



**TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİGİNDE OYNAYAN
FUTBOLCULARIN DİJİTAL OYUN OYNAMA DAVRANIŞLARI İLE
ZİHİNSEL ANTRENMAN DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: FİFA
OYUN ÖRNEĞİ**

Yiğit YURTAYDIN

Doktora Tezi

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Prof. Dr. Zekihan HAZAR

AĞRI-2025

(Her hakkı saklıdır)

T.C.
AĞRI İBRAHİM ÇEÇEN
ÜNİVERSİTESİ LİSANSÜSTÜ
EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

Yiğit YURTAYDIN

TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİGİNDE OYNAYAN FUTBOLCULARIN
DİJİTAL OYUN OYNAMA DAVRANIŞLARI İLE ZİHİNSEL ANTRENMAN
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: FİFA OYUN ÖRNEĞİ

DOKTORA TEZİ

TEZ YÖNETİCİSİ
Prof. Dr. Zekihan HAZAR

AĞRI-2025

	LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ TEZ KABUL VE ONAY TUTANAĞI	Doküman No	FR-211
		İlk Yayın Tarihi	26.02.2024
		Revizyon Tarihi	
		Revizyon No	00
		Sayfa No	1/1

Türkiye Futbol Süper Liginde Oynayan Futbolcuların Dijital Oyun Oynama Davranışları ile Zihinsel Antrenman Düzeylerinin İncelenmesi: FIFA Oyun Örneği

Prof. Dr. ZekiHAN HAZAR danışmanlığında, Yiğit YURTAYDIN tarafından hazırlanan bu çalışma, 28/04/2025 tarihinde aşağıda isimleri belirtilen jüri tarafından değerlendirilmiş olup Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bilim Dalında doktora tezi olarak **oybirliği** ile kabul edilmiştir.

Başkan : Prof. Dr. Cemal Berkan ALPAY	İmza :
Üye : Prof. Dr. Ali TEKİN	İmza :
Üye : Prof. Dr. Ercan POLAT	İmza :
Üye : Prof. Dr. ZekiHAN HAZAR	İmza :
Üye : Dr. Öğr. Üyesi Tunç İLÇİN	İmza :

Yukarıdaki sonuç;

Enstitü Yönetim Kurulu .../.../... tarih ve / numaralı kararı ile onaylanmıştır.

.....
Enstitü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaklardan yapılan bildiriş, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak olarak kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunundaki hükümlere tabidir.

HAZIRLAYAN	KONTROL EDEN	ONAYLAYAN



LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ TEZ BENZERLİK RAPORU

Doküman No	FR-213
İlk Yayın Tarihi	26.02.2024
Revizyon Tarihi	
Revizyon No	00
Sayfa No	1 / 2

Benzerlik Oranlarına Dair Beyannamedir		
Öğrenci Adı Soyadı	Yiğit YURTAYDIN	
Numarası	216052009	
Ana Bilim Dalı	Beden Eğitimi ve Spor	
Bilim Dalı	Beden Eğitimi ve Spor ve Eğitimi	
Programı	Doktora	
Danışman Unvanı Adı Soyadı	Prof. Dr. Zekihan HAZAR	
Tez Başlığı	Türkiye Futbol Süper Liginde Oynayan Futbolcuların Dijital Oyun Oynama Davranışları İle Zihinsel Antrenman Düzeylerinin İncelenmesi: Fifa Oyun Örneği	
Bölümler	Turnitin Sonucu	En Yüksek Değer
Giriş	% 18	% 25
Kuramsal Temeller/Kavramsal Çerçeve	% 3	% 30
Materyal ve Yöntem	% 24	% 30
Araştırma Bulguları	% 8	% 20
Sonuç/Tartışma/Öneri	% 3	% 20
TEZ (GENEL)	% 12	% 25

28/04/2025

Yukarıda bilgileri yazılı tez çalışmasının benzerlik oranları Turnitin raporundan alındığı haliyle yazılmış olup tüm bilgilerin doğru olduğunu, aksi halde doğacak hukuki sorumlulukları kabul ve beyan ederiz.

İmza

Öğrenci Adı-Soyadı
Yiğit YURTAYDIN

İmza

Danışman Adı-Soyadı
Prof. Dr. Zekihan HAZAR

HAZIRLAYAN	KONTROL EDEN	ONAYLAYAN
------------	--------------	-----------

ÖZET

TÜRKİYE FUTBOL SÜPER LİGİNDE OYNAYAN FUTBOLCULARIN DİJİTAL OYUN OYNAMA DAVRANIŞLARI İLE ZİHİNSEL ANTRENMAN DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: FİFA OYUN ÖRNEĞİ

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Zekihan HAZAR

2025 , 125 Sayfa

Bu çalışmanın amacı Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan profesyonel futbolcuların FIFA oyununa olan ilgilerinin, oyun oynama tutumlarının, oynama alışkanlıklarının ve oyun deneyimlerinin profesyonel futbol kariyerlerine olan etkilerini incelemektir. Araştırmanın örneklemini, Türkiye Süper Ligi'nde FIFA oyunu oynayan 36 profesyonel futbolcudan oluşmuştur. Araştırma, veri toplama aracı olarak karma yöntem (nicel ve nitel) yaklaşımıyla yapılmış olup, bu yaklaşım, her iki yöntemi birleştirerek daha kapsamlı bir analiz yapmayı hedeflemiştir. Nicel veriler, Zihinsel Antrenman Envanteri, Behnke ve arkadaşları (2017) tarafından geliştirilmiş ve Yarayan ve İlhan (2018) tarafından Türkçeye uyarlanmışır. Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği ise Tek kurşun Demir ve Mutlu Bozkurt, (2019) tarafından geliştirilen ölçek 18 madde ve üç alt boyutlu bir yapıya sahiptir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistik ve korelasyon analizleri kullanılmıştır. Analizler sonucu, dijital oyun oynama tutumu ile zihinsel antrenman envanteri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Ancak, zihinsel becerilerin alt boyutları ile dijital oyun oynama tutumu arasında bazı güçlü korelasyonlar tespit edilmiştir. Nitel veriler ise içerik analizi yöntemiyle incelenmiştir bu kapsamda futbolculara açık uçlu yapılandırılmış sorular sorulmuştur. Futbolcuların dijital oyunları daha çok sosyal bağ kurma, stratejik düşünme ve eğlence aracı olarak kullandıklarını tespit edilmiştir. Ayrıca, dijital oyunların takım içi iletişimi güçlendirdiği ve rekabet duygusunu pekiştirdiği ifade edilmiştir. Dijital oyunların profesyonel futbolcuların zihinsel becerilerini geliştirme potansiyeline sahip olduğu, ancak fiziksel performans üzerinde doğrudan bir etkisi olmadığı bulunmuştur. Sonuç olarak, dijital oyunların sporcular için kontrollü bir şekilde kullanılması gerektiği, bununla birlikte oyun süresinin bilinçli bir şekilde yönetilmesi gerektiği sonucuna varılmıştır.

Anahtar kelimeler: Futbol, Dijital Oyun, FIFA, Zihinsel Antrenman,

ABSTRACT

PHD THESIS

EXAMINATION OF DIGITAL GAME PLAYING BEHAVIORS AND MENTAL TRAINING LEVELS OF FOOTBALL PLAYERS PLAYING IN THE TURKISH FOOTBALL SUPER LEAGUE: FIFA GAME EXAMPLE

Thesis Advisor: Prof. Dr. Zekihan HAZAR

2025, 87 Page

The aim of this study is to examine the effects of professional football players playing in the Turkish Football Super League's interest in the FIFA game, their playing attitudes, playing habits and playing experiences on their professional football careers. The sample of the study consisted of 36 professional football players playing FIFA games in the Turkish Super League. The research was conducted with a mixed method (quantitative and qualitative) approach as a data collection tool, and this approach aimed to make a more comprehensive analysis by combining both methods. Quantitative data, Mental Training Inventory, was developed by Behnke et al. (2017) and adapted to Turkish by Yarayan and İlhan (2018). The Digital Game Playing Attitude Scale, developed by Tek Kurdu Demir and Mutlu Bozkurt, (2019), has 18 items and a three-dimensional structure. Descriptive statistics and correlation analyzes were used in the analysis of the data. As a result of the analyzes, no significant relationship was found between digital game playing attitude and mental training inventory ($p>0.05$). However, some strong correlations were found between the sub-dimensions of mental skills and the attitude towards playing digital games. Qualitative data were examined using the content analysis method and open-ended structured questions were asked to the football players. It was revealed that football players mostly used digital games as a means of establishing social bonds, thinking strategically and having fun. It was also stated that digital games strengthened communication within the team and reinforced the sense of competition. It was found that digital games have the potential to improve the mental skills of professional football players, but they did not have a direct effect on physical performance. As a result, it was concluded that digital games should be used in a controlled manner for athletes, and that the playing time should be managed consciously.

