlantılıdır (Arce ve ark., 2011). Aynı şekilde, antisosyal davranışlar akademik başarı (Wentzel ve Caldwell 1997) ve çalışma motivasyonu (Van Acker, 2007) gibi unsurlarla da negatif yönde ilişkilidir. Sporcuların sergilediği antisosyal davranışlar, çoğunlukla diğer bireylere veya gruplara kasıtlı olarak zarar verme ya da olumsuz bir şekilde etkileme amacını taşır. Bu tür olumsuz davranışlar, yarışma sırasında düşen bir oyuncuya yardım etmeme, takım arkadaşlarını cesaretlendirmeme veya sakatlanan bir oyuncuya destek sunmama gibi çeşitli eylemleri içerebilir. Ayrıca, rakip oyuncuları etkisiz hale getirmeye yönelik girişimlerde bulunmak ya da takım arkadaşlarıyla çatışmaya girme gibi sosyal etkileşimler de antisosyal davranışlar arasında yer alabilir (Kavussanu, 2006). Diğer taraftan, prososyal davranışlar, başkalarına yardım etme veya gönüllü olarak destek sağlama gibi olumlu eylemleri ifade eder. Örneğin, performansı iyi olan bir oyuncunun diğer oyuncuları tebrik etmesi veya onları desteklemesi, prososyal bir davranış olarak değerlendirilebilir. Antisosyal davranışlar ise müsabakanın öncesinde, sırasında veya sonrasında, başkalarına zarar verme ya da olumsuz davranışlarda bulunma şeklinde tanımlanabilir (Sage ve ark., 2006). Ahlaki çöküş mekanizmaları, bir davranışın ahlaki açıdan kabul edilebilir kılınması için yapılan yeniden yorumlama sürecini kapsar. Bu süreç, davranışın bilişsel olarak haklı çıkarılmasına olanak tanır. Ahlaki değerlendirme, bir eylemi, toplumsal veya bireysel değerlere hizmet eden bir amaç doğrultusunda açıklamayı içerir; örneğin, spor bağlamında bu, takımın onurunu veya saygınlığını koruma amacını güdebilir. Avantajlı karşılaştırma ise, daha karmaşık bir davranış, daha basit ve kabul edilebilir bir davranışla kıyaslayarak, onu daha kabul edilebilir hale getirme sürecini ifade eder (Bandura 1999). Çocuklar ve gençler için spor, sadece fiziksel sağlık için değil, aynı zamanda sosyal gelişim açısından da büyük bir

öneme sahiptir. Spor aracılığıyla sosyalleşen bireyler, hem spor ortamında hem de günlük yaşamlarında prososyal davranışlar sergileyebilirler. Bu tür davranışlar, başkalarına yönelik gönüllü, yardımsever ve olumlu eylemleri kapsar. Özellikle futbol gibi geniş bir izleyici kitlesine sahip sporlarda, prososyal davranışların sergilenmesi, yalnızca oyunculara değil, aynı zamanda seyircilere de önemli katkılar sağlayabilir (Turkay, 2019). Spor ortamında prososyal davranışları destekleyen faktörler arasında, bireyin kişisel özelliklerinin yanı sıra, antrenör, takım arkadaşları, taraftarlar ve çevre faktörlerinin etkisi de bulunmaktadır.

Araştırmalar, futbolculardaki sportif davranışların, antrenör ile takım arasındaki etkileşimlerden kaynaklandığını ortaya koymaktadır (Bartholomew ve ark., 2010). Bu etkileşim, yalnızca çevrenin bireyi etkilediği bir ilişkiyi değil, aynı zamanda bireyin çevresi üzerinde de olumlu etkiler yaratabileceğini gösteren karşılıklı bir ilişkiyi işaret eder (Arthur-Banning ve ark., 2007). Spor ortamındaki prososyal ve antisosyal davranışlar, Bandura'nın Ahlaki Düşünce ve Davranışın Sosyal Bilişsel Kuramı ışığında değerlendirilmiştir. Bu kurama göre, ahlaki davranış, ahlaki gelişimin temel bir unsuru olarak kabul edilir. Ahlaki düşünce, kişisel faktörler ve öz tepkilerle çevresel faktörler arasındaki karşılıklı etkileşimleri şekillendirir ve bu faktörler birbirini etkileyerek ahlaki davranışı yönlendirir (Bandura, 1991). Bireyler, bir eylemin ahlaki olup olmadığını belirlerken, sonuçlar ve eylemin başkalarına yönelik olup olmadığı gibi çok çeşitli kurallar ve standartlar kullanmalıdır. Bandura'ya göre, bir davranışın başkalarına olan etkisi bu tür bir ahlaki değerlendirmede önemli bir rol oynamaktadır (Bandura, 1999). Bandura, proaktif ve engelleyici ahlak olmak üzere iki ana ahlaki boyutu tanımlamıştır. Proaktif ahlak, insancıl ve yardımsever davranışları ifade ederken, engelleyici ahlak, zararlı ve insanlık dışı davranışlardan kaçınmayı ifade eder (Bandura, 2002). Spor ortamında, prososyal ve antisosyal davranış terimleri, sırasıyla ahlaki davranışın proaktif ve engelleyici yönlerini tanımlamak için kullanılmaktadır (Sage ve ark., 2006). Kavussanu ve arkadaşlarının (2006) araştırmasında, futbol takımlarındaki prososyal ve antisosyal davranışların sıklığı, yaş farkları ve motivasyonel faktörler göz önünde bulundurularak incelenmiştir. Araştırma, 13-17 yaş aralığındaki genç futbol oyuncularından oluşturulan bir grup üzerinden gerçekleştirilmiştir. Çalışmada sekiz farklı yaş grubundan oluşan takımlar oluşturulmuş, maçlar sırasında video kayıtları yapılmış ve maç sonrası oyunculara anketler uygulanmıştır. Videolar, sadece grup düzeyinde iki gözlemci tarafından analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular, antisosyal davranışların prososyal davranışlardan daha sık görüldüğünü ortaya koymuştur. Ayrıca, yaş gruplarına göre bu davranış türlerinin farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir. Rutten ve

arkadaşlarının (2007) yaptığı çalışma, genç sporcuların spor ortamında organize bir şekilde davranışlarının antisosyal ve prososyal davranışlar üzerindeki etkisini incelemiştir. Çalışmada gerçekleştirilen çoklu regresyon analizi, antisosyal davranışlardaki varyansın %8'inin ve prososyal davranışlardaki varyansın %7'sinin spor ortamının özellikleriyle ilişkili olabileceğini göstermiştir. Araştırmanın sonuçları, antrenörlerin sporcularla güçlü ve sağlıklı ilişkiler kurmalarının, sporcuların antisosyal davranış eğilimlerini azaltabileceğini ve prososyal davranış eğilimlerini artırabileceğini ortaya koymuştur.

1.9. Dijital Oyun Bağımlılığı

Dijital oyun bağımlılığı, bireyin oyunu aşırı bir şekilde oynaması, sosyal yaşamındaki sorumlulukları yerine getirmemesi ve sağlıksız iletişimlerde bulunması gibi belirtilerle tanımlanabilir (Horzum, 2011). Bu bağımlılık, bireyin ruhsal ve sosyal sorunlarına rağmen dijital oyunlara aşırı zaman ayırıp, bu durumu kontrol edememesi olarak da tanımlanmıştır (Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2009). Başka bir tanıma göre, dijital oyun bağımlılığı, bireyin oyunlardan kendini alıkoyamaması, gerçek yaşamla dijital dünyayı karıştırması, sorumluluklarını ertelemesi ve diğer aktiviteleri tercih etmeyerek yalnızca oyunlara odaklanması şeklinde açıklanabilir (Arslan ve ark., 2015).

Dijital oyun bağımlılığı, bireyin oyunu aşırı bir şekilde oynaması, sosyal yaşamındaki sorumlulukları yerine getirmemesi ve sağlıksız iletişimlerde bulunması gibi belirtilerle tanımlanabilir (Horzum, 2011). Bu bağımlılık, bireyin ruhsal ve sosyal sorunlarına rağmen dijital oyunlara aşırı zaman ayırıp, bu durumu kontrol edememesi olarak da tanımlanmıştır (Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2009). Başka bir tanıma göre, dijital oyun bağımlılığı, bireyin oyunlardan kendini alıkoyamaması, gerçek yaşamla dijital dünyayı karıştırması, sorumluluklarını ertelemesi ve diğer aktiviteleri tercih etmeyerek yalnızca oyunlara odaklanması şeklinde açıklanabilir (Arslan ve ark., 2015). Dijital oyun bağımlılığı, bireylerde şiddet eğilimi, saldırganlık, psikolojik çöküntü, kaygı, yaşam tatmini eksikliği, akademik başarıda düşüş ve yalnızlık gibi olumsuz sonuçlara yol açabilir (Gürçan, 2008). Ayrıca, uzun süre dijital oyunlarla vakit geçirme, iskelet sistemi rahatsızlıkları, baş ağrıları, göz problemleri, uyku bozuklukları ve kilo sorunları gibi fizyolojik rahatsızlıkların ortaya çıkmasına neden olabilir. Öte yandan, dijital oyunların bireylerde özgüven artışı, stres düzeyinin azalması, dikkat ve reflekslerde gelişim ile problem çözme becerilerinin iyileşmesi gibi olumlu etkileri de olduğu belirtilmektedir (Green ve Bavelier, 2003).

Teknolojinin hızla ilerlediği günümüzde, her yeni icat, hayatımıza önemli değişiklikler getiriyor. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte dijital ürünler, hayatımızın her alanına olduğu gibi oyun dünyasına da etki etmiştir. Oyunlar artık sokaklarda ya da geleneksel alanlarda oynanmak yerine, dijital cihazlar aracılığıyla oynanır hale gelmiştir. Bu cihazlar arasında tabletler, bilgisayarlar, oyun konsolları ve akıllı telefonlar yer almaktadır. Ekranlar üzerinden oynanan ve teknolojinin sunduğu imkânlarla yapılan oyunlar ise dijital oyunlar olarak tanımlanır (Binark ve Bayraktutan Sütçü, 2008; Çetin, 2013; Sağlam ve Topsümer, 2019). Geleneksel oyunlar, bireylerin gönüllü katılımıyla eğlenceli vakit geçirmelerine ve özgür bir ortamda oynamalarına imkân tanırken, dijital oyunlar da benzer bir deneyim sunar. Bu bağlamda, dijital oyunların geleneksel oyunlardan temelde farklı olmadığı, sadece kullanılan araçlar, içerikler ve biçimlerin değişiklik gösterdiği söylenebilir (Binark ve Bayraktutan Sütçü, 2008; Hazar ve Hazar, 2017).

1.10. Dijital Oyun Kavramı ve Dijital Oyunların Tarihi

Oyun kavramı, insanlık tarihinin her döneminde önemli bir yer tutmuş ve bilişim teknolojisinin hızlı gelişimiyle birlikte yeni anlamlar kazanmıştır. Dijital oyunlar, Latince kökenli "ludik", "ludus" ve "ludere" terimlerinden türetilmiştir. "Ludus", çocuk oyunları, eğlence, yarışmalar ve şans oyunlarını tanımlar (Yengin, 2012). Oyun ve oyuncu denildiğinde ise genellikle video oyunları kastedilmektedir (Nicholson, 2012). Video oyunları ve bilgisayar oyunları terimleri sıklıkla birbirinin yerine kullanılsa da, her iki türde de ekran üzerinde oynanan oyunlar bulunur ve giriş aygıtları, kullanılan donanıma bağlı olarak değişiklik gösterir; ancak genellikle kumanda kolu, klavye veya tuş takımları kullanılır (Kirriemuir, 2002). Bu terimler arasındaki farklar, bilgisayar oyunlarının Avrupa ve Güneydoğu Asya'da daha popüler olmasından, video oyunlarının ise ABD ve Japonya'da yaygın olmasından kaynaklanmaktadır. Aphra Kerr, dijital oyunları kapsayacak şekilde "dijital oyunlar" teriminin kullanılmasını savunmakta, video oyunları veya bilgisayar oyunları gibi özel terimlerin tüm dijital oyun alanını evrensel bir şekilde yansıtmadığını ifade etmektedir (Kerr, 2006). Bugün dijital oyunlar, bilgisayarlar, oyun konsolları ve akıllı telefonlar aracılığıyla yaygın bir biçimde oynanmaktadır. Bilgi ve iletişim teknolojilerindeki hızlı gelişmeler, insanların yaşam biçimlerini köklü bir şekilde değiştiren bir faktör haline gelmiştir. Dijital oyunlar, boş zaman aktiviteleri çerçevesinde incelenmekte ve eğitimsel katkılarının olumlu etkileri üzerine durulurken, sosyalleşmeye olumsuz etkileri, fiziksel

sağlık sorunları, psikolojik sonuçlar ve şiddet davranışlarını tetikleyen özellikleri daha fazla gündeme getirilmektedir. Özellikle çocuklar ve gençler için oyunların bilinçsiz kullanımı, bağımlılık, kumar bağımlılığı ve sorunlu oyun alışkanlıkları gibi kavramlar sıklıkla tartışılmaktadır. Bu durum, psikiyatri alanında bir bozukluk olarak ele alınmakta ve dijital oyunların etkileri üzerine daha derinlemesine bir inceleme yapılması gerektiği vurgulanmaktadır. Dijital oyunların tarihi 1962 yılına kadar uzansa da, temelleri daha eskiye dayanmaktadır. İlk bilgisayar, II. Dünya Savaşı'nın teknolojik gelişmeleri sonucu ortaya çıkmış olup, bu dönemde geliştirilen "Cathode Ray Tube Amusement Device" (Katot Tüplü Eğlence Cihazı), etkileşimli ilk elektronik oyun olarak kabul edilmektedir. Elektromekanik oyunların dijital ortama taşınması, çocuklara yönelik "Hırsız-Polis" gibi oyunların ve yetişkinlere hitap eden "Monopol" gibi oyunların temel öğelerini oyuncuların hayal gücüne bırakmıştır. Ancak bu girişimler, sınırlı bir kitleye ulaşabilmiş ve mevcut donanım eksiklikleri sebebiyle daha ileri düzeyde geliştirilememiştir (Kızılkaya, 2010). 1962 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde Russel ve ekibi tarafından tasarlanan "Spacewar (Uzay Savaşı)" oyunu, kısa sürede büyük ilgi görmüş ve etkileşimli oyunların gelişimine önemli bir ivme kazandırmıştır. Bu oyun, ses ve görsel efektlerin kullanımıyla dönemin teknolojik olanaklarından yararlanmıştır. Zamanla, oyun türleri genişlemiş; uçuş ve sürüş simülasyonlarından golf ve futbol gibi spor temalı oyunlara kadar çeşitli türler ortaya çıkmıştır (Çetinkaya, 2008). 1960'lı yıllardan itibaren bilgisayar oyunlarının gelişimi hızlanmış ve daha geniş bir kitleye ulaşmıştır. Dünyanın ilk oyun konsolu olarak kabul edilen "Magnavox Odyssey", 1968 yılında Ralph Baer tarafından geliştirilmiş ve ev kullanıcılarına hitap eden bir cihaz olarak televizyonlara bağlanabilen 24 farklı oyun seçeneği sunmuştur. Bu süreci, Amerikalı mühendis Bushnell tarafından geliştirilen "Computer Space" adlı arcade makinesi takip etmiş ve bilgisayar oyunlarının evrimine önemli bir katkı sağlamıştır (Kızılkaya, 2010). 1972 yılında Bushnell ve Atari'nin geliştirdiği "Pong", küresel çapta büyük bir etki yaratmış ve video oyunlarını geniş bir kullanıcı kitlesiyle tanıştırmak popülarite kazanmıştır.

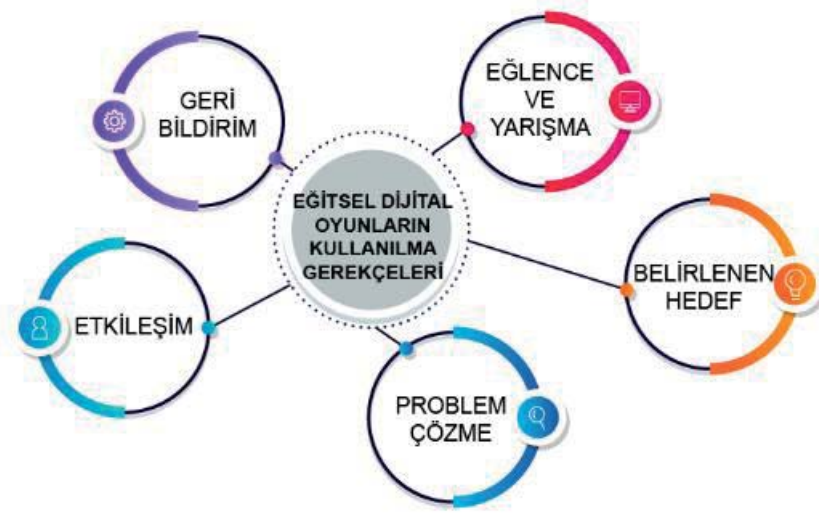
1.11. Dijital Oyunların Özellikleri

Dijital oyunlar, yapısal olarak farklı özellikler taşısa da hepsinin ortak bazı temel özellikleri bulunmaktadır. Bu ortak özellikler, bazıları yapısal niteliklerden, bazıları ise diğer özelliklerden kaynaklanmaktadır. Juul, "Half Real: Video Games Between Real Rules and

Functional Worlds" adlı eserinde bir oyunun sahip olması gereken altı temel özelliği belirtmiştir. Bu özellikler sırasıyla, kural (oyuncuların uyması gereken kurallar), değişkenlik (oyun sonuçlarının ölçülmesi), değer (sonuçların olumlu ya da olumsuz bir şekilde ifade edilmesi), oyuncu (oyunun sorumluluğunu taşıyan kişi), oyuncu bağı/çabası (oyuncunun oyunun sonunda hissettiği duygular) ve uyarlanabilirlik (oyunun, sonuçlar dikkate alınmaksızın oynanabilmesi) olarak özetlenebilir (Yengin, 2012). Dijital oyunların yapısal farklılıkları bir yana, oyunlar aynı zamanda interaktif yazılımlar, görsel ve işitsel öğelerle zenginleştirilmiş anlatılar veya sosyal etkileşim ortamları olarak da incelenebilir (Sezen, 2011). Dijital oyunların toplumsal ve kültürel özelliklerine bakıldığında, teknolojik yenilikler, oyuncunun oyunla bütünleşmesi ve kişiselleşmesi, ses ve görüntü efektlerinin gerçeğe yakın olması, senaryonun oynanabilirlik düzeyi, tekrar oynanabilirlik ve çok kullanıcı olma gibi özellikler öne çıkmaktadır (Akın, 2008).