Keywords: Football, Digital Game, FIFA, Mental Training

TEŞEKKÜR

Lisans eğitiminden başlayarak, bu süreç boyunca bana her türlü desteği sağlayarak yol gösteren ve akademik hayatıma yön veren değerli hocam Sayın Prof. Dr. Ali TEKİN hocama sonsuz teşekkür ederim.

Doktora eğitimim boyunca, benden bilgi ve deneyimlerini esirgemeyen, çalışmalarımın tamamlanabilmesi için her türlü şartı sağlayan ve bana her zaman en zor zamanlarında bile her türlü desteği sunan çok değerli danışman hocam Sayın Prof. Dr. Zekihan Hazar'a teşekkürlerimi sunarım.

Yiğit YURTAYDIN

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY TUTANAĞI.....	Error! Bookmark not defined.
ÖZET.....	i
ABSTRACT	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
TABLolar LİSTESİ.....	vi
BİRİNCİ BÖLÜM	1
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Araştırmanın Amacı	2
1.2. Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi.....	2
1.3. Araştırma Sorusu.....	4
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	4
1.5. Varsayımlar	5
1.6. Araştırmanın Anahtar Tanımları	6
İKİNCİ BÖLÜM.....	7
2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	7
2.1. Spor ve Futbol ile İlgili Temel Kavramlar.....	7
2.1.1. Oyun Kavramı.....	7
2.1.2. Oyun.....	8
2.1.3. Futbol	8
2.1.4. Futbolun Toplumdaki Yeri	9
2.1.5 Futbolun Dünya’da Gelişim Süreçleri.....	9
2.1.6. Türkiye Süper Liginin Tarihsel Gelişimi	10
2.1.7.Profesyonel Futbolcu	11
2.2. Dijitalleşme ve Spor.....	11
2.2.1. Dijital Oyun	12
2.2.2. Dijital Oyun Türleri.....	13
2.2.3. FİFA Futbol Oyunu.....	15
2.2.4. Dijital Oyun Oynama Nedenleri	19
2.2.5 Dijital Oyunun Etkileri.....	19
2.3.1.Antrenman Tanımı.....	20
2.3.2.Antrenman Türleri	21
2.3.2.1. Fiziksel Antrenman	21
2.3.2.2. Teknik Antrenman.....	21
2.3.2.3. Taktik Antrenman	22
2.3.2.4. Psikolojik Antrenman.....	22
2.3.2.5. Teorik Antrenman	22
2.3.2.6. Zihinsel Antrenman.....	22
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	25

3.YÖNTEM	25
3.1.Araştırma Yöntemi	25
3.2.Araştırmanın Evren ve Örneklemi	25
3.3. Problem ve Alt Problemler	26
3.3.1.Problem	26
3.3.2.Alt Problemler.....	26
3.3.3 Çalışma Grubu	27
3.4.Veri Toplama Yöntemleri	28
3.4.1. Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği (DOOTÖ)	28
3.4.2. Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri (SZAE).....	29
3.4.3 Görüşme Soruları	30
3.5.Verilerin Analizi	31
3.5.1. Nicel Verilerin Analizi	31
3.5.2.Nitel Verilerin Analizi.....	31
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	33
4.ARAŞTIRMANIN BULGULARI	33
4.1.Nicel Bulgular	33
4.2.Nitel Bulgular	37
5. BÖLÜM	50
5. TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER	50
KAYNAKLAR	100
EKLER	114

TABLÖLER LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri	23
Tablo 2. Zihinsel Beceri Envanteri Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları	30
Tablo 3. Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları	31
Tablo 4. Total Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği ve Alt Boyutları ile Total Sporda Zihinsel Beceri Envanteri Arasındaki Korelasyon.....	31
Tablo 5. Total Sporda Zihinsel Beceri Envanteri ve Alt Boyutları ile Total Dijital Oyun	32
Tablo 6. Günlük Dijital Oyun Oynama Süresine İlişkin Temalar.....	34
Tablo 7. Dijital Oyunların Oynandığı Mekanlara İlişkin Temalar	35
Tablo 8. FIFA Oyununu Oynama Nedenlerine İlişkin Temalar	36
Tablo 9. FIFA Oynarken Hissedilen Duygular ve Motivasyon Kaynakları	37
Tablo 10. FIFA Oyununda Rakip Tercihleri	39
Tablo 11. FIFA Oynarken Yapılan Stratejik ve Taktiksel Değişiklikler	42
Tablo 12. FIFA Oynamanın Olumlu ve Olumsuz Etkileri	41
Tablo 13. FIFA Oynamanın Gerçek Futbol Performansına Etkileri	42
Tablo 14. Dijital Oyunların Bilişsel, Duyuşsal, Psikomotor ve Sosyal Gelişim Üzerindeki Etkileri.....	45

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GİRİŞ

Futbol, çağımızın en dikkat çekici sportif etkinliklerinden biri olmasının yanı sıra heyecan verici, zevkli, bütünleştirici, ritmi ve temposu son derece yüksek bir spor dalıdır. Futbol gol atmaya çalışırken stratejik, taktiksel varyasyonlar uygulayan bir takıma karşı, onların hamlelerine karşıt stratejik ve taktiksel cevaplar vererek yenilecek golü engellemek için ekip çalışması gerçekleştiren sahada 11 oyuncudan aynı amaç için meydana getirilmiş iki rakip takım olarak tanımlanmaktadır.

Bütün futbol takımları girdikleri karşılaşmalardan galip gelmek ve ligde üst sıralarda yer almak için en üst seviyede stratejik varyasyonlar modelleyerek en iyi şekilde uygulamayı amaç edinmektedir (Bunker and Thabtah, 2019). Öte yandan günümüzde bilim ve teknoloji dünyasındaki hızlı gelişmeler toplumsal hayatın her alanını etkilediği gibi Futbolu da etkilemiştir (Yaman ve Yaman, 2008). Bu durumun bir çıktısı olan FIFA oyunu ise bu sektörün en çok sevilen oyunlarından biridir ve futbolun simüle edilmiş bir iki versiyonunu sunmaktadır. Bu oyun, birçok futbolsever ve sporseverin ilgisini çekmeyi başarmıştır. FIFA oyunuyla ilgilenen kişilerde, burada kullanılan hareketlerin ve taktik stratejilerinin gerçek futbol müsabakalarında nasıl bir sonuç vereceği her zaman bir soru işareti olmuştur. Araştırmalar, simülasyon kullanımının genel olarak sağlık, fen bilimleri ve uçuş teknolojisi gibi alanlarda yaygın olduğunu, ancak sporda simülasyon kullanımıyla ilgili yeterli düzeyde çalışmaya rastlanmadığını göstermektedir. Tel yaptığı çalışmada ortaokul öğrencilerinin en çok tercih ettikleri oyunların FIFA olduğunu belirlemiştir (Tel 2015).

Bu araştırma kapsamında toplumda sıklıkla takip edilen profesyonel olarak futbol hayatlarını devam ettiren Türkiye Futbol Süper Liginde oynayan futbolcuların dijital oyunların gerçek bir futbol maçında etkilerinin olup olmadığını, bu oyunların olumlu ve olumsuz yanlarını sorup, zihinsel beceri ve dijital oyun oynama tutumlarını inceleyerek mevcut çalışmaların sonuçları bir araya getirilerek karma yöntemiyle bu çalışmaların amacı problem durumunun tespiti ve derinlemesine incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma sonrasında elde edilecek bulgular futbolcuların FIFA oyunu üzerindeki potansiyel faydaları ya da zararları vurgulanarak spor alanında karar

vericilerin ve uygulayıcıların strateji olarak değerlendirmesi noktasında katkılar sunulacaktır. Bu çalışmada karma yöntemler araştırması deseni kullanılmıştır. Nicel araştırma yöntemi kapsamında ölçekler uygulanarak nicel veriler toplanmış ve hemen ardından görüşme soruları sorularak ses kaydı alınmıştır. Araştırma kapsamında nicel çalışma kapsamında Dijital Spor Oyunları Motivasyon Ölçeği (DSOMÖ) ve “Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri” spor ortamında zihinsel antrenman uygulamalarında kullanılan zihinsel beceri ve zihinsel teknikleri ölçmek amacı ile belirlenen nicel veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Ardından nitel çalışma kapsamında futbolcu bireyler ile konunun daha derinden araştırılmak istenmesi nedeniyle araştırmaya katılım sağlayan futbolcular ile görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Verilerin analiz edilmesi ve sonuçlandırılması işleminin ardından iki veri türünden elde edilen sonuçlar ışığında yorumlamalar gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmanın sonuçları Türkiye Süper Liginde oynayan futbolcuların dijital oyun oynama davranışlarının daha iyi anlaşılması ve bu anlamda literatüre katkı sağlaması açısından rehber niteliği taşımaktadır.