Bilgisayar oyunlarının temel özellikleri şu şekilde sıralanabilir:

- Performans: Oyunun, belirlenen hedeflere ulaşmak amacıyla belirli kurallar çerçevesinde yapılandırılması.
- Zorluk: Oyunun, oyuncuyu sürekli olarak zorlayarak, sıkıcı hale gelmesini engelleyen bir zorluk seviyesi sunması.
- Ses ve Görsel Efektler: Oyun senaryosuna uygun ve kaliteli ses ile görsel efektlerin kullanılması.
- Rekabet: Oyuncunun, rakiplerle, bilgisayar veya kendi kendisiyle yarışabileceği bir rekabet ortamı sağlanması.
- Şans Unsuru: Tesadüfi öğelerin oyunun içinde yer alabilmesi.
- Kurgu Unsurları: Oyunun, bir uzay gemisinin pilotluğunu yapmak veya yeni yerler keşfetmek gibi hayali öğeler içermesi.
- Ekip Çalışması: Oyunun, işbirliği ve rekabeti birleştirerek ekip çalışmalarına dayalı bir deneyim sunması.
- Tepki Süresi: Oyuncuların tepkilerini ölçüp, zamanlamaya göre puanlama yapılması (Malone, 1980).



Şekil 1.3. Eğitsel dijital oyun kullanım gerekçeleri

1.12. Dijital Oyun Türleri

Projeler, öğrencilerin seçtikleri bir konu üzerinde düşüncelerini ifade etmelerini, özgün fikirler geliştirmelerini, araştırma yapmalarını, yeni bilgiler edinmelerini ve grup çalışması yapmalarını sağlamak amacıyla, ders öğretmenin rehberliğinde bireysel veya grup olarak gerçekleştirilen etkinliklerdir. Bu etkinlikler, öğrencilere dersle ilgili önemli ve ilgi çekici deneyimler sunar. Bir proje genellikle birkaç hafta süren bir süreçtir. Proje konuları öğrenciler tarafından tek başlarına belirlenebileceği gibi, öğretmen ve öğrencilerin ortak kararları ya da grup içindeki fikir birliği ile de seçilebilir (Fleming, 2000). Dijital oyunlar genellikle aksiyon, macera, spor, dövüş, simülasyon, strateji ve rol yapma gibi türler altında sınıflandırılmaktadır. Ancak, bazı dijital oyun yazımcıları bu türlere ek olarak farklı oyun kategorileri de oluşturmuşlardır. Örneğin, aksiyon, macera, dövüş, platform, bilgi oyunları, simülasyon, modelleme ve rol yapma oyunları (yönetim ve strateji oyunları dahil) gibi çeşitler bulunmaktadır (Mitchell ve Smith, 2004). Ayrıca, çevrim içi çok oyunculu rol yapma oyunları, gizlilik oyunları, eğitsel oyunlar, ciddi oyunlar ve geleneksel oyunlar gibi türler de sıklıkla eklenmektedir (Rabin, 2010). Bu sınıflandırmalar belirli sınırlar içinde olmamakla birlikte, oyunlar temalarına ve oynanış biçimlerine göre farklı kategorilere ayrılabilir. Bazı dijital oyunlar, birden fazla temayı aynı anda içinde barındırabilmektedir ve bu durum, melez türlerin ortaya çıkmasına yol açmıştır. Başlangıçta oldukça dar bir pazara sahip olan dijital oyunlar, zamanla gelişip çeşitlenerek daha geniş bir

oyuncu kitlesine ulaşmıştır. Rabin (2010) ve Dönmez (2012) tarafından yapılan genel sınıflamalara göre bilgisayar oyunları şu şekilde kategorize edilebilir:

- **Aksiyon Oyunları:** Aksiyon oyunlarının temel özelliği, oyuncuya sürekli aksiyon sunmaları ve ilgiyi sürekli canlı tutmalarıdır. Bu oyunlar genellikle savaş, dövüş ve atış temaları etrafında şekillenir. Aksiyon oyunları, oyuncuların hızlı refleksler ve iyi bir el-göz koordinasyonu gerektirmesini sağlar. "First Person Shooter" (FPS) türü, aksiyon oyunlarının en popüler örneklerinden biridir. "Space War" ve "Pong" gibi oyunlar, aksiyon türünün ilk örneklerindendir.
- **Macera Oyunları:** Macera oyunları, oyuncunun zihinsel süreçlere dayalı olarak problem çözme yeteneklerini kullanmasını gerektirir. Bu türde, oyuncular bilinmeyen olaylarla karşılaşarak çevreleriyle etkileşimde bulunur ve keşif yaparlar. Merak, keşif ve problem çözme duyguları ön plana çıkar. "King's Quest" bu türün en bilinen örneklerinden biridir.
- **Spor Oyunları:** Gerçek dünyadaki spor müsabakalarının sanal ortama taşındığı oyunlardır. Futbol, basketbol, voleybol, tenis gibi sporların dijital versiyonları bu kategoridedir. "John Madden Football" ve "Tiger Woods Golf" gibi oyunlar, spor oyunlarının örnekleri arasında yer alır.
- **Dövüş Oyunları:** Bu oyunlar, oyuncuların dövüş sanatları veya kılıç savaşları gibi mücadelelere girmesini sağlar. Her oyuncu, kendine özgü yeteneklere sahip bir karakter seçerek dövüşür. "Street Fighter IV" ve "Mortal Kombat" gibi oyunlar, dövüş türünün en tanınmış örneklerindendir.
- **Simülasyon Oyunları:** Gerçek dünya olaylarının ya da araçlarının birebir kopyalarına dayanan oyunlardır. Bu oyunlarda, oyuncular gerçek araçları kullanıyormuş gibi çeşitli aygıtlarla etkileşime girerler. Örneğin, uçak, otobüs, helikopter ve tank simülasyonları bu türde yer alır. "MS Flight Simulator" ve "Silent Hunter" gibi oyunlar simülasyon türüne örnek gösterilebilir.
- **Strateji Oyunları:** Bu oyunlar, oyuncuların hızlı düşünme ve planlama yapmalarını gerektirir. Genellikle bir ordu kurarak düşmanları yenme gibi görevler bulunur. Strateji oyunları, gerçek zamanlı ve sıra tabanlı olmak üzere iki farklı türde olabilir. "Age of Empires III" ve "Civilization V" gibi oyunlar, strateji türünün örnekleri arasında yer alır.
- **Rol Yapma Oyunları (RPO):** Rol yapma oyunlarında, oyuncular sanal bir dünyada bir karakteri canlandırarak onun gibi davranır. Oyuncular, belirli bir senaryoya

göre görevleri tamamlar ve puan toplar. Bu türde çevreyle etkileşim oldukça yoğunur; oyuncular ana görevlerin yanı sıra yan görevlerle de ekstra puanlar kazanabilirler.

Dijital oyunların gelişimiyle birlikte spor alanında önemli bir yenilik olan elektronik spor (e-spor) ortaya çıkmıştır. Bu alan, alanyazında electronic game, cyber game, computer game ve online game gibi terimlerle de anılmaktadır. Elektronik sporlar, oyunculara rekabetçi bir ortam sunarak dünya çapında büyük organizasyonların düzenlenmesine olanak tanımaktadır. İnternetin yaygınlaşması ile birlikte internet kafeler ve dijital oyun salonları (arcade) bu rekabetçi oyunların oynandığı önemli merkezler haline gelmiştir (Argan ve ark., 2006). Elektronik spor, yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda zihinsel süreçlerin de devreye girdiği bir alan olarak, reaksiyon süresi, refleksler ve zihinsel odaklanma gibi yetenekleri geliştiren bir spor dalı olarak kabul edilmektedir. Elektronik spor, dünya genelinde geniş bir oyuncu kitlesine ulaşarak dijital oyunların toplumsal ve kültürel etkilerini artıran önemli bir fenomen haline gelmiştir.

1.13. Dijital Oyun Ortamları

Teknolojik gelişmelerle birlikte dijital oyunlar, fiziksel temelli geleneksel oyunların yerini almaya başlamıştır. Özellikle 1980'lerin ardından dijital oyunlar, bilgisayar oyunları, video oyunları ve elektronik oyunlar olarak tanımlanırken, Türkiye'de genellikle "bilgisayar oyunları" terimi kullanılmaktadır. Dijital oyun kavramı, arcade (atari) oyunları, PC oyunları, konsol oyunları ve mobil oyunlar gibi farklı türleri kapsamaktadır (Binark ve Bayraktutan Sütçü, 2008). Tıpkı geleneksel oyunlar gibi, dijital oyunlar da belirli bir mekân gereksinimine sahiptir. Yengin (2012)'e göre, dijital oyunların oynandığı ortamlar video tabanlı, bilgisayar tabanlı ve taşınabilir oyunlar şeklinde sınıflandırılabilir.

- * Video tabanlı oyunlar: Bu oyunlar, video cihazları kullanılarak, görselin bir monitör veya ekran aracılığıyla yansıtıldığı ortamlarda oynanır ve genellikle konsol oyunları olarak adlandırılır.
- * Bilgisayar tabanlı oyunlar: Bu oyunlar, bilgisayarların sunduğu sanal ortamda oynanır ve burada, fiziksel dünya ile oyunun sanal dünyası arasındaki sınır net bir şekilde belirgindir.

Taşınabilir oyunlar: Mobil oyunlar, teknolojinin ilerlemesiyle taşınabilirlik özelliği kazanarak, farklı platformlarda oynanma olanağı sunar. Bazı araştırmacılar, dijital oyunları

geniş iki kategori altında incelerler. Sabit bilgisayarlar veya oyun konsolları gibi taşınabilir olmayan cihazlar "bilgisayar oyunları" olarak tanımlanırken, pille çalışan ve taşınabilir cihazlar ise "el bilgisayarları", "el cihazları" veya "mobil bilgisayarlar" olarak nitelendirilmektedir (Rapeepisarn ve ark., 2008). Dijital oyun ortamları, oyuncular için hem gerçek dünyadaki fiziksel mekânlarda hem de oyunun kendine has sanal ortamlarında kurgulanan bir gerçeklik deneyimi sunar. Oyun cihazlarının tasarım hedefleri, teknik özellikleri ve oyuncu tercihlerine bağlı olarak, oyunun oynanacağı platformlar belirlenir. Huizinga'nın oyun kuramına göre, oyunun belirli bir mekânda geçmesi, dijital oyunlar için de geçerlidir.

1.14. Dijital Oyunun Etkileri

Dijital oyunların farklı yaş gruplarında geniş bir kitleye hitap etmesi, bu oyunların insanlar üzerindeki etkilerini inceleyen birçok araştırmaya konu olmuştur. Dijital oyunlar, tıpkı geleneksel oyunlar gibi eğlence, boş zaman etkinliği ve sosyalleşme imkânları sunmaktadır. Bu oyunlar, insanların günlük yaşamın stresinden uzaklaşmalarını, farklı duygusal durumlar yaşamalarını, keyif almalarını, stresin azalmasını ve duygusal doyum elde etmelerini sağlamaktadır. Ayrıca, yeni insanlarla tanışma, sohbet etme ve arkadaşlıklar kurma gibi sosyal ihtiyaçların karşılanmasında da önemli bir rol oynadığı ifade edilmektedir. Bunun yanı sıra, el-göz koordinasyonu, hızlı düşünme ve karar verme gibi becerileri geliştirdiği de vurgulanmaktadır (De Lisi ve Wolford 2002; Green ve Bavelier 2003; Griffiths 2005; Ocak 2013; Sağlam ve Topsümer 2019). Ancak dijital oyunlar, amacına uygun ve kontrollü bir şekilde kullanıldığında olumlu etkiler gösterirken, uzun süre boyunca kontrolsüz ve bilinçsiz bir şekilde oynandığında, fiziksel, zihinsel ve ruhsal sağlık problemlerine yol açabileceği de unutulmamalıdır. Uzun süre aynı vücut pozisyonunda kalmak, postürde bozulmalara, duruş bozukluklarına ve bel ile boyun bölgelerinde ağrılara yol açabilir. Beyaz ekrana uzun süre bakmak ise gözlerde kuruluk ve çeşitli bozulmalara neden olabilir (Akçayır 2013; Ögel 2012). Dijital oyunlara fazla vakit ayıran bireylerde, düzensiz ve sağlıksız beslenme alışkanlıkları ile hareketsiz bir yaşam tarzı gözlemlenmiştir. Bu durum, obeziteye yol açmakta ve obezite de kardiyovasküler hastalıkların gelişmesine zemin hazırlamaktadır (Anderson ve ark., 2010, Ballard ve ark., 2009, Papastergiou 2009).

1.15. Dijital Oyun Bağımlılığının Nedenleri

Dijital oyun bağımlılığına yol açan birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler arasında bireylerin başkalarıyla iletişim kurma, bilgi eksikliklerini giderme, boş zamanı değerlendirme ve eğlenceli vakit geçirme isteği yer almaktadır. Ayrıca, bu nedenlerin insanların mutlu olma ihtiyacına hizmet eden unsurlar olduğu ifade edilmiştir (Tran ve Strutton, 2013). Tablet, bilgisayar ve cep telefonu gibi dijital araçların her ortamda kullanılabilir olması ve ulaşım kolaylığı sağlaması, bu cihazların kullanımını artırmaktadır. Dijital oyun oynarken zamanın nasıl geçtiğini fark edememe, oyun süresinin giderek artması ve dijital oyunlar üzerindeki kontrolün azalması, dijital oyun bağımlılığının gelişmesine neden olmaktadır (Alptekin ve Koral, 2023). Yee (2006), kişilerin dijital oyun oynamaya yönelik motivasyonlarını üç ana bileşen üzerinden açıklamıştır: başarı, sosyalleşme ve oyuna dalma (oyunun içine gömülme). Dijital oyun oynama motivasyonlarından ilki olan başarı bileşeni, güç kazanma arzusunu, oyunda yer alan zenginlik ve statü belirten sembollerle ilgilenmeyi ve diğer oyuncularla rekabet etme isteğini içermektedir. İkinci bileşen olan sosyalleşme, diğer oyuncularla iletişim kurma, uzun vadeli anlamlı ilişkiler kurma arzusunu ve grup halinde gösterilen çabaların parçası olmaktan duyulan doyumunu kapsamaktadır. Üçüncü ve son bileşen olan oyuna dalma/oyunun içine gömülme, oyuncuların diğerlerinin bilmediği şeyleri öğrenme arzusunu, hikayesi olan bir karakteri canlandırma isteğini ve çevrimiçi ortam aracılığıyla günlük yaşamın sıkıntılarından kaçma arzusunu içermektedir. Bu bileşen, oyuncunun oyun dünyasına tamamen daldığı ve bu dünyada kendisini farklı bir gerçeklikte deneyimlediği bir süreçtir.

1.16. Dijital Oyun Bağımlılığının Belirtileri

Young (2009), dijital oyun bağımlılığının belirtilerini, bireyin kaygı yaşamaması, oyun dışında ilgisini çeken başka bir etkinlik veya konu olmaması, oyun oynamayı gizleme, sosyal yaşamdan uzaklaşma, agresif tepkiler verme ve olumsuz sonuçlara rağmen oyun oynamayı sürdürme gibi faktörlerle tanımlamıştır. Ayrıca, dijital oyun oynamanın engellenmesi durumunda yoksunluk belirtileri gösterilmesi, oyunun kontrolünün sağlanamaması, psikososyal sorunların ortaya çıkmasına rağmen oyun oynamanın devam etmesi, olumsuz duygular hissedildiğinde bu duygulardan kaçmak amacıyla oyun oynamaya yönelme ve

gelecekteki yaşam ile akademik hayatı riske atma gibi belirtiler de dijital oyun bağımlılığının göstergeleri arasında yer almaktadır (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı, 2018).

1. Oyun oynamakla aşırı meşgul olma
2. Oyun oynamadığında yaşanan üzüntü, sinirlilik, kaygı gibi geri çekilme belirtileri
3. Oyun oynama dürtüsünü doyumak amacıyla daha fazla zaman geçirme isteği
4. Oynamayı azaltamama, oyunu bırakmaya yönelik başarısız girişimler
5. Daha önce ilgi duyulan etkinliklerden oyun oynamak için vazgeçme
6. Sorunlara rağmen oyun oynamaya devam etme
7. Oyun süresi konusunda yakınlarla veya aile üyelerine yalan söyleme
8. Kişinin suçluluk veya umutsuzluk gibi olumsuz duygularından kaçınmak için oyuna başvurusu
9. Oyun oynarken risk alarak kişinin ilişkilerini veya işini kaybetmesi

1.16.1. Dijital oyun bağımlılığının psikolojik etkileri

Dijital oyunların içeriğinden bağımsız olarak, bu oyunların depresyon ve yalnızlık gibi psikolojik sorunlara yol açtığı araştırmalarla ortaya konmuştur (Bagdasarov, Romer ve More, 2013; Rosen ve ark., 2014). Ayrıca, dijital oyunlar sosyal fobi, sosyal izolasyon, depresyon ve kaygı gibi olumsuz psikolojik etkilere de neden olabilmektedir (Arıcak ve ark., 2018; Gentile ve ark., 2011). Uzun süre dijital oyunlar ve internette vakit geçiren bireylerde saldırganlık düzeylerinin arttığı, özsaygılarının düştüğü, sosyal ilişkilerinin zayıfladığı ve depresyona eğilimlerinin yükseldiği belirtilmiştir (Kelleci ve ark., 2009). Yapılan bir araştırmada, günde beş saatten fazla dijital oyun oynayan gençlerin daha fazla üzüntü yaşadığı ve intihar eğilimlerinin arttığı görülmüştür (Messias ve ark., 2011). Benzer şekilde, Twenge (2018) de ergenlik döneminde günde üç saatten fazla elektronik cihaz kullanan bireylerin intihar eğiliminin %35 oranında daha fazla olduğunu belirtmiştir. Özetle, dijital oyun bağımlılığı, depresyon, davranış bozuklukları, kaygı, yalnızlık, intihar ve sosyal fobi gibi psikolojik sorunlara yol açabilmektedir.

1.16.2. Dijital oyun bağımlılığının sosyal etkileri

Greitemeyer ve Oswald (2010) dijital oyun oynamanın bireylerdeki olumlu sonuçlarını araştırmış ve prososyal dijital oyunların, bireylerin sosyal yaşamda daha fazla

yardım etme eğiliminde olduğunu bulmuşlardır. Ancak bu oyunlara fazla zaman ayırmanın, bireylerin sosyal açıdan olumsuz etkilenmesine ve iletişim problemleri yaşamasına neden olabileceği ifade edilmiştir. Olumsuz sonuçlar ise daha çok bireylerdeki şiddet eğilimiyle ilişkilendirilmiştir (Rosen ve ark., 2014). Anderson ve Bushman (2009), dijital oyunlarla normalden fazla vakit geçiren bireylerin şiddete karşı duyarsızlaştığını ve insanlara yardım etme davranışlarının azaldığını belirlemişlerdir.

1.16.3. Dijital oyun bağımlılığının bilişsel etkiler

Anderson ve Bushman (2009), aksiyon türündeki oyunların bazı uzaysal beceriler üzerinde olumlu etkiler yapabileceğini ifade etmiştir. Ancak, bazı araştırmalar, bilgisayarda uzun süre vakit geçiren bireylerin “beyinlerindeki temporal dopaminerjik” aktivitede artış gözlemlendiğini ve bunun da dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu riskini artırabileceğini ortaya koymuştur (Dinç, 2010). Bu bulgulara dayanarak, dijital oyunların beyin işlevlerine zarar verebileceği ve şiddet içeren dijital oyunların beyin işlevlerinde olumsuz değişikliklere yol açabileceği öne sürülmüştür (Doğan, 2006). Dijital oyunlarla fazla vakit geçiren bireylerin, dikkat dağınıklığı ve odaklanma problemleri yaşadığı belirtilmektedir. Ayrıca, erken yaşta dijital oyunlarla tanışan bireylerin öz düzenleme becerilerinde de sorunlar yaşandığı gözlemlenmiştir (Nathanson ve ark., 2013). Sağlık Bakanlığı’nın 2018 yılında hazırladığı Sağlık Raporu’nda ise dijital oyun bağımlılığının olası bilişsel etkileri arasında dikkat dağınıklığı, dikkat eksikliği ve hiperaktivite, bazı bilişsel becerilerde azalma yer almaktadır.

1.16.4. Dijital oyunların olumlu etkileri

Dijital oyunların çocukların gelişim alanları üzerindeki etkilerini sadece olumsuz bir perspektiften değerlendirmek doğru değildir. Aksine, dijital oyunların kontrollü ve bilinçli bir biçimde kullanımı, çocukların gelişimlerine önemli katkılarda bulunabilir. Örneğin, dijital oyunlar çocukların bilgisayar okuryazarlığını kazanmaları için etkili bir araçtır. Ayrıca, oyunlar el-göz koordinasyonunu geliştirme, uzamsal becerilerin ilerlemesi, hayal gücünün kullanımını teşvik etme, matematiksel düşünme, geometri ve fiziksel ilişkiler hakkında anlayış kazanma gibi bilişsel işlevlerin gelişmesine de katkı sağlar (Horzum ve ark., 2008). Bilimsel araştırmalar, dijital oyunların dikkat ve konsantrasyonu artırabileceğini

göstermektedir. NASA'nın bilim insanları, dijital oyunların çocuklar ve yetişkinler üzerinde dikkat sürelerini uzattığını ve stresli bireylerin daha sakin hale gelmelerine yardımcı olabileceğini ifade etmiştir (Tarhan ve Nurmedov, 2011). Dijital oyunların bireylerde problem çözme becerisi kazandırdığı, soğukkanlı kalmayı öğrettiği ve hiperaktif bireylerde tedavi edici bir işlev gördüğü de ifade edilmektedir. Bu oyunlar, fen, matematik, tıp, mühendislik gibi alanlarda stratejik düşünmeyi destekler ve öğrenme süreçlerini zenginleştirir. Öğrenciler oyunlar aracılığıyla problem çözme, araştırma yapma ve iş birliği kurma becerilerini geliştirirler. Bu süreç, öğrencilerin motivasyonlarını artırırken özgüven düzeylerinin de yükselmesini sağlar ve akademik başarılarını olumlu yönde destekler (Tüzün, 2002). Ayrıca dijital oyunlar, çocuklara gerçek dünya deneyimlerini risk almadan yaşamalarını sağlama fırsatı sunar, deneme-yanılma yoluyla öğrenmelerine olanak verir ve bilimsel düşünme becerilerini geliştirir. Bu oyunlar sayesinde çocuklar, düşünme ve karar verme becerilerini hızla geliştirebilirler. Dijital oyunlar, çocukların soyut kavramları somutlaştırma ve kuralları keşfetme becerilerini pratik etmelerini sağlayan önemli araçlardır (Ocak, 2013).

1.16.5. Dijital oyunların olumsuz etkileri

Dijital oyunların aşırı ve bilinçsiz kullanımı, çocukların sağlığı ve sosyal yaşamı üzerinde olumsuz etkiler yaratabilmektedir. Uzun süre oyun oynayan bireylerde fiziksel ve zihinsel sağlık sorunları gelişebilir. Özellikle, hareketsiz bir şekilde uzun süre oyun oynamak, obezite, uyku bozuklukları, göz kuruluğu, baş ağrıları, el bileği rahatsızlıkları ve iskelet sistemi sorunları gibi sağlık problemlerine yol açabilir (Amatem, 2020). Ayrıca, dijital oyunlara fazla zaman ayıran çocuklar, sosyal aktivitelere katılmakta zorlanır ve zamanla asosyal bir yaşam biçimi benimseyebilirler. Bu da, çocukların arkadaşlık ilişkilerini ve sosyal becerilerini olumsuz yönde etkileyebilir (Horzum ve ark., 2008). Akademik açıdan bakıldığında, dijital oyunların aşırı şekilde oynanması çocukların derslerinde aksamalara, akademik başarılarının düşmesine ve hatta okuldan vazgeçmelerine yol açabilir. Şiddet içerikli dijital oyunlar ise çocuklarda saldırganlık, öfke kontrolü sorunları ve şiddet eğilimli davranışların gelişmesine neden olabilir. Bu sebeple, dijital oyunların çocukların hayatındaki etkilerinin sürekli izlenmesi ve oyun sürelerinin dikkatli bir şekilde sınırlandırılması büyük önem taşımaktadır (Amatem, 2020; Eğitek, 2008).

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Bu model, olaylar veya özellikler hakkında bilgi edinmeyi amaçlayan bir araştırma modelidir. İlişkisel tarama modelinde, seçilen bir örneklem grubundan elde edilen veriler analiz edilerek betimleyici istatistikler aracılığıyla sunulur ve bu veriler, evren hakkında genel bir değerlendirme yapmayı sağlar (Karasar, 2011). Bu çalışmada değişkenler arasındaki ilişkilerin belirli bir dönemi kapsamı nedeniyle betimsel araştırma yöntemlerinden kesitsel desen kullanılmıştır (Ocak, 2019).

2.2. Evren-Örneklem

Araştırmanın evrenini, 2023-2024 eğitim-öğretim yılı güz ve bahar döneminde Elâzığ ilinde Millî Eğitim Bakanlığına bağlı Çubuk Bey Anadolu Lisesi'nde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, 189'u erkek ve 133'ü kadın olmak üzere toplam 322 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcılara çalışma hakkında genel bilgi verilmiş, ardından gönüllülük esasına dayalı olarak yüz yüze veri toplanmıştır. Hem evrenin hem de örneklemin belirli özelliklerine göre seçim yapılması gerektiğinden, örnekleme yöntemi olarak kota örnekleme tercih edilmiştir.

Tablo 2.1. Katılımcıların tanımlayıcı özelliklerine dair bilgiler

Değişkenler	Grup	Frekans	Yüzde %
Cinsiyet	Erkek	189	49,3
	Kadın	133	50,7
	Toplam	322	100
Sınıf	9. sınıf	86	26,7
	10. sınıf	83	25,7
	11. sınıf	77	23,9
	12. sınıf	76	23,7
	Toplam	322	100
Düzenli Spor Yapma Durumu	Evet	194	60,3
	Hayır	128	39,7
	Toplam	322	100
Sigara Kullanma	Evet	178	55,3
	Hayır	144	44,7
	Toplam	322	100
Genel Başarı Düzeyi	Düşük	57	17,7
	Orta	158	49,1
	Yüksek	107	33,2
	Toplam	322	100
Anne Eğitim Düzeyi	Lise ve öncesi	222	68,9
	Lisans ve sonrası	100	31,1
	Toplam	322	100
Baba Eğitim Düzeyi	Lise ve öncesi	164	50,9
	Lisans ve sonrası	158	49,1
	Toplam	100	100
Aile Gelir Düzeyi	Düşük	88	27,3
	Orta	127	39,4
	Yüksek	107	33,3
	Toplam	100	100

2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Ayrıca, gençlerde sosyal dışlanma düzeyini ölçmek için Akın ve arkadaşları tarafından geliştirilen "**Ergenler İçin Ostarasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği**", sporda prososyal ve antisosyal davranışları değerlendirmek amacıyla Balcıkanlı (2013) tarafından geliştirilen "**Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği**" ile bireylerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerini ölçmek üzere Yalçın-İrmak ve Erdoğan tarafından geliştirilen "**Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği**" kullanılmıştır.

2.3.1. Ergenler için ostrasizm (sosyal dışlanma) ölçeği

Gilman ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen ve Türkçeye Akın, Uysal ve Akın (2016) tarafından uyarlanan "Ergenler İçin Sosyal Dışlanma (Ostrasizm) Ölçeği", iki alt boyuttan oluşmaktadır: "Önemsenmeme" (5 madde) ve "Dışlanma" (6 madde). Toplamda 11 madde içeren bu ölçek, 5'li Likert tipiyle (Hiçbir zaman - Her zaman) derecelendirilmiştir. 6. ve 11. maddeler ters kodlanmıştır. Ölçekten elde edilebilecek puanlar 11 ile 55 arasında değişmektedir. Ölçeğin madde-test korelasyonları .51 ile .70 arasında; Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları ise önemsenmeme alt ölçeği için .93, dışlanma alt ölçeği için .90 ve tüm ölçek için .89 olarak belirlenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları, iki boyutlu modelin yapısal olarak uygun olduğunu göstermiştir.

2.3.2. Sporda prososyal ve antisosyal davranış ölçeği

Bu araştırmada, pozitif gençlik gelişimi modeli çerçevesinde oluşturulan bir programa katılan bireylerin prososyal ve antisosyal davranış eğilimlerindeki olası değişiklikleri değerlendirmek amacıyla "Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği" kullanılmıştır. Kavussanu ve Boardley (2009) tarafından geliştirilen ve Türkçeye Balçıkanlı (2013) tarafından uyarlanan bu ölçek; takım arkadaşına prososyal davranış (4 madde), rakibe prososyal davranış (3 madde), takım arkadaşına antisosyal davranış (5 madde) ve rakibe antisosyal davranış (8 madde) olmak üzere dört alt boyutta toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliliği Temel Bileşenler Analizi (PCA) ile test edilmiş, güvenirliği ise Cronbach's Alpha katsayısı ile değerlendirilmiştir. Beşli Likert tipiyle (Hiç – Oldukça Sık) derecelendirilen ölçeğin bu araştırmadaki iç tutarlılık katsayısı Cronbach's Alpha = 0,846 olarak yüksek bulunmuştur.

2.3.3. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği

Bu araştırmada dijital oyun bağımlılığını ölçmek amacıyla kullanılan "Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği"nin kısa formu olan DOBÖ-7, Lemmens ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilmiş olup, 12-18 yaş grubundaki bireylerin dijital oyun kullanımındaki sorunlu davranışlarını değerlendirmek amacıyla tasarlanmıştır. Türkçeye Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından uyarlanan ölçeğin Cronbach alfa güvenirlik katsayısı bu çalışmada 0.82 olarak hesaplanmıştır. Beşli Likert tipiyle (1=Hiçbir zaman, 5=Her zaman) yanıtlanan yedi maddelik bu ölçek, tek faktörlü bir yapı sergilemektedir. Ölçekten alınabilecek toplam puan

7 ile 35 arasında değişmektedir. Katılımcının oyun bağımlısı olarak değerlendirilmesi, monotetik (tüm maddelere en az üç puan verilmesi) ve politetik (en az dört maddeye üç veya daha yüksek puan verilmesi) tanı kriterlerine göre yapılmaktadır.

2.4. Araştırma Yayın Etiği

Bu çalışmada, Munzur Üniversitesi Rektörlüğü Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulunun 28.11.2024 tarihli ve 56359 sayılı yazısı doğrultusunda çalışma için gerekli Etik Kurul onayı alınmıştır. Ayrıca, Millî Eğitim Bakanlığı'ndan ve araştırmanın yürütüleceği Çubukbey Anadolu Lisesi'nden anket uygulamaları için gerekli resmi izinler temin edilmiştir (Ek-1).

2.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmış olup, hata payı %0,05 olarak kabul edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde, tanımlayıcı istatistiksel yöntemler olarak yüzde, sayı, standart ve sapma ortalama kullanılmıştır. Normallik varsayımını test etmek için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin -1 ile +1 arasındaki referans aralığında olduğu gözlemlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu doğrultuda, her iki ölçekten elde edilen verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterdiği için, bağımsız örneklem t-Testi ve gruplar arasında çıkan anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için One Way ANOVA testleri ve hipotezler doğrultusunda, değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır.

Tablo 2.2. Araştırma kapsamında kullanılan ölçek alt boyutlarına ilişkin ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri

Ölçek	Alt Boyutlar	N	$\bar{X}$	Ss	Skewness (Çarpıklık)	Kurtosis (Basıklık)	Cronbach Alpha α	Omega (ω)
Sosyal Dışlanma Ölçeği	Önemsensememe	322	7,2	3,11	-0,534	0,742	0,706	0,714
	Dışlanma	322	20,7	5,46	0,565	0,711	0,716	0,703
Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği	Takım arkadaşına prososyal davranış	322	13,1	4,36	-0,344	-0,537	0,755	0,763
	Rakibe prososyal davranış	322	7,56	3,50	-1,110	-0,689	0,822	0,835
	Takım arkadaşına antisosyal davranış	322	16,54	3,87	-0,741	-1,034	0,845	0,820
	Rakibe antisosyal davranış	322	18,61	6,61	-0,322	0,578	0,752	0,735
Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği	Dijital Oyun Bağımlılığı Toplam	322	15,32	6,18	0,978	-0,457	0,815	0,789

Tablo 2.2.'de yer alan bulgular doğrultusunda, değişkenlerden elde edilen puanların normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerlerinin ± 1.5 aralığında bulunması (Tabachnick ve Fidell, 2013), verilerin normal dağılım varsayımını desteklemektedir. Ölçeklerin iç tutarlılığına ilişkin güvenilirlik analizlerinde Cronbach alfa katsayısı dikkate alınmıştır. Bu katsayının 0.70 ve üzerindeki değerleri, ölçüm aracının yeterli düzeyde güvenilir olduğunu göstermektedir (Field, 2009; Hair et al., 2019). Ayrıca, alternatif bir güvenilirlik göstergesi olan McDonald'ın omega (ω) katsayısı da hesaplanmıştır. 0 ile 1 arasında değişen bu katsayının değeri 1'e yaklaştıkça ölçekten elde edilen puanların güvenilirliğinin arttığı kabul edilmektedir (Lucke, 2005).

3. BULGULAR

Tablo 3.1. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının cinsiyet değişkenine göre t testi sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Ergenler İçin Ostarasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği	Önemsenmeme	Erkek	189	7,23	3,17	,220	,335
		Kadın	133	20,79	5,46		
	Dışlanma	Erkek	189	13,14	4,55	,651	,225
		Kadın	133	7,56	3,50		
Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği	Takım arkadaşına prososyal davranış	Erkek	189	16,54	3,87	,321	,654
		Kadın	133	18,61	6,61		
	Rakibe prososyal davranış	Erkek	189	15,30	6,18	,567	,728
		Kadın	133	7,23	3,11		
	Takım arkadaşına antisosyal davranış	Erkek	189	20,79	5,46	,580	,552
		Kadın	133	13,14	4,35		
	Rakibe antisosyal davranış	Erkek	189	7,56	3,50	,785	,660
		Kadın	133	16,54	3,89		
Dijital Oyun Bağımlılığı	Dijital Oyun Bağımlılığı	Erkek	189	18,61	6,69	1,875	,000*
		Kadın	133	15,30	6,15		

*p<0,05; N (322)

Tablo 3.1. incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı alt boyutunda $[t(1,875)=,p<0,05]$, erkek katılımcılar lehine anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilirken, ergenler için ostarasizm (sosyal dışlanma) ve sporda prososyal ve antisosyal davranış ölçeği alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunamamıştır ($p>0.05$). Buna göre bireylerin dijital oyun bağımlılığının cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı söylenebilir

Tablo 3.2. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının düzenli spor yapma değişkenine göre t testi sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Düzenli Spor Yapma	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Ergenler İçin Ostasızlık (Sosyal Dışlanma) Ölçeği	Önemsenmeme	Evet	194	6,20	3,15	,583	,335
		Hayır	128	19,79	5,40		
	Dışlanma	Evet	194	7,56	3,52	1,185	,000*
		Hayır	128	12,11	3,58		
Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği	Takım arkadaşına prososyal davranış	Evet	194	15,54	3,80	1,347	,002*
		Hayır	128	13,61	4,67		
	Rakibe prososyal davranış	Evet	194	13,30	3,10	2,535	,003*
		Hayır	128	6,23	2,10		
	Takım arkadaşına antisosyal davranış	Evet	194	18,7	3,46	,545	,552
		Hayır	128	14,10	3,38		
	Rakibe antisosyal davranış	Evet	194	8,56	3,55	,455	,660
		Hayır	128	17,50	4,82		
Dijital Oyun Bağımlılığı	Dijital Oyun Bağımlılığı	Evet	194	16,33	5,69	1,215	,000*
		Hayır	128	17,61	6,18		

*p<0,05; N (322)

Tablo 3.2. incelendiğinde düzenli spor yapma durumu değişkenine göre takım arkadaşlarına prososyal davranış [$t(1,347)=$, $p<0,05$], ve rakibe prososyal davranış [$t(2,535)=$, $p<0,05$] alt boyutlarında evet yanıtı lehine anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilirken, dijital oyun bağımlılığında [$t(1,185)=$, $p<0,05$] ve dışlanma [$t(1,215)=$, $p<0,05$], alt boyutlarında hayır yanıtı lehine anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur. Buna göre bireylerin, dışlanma, sporda prososyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin düzenli spor yapma durumu değişkenine göre farklılaştığı söylenebilir

Tablo 3.3. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının sigara içme değişkenine göre t testi sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Sigara İçme	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Ergenler İçin Ostasızlık (Sosyal Dışlanma) Ölçeği	Önemsizlik	Evet	178	5,25	2,10	,448	,386
		Hayır	144	18,79	4,42		
	Dışlanma	Evet	178	11,11	3,58	,981	,000*
		Hayır	144	6,56	3,57		
Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği	Takım arkadaşına prososyal davranış	Evet	178	14,54	2,82	,550	,337
		Hayır	144	12,60	4,61		
	Rakibe prososyal davranış	Evet	178	14,30	3,11	,258	,456
		Hayır	144	7,23	2, 11		
	Takım arkadaşına antisosyal davranış	Evet	178	13,7	3,45	,336	,552
		Hayır	144	12,10	3,30		
	Rakibe antisosyal davranış	Evet	178	9,56	3,50	1, 450	,000*
		Hayır	144	8,49	4,80		
Dijital Oyun Bağımlılığı	Dijital Oyun Bağımlılığı	Evet	178	17,31	4,60	,870	,000*
		Hayır	144	14,63	5,15		

*p<0,05; N (322)

Tablo 3.3 incelendiğinde sigara içme durumu değişkenine göre dışlanma [$t(,981)=$, $p<0,05$], Rakibe antisosyal davranış [$t(1,450)=$, $p<0,05$], ve dijital oyun bağımlılığı [$t(,870)=$, $p<0,05$], alt boyutlarında evet yanıtı lehine anlamlı düzeyde farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Buna göre bireylerin, dışlanma, rakibe antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin düzenli spor yapma durumu değişkenine göre farklılaştığı söylenebilir.