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu çalışma Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan profesyonel futbolcuların FIFA oyununa olan ilgilerinin, oyun oynama tutumlarının, oynama alışkanlıklarının ve oyun deneyimlerinin profesyonel futbol kariyerlerine olan ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır.

Bunun yanı sıra, dijital futbol oyunlarının profesyonel sporcular üzerindeki ilişkilerine yönelik literatürdeki boşluğu doldurmayı hedefleyen bu çalışma, dijital oyunların sporcuların fiziksel ve zihinsel performansına olası katkılarını değerlendirmek için akademik bir çerçeveyi sunmayı amaçlamaktadır.

1.2.Araştırmanın Önemi ve Gerekçesi

Günümüzde dijital oyunlar, sporcuların sosyal, bilişsel ve psikolojik süreçlerinde önemli bir yer tutmaktadır. Profesyonel futbolcuların dijital oyun oynama alışkanlıkları, özellikle FIFA gibi futbol simülasyon oyunları üzerinden

incelendiğinde, bu oyunların hem eğlence hem de taktiksel gelişim açısından nasıl bir etkiye sahip olduğu araştırmaya değer bir konudur. Dijital oyunlar, sporcuların stres yönetimi, karar verme yetenekleri ve stratejik düşünme becerilerini geliştirebilir. Yapılan araştırmalar, dijital oyun oynayan bireylerin görsel-işitsel algılarında gelişme gösterdiğini ve oyunların stres azaltıcı bir etkisi olabileceğini ortaya koymaktadır (Almaç 2023). Süper Lig futbolcularının FIFA gibi dijital oyunları ne amaçla ve hangi sıklıkta oynadıklarının belirlenmesi, spor bilimleri alanında yeni perspektifler kazandırabilir.

Dijital futbol oyunları, gerçek futbolcuların oyun zekâsı ve taktik bilgilerini geliştirmelerine yardımcı olabilir. Tel (2020) tarafından yapılan çalışmada, Türkiye’de profesyonel futbolcuların büyük bir çoğunluğunun FIFA ve PES oyunlarını oynadığı belirlenmiştir (Tel 2020). Bu oyunlar, futbolculara taktik geliştirme ve rakip analiz yeteneği kazandırabilir.

FIFA gibi oyunlar, futbolcular arasında sosyal bağların güçlenmesine katkı sağlayabilmektedir. Dijital oyun oynama alışkanlıkları, sporcuların takım arkadaşlarıyla olan ilişkilerini ve sosyal etkileşimlerini de etkileyebilmektedir (Keçeci vd 2024).

Futbolcuların dijital oyunlara olan ilgisi, geleneksel spor ile e-spor arasındaki etkileşimi anlamada önemli bir rol oynayabilir. FIFA, rekabetçi e-spor etkinlikleri düzenleyen bir oyun olarak futbolcuların ilgisini çekmekte ve hatta bazı profesyonel futbolcular e-spor organizasyonlarına katılım göstermektedir (Keçeci vd 2024).

Bu çalışma, Türkiye Süper Ligi’nde forma giyen profesyonel futbolcuların dijital oyun oynama alışkanlıklarına yönelik akademik araştırmaların sınırlı olması nedeniyle gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın temel amacı, futbolcuların dijital oyunlara yönelik tutumlarını, bu oyunları oynama sürelerini, zihinsel beceriler üzerindeki potansiyel etkilerini ve dijital oyun tercihlerini bilimsel bir çerçevede incelemektir. Bu doğrultuda, dijital futbol oyunlarının sporcuların saha içi karar verme süreçlerine katkı sağlayıp sağlamadığını ortaya koymak hedeflenmektedir. Elde edilecek bulguların, spor psikolojisi ve performans analizi alanlarında literatüre anlamlı katkılar sunması beklenmektedir (Ayhan 2023).

Bu araştırma, Türkiye Süper Ligi futbolcularının dijital oyun oynama davranışlarını ve FIFA oyununu oynama alışkanlıklarını detaylı bir şekilde analiz

ederek, spor psikolojisi, performans analizi ve e-spor alanlarında yeni bilgiler sunacaktır. Dijital oyunların futbolcuların zihinsel ve fiziksel gelişimi üzerindeki etkilerini anlamak, kulüpler, antrenörler ve spor psikologları için önemli bir rehber niteliğinde olacaktır.

Bu çalışma, Türkiye Süper Ligi'nde oynayan futbolcuların dijital oyun davranışlarının bilimsel bir perspektifle ele alınmasını sağlayarak spor bilimleri ve dijital oyun araştırmaları arasındaki bağlantıyı güçlendirecektir.

Ayrıca konu ile ilgili Yök Tez Tarama Merkezi incelendiğinde benzer bir araştırmaya rastlanmamıştır.

1.3.Araştırma Sorusu

Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan profesyonel futbolcuların FIFA oyunu özelinde dijital oyun oynama davranışları, motivasyonları ve bu davranışların zihinsel, sosyal ve performans boyutlarıyla ilişkisi nasıldır?

Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan profesyonel futbolcuların dijital oyun oynama davranışları, özellikle FIFA oyunu özelinde incelendiğinde, bu davranışların motivasyonel, bilişsel ve performans boyutlarıyla etkileşimi nasıl şekillenmektedir?

1.4.Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma, Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan ve FIFA oyununu oynayan 36 profesyonel futbolcu ile sınırlandırılmıştır. Bu nedenle, elde edilen bulguların tüm profesyonel futbolculara veya farklı liglerdeki oyunculara genellenebilirliği sınırlıdır.

Çalışmaya katılan futbolcuların gönüllülük esasına göre belirlenmiş olması, seçkisiz bir örnekleme yöntemi kullanılmaması nedeniyle sonuçların genellenebilirliği konusunda ihtiyatlı olunmalıdır.

Araştırma belirli bir dönemde gerçekleştirilmiş olup, futbolcuların dijital oyun oynama davranışlarının uzun vadeli değişimlerini değerlendirme imkânı bulunmamaktadır. Çalışmada, nicel veri toplama aracı olarak “Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri” ve “Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği”, nitel veri toplama aracı olarak ise yapılandırılmış görüşmeler kullanılmıştır. Kullanılan ölçekler ve

mülakat soruları, futbolcuların dijital oyun oynama davranışlarını belirli değişkenler çerçevesinde değerlendirmektedir ve tüm bireysel farklılıkları tam olarak yansıtmayabilir. Yapılandırılmış görüşmeler, futbolcuların dijital oyun oynama alışkanlıklarını, motivasyonlarını ve saha içi performanslarına etkisini anlamaya yönelik olarak tasarlanmıştır. Ancak, görüşmelerden elde edilen bulgular katılımcıların öznel beyanlarına dayalı olduğu için nesnel bir değerlendirme içermemektedir. Araştırmada kullanılan tüm analizler, katılımcıların anketlere ve görüşmelere verdiği yüz yüze yanıtlarla sınırlıdır. Katılımcıların dürüst ve içten yanıtlar verdiği varsayılmıştır, ancak sosyal beğenirlik yanlılığı gibi faktörlerin yanıltıcı olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

1.5.Varsayımlar

Araştırmanın örneklem, yöntem ve veri analizi bakımından varsayımları aşağıdaki gibidir:

- Araştırmaya katılan bireylerin ölçek ifadelerine ve nitel araştırma sorularına içtenlikle cevap verdikleri varsayılmıştır.
- Araştırmada çalışma grubu olarak seçilen 36 katılımcının Türkiye Futbol Süper liginde oynayan futbolcular evrenini temsil ettiği varsayılmıştır.
- Katılımcıların ölçek ifadelerine ve nitel araştırma sorularına içten ve doğru yanıt verdikleri varsayılmıştır.
- Çalışma grubunu oluşturan 36 futbolcunun, Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan futbolcuların genel evrenini temsil ettiği varsayılmıştır.
- Kullanılan ölçeklerin ve veri toplama araçlarının, araştırmanın amacına uygun olduğu ve ölçmek istenen değişkenleri geçerli ve güvenilir bir şekilde değerlendirdiği varsayılmıştır.
- Futbolcuların dijital oyun oynama davranışlarının, oyun süresi ve sıklığı gibi faktörlerle kararlı bir yapıya sahip olduğu ve kısa vadede radikal değişiklikler göstermediği varsayılmıştır.
- Araştırma sürecinde, katılımcıların çevresel veya sosyal baskılardan etkilenmeden görüşlerini serbestçe ifade ettikleri varsayılmıştır.

1.6.Araştırmanın Anahtar Tanımları

Dijital oyun: Dijital oyun, temelde görsel bir çıktı alınabilecek monitör, televizyon ve kontrol edebilmek için girdi sağlayabilecek klavye, joystick veya gamepad gibi araçlarla sanal ortamda oynanan oyun türüdür” (Dönmez 2012).

FIFA Oyunu: FIFA, Electronic Arts bünyesindeki EA Sports tarafından geliştirilmektedir. Bu seri, 1993 yılından beri her yıl düzenli olarak piyasaya sunulmaktadır. Sensible Soccer, Kick Off ve Matchday Soccer oyunlarının geliştirilmiş bir versiyonu olarak EA tarafından piyasaya sürülen bu seri, futbol oyunları arasında geniş bir hayran kitlesine sahip olmuş ve Madden NFL’den sonra en çok satan spor oyunu unvanını elde etmiştir (Özenç ve Gürbüz 2019).

Türkiye Süper Liginde oynayan futbolcular: Türkiye Süper Ligi’nde oynayan futbolcu, Türkiye’nin en üst düzey profesyonel futbol ligi olan Süper Lig’de mücadele eden yerli veya yabancı futbolculardır. Bu futbolcular, kulüpleri tarafından kaydedilen profesyonel sözleşmeler çerçeve liginde ve uluslararası müsabakalarda görev yapabilmektedir. Süper Lig’de forma verilen oyuncular ekonomik, sosyal ve kültürel açıdan farklı motivasyonlarla Türkiye’de futbol oynadıkları belirlenmiştir (Sezen ve Savucu 2012).

Zihinsel antrenman: bireyin performansını etkileyen psikolojik ve bilişsel faktörleri geliştirerek, potansiyelini daha etkin kullanmasını sağlayan uygulamalı bir süreçtir. Türkiye’de bu kavram özellikle spor psikolojisi alanında ele alınmış ve “zihinsel becerilerin yapılandırılması ve pekiştirilmesi” olarak tanımlanmıştır (Kılıcıgil, 2008).

İKİNCİ BÖLÜM

2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Spor ve Futbol ile İlgili Temel Kavramlar

2.1.1. Oyun Kavramı

Türk kültür tarihine ilişkin en eski yazılı kaynaklarda dahi "oyun" kavramına rastlanabilmektedir. Oyun, yalnızca bir eğlence aracı olarak değil, aynı zamanda toplumsal yapı, kültürel değerler ve eğitimsel süreçler açısından da önemli bir yere sahiptir. Nitekim Divânü Lügati't-Türk, Kutadgu Bilig ve Manas Destanı gibi klasik metinlerde oyuna dair çeşitli ifadeler yer verilmiş olması, bu kavramın Türk topluluklarının yaşamında tarihsel bir derinliğe sahip olduğunu göstermektedir. Bu metinler aracılığıyla, oyunun yalnızca bireysel bir etkinlik değil, aynı zamanda sosyo-kültürel bir unsur olarak da değerlendirildiği anlaşılmaktadır (Özdemir 2006).

İnsanoğlunun ilkel çağlardan itibaren hayatta kalma amacıyla geliştirdiği avlanma teknikleri, bireyler arası gözlem ve taklit yoluyla öğrenilerek kuşaktan kuşağa aktarılmış, bu süreç oyun oynama davranışının da temelini oluşturmuştur. Günümüzde çeşitli biçimlerde oynanan oyunların, geçmişteki doğal insan hareketleriyle benzerlik göstermesi, oyunun kökeninin insanoğlunun evrimsel gelişimiyle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir (Yengin 2010). Zaman içerisinde bu doğal hareketlerin yerini daha zevkli, tekrar eden ve estetik açıdan belirli bir düzene sahip olan hareketler almış; bu bağlamda oyun, belirli kurallar çerçevesinde, ciddi olmayan ve sınırlı bir zaman dilimi içinde gerçekleştirilen rekreasyonel bir faaliyet olarak tanımlanmaya başlanmıştır (Altunay 2004).

Oyun kavramına ilişkin evrensel düzeyde tek ve kapsayıcı bir tanım yapılması güç olmakla birlikte, bu alana teorik temel kazandıran önemli isimlerden biri, Hollandalı kültür tarihçisi Johan Huizinga'dır. Huizinga, *Homo Ludens* adlı klasik eserinde oyunu, "gündelik hayatın dışında", "ciddi olmayan", "maddi kazanç amacı gütmeyen", "özgürce gerçekleştirilen", "belirli kuralları olan" ve "sosyal ilişkileri besleyen" bir etkinlik olarak tanımlamaktadır (Brown 2014). Huizinga'nın yaklaşımı, oyunun yalnızca çocuklara özgü bir etkinlik olmadığını, tüm yaş gruplarını kapsayan sosyo-kültürel bir eylem biçimi olduğunu ortaya koymaktadır.

Nitekim Türk Dil Kurumu da (2019), oyunu "yetenek ve zekâyı geliştirici,

belirli kurallara bağılı olarak gerçekleştirilen ve eğlence amacı taşıyan bir etkinlik” şeklinde tanımlayarak bu çok boyutlu yapıyı desteklemektedir. Oyun ayrıca, yalnızca hoşça vakit geçirmenin bir yolu değil, aynı zamanda bireyin bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimine katkı sunan temel bir öğrenme ve sosyalleşme aracıdır (Altunay 2004).

2.1.2. Oyun

Oyun, insanlık tarihi kadar eski bir olgu olup, toplumların kültürel ve medeniyet gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Başlangıçta bir taklit davranışı olarak ortaya çıkmış, zamanla savaş ve sanat gibi çeşitli toplumsal ve bireysel pratiklerin ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Oyuna atfedilen anlam ve ona verilen değer, kültürel yapının bir yansıması olarak değerlendirilmiştir (Hazar 2017).

Huizinga’nın (2013) oyun anlayışına göre, oyun kültürel bir oluşumun ürünü değil, bilakis kültürel yapılanmaların temelinde yer alan asli bir ögedir. Oyun, kültürden sonra gelen bir davranış biçimi değil; kültürün gelişiminde kurucu bir rol oynayan öncül bir insan etkinliğidir. Bu bağlamda oyun, farklı toplumların tarihsel ya da coğrafi koşulları sonucu ortaya çıkmış tesadüfi bir olgu olmaktan çok, bizzat kültürel biçimlerin oluşum sürecine yön veren evrensel bir insan davranışı olarak kabul edilir (And 2012).

Bu bağlamda bireyin kendini daha iyi anlamasını ve kişinin kendini keşfetmesini sağlayan etkili bir deneyim sunar (Honey ve Kanter 2013). İnsanlar öncelikle doğayı keşfedip taklit ederek oynarken, zamanla bu oyunları çeşitlendirerek oynamışlardır (Hazar 2016).

2.1.3. Futbol

Popüler spor oyunu olan futbolu tanımlamak gerekirse, İngilizcede yer alan “foot” (ayak) ve “ball” (top) kelimelerinin birleşmesiyle oluşan ayak ile oynanan top oyunu olarak tanımlamak mümkündür (Arıkan ve Çelik 2007). Futbol oyununun bir spor branşı olmasının ötesinde gündelik yaşamın önemli bir parçası olarak da tanımlamak mümkündür (Stone 2013). Bunun yanı sıra, her yaş grubuna hitap eden ve hemen her alanda ve zeminde yapılabilen bir spor dalıdır (Acet 2005). “Son yıllarda futbol, sürekli büyüyen ve geniş kitleleri etkileyen bir olgu olarak dikkat çekmekte ve giderek daha da büyük bir eğlence sektörü haline gelmektedir (Koçer 2012). Futbolun

geniş tabanı, küresel popülerliği nedeniyle futbol kulüpleri ve televizyon kanallarını da kapsayan çok uluslu şirketler ile sponsorlar her yıl bu alanda büyük yatırımlar yapmaktadır (Christian 2002).

Futbolcuların transfer değeri, modern futbol ekonomisinin ve dinamik güvenirliklerinden biri haline gelmiştir. Her yıl artan yayın gelirleri, sponsorluk anlaşmaları ve kulüplerin rekabet gücünü artırmak için yaptığı yatırımlar, transferin büyük fiyat dalgalanmalarına yol açmaktadır. Taraftarlar ise aynı zamanda verdikleri maddi manevi destek ile takımlarının büyümesine de katkıda bulunmaktadır (Singh ve Lamba 2019) Nitekim bu doğrultuda kişilerin isteklerine ve taleplerine göre futbol kulüpleri oluşturarak spor faaliyetleri gerçekleştirmektedirler.