Tablo 3.4. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının sınıf değişkenine göre anova testi sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Sınıf	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	LSD
Ergenler İçin Östarasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği	Önemsenmeme	9. sınıf	86	7,25	2,86	,445	,463	
		10. sınıf	83	7,25	3,18			
		11. sınıf	77	7,24	3,19			
		12. sınıf	76	7,27	3,46			
	Dışlanma	9. sınıf	86	20,58	5,99	,858	,324	
		10. sınıf	83	20,77	5,60			
		11. sınıf	77	20,21	5,34			
		12. sınıf	76	22,09	4,09			
Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği	Takım arkadaşına prososyal davranış	9. sınıf	86	12,30	2,53	1,375	.003*	4>3,2,1 3>2,1 2>1
		10. sınıf	83	12,55	6,79			
		11. sınıf	77	13,12	3,06			
		12. sınıf	76	14,34	3,70			
	Rakibe prososyal davranış	9. sınıf	86	7,27	2,47	3,524	,000*	4>3,2,1 3>2,1 2>1
		10. sınıf	83	7,38	5,17			
		11. sınıf	77	8,37	2,89			
		12. sınıf	76	9,09	2,49			
	Takım arkadaşına antisosyal davranış	9. sınıf	86	17,2	3,24	,585	,666	
		10. sınıf	83	15,99	3,75			
		11. sınıf	77	17,07	3,85			
		12. sınıf	76	15,30	4,74			
	Rakibe antisosyal davranış	9. sınıf	86	18,50	5,88	,205	,557	
		10. sınıf	83	19,23	7,17			
		11. sınıf	77	18,62	6,84			
		12. sınıf	76	17,78	6,74			
Dijital Oyun Bağımlılığı	Dijital Oyun Bağımlılığı	9. sınıf	86	16,92	6,07	4,227	.003*	1>2,3,4 2>3,4 3>4
		10. sınıf	83	14,95	6,47			
		11. sınıf	77	13,48	5,43			
		12. sınıf	76	13,32	6,62			

9. sınıf:1/ 10. Sınıf 2/ 11. Sınıf 3/12. Sınıf 4

*p<0,05; N (322)

Tablo 3.4. incelendiğinde sınıf durumu değişkenine göre takım arkadaşlarına prososyal davranış [F(1,375)=, p<0,05], ve rakibe prososyal davranış [F(3,524)=, p<0,05], alt boyutlarında 12. sınıf öğrencileri lehine anlamlı düzeyde farklılıklar bulunurken, dijital oyun [F(4,227)=, p<0,05], toplam puanında 9. sınıfta öğrenim gören öğrenciler lehine anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan LSD analizi sonucunda, takım arkadaşına antisosyal davranış ve

rakibe prososyal davranış alt boyutunda 12. sınıf lehine, dijital oyun bağımlılığında ise 9. Sınıf lehine anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Buna göre bireylerin takım arkadaşına antisosyal davranış, rakibe prososyal davranış ve Dijital oyun bağımlılığına yönelik algılarının sınıf değişkenine göre farklılaştığı söylenebilir.

Tablo 3.5. Sosyal dışlanma ve sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyut puanlarının genel başarı düzeyi durumu değişkenine göre anova testi sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Genel Başarı Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	F	p	
Ergenler İçin Ostarasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği	Önemsenmeme	Düşük	57	8,20	3,80			
		Orta	158	7,37	2,18	,181	,098	
		Yüksek	107	8,22	2,14			
	Dışlanma	Düşük	57	18,58	5,59			
		Orta	158	17,70	5,62	,710	,320	
		Yüksek	107	19,21	6,30			
Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği	Takım arkadaşına prososyal davranış	Düşük	57	11,50	5,39			
		Orta	158	13,28	4,46	2,221	*,000	3>2,1 2>1
		Yüksek	107	15,75	4,78			
	Rakibe prososyal davranış	Düşük	57	7,76	4,15			
		Orta	158	7,87	3,59	3,214	*,000	3>2,1 2>1
		Yüksek	107	10,19	3,39			
	Takım arkadaşına antisosyal davranış	Düşük	57	15,99	2,28			
		Orta	158	17,07	1,25	,456	,109	
		Yüksek	107	15,30	2,83			
	Rakibe antisosyal davranış	Düşük	57	17,50	6,85			
		Orta	158	17,23	7,57	,952	,345	
		Yüksek	107	18,62	6,34			
Dijital Oyun Bağımlılığı	Dijital Oyun Bağımlılığı	Düşük	57	15,93	5,47			
		Orta	158	12,58	5,42	1,988	*,000	1>2,3 2>3
		Yüksek	107	9,63	4,62			
Düşük:1/ Orta 2/ Yüksek 3								

*p<0,05; N (322)

Tablo 3.5. incelendiğinde genel başarı düzeyi değişkenine göre takım arkadaşlarına prososyal davranış [$F(2,221)=$, $p<0,05$], ve rakibe prososyal davranış [$F(3,214)=$, $p<0,05$], alt boyutlarında ve genel başarı düzeyi yüksek olan bireyler lehine anlamlı farklılıklar bulunukun, dijital oyun [$F(1,988)=$, $p<0,05$], toplam puanında genel başarı düzeyi düşük bireyler lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan LSD analizi sonucunda, takım arkadaşına antisosyal davranış

ve rakibe prososyal davranış alt boyutunda yüksek gelir düzeyine sahip bireyler lehine, dijital oyun bağımlılığında ise düşük gelir düzeyli bireyler anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Buna göre bireylerin takım arkadaşına antisosyal davranış, rakibe prososyal davranış ve dijital oyun bağımlılığına yönelik algılarının gelir düzeyi değişkenine göre farklılaştığı söylenebilir.

Tablo 3.6. Sosyal Dışlanma ve Sporda Prososyal-Antisosyal Davranış ve Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyut Puanlarının Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Anne Eğitim	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Ergenler İçin Ostarasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği	Önemsenmeme	Lise ve öncesi	222	7,33	3,11	,705	,481
		Lisans ve sonrası	100	7,00	3,19		
	Dışlanma	Lise ve öncesi	222	20,97	5,32	,611	,542
		Lisans ve sonrası	100	20,50	5,74		
Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği	Takım arkadaşına prososyal davranış	Lise ve öncesi	222	13,33	4,39	,747	,317
		Lisans ve sonrası	100	12,80	3,29		
	Rakibe prososyal davranış	Lise ve öncesi	222	7,47	3,46	,423	,455
		Lisans ve sonrası	100	7,78	3,68		
	Takım arkadaşına antisosyal davranış	Lise ve öncesi	222	16,63	3,81	-,720	,672
		Lisans ve sonrası	100	16,41	3,88		
	Rakibe antisosyal davranış	Lise ve öncesi	222	18,42	6,65	-1,140	,472
		Lisans ve sonrası	100	19,00	6,57		
Dijital Oyun Bağımlılığı	Dijital Oyun Bağımlılığı	Lise ve öncesi	222	15,05	6,09	,580	,255
		Lisans ve sonrası	100	15,90	6,36		

Tablo 3.6 incelendiğinde anne eğitim durumu değişkenine göre ergenler için ostarasizm (sosyal dışlanma) ölçeği, sporda prososyal ve antisosyal davranış ölçeği ve dijital oyun bağımlılığı ölçek alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 3.7. Sosyal Dışlanma ve Sporda Prososyal-Antisosyal Davranış ve Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyut Puanlarının Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre t Testi Sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Anne Eğitim	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Ergenler İçin Ostarasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği	Önemsenmeme	Lise ve öncesi	164	7,35	3,08	,783	,434
		Lisans ve sonrası	158	7,19	3,01		
	Dışlanma	Lise ve öncesi	164	20,64	5,54	-,497	,620
		Lisans ve sonrası	158	20,97	5,49		
Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği	Takım arkadaşına prososyal davranış	Lise ve öncesi	164	13,43	5,10	1,290	,198
		Lisans ve sonrası	158	12,85	3,13		
	Rakibe prososyal davranış	Lise ve öncesi	164	7,670	3,76	,541	,589
		Lisans ve sonrası	158	7,45	3,16		
	Takım arkadaşına antisosyal davranış	Lise ve öncesi	164	16,03	4,07	,716	,475
		Lisans ve sonrası	158	16,35	3,73		
	Rakibe antisosyal davranış	Lise ve öncesi	164	18,50	7,02	-,312	,755
		Lisans ve sonrası	158	18,75	6,20		
Dijital Oyun Bağımlılığı	Dijital Oyun Bağımlılığı	Lise ve öncesi	164	15,13	6,14	-,419	,676
		Lisans ve sonrası	158	15,47	6,22		

Tablo 3.7 incelendiğinde baba eğitim durumu değişkenine göre ergenler için ostarasizm (sosyal dışlanma) ölçeği, sporda prososyal ve antisosyal davranış ölçeği ve dijital oyun bağımlılığı ölçek alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 3.8. Sosyal Dışlanma ve Sporda Prososyal-Antisosyal Davranış ve Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyut Puanlarının Aile Gelir Düzeyi Durumu Değişkenine Göre ANOVA Testi Sonuçları

Ölçekler	Alt Boyutlar	Aile Gelir Düzeyi	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
Ergenler İçin Ostarasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği	Önemsenmeme	Düşük	88	6,22	3,84	,133	,422
		Orta	127	5,30	3,13		
		Yüksek	107	6,41	3,54		
	Dışlanma	Düşük	88	16,53	4,55	,542	,241
		Orta	127	15,75	4,12		
		Yüksek	107	18,23	5,20		
Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği	Takım arkadaşına prososyal davranış	Düşük	88	10,50	4,32	,425	,114
		Orta	127	12,22	3,45		
		Yüksek	107	11,12	3,72		
	Rakibe prososyal davranış	Düşük	88	8,75	3,11	,327	,210
		Orta	127	8,80	4,50		
		Yüksek	107	9,39	2,30		
	Takım arkadaşına antisosyal davranış	Düşük	88	14,95	1,22	,410	,225
		Orta	127	16,03	1,88		
		Yüksek	107	14,20	2,04		
	Rakibe antisosyal davranış	Düşük	88	16,56	5,50	,885	,410
		Orta	127	15,65	6,58		
		Yüksek	107	17,21	5,54		
Dijital Oyun Bağımlılığı	Dijital Oyun Bağımlılığı	Düşük	88	16,33	4,44	,788	,450
		Orta	127	15,78	3,45		
		Yüksek	107	12,65	3,65		

Tablo 3.8. incelendiğinde aile gelir düzeyi durumu değişkenine göre ergenler için ostarasizm (sosyal dışlanma) ölçeği, sporda prososyal ve antisosyal davranış ölçeği ve dijital oyun bağımlılığı ölçek alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 3.9. Araştırma Kapsamına Alınan Ölçek ve Alt Boyutları Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		1	2	3	4	5	6	7
Önemsizlenme¹	r	1						
	p							
Dışlanma²	r	,288	1					
	p	,109						
Takım Arkadaşına Sosyal Davranış³	r	,225	,361	1				
	p	,322	,217					
Rakibe Sosyal Davranış⁴	r	,158	,208	,307	1			
	p	,120	,233	,305				
Takım arkadaşına antisosyal davranış⁵	r	,303	,165	,274	,225	1		
	p	,228	,128	,325	,236			
Rakibe Antisozyal Davranış⁶	r	,202	,268	,441**	,335	,184	1	
	p	,325	,420	,000	,145	,551		
Dijital Oyun Bağımlılığı⁷	r	,230**	,227**	,245	,285	,621**	,515**	1
	p	,000	,000	,361	,560	,000	,000	

**Anlamlılık düzeyi 0.01

Tablo 3.9 ‘da korelasyon analizi sonuçlarına göre dijital oyun bağımlılığı ile takım arkadaşlarına antisosyal davranış ($r=,621$); dijital oyun bağımlılığı ile rakibe antisosyal davranış ($r=,515$); rakibe antisosyal davranış ile takım arkadaşlarına antisosyal davranış ($r=,441$); orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilirken, dijital oyun bağımlılığı ile önemsizlenme ($r=,230$); dijital oyun bağımlılığı ile dışlanma ($r=,227$); arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

4. TARTIŞMA

Araştırma sonuçlarına göre cinsiyet değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı alt boyutunda erkek katılımcılar lehine anlamlı düzeyde farklılıklar tespit edilirken, ergenler için ostarasizm (sosyal dışlanma) ve sporda prososyal ve antisosyal davranış ölçeği alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunamamıştır. Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde ergenlerde psikolojik sağlamlık ve sosyal dışlanma arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık meydana gelmediği bildirilmiştir (Işık ve Çelik, 2020). Güngör'ün (2023) araştırmasında, sosyal dışlanma ölçeğinde cinsiyet farklılıklarına dikkat çekilmiş, kız öğrencilerin bu boyuttan aldıkları puanların erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Benzer bir şekilde Macit (2023) de yaptığı çalışmada, kız öğrencilerin hem dışlanma hem de görmezden gelinme düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğunu raporlamıştır. Takım sporlarında mücadele eden bireylerin prososyal ve antisosyal davranışlarının incelendiği bir çalışmada cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık olmadığı belirtilmiştir (Şahinler, 2022). Eisenberg ve Mussen'in (1989) araştırmasında, kız öğrencilerin prososyal davranışlara erkek öğrencilere kıyasla daha yatkın olduğu belirlenmiştir. Literatürde Alemdağ (2018), Boardley ve Kavussanu (2009) ile Hadley (2015) tarafından yürütülen çalışmalarda, sporcuların hem takım arkadaşlarına hem de rakiplerine yönelik prososyal davranışlarında ortalamanın üzerinde (2,90 ile 4,30 arası), antisosyal davranışlarında ise ortalama düzeyde (1,99 ile 2,21 arası) puanlar elde ettikleri ifade edilmiştir. Ayrıca Yıldız ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında, cinsiyet değişkeni ile prososyal davranışın rakibe yönelik boyutu arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Öte yandan, Kavussanu ve arkadaşları (2007) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise erkek sporcuların, kadın sporculara kıyasla daha fazla antisosyal davranış gösterdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Dijital oyun bağımlılığına yönelik gerçekleştirilen çalışmalarda ise adolesan bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri ve dijital oyun bağımlılığı ilişkisinin irdelendiği bir araştırmada erkek katılımcıların dijital oyun bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur (Gülbetekin ve ark., 2021). Benzer şekilde dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeylerinin farklı demografik değişkenlere göre incelendiği başka bir araştırmada erkek bireylerin dijital oyun bağımlılığının kadın katılımcılara oranla daha yüksek olduğunu belirtmiştir (Hazar ve ark., 2017). Literatürde benzer sonuçlar bulan başka çalışmalarda mevcuttur (Kudaş, 2005; Horzum, 2011; Erboy, 2011; Bekir, 2018). Ortaya çıkan bazı sonuçlar bulgularımız ile

örtüşürken bazıları da farklılık göstermektedir. Sonuç olarak, dijital oyun bağımlılığı düzeyinde cinsiyetin belirleyici bir değişken olduğu görülürken, sosyal dışlanma ve sosyal davranış eğilimlerinin ise cinsiyetler arasında homojen bir dağılım gösterdiği söylenebilir. Bu bulgular, dijital oyun bağımlılığına yönelik önleyici ve müdahale edici çalışmaların cinsiyete duyarlı olarak tasarlanmasının önemini ortaya koyarken, sosyal etkileşim ve davranış eğilimlerine yönelik yaklaşımların ise daha bütüncül ve bağlamsal biçimde ele alınması gerektiğini düşündürmektedir.

Araştırma sonuçlarına göre düzenli olarak spor yapan bireyleri hem rakibe hem de takım arkadaşlarına prososyal davranışlar sergilediği bulunurken, aktif olarak spor yapmayan bireylerinde dijital oyun bağımlılığının ve dışlanma durumlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Takım sporlarına düzenli olarak katılan bireyler üzerine yapılan bir çalışmada, düzenli sporun sosyal etkileşimlerini artırarak empati, iş birliği ve yardımseverlik gibi prososyal davranışları da arttırdığı belirtilmiştir (Bisagno ve ark., 2024). Benzer şekilde ergen sporcular üzerine gerçekleştirilen antisosyal ve prososyal davranışların farklı değişkenlere göre incelendiği bir çalışmada da düzenli sporun prososyal davranışlara katkı sağladığı ifade edilmiştir (Rutten ve ark., 2007). Yine ergenler üzerine gerçekleştirilen bir sistematik derlemede daha düzenli olarak yapılan sporun sosyal davranışları üzerinde olumlu etkiler oluşturduğu rapor edilmiştir (Li ve ark., 2022). Brezilya'da 100.000'den fazla ergen üzerinde yapılan bir araştırma düzenli olarak spor yapmayan bireylerin daha fazla televizyon izleme ve oturma aktivitelerinde bulunduğunu bu durumunda sosyal ortamdan dışlanmaya neden olduğu belirtilmiştir (Werneck ve ark., 2019). Ergenlerde spor kaygı ve okul tükenmişliğinin incelendiği bir çalışmada daha düzenli spor yapmanın sosyal dışlanma hissini azaltabileceği ifade edilmiştir (Koçak ve Çakır, 2020). Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyleri ve dijital oyun bağımlılıkları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada 12 haftalık düzeli fiziksel aktivite içeren oyun programının, dijital oyun bağımlılığını azaltmada belirgin bir fark oluşturduğu ifade edilmiştir (Hazar ve Hazar, 2018). Fiziksel aktivitenin mobil ve dijital oyun bağımlılığına yönelik etkilerinin incelendiği bir çalışmada üç veya daha fazla kez, 30-60 dakikalık egzersizlerin, dijital oyun bağımlılık düzeylerini azaltmada etkili olduğu bulunmuştur (Liv ve ark., 2023). Literatürde benzer sonuçlar bulan başka çalışmalarda bulunmaktadır (Karabulut ve Atasoy, 2020; Rangul ve ark., 2024; Dodd-Reynolds, 2024; İlhan,2024; Güllü ve ark., 2023). Ortaya çıkan sonuçların bulgularımız ile benzerlik gösterdiği gözükmemtedir. Bu bulgular ışığında düzenli fiziksel aktivitenin yalnızca bedensel sağlık değil, aynı zamanda dijital bağımlılık ve sosyal dışlanma gibi çağın

ruhsal ve sosyal problemleriyle mücadelede de güçlü bir koruyucu faktör olduğunu ortaya koymaktadır. Spor yapan bireylerin hem takım arkadaşlarına hem de rakiplerine yönelik sergiledikleri yüksek düzeydeki prososyal davranışlar, fiziksel aktivitenin sosyal bağları güçlendirme potansiyelini gözler önüne sermektedir. Dolayısıyla, gençlerin hem dijital oyun bağımlılığına sürüklenmesini önlemek hem de toplumsal aidiyetlerini ve empatik becerilerini geliştirmede düzenli sporun önemli bir etken olduğu düşünülmektedir.

Araştırma sonuçlarına göre sigara içme durumu değişkenine göre dışlanma, rakibe antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı alt boyutlarında evet yanıtı lehine anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Alanyazında yapılan çalışmalara bakıldığında öğrencilerin sigara bağımlılığının incelendiği bir çalışmada bireylerin arkadaş ortamından dışlanma korkusu ile sigaraya başladıkları ve böylece alışkanlık haline geldiği belirtilmiştir (Sağar, 2018). Farklı bir araştırmada daha ergenlerin arkadaş grubunda dışlanma ve diğerlerinden farklı görünme korkusu yaşadıkları için sigara içme davranışına daha yatkın oldukları vurgulanmıştır (Sariso, 2019). Bir araştırma, sigara kullanan ergenlerin %85'inin farklı riskli davranışları da sergileme olasılığının yüksek olduğunu belirtmektedir. Bu riskli davranışlar arasında antisosyal davranışlara neden olabileceği vurgulanmıştır (Coşgun ve Kağan, 2023). Sigara kullanımının performans ve kişilik özelliklerine göre incelendiği bir çalışmada daha sigaranın dürtüsel ve antisosyal davranışlara yol açabileceği belirtilmiştir (Şişman ve ark., 2018). Sigara içme, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğunun etkilerinin incelendiği bir araştırmaya göre sigara içen bireylerin dijital oyun bağımlılığı riskinin daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Lee ve ark., 2018). Başka bir araştırma, sigara içen bireylerde ve internet oyun bozukluğu olanlarda beyin aktivitesinde benzer değişiklikler gözlemlenmiştir. Bu bulgular, sigara içen bireylerin dijital oyun bağımlılığına daha yatkın olabileceğini belirtmiştir (Qiu ve ark., 2020). Alanyazında benzer sonuçlar bulan farklı çalışmalarda olduğu bulunmuştur (Mays, 2012; Gusinac ve Neriman, 2024; Dumanlı, 2018; Yıldız, 2020). Ortaya çıkan sonuçların literatür ile uyumlu sonuçlar gösterdiği gözükmemektedir. Bu bulgular neticesinde araştırma bulguları, sigara içen bireylerin sosyal çevrelerinde daha fazla dışlanmaya maruz kaldıklarını, rakiplerine karşı daha fazla antisosyal davranış sergilediklerini ve dijital oyunlara olan bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuç, sigara kullanımının yalnızca fiziksel sağlık açısından değil, aynı zamanda bireyin sosyal ilişkileri ve dijital davranış biçimleri üzerinde de olumsuz etkiler yarattığını göstermektedir. Özellikle ergenlik döneminde, sigara kullanımının bireyi sosyal normlardan uzaklaştırarak dışlanma hissini pekiştirdiği, bu

durumun da antisosyal eğilimler ve dijital oyunlara yönelme gibi davranışsal sorunlara yöneltebileceği düşünülmektedir.

Araştırma sonuçlarına göre sınıf düzeyi arttıkça hem rakibe hem de takım arkadaşlarına prososyal davranışlar sergileme eğilimi artmaktadır. Dijital oyun bağımlılığında ise liseye yeni başlayan öğrencilerin diğer sınıflara kıyasla daha fazla dijital oyun bağımlısı olduğu görülmüştür. Literatürde yapılan çalışmalara bakıldığında lise öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile prososyal davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma, sınıf düzeyi arttıkça öğrencilerin prososyal davranışlarının da arttığını göstermiştir. Bu durum, öğrencilerin yaşlarının ilerlemesiyle birlikte empati kurma ve yardım etme gibi sosyal becerilerinin geliştiğini ve bu becerilerin prososyal davranışlara yansıdığını göstermektedir (Busching ve ark., 2020). Ergenler için prososyal eğilimler ölçeğinin sosyobilişsel ve davranışsal durumları başlıklı bir çalışmada sınıf ve yaş düzeyi arttıkça prososyal davranışların yükseldiği belirtilmiştir (Carlo ve ark., 2003). Prososyal davranışların yansımalarının incelendiği bir çalışmada daha yaş arttıkça prososyal davranışlar sergileme eğilimi de arttığı ifade edilmiştir (House ve ark., 2013). Benzer şekilde prososyal davranışların incelendiği bir çalışmada daha yaş arttıkça prososyal davranışlara yönelik hassasiyetlerin arttığı belirtilmiştir (Pollerhoff ve ark., 2024). Ergen bireylerin sosyal dışlanma ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada 9. sınıf lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının diğer sınıflara oranla daha yüksek olduğu rapor edilmiştir (Bağır, 2020). Ankara'daki 21 farklı lisede öğrenim gören 582 öğrencinin dijital oyun bağımlılığı ve psikolojik sağlık düzeylerini incelenen çalışmada, dijital oyun bağımlılığı puanlarının sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Özellikle 9. sınıf öğrencilerinin bağımlılık puanlarının diğer sınıf düzeylerine göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Çiçek, 2021). Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir çalışmaya göre, dijital oyun bağımlılığı puanları sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermektedir. 9. sınıf öğrencilerinin bağımlılık puanlarının diğer sınıflara göre daha yüksek olduğu ifade edilmiştir (Kayamak, 2020). Araştırmamız ile benzer sonuçlar bulan başka çalışmalarda olduğu görülmektedir (Ayhan ve Köselören, 2019; Parlak ve ark., 2023; Eisenberg, 1992). Ortaya çıkan sonuçların literatür ile benzerlik gösterdiği görülmektedir. Sınıf düzeyinin artmasıyla birlikte prososyal davranışların, yani hem rakiplere hem de takım arkadaşlarına yönelik olumlu sosyal davranışların artış göstermesi, bireylerin sosyal beceri ve empati kapasitelerinin yaş ve deneyimle birlikte gelişmesinden kaynaklı olabildiği

düşünülmektedir. Buna karşın, liseye yeni başlayan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğer sınıflara göre daha yüksek olması, geçiş dönemine özgü stres, uyum zorlukları ve dijital oyunların bu süreçte bir kaçış veya rahatlama mekanizması olarak kullanılmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Ortaya çıkan sonuçlara göre genel başarı düzeyi yüksek bireylerin hem takım arkadaşlarına hem de rakibe karşı prososyal davranış göstermektedirler. Ayrıca genel başarı düzeyi yüksek düşük olan bireylerinde dijital oyun bağımlılığının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Alanyazında yapılan çalışmalara bakıldığında; Öğrencilerin akademik başarı ile prososyal davranışlar arasında ilişkiyi inceleyen bir çalışmada akademik başarı arttıkça, empati, yardımseverlik ve iş birliği gibi prososyal davranışlarının da arttığı ifade edilmiştir (Shirin, 2020). Çinde öğrencilerin prososyal davranışlarını belirlemek için yapılan bir araştırmada akademik performansları yüksek öğrencilerin prososyal davranışlarının yüksek olduğu bulunmuştur (Guo ve ark., 2018). Benzer şekilde öğrencilerin prososyal davranışlarını destekleyen unsurların incelendiği bir araştırmada daha akademik başarılarının artmasının öğrencilerin öğrenme süreçlerine daha aktif katılmalarına yardımcı olduğu bulunmuştur (Caprara ve ark., 2015). Bangladeşte 13–17 yaş arası 502 öğrenciyle yapılan bir çalışmada, dijital oyun bağımlılığı ile akademik başarı arasında negatif bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle, dijital oyun bağımlılık seviyesi arttıkça akademik performansın düştüğü bulunmuştur (Anjum ve ark., 2024). Yine başka bir çalışma daha dijital oyun bağımlılığının öğrenme katılımını olumsuz etkilediğini ve bunun da akademik motivasyonun azalmasına neden olduğu belirtilmiştir (Polat ve Topal, 2022). Dijital oyun bağımlılığı ve yaşam tarzı arasındaki ilişkinin bazı demografik değişkenlere göre incelendiği bir çalışmada daha akademik başarı düzeyi düşüklüğü ve stresin dijital oyun bağımlılığını tetiklediği ifade edilmiştir (Aksoy ve Erol, 2021). Araştırma sonuçlarına benzer farklı çalışmalarda bulunmaktadır (Armstrong-Carter ve ark., 2015; Çifçi ve Çabuk Kalkışım, 2024; Çelikkaleli ve ark., 2025; Cırıs ve ark., 2022) Ortaya çıkan sonuçların literatür ile uyumlu sonuçlar gösterdiği söylenebilir. Bu bulgular ışığında genel başarı düzeyi yüksek bireylerin hem takım arkadaşlarına hem de rakiplerine karşı daha prososyal davranışlar sergilemeleri, bu bireylerin sosyal-duygusal becerilerinin, empati düzeylerinin ve öz denetimlerinin gelişmiş olduğunu gösterebilir. Akademik başarının yalnızca bilişsel değil, aynı zamanda sosyal yeterliklerle de ilişkili olduğu düşünülebilir. Öte yandan, akademik başarısı düşük bireylerde dijital oyun bağımlılığının daha yüksek olması, bu bireylerin ders dışı faaliyetlere daha fazla yönelmesi ya da başarısızlıkla başa çıkma biçimi olarak dijital

oyunlara sığınmasıyla açıklanabilir. Yani, yüksek başarı düzeyi; hem sosyal etkileşim kalitesini artırmakta hem de bağımlılık riskini azalttığı düşünülmektedir.

Araştırma bulgularına göre ebeveyn eğitim düzeyi sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı farklılıklar oluşturmadığı bulunmuştur. Yapılan çalışmalara bakıldığında Eurostat'ın 2016 verilerine göre, ebeveynlerin eğitim düzeyi ile çocukların yoksulluk veya sosyal dışlanma riski arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Ebeveynleri düşük eğitim seviyesine sahip çocukların %61.8'i sosyal dışlanma riski altındayken, yüksek eğitim seviyesine sahip ebeveynlerin çocuklarında bu oran %10.7'ye düşmektedir (Eurostat, 2016). Yine Karakaya çalışmasında, hane halkının gelirini sağlayan bireylerin eğitim düzeyi arttıkça yoksulluk oranının ve sosyal dışlanmanın genellikle azaldığını belirtmiştir (Karakaya, 2023). Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme düzeyleri ve sosyal yetkinliklerinin incelendiği bir çalışmada daha ebeveyn eğitiminin sosyal dışlanma üzerinde önem arz ettiği vurgulanmıştır (İlhan, 2017). Ebeveyn eğitim düzeyi ve çocukların prososyal davranışları başlıklı bir çalışmada ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça çocukların prososyal davranışlarının da arttığını ortaya konulmuştur (Yılmaz, 2023). Ebeveynlerin prososyal davranışları ve çocukların prososyal davranışları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada daha ebeveynlerin prososyal davranışlarının çocukların prososyal davranışlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Liu ve ark., 2024). Ebeveyn eğitim düzeyinin dijital oyun bağımlılığına etkisi başlıklı bir çalışmada annenin eğitim düzeyi yükseldikçe çocuklarda dijital oyun bağımlılığı düzeyinin de arttığı bulunmuştur (Eyimaya ve ark., 2020). Ebeveyn dijital okuryazarlığı ve farkındalık incelenen bir çalışmada ebeveynlerin dijital okuryazarlık düzeyi ve dijital ebeveynlik farkındalığı da çocukların dijital oyun bağımlılığı üzerinde etkili olmaktadır. Yüksek dijital ebeveynlik farkındalığına sahip ebeveynlerin çocuklarında dijital oyun bağımlılığı eğiliminin daha düşük olduğu gözlemlenmiştir (Sağlam, 2024). Ortaya çıkan sonuçlar bulgularımız ile farklılık göstermektedir. Bu bulgular ışığında ebeveyn eğitim düzeyinin sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranışlar ve dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisine dair araştırma bulgularındaki çelişkiler, konunun bağlam, yöntem ve kültürel farklılıklar çerçevesinde daha derinlemesine incelenmesi gerektiğini göstermektedir.

Çalışma sonuçlarına göre aile gelir düzeyinin sosyal dışlanma, sporda prososyal ve antisosyal davranış ve dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı bulunmuştur. Literatürde yapılan diğer çalışmalara bakıldığında; gelir seviyesi ve sosyal dışlanma arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada düşük gelir seviyesinin bireylerin

sosyal dışlanma yaşama olasılığını artırdığını ortaya koymuştur (Karataşoğlu ve İslamoğlu, 2016). Öğrencilerinin okulda dışlanmışlık düzeylerinin incelenmesi başlıklı bir çalışmada düşük gelirli öğrencilerin sosyal dışlanma riskinin daha yüksek olduğunu belirtmiştir (Çeliköz ve Türkan, 2017). Öğrencilerinin sosyal dışlanma deneyimlerini inceleyen başka bir araştırmada daha düşük gelirli öğrencilerin sosyal dışlanma riskinin daha yüksek olduğunu göstermektedir (Erkoç ve Güngör, 2019). Ergen bireylerin prososyal davranışlarının farklı değişkenlere göre incelendiği bir çalışmada öğrencilerin içsel prososyal davranışlarının aile gelir düzeyi faktörlerden gelir düzeyi paralelinde etkilendiğini ortaya konulmuştur (Özkan Gültekin ve ark., 2024). Lise öğrencilerinin prososyal davranış eğilimlerinin incelenmesi başlıklı bir çalışmada gelir düzeyi arttıkça prososyal davranışlarda arttığı belirtilmiştir (Çekin, 2013). Ayrıca lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi başlıklı bir çalışma aile gelir düzeyi arttıkça dijital oyun bağımlılığı düzeyinin azaldığını göstermiştir (Eni, 2017). Lise öğrencileri arasında dijital oyun bağımlılığının araştırılması başlıklı bir çalışma Türkiye'de 931 lise öğrencisiyle gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, yüksek gelir düzeyine sahip öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğunu göstermiştir (Ekinci ve ark., 2017). Lise öğrencilerinin serbest zaman etkinlikleri, dijital oyun bağımlılığı ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelendiği başka bir çalışmada ise, gelir durumu düzeyinin dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır (Yönet, 2018). Adolesan bireylerin oyun alışkanlıklarının irdelendiği bir başka çalışma ise düşük ekonomik statüye sahip bireylerin dijital oyun bağımlılığı ve sosyal memnuniyetsizlik düzeylerinin daha düşük olduğunu ortaya koymuştur (Parlak ve ark., 2023). Ortaya çıkan bazı sonuçlar bulgularımız ile benzerlik gösterirken, bazıları farklılık göstermektedir. Bu bulgu, aile gelir düzeyinin tek başına sosyal dışlanma, prososyal/antisosyal davranışlar ve dijital oyun bağımlılığı üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmayabileceğini göstermektedir. Literatürde farklı sonuçlar elde edilmesi, bu tür değişkenlerin etkisinin bağlamsal faktörlere, bireysel farklılıklara ve diğer sosyal etkenlere bağlı olarak değişebileceğini ortaya koymaktadır. Bu durum, konunun çok boyutlu ele alınması gerektiğini ve farklı örneklerle yapılacak çalışmalara duyulan ihtiyacı işaret etmektedir.

Korelasyon analizi sonuçlarına göre, dijital oyun bağımlılığının takım arkadaşlarına ve rakibe yönelik antisosyal davranışlarla orta düzeyde pozitif bir ilişki gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bulgu, dijital oyun bağımlılığının, bireylerin spor ortamındaki olumsuz sosyal davranış eğilimlerini artırabileceğini işaret etmektedir. Aynı şekilde, rakibe antisosyal

davranış ile takım arkadaşlarına antisosyal davranış arasında pozitif bir ilişki bulunması, olumsuz davranışların birbiriyle ilişkili olarak ortaya çıkabileceğini göstermektedir. Öte yandan, dijital oyun bağımlılığı ile önemsenmeme ve dışlanma arasında düşük düzeyde pozitif ilişkilerin varlığı, bağımlılığın bireylerin sosyal algıları üzerinde de etkili olabileceğini ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar, dijital oyun bağımlılığının genç bireylerde sosyal ilişkiler ve davranışlar üzerindeki olumsuz etkilerini azaltmaya yönelik sosyal beceri geliştirme programlarının ve spor temelli sosyal uyum projelerinin önemini vurgulamaktadır.