2.1.4. Futbolun Toplumdaki Yeri

Futbol, uzun yıllardır araştırmacılar tarafından çeşitli yönleriyle ele alınmış; bu kapsamda çok sayıda akademik kitap ve makale yayımlanmış, ayrıca televizyon programları hazırlanmıştır. Yaygın bir eğlence etkinliği olarak tanınan futbol, bireylerin psikolojik ve sosyolojik açıdan doyum sağladığı bir alan haline gelmiştir. Özellikle ülkemizde futbol; sosyal, psikolojik ve ekonomik boyutlarının yanı sıra yazılı ve görsel medya platformlarında da önemli bir yer edinmiştir. Yüksek meblağlarla gerçekleşen transferler, oyunculara ödenen büyük ücretler, stadyumlar, televizyon yayın gelirleri, bahis oyunları, gazetelerdeki futbol haberleri, reklamlar ve sponsorluklar, milyonlarca taraftarın ilgisiyle birleşerek futbolu dikkat çekici bir konuma taşımıştır (Türkmen vd 2013).

2.1.5 Futbolun Dünya’da Gelişim Süreçleri

Futbolun kökeninin Çin ve Mısır’da M.Ö. 5000-2500 yıllarına kadar uzandığı bilinmektedir (Erdoğan 2008). Tarihi çok eskilere dayanan futbol, her ulusun bu sporu ilk kez kendi atalarının icat ettiği yönündeki iddialarıyla şekillenmiştir. Araştırmacılar, Çin’de yaklaşık 2500 yıl önce askerlerin, toprağa dikilmiş kazıklar arasından top benzeri bir nesneyi geçirmeye çalıştığı ve büyük ilgi çeken yarışmalar düzenlediğini belirtmektedir. Aynı şekilde, İmparator Huang Ti gibi bazı belirli liderlerin, askerlerine hız ve çeviklik kazandırmak amacıyla bu tür oyunları desteklediği, çeşitli tarihi kayıtlarda yer almıştır (Somalı 1989). 21. yüzyılın oyunu olarak tanınan futbolun tam anlamıyla ne zaman ortaya çıktığı net olmasa da, her an her yerde oynanabilen

yapısı, tarihinin 21. yüzyılın başlarına kadar uzanabileceğini göstermektedir (Albayrak 2011). Roma, modern futbolun İngiltere'den önceki önemli duraklarından biridir ve Romalıların bu oyunu eski Yunanlılardan aldığına dair görüşler bulunmaktadır (Saçaklı vd 1995). “Fute-Ball” adıyla bilinen oyun, 19. yüzyıl Orta Çağ İngiltere'sinde, kraliçenin saltanatı döneminde gizlilikle korunarak kendine özgü bir düzenle oynanmaya başlamıştır. Kraliçe Victoria'nın 1837'de tahta çıkışıyla ülkenin sanayileşmesi ve ekonomik gelişimiyle birlikte, İngiltere'de özellikle işçiler boş zamanlarında spora daha fazla yönelmiştir. Futbol kurallarının yenilenmesinde, Winchester, Idarow ve Eton gibi dönemin önde gelen devlet okulları önemli bir rol üstlenmiştir. Bu süreçte, oyunun kendi aralarında oynanmasıyla ligler oluşmuş, kurallarda birlik ve düzen sağlanmış; böylece futbol tarihinde önemli bir dönüm noktası olan Cambridge Kuralları 1848'de yürürlüğe girmiştir (Sülün 2013). İngiltere'de ilk futbol kulübü olan Sheffield, 1855'te kurulmuştur. Futbol, bugünkü biçimini 1866 yılında, Birleşik Krallık'ı oluşturan dört ülke (İngiltere, İskoçya, Galler ve İrlanda) futbol federasyonlarının bir araya gelerek “International Board” adıyla bilinen ilk uluslararası futbol örgütünü kurmasıyla almıştır. Daha sonraki süreçte ise yedi ülkenin ulusal futbol federasyonları 1904'te birleşerek FIFA'yı hayata geçirmiştir (İnal 2006).

2.1.6. Türkiye Süper Liginin Tarihsel Gelişimi

Türkiye 1. Futbol Ligi, günümüzde bilinen adıyla Süper Lig 1959 yılında başladı. Türkiye'nin ilk ulusal futbol ligi olma özelliğini taşıyan ligde 8'er takımdan oluşan 2 grupta toplam 16 takım bulunuyordu. Kırmızı ve Beyaz grupta yer alan takımlar bugünkü adıyla süper ligin ilk takımları arasında yer almışlardır. 1959-1960 sezonu tamamlandıktan sonra, grup şeklindeki sistem kaldırıldı ve yerine bugünkü şekliyle oynanan tek grup sistemi ile Türkiye 1. Futbol ligi oynanmaya başlandı. 2002-2003 sezonunda ise Türkiye 1. Futbol Ligi'nin adı resmî olarak “Süper Lig” olarak değiştirilmiştir. Süper Lig, Türkiye'nin en çok takip edilen spor organizasyonu olup, dünyada ve birçok ülkelerden takip edilmektedir (TFF 2021).

Türkiye Süper Lig, ülkenin en üst düzey futbol ligi olarak kabul edilmektedir. Bu ligde 18 takım sezon boyunca çift devreli maçlar oynuyor. Sezonun sonunda, en fazla puan toplayan takım şampiyonu olursa, puan sıralamasının en altında üç takım

bir alt ligde düşer. Aynı dönemde, bir alt ligde mücadele eden üç takım Süper Lig'e yükselme fırsatı elde etmek için rekabet eder (Erdoğan 2021).

2.1.7. Profesyonel Futbolcu

Günümüzde profesyonel sporculuk, bir meslek grubu olarak tanınmakta ve futbolda da kurumsal bir yapıya kavuşmuştur. Ekonomik açıdan büyük bir değere sahip olan bu kurumların en temel unsuru profesyonel futbolculardır. Bu bağlamda, toplumların profesyonel futbolculardan beklentileri giderek yükselmektedir. Her profesyonel futbolcu, üyesi olduğu takımlarda takım ruhuyla hareket etmek ve örgüt kültürünü benimseyerek hizmet vermekle sorumludur (Turhan 2009).

Profesyonel futbolculuk, yalnızca bir spor faaliyeti değil, aynı zamanda hukuki, ekonomik ve teknolojik açıdan çok boyutlu bir meslek dalıdır. FIFA ve diğer spor otoritelerinin yapısının kuralları çerçevesinde düzenlenen profesyonel futbolculuk, spor endüstrisinin temel taşlarından biridir. Oyuncuların, fiziksel ve zihinsel dayanıklılıklarını koruyarak yüksek performans göstermeleri ayrılırken, kulüpler ve futbol organizasyonları ise futbolun ekonomik ve ticari yönleriyle yönetilmektedir (FIFA 23).

2.2. Dijitalleşme ve Spor

Spor endüstrisinde, dijitalleşme ile birlikte yayıncılık alanında değişimlere öncülük etmektedir. Geleneksel televizyon yayıncılığının giderek dijital platformlara kayması, spor müsabakalarının yayınlanma ve izlenme biçimlerinde önemli değişikliklere yol açmaktadır. İnternet tabanlı yayınlar, akıllı cihazlar ve mobil uygulamalar aracılığıyla spor içeriklerine erişim imkânı sunarak daha esnek ve kişiselleştirilmiş bir deneyim sağlamaktadır. Bu dönüşüm, spor yayıncılığını daha dinamik ve etkileşimli hale getirirken, rekabetin de giderek artması yeni bir medya ekosisteminin büyümesine neden olmaktadır (Altunay 2015).

Yeni teknolojiler, sporun izlenme ve tüketilme biçimlerini değiştirmek için bir şekilde dönüştürmeye, taraftarın daha fazla iletişimli ve zengin hale getirmeye devam ettiğini belirtiyor. Geleneksel medya uluslararası ve dijital spor yayın platformları, orijinal video içerikleri, editoryal analizler, spor haberleri ve maç sonuçları gibi çeşitli veri türlerini kullanıcı dostu bir şekilde sunarak kullanıma daha geniş bir içerik yelpazesi sunmaktadır.