Araştırma sonuçlarına göre şu önerilerde bulunulabilir

- Araştırma bulgularına göre, dijital oyun bağımlılığı düzeyleri erkek öğrencilerde anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Bu doğrultuda, özellikle erkek ergenlere yönelik dijital oyun bağımlılığını önleyici ve oyun kullanımını dengeleyici rehberlik programları geliştirilmelidir. Bu programlarda dijital oyunların sağlıklı kullanımı, zaman yönetimi, alternatif sosyal etkinliklerin teşviki ve aile ile iletişimin güçlendirilmesi gibi konulara yer verilmelidir. Ayrıca, sosyal dışlanma ve sporla ilişkili davranışlarda cinsiyet farkı bulunmaması, bu alanlarda tüm öğrenciler için ortak müdahalelerin yeterli olabileceğini göstermektedir. Bu nedenle, sporun prososyal yönünü destekleyecek takım çalışmaları, empati temelli etkinlikler ve sosyal beceri eğitimleri tüm öğrencilere yönelik olarak planlanmalıdır.
- Araştırma sonuçlarına göre, düzenli olarak spor yapan bireylerin hem rakiplerine hem de takım arkadaşlarına karşı daha fazla prososyal davranış sergiledikleri; buna karşılık aktif olarak spor yapmayan bireylerde dijital oyun bağımlılığı ve sosyal dışlanma düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, sporun gençlerin sosyal gelişimi ve dijital bağımlılıkla mücadele açısından önemli bir araç olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, okullarda ve yerel topluluklarda gençlerin spora yönlendirilmesini teşvik edecek yapısal destekler artırılmalıdır. Spor kulüplerinin erişilebilirliği artırılmalı, okul müfredatına sosyal becerileri geliştiren takım sporları entegre edilmeli ve dijital oyun yerine fiziksel aktiviteyi özendiren kampanyalar düzenlenmelidir.
- Araştırma bulgularına göre, sigara kullanan bireylerde sosyal dışlanma, rakibe yönelik antisosyal davranışlar ve dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuç, sigara kullanımının ergenlerde yalnızca fiziksel

sağlık değil, aynı zamanda sosyal ilişkiler ve dijital davranışlar üzerinde de olumsuz etkiler oluşturabileceğini göstermektedir. Bu doğrultuda, okullarda sigara karşıtı bilinçlendirme çalışmalarına yalnızca sağlık odaklı değil, sosyal ve davranışsal etkiler boyutunda da yer verilmelidir. Özellikle dijital bağımlılık, antisosyal eğilimler ve dışlanma gibi riskleri azaltmak adına, öğrencilerin sağlıklı yaşam tarzlarını benimsemeleri desteklenmeli, psikososyal danışmanlık hizmetleri yaygınlaştırılmalı ve okul temelli önleme programları geliştirilmeli ve uygulanmalıdır.

- Araştırma sonuçlarına göre, sınıf düzeyi arttıkça öğrencilerin hem rakiplerine hem de takım arkadaşlarına yönelik prososyal davranış eğilimleri artmakta; buna karşın dijital oyun bağımlılığı özellikle liseye yeni başlayan öğrencilerde daha yüksek düzeydedir. Bu durum, öğrencilerin yaş ve deneyimle birlikte sosyal beceriler kazandığını, ancak lise başlangıcının dijital oyun bağımlılığı açısından kritik bir dönem olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, özellikle 9. sınıf öğrencilerine yönelik dijital oyun farkındalık programları uygulanmalı; okulun ilk yılında dijital denge, zaman yönetimi ve sosyal uyum becerilerine odaklanan oryantasyon programları hazırlanmalıdır. Ayrıca, sınıf düzeyi yükseldikçe gelişen prososyal davranış eğilimini daha erken sınıf düzeylerine taşımak için sosyal beceri eğitimlerine daha erken yaşlarda başlanmalıdır.
- Araştırma sonuçları, akademik başarısı yüksek olan bireylerin hem takım arkadaşlarına hem de rakiplerine karşı daha fazla prososyal davranış sergilediklerini; buna karşılık akademik başarısı düşük olan bireylerde dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bu durum, akademik başarı ile sosyal uyum ve dijital oyun alışkanlıkları arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, akademik başarısı düşük öğrenciler için hem dijital oyun bağımlılığını azaltmaya hem de sosyal becerileri geliştirmeye yönelik bütüncül destek programları oluşturulmalıdır. Rehberlik servisleri tarafından akademik destekle birlikte oyun alışkanlıklarının düzenlenmesine yönelik bireysel danışmanlık sağlanmalı, ders dışı zamanlarda sosyal etkinliklere katılım teşvik edilmelidir. Ayrıca başarıyı artırmak için motivasyon çalışmaları dijital alışkanlıklarla birlikte ele alınmalıdır.
- Araştırma bulgularına göre ebeveynlerin eğitim düzeyinin sosyal dışlanma, sporda prososyal-antisosyal davranışlar ve dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı bir

farklılık oluşturmadağı belirlenmiştir. Ancak literatürde bu konuda farklı sonuçlara ulaşılmış, bazı çalışmalarda ebeveyn eğitim düzeyinin çocukların sosyal davranışları ve dijital alışkanlıkları üzerinde etkili olduğu ortaya konmuştur. Bu durum, konunun daha derinlemesine ve farklı değişkenler (ebeveyn tutumları, ev içi iletişim, denetim düzeyi vb.) ile birlikte incelenmesi gerektiğini göstermektedir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda ebeveyn eğitim düzeyinin tek başına değil, aile içi sosyal dinamiklerle birlikte ele alınması; nicel verilerin yanı sıra nitel yöntemlerle de desteklenmesi önerilmektedir. Böylece, ebeveyn etkisinin daha kapsamlı ve doğru bir şekilde analiz edilmesi mümkün olacaktır.



6. KAYNAKLAR

- Akçayır, G.**, 2013. Dijital oyunların sağlığa etkisi. İçinde M. A. Ocak (Ed.), Eğitsel dijital oyunlar: Kuram, tasarım ve uygulama (s. 264-272). Ankara: Pegem Akademi.
- Akın, A., Uysal, R., Akın, Ü.**, 2015. Ergenler için Ostrasizm (Sosyal Dışlanma) ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(2), 895–904.
- Akın, E.**, 2008. Elektronik spor: Türkiye'deki elektronik sporcular üzerine bir araştırma *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Aksoy, Z., Erol, S.**, 2021. Digital game addiction and lifestyle behaviors in Turkish adolescents. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 11(3), 589-597. <https://doi.org/10.33808/clinexphealthsci.885988>
- Aktaş, H., Yılmaz, N.**, 2017. Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3, 85-100.
- Alemdağ, S.** 2018., Genç futbolcuların prososyal ve antisosyal davranışlarının incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 9(2), 102–109.
- Aloia, L. S., Solomon, D. H.**, 2016. Emotions associated with verbal aggression expression and suppression. *Western Journal of Communication*. <https://doi.org/10.1080/10570314.2014.943428>
- Amatem Bağımlılık Merkezi.** 2020. Teknoloji bağımlılığı. <https://npistanbul.com/amatem/teknoloji-bagimliliği> (Erişim Tarihi: 22.02.2025).
- Anderson, C. A., Shibuya, A., Ihori, N., Swing, E. L., Bushman, B. J., Sakamoto, A., ... Saleem, M.** 2010. Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in eastern and western countries: a meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 136(2), 151.
- Anjum, R., Nodi, N. H., Das, P. R., Roknuzzaman, A. S. M., Sarker, R., Islam, M. R.**, 2024. Exploring the association between online gaming addiction and academic performance among the school-going adolescents in Bangladesh: A cross-sectional study. *Health Science Reports*, 7(9), e70043. <https://doi.org/10.1002/hsr2.70043>
- AO, Collings, P. J., Barboza, L. L., Stubbs, B., Silva, D. R.**, 2019. Associations of sedentary behaviors and physical activity with social isolation in 100,839 school students: The Brazilian scholar health survey. *General Hospital Psychiatry*, 59, 7–13. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsy.2019.04.010>
- Arce, R., Fariña, F., Vázquez, M., J.** 2011. Grado de competencia social y comportamientos antisociales, delictivos y no delictivos en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 3, 473–486.
- Argan, M., Özer, A., Akın, E.**, 2006. Elektronik spor: Türkiye'deki siber sporcuların tutum ve davranışları. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 1(2), 1-11.

- Armstrong-Carter, E., Miller, J. G., Hill, L. J. B., Domingue, B. W.,** 2021. Young children's prosocial behavior protects against academic risk in neighborhoods with low socioeconomic status. *Child Development*, 92(4), 1509-1522. <https://doi.org/10.1111/cdev.13549>
- Arthur-Banning, S.G., Paisley, K., Wells, M.S.,** 2007. Promoting sportsmanship in youth basketball players: The effect of referees' prosocial behavior techniques. *Journal of Park & Recreation Administration*, 25(1), 96–114.
- Atıcı, Ö.B.,** 2017. Ergenlerin akıllı telefon bağımlılığı ve kontrol hissi düzeyleri arasında ilişkinin incelenmesi *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Gelişim Üniversitesi İstanbul.
- Ayhan, B., Köseliören, M.,** 2019. İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 6(1), 1-30.
- Baek, S.Y., Lee, K.A.,** 2019. Association among cultural orientation, Nunchi, and interpersonal relationships with Korean adolescent athletes. *Revista de Psicología del Deporte*, 2, 67–78.
- Bağır, A.,** 2020. Ergenlerde akıllı telefon bağımlılığının sosyal dışlanma (ostrasizm) ile ilişkisinin incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Balcıkanlı, G.S.,** 2013. The Turkish adaptation of the Prosocial and Antisocial Behavior in Sport Scale (PABSS). *International Journal of Humanities and Social Science*, 3(18), 271–276.
- Ballard, M., Gray, M., Reilly, J., Noggle, M.,** 2009. Correlates of video game screen time among males: body mass, physical activity, and other media use. *Eating behaviors*, 10(3), 161-167.
- Bandura, A.** 1991., Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 248–287.
- Bandura, A.** 1999., Moral disengagement in the perpetration of inhumanities. *Personality and Social Psychology Review*, 3(3), 193–209.
- Bartholomew, K.J., Ntoumanis, N., Thøgersen-Ntoumani, C.,** 2010. The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32(2), 193–216.
- Baumeister, R.F., DeWall, C.N., Ciarocco, N.J., Twenge, J.M.,** 2005. Social exclusion impairs self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(4), 589–604. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.4.589>
- Baumeister, R.F., Leary, M.R.,** 1995. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 491–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>

- Baumeister, R.F., Twenge, J.M., Nuss, C.K., 2002.** Effects of social exclusion on cognitive processes: Anticipated aloneness reduces intelligent thought. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(4), 817–827. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.4.817>
- Bekir, S., 2018.** Üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyinin duygusal şemalar, eylemli kişilik ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi* Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Benson, A. J., Bruner, M. W. 2018.** How teammate behaviors relate to athlete affect, cognition, and behaviors: A daily diary approach within youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 34, 119–127.
- Bhalla, A., Lapeyre, F., 1997.** Social exclusion: Towards an analytical and operational framework. *Development and Change*, 28(3), 44-47.
- Binark, M., Bayraktutan Sütçü, G., 2008.** Kültür endüstrisi ürünü olarak dijital oyun (1. basım). İstanbul: Kalkedon Yayınları.
- Bisagno, E., Vitali, F., Di Bernardo, G. A., Livrieri, A. A., Cadamuro, A., Robazza, C., ... Vezzali, L., 2024.** Your team can make you a better person: Team cohesion is associated with off-field prosocial behaviour via fairplay team norms and empathy in rugby union. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 34(4), e2852.
- Blackhart, G. C., Nelson, B. C., Knowles, M. L., Baumeister, R. F., 2009.** Rejection elicits emotional reactions but neither causes immediate distress nor lowers self-esteem: A meta-analytic review of 192 studies on social exclusion. *Personality and Social Psychology Review*, 13, 269-309.
- Boardley, I.D., Kavussanu, M., 2009.** The influence of social variables and moral disengagement on prosocial and antisocial behaviours in field hockey and netball. *Journal of Sports Sciences*, 27(8), 843–854.
- Bölükbaşı, B., 2008.** Türkiye’de sosyal dışlanma ve yoksulluk. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Brief, A.P., Motowidlo, S.J., 1986.** Prosocial organizational behaviors. *Academy of Management Review*, 11(4), 710–725. <https://doi.org/10.5465/amr.1986.4283909>
- Bruner, M.W., Eys, M. A., Wilson, K.S., Côté, J., 2014.** Group cohesion and positive youth development in team sport athletes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 3(4), 219–227.
- Burchardt, T., Le Grand, J., Piachaud, D., 2002.** Degrees of exclusion: Developing a dynamic, multidimensional measure. *GSDRC*, 3, 126-127.
- Burt, S.A., 2012.** How do we optimally conceptualize the heterogeneity within antisocial behavior? An argument for aggressive versus non-aggressive behavioral dimensions. *Clinical Psychology Review*, 32, 263–279. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2012.02.006>

- Busching, R., Krahé, B.,** 2020. With a little help from their peers: The impact of classmates on adolescents' development of prosocial behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(9), 1849-1863. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01260-8>
- Büyükcebeci, A.,** 2017. Ergenlerde sosyal dışlanma, yalnızlık ve okul öznel iyi oluş arasındaki ilişki: Empatik eğilimin aracı rolü. *Doktora Tezi*. Yıldız Teknik Üniversitesi. İstanbul
- Caprara, G. V., Luengo Kanacri, B. P., Zuffianò, A., Gerbino, M., Pastorelli, C.,** 2015. Why and how to promote adolescents' prosocial behaviors: Direct, mediated and moderated effects of the CEPIDEA school-based program. *Journal of Youth and Adolescence*, 44, 2211-2229.
- Carlo, G., Hausmann, A., Christiansen, S., Randall, B.A.,** 2003. Sociocognitive and behavioral correlates of a measure of prosocial tendencies for adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 23(1), 107-134.
- Castillo, Y. D. I.,** 1994. A comparative approach to social exclusion. *International Labour Review*, 133(5-6), 613-633.
- Cırıs, V., Başkonuş, T., Kartal, T., Taşdemir, A.,** 2022. A study on digital game addictions of adolescents in the COVID-19 pandemic. *Journal of Education in Science, Environment and Health*, 8(2), 168-186.
- Clarke, R.M.,** 2011. Antisocial behavior: Causes, correlations and treatments. Nova Science Publishers.
- Coşgun, M.M. Y., Kağan, M.,** 2023. Riskli davranışlar, ahlaki uzaklaşma ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 402-419.
- Crick, N.R., Grotpeter, J.K.,** 1995. Relational aggression, gender, and social-psychological adjustment. *Child Development*, 66(3), 710-722.
- Çakır, Ö.,** 2002. Sosyal dışlanma. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(3).
- Çekin, A.,** 2013. İmam hatip lisesi öğrencilerinin prososyal davranış eğilimleri üzerine nicel bir inceleme. *Journal of International Social Research*, 6(28).
- Çelik, A., Şahin, E.,** 2012. Ötekilerin hiyerarşisinde kültürel ve sınıfsal karşılaşmalar: Kürt toplumunda çingene algısı ve sosyal dışlanma pratikleri. *Toplum ve Kuram Dergisi*, 32, 6-7.
- Çelikkaleli, Ö., Ata, R., Alpaslan, M. M., Tangülü, Z., Ulubey, Ö.,** 2025. Examining the roles of problematic internet use and emotional regulation self-efficacy on the relationship between digital game addiction and motivation among Turkish adolescents. *Behavioral Sciences*, 15(3), 241. <https://doi.org/10.3390/bs15030241>

- Çeliköz, N., Türkan, A.,** 2017. Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin okulda dışlanmışlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Ondokuz Mayıs University Journal of Education Faculty*, 36(2), 45-58.
- Çetin, B. B., Samur, A.Ö.,** 2018. 60-72 aylık çocukların prososyal davranışları ile anne-babalarının prososyal davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 1-17.
- Çetin, E.,** 2013. Tanımlar ve temel kavramlar. İçinde: M. A. Ocak (Ed.), Eğitsel dijital oyunlar: Kuram, tasarım ve uygulama (ss. 2-18). Ankara: Pegem Akademi.
- Çetinkaya, L.,** 2008. Ortaöğretim kurumlarındaki 10. sınıf öğrencilerinin elektronik oyunlardaki mesajları algılama düzeyleri *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale.
- Çiçek, F.** 2021. Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile psikolojik sağlamlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ufuk Üniversitesi, Ankara.
- Çiçi, F., Çabuk Kalkışım, S.,** 2024. Predictives of digital game addiction in Turkish high school students. *International Journal of Sport Culture and Science*, 12(4), 473-489.
- Darıyemez, M.** 2012. Sosyal dışlanma bağlamında engellilerin çalışma hayatından soyutlanması; Antalya örneği. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Davoudi, S., Atkinson, R.,** 1999. Social exclusion and the British planning system. *Planning Practice and Research*, 14(2), 225-236.
- De Lisi, R., Wolford, J. L.** 2002. Improving children's mental rotation accuracy with computer game playing. *The Journal of Genetic Psychology*, 163(3), 272-282.
- Declerck, C., Boone, C.,** 2016. Neuroeconomics of prosocial behavior: The compassionate egoist. Academic Press.
- Derin, M.,** 2017. Madde bağımlısı bireylerin sosyal dışlanma algıları: Ankara AMATEM örneği. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Dodd-Reynolds, C., Griffin, N., Kyle, P.,** 2024. Gençlerin fiziksel aktivite güvensizliği deneyimleri: Birleşik Krallık'ta kesişimsel dezavantajı vurgulayan nitel bir çalışma. *BMC Public Health*, 24, 813. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18078-9>
- Dodge, K.A., Coie, J. D., Lynam, D.,** 2008. Aggression and antisocial behavior in youth. In *Child and adolescent development: An advanced course* (pp. 719-720). London: Online Library.
- Doğan, F.Ö.,** 2006. Video games and children: Violence in video games. *Yeni Symposium*, 44(4), 161-164.

- Doğan, İ.**, 2014. Sosyal dışlanma ve işgücü piyasaları: İstanbul Fatih ilçesi'nde bir saha araştırması. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Dolgin, K.G.**, 2014. Ergenlik Psikolojisi Gelişim, İlişkiler ve Kültür (D. Özen, Çev.). İstanbul: Kaknüs.
- Dönmez, N. B.**, 1992. Oyun kitabı (1. basım). Ankara: Demet Yayınları.
- Dumanlı, B.**, 2018. Alkol - madde kullanım bozukluğu tanısı almış bireyler arasında antisosyal kişilik özellikleri ve saldırganlık ilişkisinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Yakın Doğu Üniversitesi. Lefkoşa.
- Eğitek.,** 2008. Eğitim sisteminde internet ve bilgisayar oyunlarına yönelik çalışmalar konuyla ilgili görüş ve öneriler. Ankara.
- Eisenberg, N., Fabes, R.A.**, 1990. Empathy: Conceptualization, measurement, and relation to prosocial behavior. *Motivation and Emotion*, 14(2), 131-149.
- Eisenberg, N.**, 1982. The development of prosocial behavior. New York: Academic Press.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Spinrad, T.L.**, 2006. Prosocial development. In W. Damon & N. Eisenberg (Eds.), *Handbook of child psychology*, Vol. 3: Social, emotional, and personality development (pp. 646-718). John Wiley & Sons.
- Ekinci, N. E., Yalçın, İ., Özer, Ö., Kara, T.**, 2017. An investigation of the digital game addiction between high school students. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 4989-4994.
- Eni, B.** 2017. Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi. *Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi*. Haliç Üniversitesi, Ankara.
- Erboy, E.**, 2010. İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler. *Yüksek Lisans Tezi*. Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Erkoç, B., Güngör, F.**, 2019. Meslek yüksekokulu öğrencilerinin sosyal dışlanma sebepleri: Yalova Üniversitesi Termal Meslek Yüksekokulu örneği. *International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 6(32), 64-71.
- Eurostat.**, 2016. Children at risk of poverty or social exclusion. eurostat. Children at risk of poverty or social exclusion, http://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Children_at_risk_of_poverty_or_social_exclusion (15 october 2025, accessed).
- Eyimaya, A. Ö., Uğur, S., Sezer, T. A., Tezel, A.**, 2020. İlkokul dördüncü sınıf öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığının uyku ve diğer bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Journal of Turkish Sleep Medicine*, 7(2), 83-90. <https://doi.org/10.4274/jtism.galenos.2020.30502>

- Fantz, R.L., Fagan, J.F., Miranda, S.B.,** 1975. Early visual selectivity: As a function of pattern variables, previous exposure, age from birth and conception, and expected cognitive deficit. *Infant Perception*, 5(4), 249–345.
- Farrington, D.P.,** 2002. Multiple risk factors for multiple problem violent boys. NATO Science Series Sub Series I Life and Behavioural Sciences, 324, 23–34.
- Fleming, D. S.,** 2000. *A teacher's guide to project-based learning*. AEL, Inc.
- Frick, P.J.,** 2012. Conduct disorders and severe antisocial behavior. Springer Science & Business Media.
- Gano-Overway, L.A., Newton, M., Magyar, T. M., Fry, M. D., Kim, M. S., Guivernau, M. R.,** 2009. Influence of caring youth sport contexts on efficacy-related beliefs and social behaviors. *Developmental Psychology*, 45(2), 329–340.
- Gögebakan, R., Sanioglu, A., Şahin, İ.H., Budak, M., Baştaş, K.,** 2021. Amatör futbolcularda prososyal ve antisosyal davranışların kaygı düzeyine etkisi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 48–54.
- Gökbayrak, Ş.,** 2006. Sosyal dışlanma sorunsalına Türkiye düzleminde geliştirilen model uygulamalar: Fişek Enstitüsü Çalışan Çocuklar Bilim ve Eylem Merkezi Vakfı faaliyetleri. Retrieved from <http://sosyalpolitika.fisek.org.tr/?p=43>
- Gökyay, C.,** 2014. Türkiye ve seçilmiş ülkelerde sosyal dışlanma sorunu ile mücadelede istihdam politikalarının rolü: İŞKUR için model önerisi. *Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi*. Çalışma ve Sosyal Güvenlik Bakanlığı Türkiye İş Kurumu Genel Müdürlüğü, Ankara.
- Green, C. S., Bavelier, D.,** 2003. Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423, 534–537.
- Griffiths, M.,** 2005. A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197.
- Guilbert, S.,** 2006. Violence in sports and among sportsmen: A single or two-track issue? *Aggressive Behavior*, 32, 231–240.
- Guo, Q., Zhou, J., Feng, L.** 2018. Pro-social behavior is predictive of academic success via peer acceptance: A study of Chinese primary school children. *Learning and Individual Differences*, 65, 187–194.
- Gusnac, M., Neriman, A.,** 2024. Madde kullanan ergenlerde sosyal dışlanma ve sosyal ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 15(91), 77–90.
- Gülbetekin, E., Güven, E., Tuncel, O.,** 2021. Adolesanların dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite tutum ve davranışlarını etkileyen faktörler. *Bağımlılık Dergisi*, 22(2), 148–160. <https://doi.org/10.51982/bagimli.866578>

- Gülü, M., Yagin, F.H., Gocer, I., Yapici, H., Ayyildiz, E., Clemente, F.M., Nobari, H.,** 2023. Exploring obesity, physical activity, and digital game addiction levels among adolescents: A study on machine learning-based prediction of digital game addiction. *Frontiers in Psychology*, 14, 1097145.
- Güngör, E.R.,** 2023. Ergenlerin sosyal dışlanma ve iyimserlik-kötümserlik düzeylerinin okula bağlanma durumuna etkisinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Sağlık Bilimleri Üniversitesi. İstanbul.
- Hadley, A.,** 2015. Predicting moral behaviour in sport: Individual and interactive relationships involving motivational climate, gender, and perfectionism *Master Thesis*, Canada.
- Hazar Z., Hazar K., Gökyürek B., Hazar M. Çelikkalek S.,** 2017. Ortaokul öğrencilerinin oynusallık, dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 14(4): 4320-4332
- Hazar, M., Hazar, Z.,** 2018. The effect of digital game-based physical activity on the digital game addiction of secondary school students. *Journal of Education and Training Studies*, 6(5), 106–112. <https://doi.org/10.11114/jets.v6i5.3645>
- Hazar, Z., Hazar, M.** 2017. Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 203-216.
- Herpertz, S.C., Huebner, T., Marx, I., Vloet, T. D., Fink, G. R., Stoecker, T., Herpertz-Dahlmann, B.,** 2008. Emotional processing in male adolescents with childhood-onset conduct disorder. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(7), 781–791.
- Hogg, M.A., Vaughan, G.M.,** 2018. Social psychology (8. baskı). Pearson.
- Holmgren, R.A., Eisenberg, N., Fabes, R.A.,** 1998. The relations of children's situational empathy-related emotions to dispositional prosocial behaviour. *International Journal of Behavioral Development*, 22(1), 169–193.
- Horzum, M. B., Ayas, T., Çakırbalta, Ö.,** 2008. Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76-88.
- Horzum, M.B.,** 2011. İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(159), 56–68.
- House, B. R., Silk, J. B., Henrich, J., Barrett, H. C., Scelza, B. A., Boyette, A. H., ... Laurence, S.,** 2013. Ontogeny of prosocial behavior across diverse societies. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 110(36), 14586-14591.
- Ingles, C.J., Martinez-González, A., García-Fernández, J.M.,** 2013. Conducta prosocial y estrategias de aprendizaje en una muestra de estudiantes españoles de Educación Secundaria Obligatoria. *European Journal of Educational Psychology*, 1, 33–53.

- Işık, Y.**, 2019. Ergenlerde psikolojik sağlamlığın sosyal dışlanma, sosyal kaygı, cinsiyet ve sınıf düzeyi açısından incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Sakarya Üniversitesi, Sakarya
- Işık, Y., Çelik, E.**, 2020. Ergenlerde psikolojik sağlamlığın sosyal dışlanma, sosyal kaygı, cinsiyet ve sınıf düzeyi açısından incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 16(27), 174–209. <https://doi.org/10.26466/opus.642037>
- İlhan, A.**, 2024. The relationship between physical activity level, digital game addiction, and academic success levels of university students. *Journal of Global Education and Research*, 8(2), 132–143.
- İlhan, T.**, 2017. Ebeveynlerin duygu sosyalleştirme stratejileri ile çocukların sosyal yetkinlik düzeyleri arasındaki ilişki (*Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kalaycı, H.** 2007., Yetiştirme yurtlarındaki çocuklarda sosyal dışlanma riski (Tokat ve Turhal örneği). *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Kanten, P.**, 2014. Effect of quality of work life (QWL) on proactive and prosocial organizational behaviors: A research on health sector employees. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 19(1), 251–274.
- Karabulut, E. O., Atasoy, M.**, 2024. Ergen voleybolcularda ostracizm (sosyal dışlanma) yordayıcısı olarak sosyal medya bağımlılığı. *Sportive*, 7(1), 88–104. <https://doi.org/10.53025/sportive.1440>
- Karakaya, C.**, 2023. Yoksulluğun öteki yüzü: Çocuklarda sosyal dışlanma. *Journal of Social Policy Conferences*, 85, 55-64.
- Karasar, N.**, 2011. Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel.
- Karataşoğlu, S., İslamoğlu, E.**, 2016. Gelir seviyesi ile sosyal dışlanma ilişkisi üzerine bir araştırma. *Çalışma İlişkileri Dergisi*, 7(1), 12-41.
- Kavussanu, M.**, 2006. Motivational predictors of prosocial and antisocial behaviour in football. *Journal of Sports Sciences*, 24(6), 575–588.
- Kavussanu, M.**, 2008. Moral behaviour in sport: A critical review of the literature. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(2), 124–138.
- Kavussanu, M., Boardley, I.D.**, 2009. The Prosocial and Antisocial Behavior in Sport Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31, 97–117.
- Kavussanu, M., Stanger, N.**, 2017. Moral behavior in sport. *Current Opinion in Psychology*, 16, 185–192.
- Kaya, A.G.**, 2012. Sosyal dışlanmaya verilen tepkilerin sosyal karşılaştırma süreçleri açısından incelenmesi *Doktora Tezi*. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

- Kaymak, B.**, 2020. Liselerde öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi. Sakarya.
- Kerr, A.**, 2006. A business and culture of digital games, game work and game play (1st ed.). London: Sage Publications.
- Kızılkaya, E.**, 2010. Bilgisayar oyunlarında ideolojik söylem ve anlatı *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kirriemuir, J.**, 2002. Video gaming education and digital learning technologies. *D-Lib Magazine*, 8(12), 1-12.
- Koçak, Ç.V., Çakır, F.**, 2020. Ergenlerde spor, sosyal kaygı ve okul tükenmişliği ilişkisi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 166–179. <https://doi.org/10.33689/spormetre.712668>
- Krebs, D.**, 1982. Prosocial behavior, equity, and justice. In J. Greenberg & R. L. Cohen (Eds.), *Equity and justice in social behavior* (pp. 167–211). Academic Press.
- Kudaş, S., Ülkar, B., Erdoğan, A., Çırçı, E.**, 2005. Ankara ili 11-12 yaş grubu çocukların fiziksel aktivite ve bazı beslenme alışkanlıkları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 16(1), 19–29.
- Kul, M., Demirel, M.**, 2015. Lise öğrencilerinin spor değişkenine göre sosyal beceri ve atılganlık düzeylerinin karşılaştırılması. *International Journal of Cultural and Social Studies*, 1, 41–54.
- Kuzucu, Y., Şimşek, Ö.F.**, 2013. Self-determined choices and consequences: The relationship between basic psychological needs satisfactions and aggression in late adolescents. *The Journal of General Psychology*, 2, 110–129.
- Leary, M.R.**, 2005. Varieties of interpersonal rejection. In K. D. Williams, J. P. Forgas, & W. V. Hippel (Eds.), *The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying* (pp. 35–51). Psychology Press.
- Lee, H.J., Tran, D.D., Morrell, H.E.**, 2018. Smoking, ADHD, and problematic video game use: A structural modeling approach. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(5), 281–286.
- Li, J., Shao, W.**, 2022. Influence of sports activities on prosocial behavior of children and adolescents: A systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6484. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116484>
- Li, Z., Xia, X., Sun, Q., Li, Y.**, 2023. Exercise intervention to reduce mobile phone addiction in adolescents: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Frontiers in Psychology*, 14, 1294116.
- Lindenberg, S.**, 2006. Prosocial behavior, solidarity, and framing processes. In D. Fetchenhauer, A. Flache, B. Buunk, & S. Lindenberg (Eds.), *Solidarity and prosocial behavior* (pp. 23–42). Springer. https://doi.org/10.1007/0-387-28355-8_2

- Liu, Y., Chen, J., Wei, S., Wang, P., Chen, K., Liu, J., Wang, W., 2024.** The association between parental warmth and children's prosocial behaviour: A moderated mediation analysis. *Acta Psychologica*, 248, 104344.
- Loeber, R., Dishion, T., 1983.** Early predictors of male delinquency: A review. *Psychological Bulletin*, 94(1), 68.
- Lucke, J.F., 2005.** The a and the of congeneric test theory: An extension of reliability and internal consistency to heterogeneous tests. *Applied Psychological Measurement*, 29(1), 65–81. <https://doi.org/10.1177/0146621604270882>
- MacDonald, G., Leary, M.R., 2005.** Why does social exclusion hurt? The relationship between social and physical pain. *Psychological Bulletin*, 131(2), 202–223. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.2.202>
- Macit, S., 2023.** Eğitim çağındaki çocuk ve ergenlerde sosyal dışlanma ve aidiyetin başarı odaklı motivasyon üzerindeki yordayıcı etkisi *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Arel Üniversitesi. İstanbul.
- Malone, W. T., 1980.** What makes things fun to learn? A study of intrinsically motivating computer games (1st ed.). California: Cognitive and Instructional Sciences Series.
- Martin, G.B., Clark, R.D., 1982.** Distress crying in neonates: Species and peer specificity. *Developmental Psychology*, 18(1), 3–7.
- Marti-Vilar, M., Serrano-Pastor, L., González-Sala, F., (2019).** Emotional, cultural, and cognitive variables of prosocial behaviour. *Current Psychology*, 1(1–8). <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00365-w>
- Mays, D., Luta, G., Walker, L.R., Tercyak, K.P., 2012.** Exposure to peers who smoke moderates the association between sports participation and cigarette smoking behavior among non-white adolescents. *Addictive Behaviors*, 37(10), 1114–1121. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2012.05.012>
- Meece, J.L., Anderman, E.M., Anderman, L.H., 2006.** Classroom goal structure, student motivation, and academic achievement. *Annual Review of Psychology*, 57, 487–503. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.070258>
- Mitchell, A., Smith, C. S., 2004.** The use of computer and video games for learning (1st ed.). London: Learning and Skill Development Agency.
- Nicholson, S. 2012.** A user-centered theoretical framework for meaningful gamification. Paper presented at Games+Learning+Society 8.0, Madison, WI.
- Niv, S., Tuvblad, C., Raine, A., Baker, L.A., 2013.** Aggression and rule-breaking: Heritability and stability of antisocial behavior problems in childhood and adolescence. *Journal of Criminal Justice*, 41(5), 1–18. <https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2013.06.014>

- Ocak, M.A.**, 2013. Eğitsel dijital oyunların eğitimde kullanımı. İçinde M. A. Ocak (Ed.), Eğitsel dijital oyunlar kuram, tasarım ve uygulama (ss. 50-67). Ankara: Pegem Akademi.
- Ocak, G.**, 2019. Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Pegem Akademi.
- Orhan, E.**, 2018. 10-14 yaş arasındaki çocukların fiziksel aktivite seviyesi, dijital oyun bağımlılığı ve dikkat düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde.
- Ögel, K.**, 2012. İnternet bağımlılığı (1. baskı). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Özdemir, Z.**, 2010. Lise öğrencilerinin prososyal davranışlarının; mizah, öfke ve utangaçlık düzeylerine göre incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Özkan Gültekin, S., Ada, Ş., Gönenç, H.**, 2024. Ergenlerin prososyal davranışlarının incelenmesi (Bursa ili örneği). *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(44), 3033-3053. <https://doi.org/10.35675/befdergi.1514115>
- Öztosun, A.**, 2018. Ergenlerde algılanan sosyal destek ve sosyal dışlanma deneyimlerinin internet bağımlılığını yordayıcılığı. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Panek, T.Z., Czapinsky, J.**, 2015. Social diagnosis 2015: Objective and subjective quality of life in Poland. *Contemporary Economics*, 9(4), 390–425.
- Papastergiou, M.**, 2009. Exploring the potential of computer and video games for health and physical activity education: A literature review. *Computers & Education*, 53, 603-622.
- Parlak, M. E., Öz, E., Ener, D., Kurt, F., Küçükkelepçe, O., Kapıcı, Y.**, 2023. The relationship between digital game addiction and loneliness and social dissatisfaction in adolescents. *Cureus*, 15(2), e34604. doi:10.7759/cureus.34604
- Pelegrin, A., Serpa, S., Rosado, A.**, 2013. Aggressive and unsportsmanlike behaviours in competitive sports: An analysis of related personal and environmental variables. *Anales de Psicología*, 3, 701–713.
- Peña-Fernandez, M.E., Graña-Gómez, J.L.**, 2006. Agresión y Conducta Antisocial en la adolescencia: Una integración conceptual. *Psicopatología Clínica Legal y Forense*, 6, 9–24.
- Pickett, C.L., Gardner, W.L.**, 2005. The Social Monitoring System: Enhanced sensitivity to social cues as an adaptive response to social exclusion. In K. D. Williams, J. P. Forgas, & W. von Hippel (Eds.), *The social outcast: Ostracism, social exclusion, rejection, and bullying* (pp. 213–226). Psychology Press.