Özellikle yapay zekâ destekli 360° kayıt yapabilen dronlar ve robotik kameralar, spor etkinliklerinin izlenme biçimlerini yeniden şekillendirmekte ve kullanıma çok boyutlu bir deneyim sunmaktadır. Ayrıca bu teknolojiler, projeye yönelik oyun alanına farklı açılardan bakma fırsatı sunmakta ve spor yayıncılığını daha dinamik olmasına katkı sağlamaktadır.

Buna ek olarak dijital araçlar sayesinde taraftarlar, favori sporcular, takımları ve ligleriyle doğrudan kurma imkanına sahip oluyorlar. Sosyal medya, artırılmış gerçeklik (AR) ve sanal gerçeklik (VR) gibi teknolojilerin özeti, taraftarların sadakatini detaylandırırken spor tüketim deneyimini daha kişiselleştirilmiş ve etkileşimli bir hale getirmektedir (Chan-Olmsted ve Xiao 2019).

2.2.1. Dijital Oyun

Bireyler, yaşam için çeşitli ihtiyaçlara sahip varlıklardır. Bu ihtiyaçlar arasında yeme, içme ve uyuma gibi zorunlu gereksinimler bulunmaktadır. Ancak, yaşam koşullarının zaman içerisinde değişmesiyle birlikte bu zorunlu ihtiyaçlar da dönüşüme uğramıştır. Özellikle teknolojinin ilerlemesiyle birlikte bireyler, gereksinimlerini teknoloji aracılığıyla karşılamaya daha fazla yönelmeye başlamıştır. Aile ortamındaki değişimler, kentleşmenin hızlanması ve oyun oynanabilecek mekânların azalması gibi faktörler bireylerin boş zamanlarını giderek daha fazla televizyon, bilgisayar ve cep telefonu gibi teknolojik araçlarla geçirmesine neden olmaktadır. Bu durum, bireylerin zamanla teknolojiden bağımsız hareket edemez hale gelmelerine yol açmaktadır. Bu bağlamda, bireylerin yaşamını kuşatan ve önemli bir zaman dilimini kapsayan dijital oyunlar dikkat çekmektedir (Tekkurşun Demir 2021).

İnternet kullanımı ve dijital oyun oynama davranışı, bireylerin günlük yaşamlarını, akademik başarılarını ve psikolojik iyi oluşlarını önemli ölçüde etkileyen bir olgudur. Bu yönüyle, araştırmacılar tarafından dikkatle incelenen güncel konular arasında yer almaktadır (Çakır 2013). Dijital oyun kavramı ise bilgisayar oyunları, video oyunları gibi farklı kategorilere ayrılmakta ve çeşitli isimlerle anılmaktadır (Tekkurşun Demir 2021).

Dijital oyun kavramı, farklı disiplinler tarafından çeşitli açılardan ele alınmış ve farklı şekillerde tanımlanmıştır. Genel olarak dijital oyunlar, görsel bir çıktı sağlayan monitör veya televizyon gibi ekranlar aracılığıyla oynanan ve oyuncunun

etkileşimini mümkün kılan klavye, joystick veya gamepad gibi giriş araçlarıyla kontrol edilen sanal oyun sistemleri olarak tanımlanmaktadır (Dönmez 2012). Bu bağlamda, dijital oyunlar bireylerin bilişsel, duygusal ve sosyal etkileşimlerine katkıda bulunan dinamik yapılar olarak değerlendirilmektedir.

2.2.2. Dijital Oyun Türleri

Dijital oyunlar, oyunların konu ve şekline göre değişkenlik göstermektedir. Dijital oyunlar ortaya çıktıklarında çeşitli kategorilere ayrılmaktadır. Bu ayrımı oyunları piyasaya süren yaratıcılar yapar ve genel olarak spor, macera gibi başlıklarla oyunları kategorize etmektedir. Ancak bazen oyunların kategorizasyonlarında çeşitli karmaşıklıklar ortaya çıkmaktadır. Bu da oyunların sınıflandırılmasında ortak bir sistematik düzenin olmamasıdır. Bu kategorilerden 3 boyutlu oyun kavramı herhangi bir içeriğe girmezken oyunun görsel kalitesiyle ilgili bir ipucu verir. MMO türü oyunlar ise kitlesel çevrimiçi oyunları ifade eder bu sınıflandırma ise oyunun oynama şekli hakkında bize bilgi vermektedir (Ryan vd. 2006; Tekkurşun Demir 2021).

Aksiyon macera gibi oyunlar oyunun içeriğine dair, eğitici oyunlar ise oyunun amacıyla ilgilidir. Yine RPG (roll-play gaming) türü oyunlar MMO türü oyunlar gibi bir oyun türü sayılmakla beraber yine oyunun oynayış tarzıyla alakalıdır ve bu şekilde kategorize edilmişlerdir (Demirbaş 2015). Oyun türlerinden en çok ilgi görenlerinden biri olan hayatta kalma oyunları, adını tamamen içerik ve oyuncu dilinde kabul görmüş ve çoğunluğun kullanmasından almış olup hem online hem de offline olarak kullanılabilir bir oyun türüdür. Bu oyunda bir karakter yaratılır ve bu karakterin gerçek hayata benzer şekilde hayatta kalmak adına birtakım ihtiyaçları vardır. Gerekli bilgiler oyun içerisinde oyuncuya verilir karakterin hangi durumlarda hayatta kalabileceği ve hayatta kalmak için tam olarak ne yapılması gerektiği gibi ayrıntılar oyuncuya verilir (Demirbaş 2019).

Simülasyon oyunları, gerçek dünya etkinliklerinin dijital ortama aktarılmasıyla oluşturulan oyunlardır. Genellikle kasabaların, şehirlerin veya küçük toplulukların dinamiklerini ya da gündelik yaşamda yaygın olan etkinlikleri dijital ortamda yeniden canlandırırlar. Simülasyon oyunlarının içeriği çoğunlukla günlük yaşamın yaygın etkinliklerinden türetilmekte ya da bu etkinliklerin sinema gibi diğer medya biçimlerinden yeniden oluşturulmasıyla oluşmaktadır. Bu durum, simülasyon

oyunlarını, medya aracılığıyla gerçekliğin yeniden sunulmasının ya da iyileştirilmesinin bir örneği yapmaktadır (Bolter ve Grusin 1999).

Bilim insanları, video oyunlarının bilgisayar simülasyon teknolojisinin yeniden kullanımı veya geliştirilmesi açısından önemli bir örnek olduğunu belirtmektedir. Ancak, Apperley'nin (2006) vurguladığı gibi, video oyunlarının yalnızca simülasyon olarak tanımlanması, alanı gereksiz yere sınırlandırarak diğer türleri dışarıda bırakabilir. Bu da oyunların çeşitliliğini göz ardı ederek, tüm oyunları benzer bir kategori altında değerlendirme riskini taşımaktadır.

Frasca (2003), tüm oyunların aslında birer simülasyon olduğu görüşünü ileri sürmektedir. Ancak simülasyon oyunlarının özgünlüğü, gerçek dünyadaki olayları veya aktiviteleri açıkça ve detaylı bir şekilde taklit etme kapasiteleridir. Simülasyon oyunları, kullanıcıyı aktif bir katılımcı olarak konumlandırarak, gerçek yaşam dinamiklerini oyun ortamına taşır ve böylece kullanıcıya sanal fakat gerçekçi bir deneyim sunmaktadır. Bu oyunlar, spor müsabakalarından şehir yönetimine, ekonomik sistemlerden askeri stratejilere kadar geniş bir yelpazede gerçek dünya etkinliklerini yeniden üretir ve oyuncunun bu faaliyetlere doğrudan katılımını sağlamaktadır.

Son olarak, Frasca'nın (2003) savunduğu üzere, simülasyon oyunlarının temel özelliği, kullanıcıların gerçek dünya süreçlerini etkileşimli bir şekilde keşfetmesine ve anlamasına izin vermeleridir. Bu bağlamda simülasyon oyunları, birinci elden deneyim sunarak oyuncuların farklı perspektifleri keşfetmelerini sağlar ve böylece öğrenme sürecini zenginleştirmektedir.

Dijital oyunlar, içerik ve tasarım özellikleri açısından farklılık göstermekte olup, belirli temalar ve oynanış mekaniklerine göre sınıflandırılmaktadır.

- **Aksiyon Oyunları:** Reflekslerin ön planda olduğu, hem el hem de göz hareketlerinin önem arz ettiği genel olarak şiddet içeren oyunlardır.
- **Macera Oyunları:** Hikâyeyi keşfe yönelik ve içlerindeki gizemleri çözme ile ilerleyen oyun şeklidir.
- **Strateji Oyunları:** Oyuncunun belirli bir planlama ile oynadığı oyun türüdür. Oyuncunun zamanı ve kararları doğru şekilde kullanması sonucu ilerleyen oyun türüdür.
- **Rol yapma oyunları:** Oyuncunun belirli bir karakter yaratıp bu karaktere

dilediği özellikleri atfedip istediği şekilde kullanmasıdır. Oyuncu bu karakterle kendini özdeşleştirebilir.