- Polat, A., Topal, M.,** 2022. Relationship between digital game addiction with body mass index, academic achievement, player types, gaming time: A cross-sectional study. *Journal of Educational Technology and Online Learning*, 5(4), 901-915. <https://doi.org/10.31681/jetol.1156594>
- Pollerhoff, L., Reindel, D. F., Kanske, P., Li, S. C., Reiter, A.M.,** 2024. Age differences in prosociality across the adult lifespan: A meta-analysis. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 105843.
- Qiu, X., Han, X., Wang, Y., Ding, W., Sun, Y., Zhou, Y., Lei, H., Lin, F.,** 2020. Interaction between smoking and internet gaming disorder on spontaneous brain activity. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 586114. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.586114>
- Rabin, S.,** (2010). Game development (1st ed.). Boston: Course Technology.
- Rangul, V., Sund, E.R., Ingul, J.M., Rimehaug, T., Pape, K., Kvaløy, K.,** 2024. Exploring the link between physical activity, sports participation, and loneliness in adolescents before and into the COVID-19 pandemic: The HUNT Study, Norway. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(11), 1417. <https://doi.org/10.3390/ijerph21111417>
- Rapeepisarn, K., Pongphankae, S., Wong, K. W., Fung, C. C.,** 2008. A comparative study of digital game platforms for educational purposes. In *Ninth Postgraduate Electrical Engineering and Computing Symposium,(PEECS2008)*. University of Western Australia.
- Rogers, R., Johansen, J., Chang, J., Salekin, R.,** 1997. Predictors of adolescent psychopathy: Oppositional and conduct-disordered symptoms. *Journal of the American Academy of Psychiatry and Law*, 25, 261–271.
- Rutten, E.A., Stams, G.J., Biesta, G.J., Schuengel, C., Dirks, E., Hoeksma, J.B.,** 2007. The contribution of organized youth sport to antisocial and prosocial behavior in adolescent athletes. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(3), 255–264. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9085-y>
- Sage, L., Kavussanu, M., Duda, J.,** 2006. Goal orientations and moral identity as predictors of prosocial and antisocial functioning in male association football players. *Journal of Sports Sciences*, 24(5), 455–466.
- Sağar, M.E.,** 2018. Üniversite öğrencilerinin sigara bağımlılığında sosyal öğrenmenin rolü üzerine nitel bir inceleme. *Journal of Mehmet Akif Ersoy University Social Science Institute*, 10(26).
- Sağlam, M., Topsümer, F.,** 2019. Dijital oyunlar ve öznel iyi oluş ilişkisi: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi örneği. *Humanities Sciences*, 14(2), 31-50.
- Sağlam, V.,** 2024. Ebeveynlerin dijital ebeveynlik öz yeterliliği ile çocukların dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi İstanbul.

- Sapancalı, F.**, 2005. Avrupa Birliği'nde sosyal dışlanma sorunu ve mücadele yöntemleri. *Çalışma ve Toplum Dergisi*, 6, 51-106.
- Sarıgül, U.**, 2019. Psikoloji öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılığı düzeyleri ile beğenilme arzusu ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: İzmir örneği *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Mersin.
- Sarısoy, A.N.**, 2019. Üniversite öğrencilerinin sigara bağımlılıklarının nitel araştırma yöntemi ile incelenmesi. Karabük Üniversitesi örneği. *Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi*, 2(3), 636-644.
- Selim, S., Çomuk, P.** 2017. Yoksunluk yaşayan bireyler sosyal dışlanmaya maruz kalır mı? Türkiye örneği. *International Journal of Social Research*, 3(3), 1043.
- Seyyar, A.**, 2003. Sosyal siyaset açısından yoksulluğa karşı mücadele. *Deniz Feneri Yardımlaşma ve Dayanışma Derneği*, 1(1), 45.
- Sezen, İ.T.** 2011. Dijital oyunları anlamak: "Oyun, anlatı, yazılım ve platform perspektiflerinden dijital oyunlar". İçinde T. Ünal & U. Batı (Eds.), *Dijital oyunlar* (ss. 119-148). İstanbul: Derin Yayınları.
- Shirin, A.** 2020. Determining the relationship between academic achievement and prosocial behavior of secondary school students in Dhaka City. *International Journal of Research and Reviews in Education*, 6(1), 6-15.
- Silver, H.**, 1994. Social exclusion and social solidarity: Three paradigms. *International Labour Review*, 133(5-6), 531-578.
- Silver, H.**, 1995. Reconceptualizing social disadvantage: Three paradigms of social exclusion. İçinde G. Rodgers (Ed.), *Social exclusion: Rhetoric, reality, responses* (ss. 57-80). Istituto.
- Silver, H., Miller, S. M.**, 2003. Social exclusion, the European approach to social disadvantage. *PRRAC*, 2(2), 37-51.
- Stout, J.G.**, 2009. When he doesn't mean you: Gender-exclusive language as a form of subtle ostracism [*Master's thesis*]. <https://doi.org/10.1177/0146167211406434>
- Şahin, T.**, 2009. Sosyal dışlanma ve yoksulluk ilişkisi. *Yayımlanmamış Uzmanlık Tezi*. Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Genel Müdürlüğü, Ankara.
- Şahinler, Y.**, 2022. Investigation of prosocial and antisocial behavior tendencies of team athletes according to different variables. *Research in Sport Education and Sciences*, 24(2), 37-40.
- Şener, Ü.**, 2012. Kadın yoksulluğu. *Mülkiye Dergisi*, 36(4), 51-67.

- Şenol, E.**, 2010. İşsizliğin sosyal dışlanma üzerindeki etkileri. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Şimşek, S.**, 2017. Spor yapan ve spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Şişman-Bal, S., Ayçiçeği-Dinn, A., Dinn, W.M.**, 2018. Sigara kullanımı, nöropsikolojik performans ve kişilik özellikleri. *Nesne*, 6(13), 367–406.
- Tabacnick, B.G., Fidell, L.S.**, 2013. Using multivariate statistics (6th ed.). Pearson.
- Taratanoğlu, Ş.**, 2010. Sosyal dışlanma: Küreselleşme perspektifinden kavramsallaştırma çabası. *Sosyoloji Konferansları Dergisi*, 42, 1-13.
- Tarhan, N., Nurmedov, S.**, 2011. Bağımlılık - sanal veya gerçek (1. basım). İstanbul: Timaş Yayıncılık.
- Tiryaki, S.**, 2015. Sosyal medya ve Facebook bağımlılığı, Literatürk Yayınları
- Turkay, H.**, 2019. Futbolcularda sosyal kimlik bağlamında prososyal ve antisosyal davranışlar *Doktora Tezi*. Gazi Üniversitesi, , Ankara.
- Tüzün, Ü.**, 2002. Gelişen iletişim araçlarının çocuk ve gençlerin etkileşimi üzerine etkisi. *Düşünen Adam*, 15(1), 46-50.
- Twenge, J. M., Ciarocco, N. J., Baumeister, R. F., DeWall, C. N., Bartels, J. M.**, 2007. Social exclusion decreases prosocial behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(1), 56–66.
- Twenge, J.M., Catanese, K.R., Baumeister, R.F.**, 2003. Social exclusion and the deconstructed state: Time perception, meaninglessness, lethargy, lack of emotion, and self-awareness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(3), 409–423. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.3.409>
- Van Acker, R.**, 2007. Antisocial, aggressive, and violent behavior in children and adolescents within alternative education settings: Prevention and intervention. Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth, 2, 5–12.
- Vissek, A., Watson, J.**, 2005. Ice hockey players' legitimacy of aggression and professionalization of attitudes. *Sport Psychologist*, 19, 178–192.
- Wagle, U.**, 2002. Rethinking poverty: Definition and measurement. *International Journal of Social Research and Methods*, 54(171), 155-165.
- Walker, A., Walker, C.**, 1997. İngiltere bölünmüş: 1980 ve 1990'larda sosyal dışlanma büyümesi (1. baskı). İstanbul: Çocuk Yoksulluğu Eylem Grubu.
- Wentzel, K.R.**, 2005. Peer relationships, motivation, and academic performance at school. In J. Elliot & C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 279–296). Guilford Press.

- Werneck, A. O., Collings, P. J., Barboza, L. L., Stubbs, B., Silva, D. R.,** 2019. Associations of sedentary behaviors and physical activity with social isolation in 100,839 school students: The Brazilian Scholar Health Survey. *General hospital psychiatry*, 59, 7-13.
- Williams, K.D.,** 2007. Ostracism. *Annual Review of Psychology*, 58, 425–452. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085641>
- Williams, K.D.,** 2009. Ostracism: A temporal need-threat model. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, 41 (pp. 275–314). Elsevier Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)00406-1](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)00406-1)
- Yalçın-Irmak, A., Erdoğan, S.,** 2015. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 10–18.
- Yengin, D.,** 2012. Dijital oyunlarda şiddet , İstanbul: Beta Basım.
- Yıldırım, L.,** 2016. Sosyal dışlanma karşısında eşcinsel kimliğin kurulumu. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi. Karaman.
- Yıldız, M., Şenel, E., Şahan, H.,** 2015 The relationship between prosocial and antisocial behaviors in sport, general self-efficacy, and academic self-efficacy: Study in department of physical education and sport teacher education. *International Journal of Human Sciences*, 12(2), 1273–1278.
- Yıldız, T.,** 2019., Lise öğrencilerinde fonksiyonel olmayan tutumların sigara kullanımı ve dijital oyun bağımlılığı ile ilişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Çağ Üniversitesi. Mersin.
- Yılmaz, Ş. Ş.,** 2023. Okul öncesi çocukların değer düzeyleri ile prososyal davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz-Anatca, V.** 2010., Sosyal dışlanmanın saldırgan davranışlar üzerindeki etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi. Ankara.
- Yönet, E.,** 2018. Lise öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenimi, dijital oyun bağımlılığı ve yaşam kalitesi düzeylerinin araştırılması. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*, Sakarya Üniversitesi. Sakarya.

EKLER



T.C.
MUNZUR ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu

Sayı : E-30603717-050.04-2400062637
Konu : Etik Kurul Kararı (Yüksek Lisans
Öğrencisi Taha Yusuf SARIGÜL)

TOPLANTI SAYISI
2024/12

KARAR SAYISI
21

TOPLANTI TARİHİ
26.12.2024

Kurulumuz 26.12.2024 tarihinde saat 13.00'da Kurul Başkanı Prof. Dr. Fulya BENZER Başkanlığında, aşağıda imzaları bulunan kurul üyelerinin katılımlarıyla toplanarak gündemdeki konuları görüşmüş ve aşağıdaki kararları almıştır.

KARAR NO 2024/12-04'ın 28.11.2024 tarihli ve 56359 sayılı başvurusuna istinaden;

Sorumlu Araştırmacı: Yüksek Lisans Öğrencisi Taha Yusuf SARIGÜL

Diğer Araştırmacılar: Doç. Dr. Muhammed Bahadır SANDIKÇI

"Lise Öğrencilerinde Sosyal Dışlanma ve Sporda Prososyal -Antisosyal Davranış Durumlarının Dijital Oyun Bağımlılığı ile İlişkisi " konulu çalışma etik kurulumuzda görüşülmüş olup; çalışmanın etik kurallara uygun olduğuna oy çokluğu ile karar verilmiştir.

Kararın gereği için Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı'na sunulmasına karar verilmiştir.

Kurul Başkanı
Prof. Dr. Fulya BENZER

Kurul Üyeleri

Prof. Dr. Görkemli KAZAR
Prof. Dr. Mevlüt ALATAŞ
Doç. Dr. Engin COŞKUN
Doç. Dr. Seda GÜNDÜZALP
Doç. Dr. Oktay KIZAR
Doç. Dr. Melih YÜCESAN
Doç. Dr. Tuncay YILDIRIM
Av. Serkan ERDOĞAN



Çubukbey Anadolu Lisesi Müdürlüğüne



Başvuru No: MEB.TT.2025.017691

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu: 964238

T.C. Kimlik No: 28921556536

Adı Soyadı: TAHA YUSUF SARIGÜL

Araştırmanın Adı: Lise Öğrencilerinde Sosyal Dışlanma ve Sporda Prososyal-Antisosyal Davranış Durumlarının Dijital Oyun Bağımlılığı ile İlişkisi

Araştırmanın Niteliği: Yüksek Lisans Tezi

Araştırmanın Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatı: Çubukbey Anadolu Lisesi

Uygulama Yapılacak Birim: Anadolu Lisesi

Uygulama Yapılacak İl: ELAZIĞ

Veri Toplama Aracının Başlığı: Dijital oyun bağımlılığı ölçeği, ergenler için ostrasizm sosyal dışlanma ölçeği, spor prososyal ve antisosyal davranış ölçeği

Araştırma Uygulama İzninin Kabul Tarihi: 28.01.2025

Araştırmanın Uygulama İzninin Bitiş Tarihi: 28.01.2026

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup araştırma uygulama izni ELAZIĞ İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından onaylanmıştır.

ARAŞTIRMA KAPSAMINDA KULLANILAN ÖLÇEKLER

Ek-1 Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma ile; “Lise Öğrencilerinde Sosyal Dışlanma ve Sporda Prososyal-Antisosyal Davranış Durumlarının Dijital Oyun Bağımlılığı ile İlişkisi” incelenmesi amaçlanmaktadır. Ankette ve ölçekte bulunan sorulara vereceğiniz cevaplar tarafımızca saklı tutulacak ve tamamen bilimsel amaçlı olarak kullanılacaktır. Bu anket dört bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm kişisel bilgiler edilmesi amacıyla hazırlanan sorulardan; ikinci bölüm sosyal dışlanma ile ilgili verileri elde etmek için 11 maddeden oluşan Sosyal Dışlanma (Ostrasizm) Ölçeği’ formu, öğrencilerin spor yaparken prososyal ve antisosyal davranışlarını belirlemek amacı ile 20 maddeden oluşan ‘Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği’ formu ve öğrencilerin oyun oynama davranışlarını ölçmek amacıyla 21 maddeden oluşan “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılacaktır. Anket ve ölçek veri sonuçlarının sağlıklı olabilmesi için soruları samimi ve doğru olarak yanıtlamanız gerekmektedir. **Lütfen anketlerin üzerine isim belirtmeyiniz.** Değerli zamanınızı ayırdığınız için teşekkür eder, saygılarımı sunarım.

Taha Yusuf SARIGÜL
Munzur Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Cinsiyetiniz? ☐ Kadın ☐ Erkek
2. Sınıf? ☐ 9. sınıf ☐ 10. Sınıf ☐ 11. Sınıf ☐ 12. Sınıf

3. Sigara kullanıyor musunuz?

Evet ☐ Hayır ☐

4. Okuldaki genel başarı düzeyinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?

☐ Düşük ☐ Orta ☐ Yüksek

5. Düzenli olarak spor yapma durumu

Evet ☐ Hayır ☐

6. Ailenizi hangi sosyo-ekonomik düzeyde algıyorsunuz?

☐ Düşük ☐ Orta ☐ Yüksek

7. Annenizin eğitim durumu nedir?

() Eğitimi yok	() İlkokul	() Ortaokul	() Ortaöğretim
() Üniversite	() Yüksek Lisans	() Doktora	() Hayatta değil

8. Babanızın eğitim durumu nedir?

() Eğitimi yok	() İlkokul	() Ortaokul	() Ortaöğretim
() Üniversite	() Yüksek Lisans	() Doktora	() Hayatta değil

EK 2. Ergenler İçin Ostrasizm (Sosyal Dışlanma) Ölçeği

Lütfen aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Her sorunun karşısında bulunan;

- (1) Hiçbir zaman
(2) Nadiren
(3) Bazen
(4) Çoğunlukla
(5) Her zaman anlamına gelmektedir.

Genellikle diğer insanlar;		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Çoğunlukla	Her zaman
1	Bana görünmez biriymişim gibi davranırlar.	1	2	3	4	5
2	Benim varlığımı yok sayarlar.	1	2	3	4	5
3	Yürürken selam verdiğimde karşılık vermezler.	1	2	3	4	5
4	Onlarla konuşurken beni görmezden gelirler.	1	2	3	4	5
5	Beni önemsemezler.	1	2	3	4	5
6	Evimde benimle birlikte vakit geçirirler.	1	2	3	4	5
7	Beni partilerine, organizasyonlarına ve toplantılarına davet ederler.	1	2	3	4	5
8	Beni tatil ve gezi planlarına dahil ederler.	1	2	3	4	5
9	Benim onlarla ilgilenmem için çaba harcarlar.	1	2	3	4	5
10	Beni yemeğe davet ederler.	1	2	3	4	5
11	Hafta sonu etkinliklerine ve eğlencelerine beni davet ederler.	1	2	3	4	5

Ek-3. Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği

Bu sezonda yarışmalar esnasında, Ben...	Hiç	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Oldukça sık
1. Takım arkadaşına olumlu geribildirim verdim (güzel pas!.. iyi hareket!.. gibi).					
2. Rakibimi eleştirdim.					
3. Takım arkadaşım ile tartıştım.					
4. Yere düşen rakibime yardım ettim.					
5. Rakibime kasten faul yaptım.					
6. Rakibim sakatlandığında oyunun durmasını istedim.					
7. Takım arkadaşına kötü söz söyledim.					
8. Takım arkadaşımı cesaretlendirdim.					
9. Bana yapılan faulün intikamını aldım.					
10. Sakatlanan rakibime yardım ettim.					
11. Takım arkadaşımı eleştirdim.					
12. Takım arkadaşına yapıcı geribildirim verdim (daha ileride durmalısın!.. gibi).					
13. Rakibimi öfkeliendirmeye çalıştım.					
14. Takım arkadaşına küfürettim.					
15. Takım arkadaşımı iyi oynadığı için tebrik ettim.					
16. Rakibimi sakatlamaya çalıştım.					
17. Bilerek rakibimin dikkatini dağıttım.					
18. Takım arkadaşına kötü performansından dolayı tepki gösterdim.					
19. Oyun kurallarına aykırı davrandım.					
20. Agresif hareketlerimle rakibimin gözünü korkuttum.					

EK-4. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Aşağıdaki soruları son 6 ay içinde hangi sıklıkla yaşadığınızı işaretleyiniz		Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sık Sık	Her Zaman
1	Bir bilgisayar oyununu tüm gün boyunca oynamayı düşündün mü?					
2	Oyun için harcadığın zamanı giderek arttırdın mı?					
3	Günlük yaşamdan uzaklaşmak için oyun oynadığın oldu mu?					
4	Yakınındaki kişiler (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) oyun süreni azaltmada başarısız oldu mu?					
5	Oyun oynayamadığın zaman kendini kötü hissettin mi?					
6	Oyunda harcadığın zaman konusunda yakınındaki kişiler ile (aile bireyleri, akraba gibi) kavga ettin mi?					
7	Oyun oynamak için diğer önemli faaliyetleri (okul, iş, spor gibi) ihmal ettin mi?					