- **Spor Oyunları:** Spor odaklı oyunlardır futbol, basketbol ve tenis gibi sporlar konseptidir. Kişi fiziksel becerileri ön planda tutar (Terlemez 2019).

2.2.3. FIFA Futbol Oyunu

Sensible Soccer, Kick Off ve Matchday Soccer gibi önceki futbol oyunlarının daha gelişmiş bir versiyonu olarak kabul edilmektedir. Bu oyunlar, futbol simülasyonu tamamlamanın temellerini atmış ve oyunculara hızlı ve eğlenceli bir futbol deneyimi sunmuştur. Ancak, FIFA serisi bu konsepti daha da genişleterek, daha ayrıntılı olarak, gelişmiş oynanış mekanikleri ve resmi turnuva lisansları ile futbol oyunları dünyasında yeni bir dönem başlatmıştır. FIFA serisi, UEFA Şampiyonlar Ligi, Avrupa Futbol Şampiyonası ve Dünya Kupası gibi dünya çapındaki prestijli turnuvalarda oyuncuları bünyesinde barındırarak geniş bir futbol deneyimi sunmuştur. Serinin ilk oyunu olan “FIFA International Soccer” dur (Coşkun 2020).

FIFA 95 oyununda Brezilya, Almanya, İtalya, İspanya, İngiltere, Fransa, Hollanda ve ABD’den oluşan 8 lig bulunmaktaydı (GOAL 2025).

FIFA 96 oyunu, serinin ilk 3 boyutlu oyunu olup, transfer ve takım özelleştirme seçeneklerini içeren gerçek futbolcu isimleri ve mevkilerinin yer aldığı bir oyundu. Oyunun kapak yıldızları ise Frank De Boer ve Jasen McAteer'dı. (GOAL 2025).

Otoritelerden düşük puan alan FIFA 97, FIFA RTWC oyununu piyasaya sürerek bir rekora imza atmış ve FIFA üyesi 172 takımla birlikte 189 kulübü bünyesinde barındırmıştır (Özenç, Gürbüz, 2019). Girişte ilk defa Blur- Song2 müziğiyle ses kullanılırken oyunun kapak fotoğrafında ise David Ginola yer almaktadır (GOAL 2025).

FIFA 99, hava olaylarını birebir yansıtan bir atmosfer oluşturarak dikkat çekmiş ve Türkiye'den Beşiktaş ve Galatasaray takımlarına da yer vermiştir (Özenç ve Gürbüz, 2019). Oyunun kapak fotoğrafında ise Dennis Bergkamp yer almıştır (GOAL 2025).

FIFA 2000 oyununda eski efsane kadroların alınıp oynanabilmesi, örneğin 80'lerin Liverpool'u veya 90'ların Barcelona gibi takımları seçebilme özelliği hoş bir yenilik olarak karşılandı. Ancak oyunda kanatlardan açılan toplara kafa, vole ve

röveşata vuruşlarının buglu olması ve oyuncuların uzaylılar tarafından kaçırılması gibi özellikler, gerçekten uzak ve FIFA'nın imajını zedeleyici nitelikteydi (Özenç ve Gürbüz 2019).

FIFA 2001, ilk kez resmi kulüplere yer veren, çevrimiçi oynanabilme imkânı sunan ve güç çubuğu eklenen bir oyun olmuştur (GOAL 2021). Türkiye'deki satışındaGeorge Hagi görseli olan oyunun, Türkiye Milli Takımı'nda ay yıldız yerine haç işareti kullanması tartışmalı bir uygulamaya yol açmıştır (Özenç ve Gürbüz 2019). Oyunun kapağında ise Paul Scholes yer almaktadır (GOAL 2025).

FIFA 2002 oyununda, güç çubukları kullanıcı tercihiye göre ayarlanabilen bir yapıya sahipti ve İsviçre ligi ilk kez oyuna dahil edilmişti. Oyun, DirectX 7 grafikleriyle yenilenmiş ve taraftarların takımlarına özgü tezahürat ve şarkı söyleme gibi özellikleriyle oyun deneyimini güçlendirmiştir (GOAL 2025)

FIFA 2003 oyununda, Türkiye liginin yer almadığı 13 farklı lige yer verilmiştir. Oyunda, önemli pozisyonların tekrar izlenebildiği ve yapay zekânın kontra atağa çıkabilme özelliğinin en büyük yeniliklerden biri olduğu belirtilmektedir (FIFA 2023).

FIFA 2004 oyununda, duran topların yenilendiği ve grafiklerin düzeltildiği belirtilmektedir. Oyun, FIFA bünyesindeki profesyonel liglerin lisanslarını alarak, her bakımdan resmi FIFA oyunu olma özelliğine sahip olmuştur.

FIFA 2005 oyununda, FIFA Street adında bir sokak futbolu oyunu çıkarılmış ve kariyer modu 15 sezon boyunca oynanabilme özelliğiyle geliştirilmiştir (Özenç ve Gürbüz 2019).

FIFA 2006 oyununda, serinin logosu değiştirilmiş ve oyunun algoritması büyük ölçüde değiştirilerek top sürme ve saklama mekanizmaları üzerinde değişiklikler yapılmıştır. Bu değişikliklerle birlikte kaleciyle karşı karşıya gol atmanın zorlaştığı belirtilmektedir (Özenç ve Gürbüz 2019).

FIFA 2007 oyununda, 18 takımlık ligler oluşturularak şampiyonluk mücadelesi verilebilmekteydi ve oyunda Turkcell Süper Lig'i yer almaktaydı (Özenç, Gürbüz, 2019). Ayrıca, antrenman arenasını kavramı, şut atma, penaltı, serbest vuruş gibi organizasyonları denemek için aktif hale getirilmiştir (GOAL 2025).

FIFA 2008'de Be a Pro modunda kaleci hariç diğer oyuncular yönlendirilirken, Zone Play modunda sadece kaleci yönlendiriliyordu (Özenç ve Gürbüz 2019).

FIFA 2009'da ise Ultimate Team modu çıkarılmış, oyuncu almak, takaslamak ve kendi takımını kurma özellikleri oyuna eklenmiştir (GOAL 2025).

FIFA 2010'da, kadro iyi olmasına rağmen algoritma sıkıntı yaşatarak, kişiye daha iyi simülasyon kartları alması için yönlendirme yapıyordu (Özenç ve Gürbüz 2019). Oyunda 50 stadyum ve 31 ligin bulunurken Rusya ligi ise ilk defa tanıtılmıştır (GOAL 2025).

FIFA 2011 oyununda, menajerlik modu güncellenerek, istersen teknik direktör, istersen futbolcu veya hem futbolcu hem teknik direktör olarak oynama seçeneği oluşturulmuştur (Özenç ve Gürbüz 2019). Ayrıca, Be a Pro moduna ek olarak, Be a Goalkeeper seçeneği de sunulmuştur (GOAL 2025).

FIFA 2012 oyunu, 500'den fazla lisanslı takım ve 15.000'den fazla lisanslı futbolcu içererek gerçekçilik ve keyfi bir arada yaşatmaktaydı (Özenç ve Gürbüz 2019). Ayrıca, Arapça yorumun yer aldığı ilk seriydi (GOAL 2025). Oyunda, gelişen yapay zekâ sistemi sayesinde oyuncuların diğer oyuncuların beceri ve yeteneklerine tepki vermesi hedeflenmiştir (GOAL 2025).

FIFA 2013 serisinde, Suudi Ligi ilk kez oyunda yer almış ve oyuncuların topa hassas hareket yeteneği geliştirilmiş, 1vs1 pozisyonlarda daha tehlikeli olma özelliği eklenmiştir (GOAL 2025).

FIFA 2014 ile görsellik daha da artırılmış ve oynanış dinamikleri daha da iyileştirilmiştir. Ayrıca, Adidas markasıyla yapılan bir anlaşma ile topun gerçek tepkilerini yansıtabilmek için gerçeklik hedeflenmiştir (Challies 2014).

FIFA 2015, oyunda bulunan modlarla tartışmalara su serperek, yeni bir sürüm olarak tanıtılmıştır (Holmes 2014). Oyuncular arasındaki etkileşimler daha gerçekçi hale getirilmiş ve kadro düzenleme ile arayüzleri daha pratik hale getirilmiştir (Özenç ve Gürbüz 2019).

FIFA 2016, Türkiye için önemli bir özelliği olan tamamen Türkçe dil desteği sunmasıyla dikkat çekmiştir. Ayrıca, kadın milli takımların da oyuna dahil edilmesi önemli bir adımdır (Özenç ve Gürbüz 2019). Oyunda fiziksel mücadele artmasına rağmen hakem kararları bu mücadeleye müdahale etmektedir (Sakoğlu 2015).

FIFA 2017, Frostbite motoruyla çalışması sayesinde stadyumları ve oyuncuları çok daha gerçekçi bir şekilde göstermektedir. Ayrıca, geliştirilen Journey modu, Alex Hunter adlı genç oyuncunun futbol yolculuğunu temsil etmektedir (Devine 2018).

FIFA 2018, FIFA 2017'deki Alex Hunter'ın kariyerinin devamı niteliğinde gelmiştir. Oyunda karakterin saç, aksesuarı ve diğer birçok özelliği ayarlama imkanı sunulmaktadır. Türkiye Süper Lig'inin ve Türkçe dil desteğinin olması, Türk sporseverlerden olumlu görüşler almıştır (Doğukan 2017).

Ayrıca, Şampiyonlar Ligi haklarının ve İtalya Serie A'nın lisanslarının alınmasının ardından, Çin Süper Ligi'nin eklenmesi oyuna olumlu bir şekilde yansımıştır (Özenç ve Gürbüz 2019). Bir diğer yenilik ise Alex Hunter'a ek olarak Dany Williams ve üvey kız kardeşi Kim Hunter'ın da oyuna dahil edilmesidir (Sakoğlu 2018). FIFA 2020, "Volta Futbol" adıyla çıkmıştır ve İngiltere Londra, Hollanda Amsterdam ve Japonya Tokyo şehirlerinde maç yapma imkânı sunmaktadır. Ayrıca karakterlerin aksesuarlarına kadar kişiselleştirme imkânı sunulmaktadır.

Canlı ışık işlemesi, oyun içinde gerçek futbol atmosferini yansıtarak, tekmelik düzeltme gibi detaylarıyla maç izlerkenki hissiyatı seyircilere yaşatmıştır. Ayrıca, maç önu canlı yayınları ve yüksek derecede gerçekçilik hissi, oyunu oynayanlara gerçek bir maç izliyormuş gibi hissettirmiştir (Electronic Arts 2021). Oyunda 30'dan fazla resmi lige, 700'den fazla kulübe ve 17.000'den fazla lisanslı futbolcuya yer verilmiştir (Girish 2021).

FIFA 2022 oyununda, oyuncuların zekice pozisyon alabilmesi ve dribling yapabilmesi gibi özelliklerle futbolun gerçekçiliği artırılmıştır. Kinetik hava mücadelelerinin senkronize edilerek net sonuçlar ortaya çıkması, oyuncuların pas isterken belirli alanları işaret etmeleri gibi detaylar dikkate alınmıştır. Gerçek hayattaki futbol maçlarından elde edilen veriler kullanılarak topun falso, direnç ve sürtünme özellikleri geliştirilmiştir. Ayrıca hücum stratejilerinde farklı taktikler denenebilmesi, pas sistemi için mekânsal farkındalık ve hedef seçimi gibi özellikler de oyuna eklenmiştir. Şutların gol oranlarının kolay ve zor durumlarda değişmesi, kalecilerin top tutuşu, uçuşu ve genel kaleci hedeflerine odaklanması, duran toplarda oyuncuların kale vuruşlarında daha aktif olmaları ve daha isabetli taç atışlarının yapılabilmesi için 600'den fazla animasyon kullanılmıştır. Bu özelliklerden dolayı, FIFA 2022 oyunu birçok teknolojik gelişmeye uygun özellikleriyle tercih edilen bir oyun olmuştur (Electronic Arts 2022)

2.2.4. Dijital Oyun Oynama Nedenleri

Gelişen ve hızlı değişen dijital ürünler insanın vazgeçilmez bir parçasıdır. Günümüzde profesyonel çalışma ortamları dahi dijital platformlar üzerinden faaliyet göstermektedir. Dijitalleşmenin bu denli yaşamın içinde olması, insanların sosyal yaşamlarını da sanal ortamlara taşımalarına neden olmaktadır. Bu hızlı değişim, arz-talep ilişkisi çerçevesi açıklanabilir. Dijital oyunlar da bu bağlamda değerlendirildiğinde, eğlence, sosyalleşme ve rekabet ihtiyaçlarını karşılayan önemli bir belirsiz hale gelmektedir.

Dijital oyunlarda oluşan arz-talep dengeleri, oyuncuların oyun oynama motivasyonlarını anlamaya yönelik çok yönlü konu olmuştur. Bu motivasyonlar genel olarak üç ana başlık altında incelenmektedir: başarı, sosyalleşme ve oyun dalma/tutulma. Başarı motivasyonu, fiziksel statü, zenginlik, güç ve rekabet gibi unsurların sergilendiğini ifade eder. Sosyalleşme motivasyonu ise bir grubun dahil olması, sohbet etme ve yeni tanıtımlar yapma isteklerini içermektedir. Ayrıca oyun oynama/tutulma motivasyonu, karakter yaratma, seviye yükseltme ve oyun dünyasındaki gizli ayrıntıları keşfetme gibi unsurlardan oluşmaktadır (Yee 2006).

2.2.5 Dijital Oyunun Etkileri

Günümüzde dijital oyunlar, farklı yaş gruplarda geniş kitlelere ulaşmakta ve bu durum çok büyük bir başarı göstermektedir. Araştırmalar, dijital oyunların bireylerin üzerinde etkili olduğunu ele almakta ve bu oyunların, gerçekte geleneksel oyunlar gibi, eğlence, boş zaman değerlendirme ve sosyalleşme fırsatlarının sunulduğunu ortaya koyuyor. Dijital oyunların, kişilerin günlük hayatta stresten uzaklaşmasına, farklı duyguları deneyimlemesine, keyif almasına ve duygusal doyum yaşamasına katkı sağladığı belirtiliyor. Bunun yanı sıra, oyunların yeni insanlarla tanışma, sohbet etme ve arkadaşlık ilişkileri kurma gibi sosyal olanakları karşılayabildiği ifade edilmektedir. Ayrıca el-göz koordinasyonunu güçlendirme, hızlı düşünme ve karar verme becerilerini geliştirme gibi matematiksel yetileri ve teknikleri de vurgulanmaktadır (De Lisi ve Wolford 2012; Green ve Bavelier 2003; Griffiths 2005; Ocak 2013; Sağlam ve Topsümer 2019). Dijital oyunlar, nitelikli içerik üretimi ve kontrollü dağıtım süreçleriyle, bireyler üzerindeki bilişsel, sosyal ve eğitsel etkilerinin olumlu yönde şekillenmesine katkı sağlamaktadır.

Dijital oyunların uzun saatler boyunca kontrolsüz ve bilinçsiz bir şekilde oynanması, bireylerde çeşitli fiziksel, zihinsel ve ruhsal sağlık sorunlarına yol açabilmektedir. Özellikle uzun süre aynı vücut pozisyonunda kalma, durma bozukluklarına, duruş bozukluklarına ve bel-boyun ağrılarına neden olabilir. Ayrıca, ekranın uzun süre maruz kalması, göz kuruluğu ve görme bozuklukları gibi fiziksel rahatsızlıkları da beraberinde getirebilmektedir (Akçayır 2013; Ögel 2012). Dijital oyunlara aşırı zaman ayrılması durumunda sağlıklı beslenmeye yönlendirdiği ve hareketsiz bir yaşam tarzını benimsediği gözlemlenmektedir. Bu durum, obezitenin artması ve obezitenin de evde hastalıkların tetikleyebileceği bilinmektedir (Anderson vd. 2010; Ballard vd. 2009; Papastergiou 2009).

Dijital oyunların olumsuz etkilerinin ortaya çıktığı, özellikle uzun süreli, kontrolsüz ve bilinçsiz bir şekilde oynanmasının öne çıkan faktörler arasında yer aldığı görülmektedir. Bu tür bir oyun alışkanlığı, dijital oyunların bağımlılığa yol açabileceği düşünülebilir.

2.3.1. Antrenman Tanımı

Antrenman, bireyin performansını geliştirmek amacıyla sistemli, planlı ve bilimsel ilkelere dayalı olarak yapılan bedensel, zihinsel ve teknik uygulamaların tümünü kapsar. Sporda antrenman, yalnızca fiziksel yeterliliğin artırılmasını değil, aynı zamanda teknik becerilerin geliştirilmesini, psikolojik hazırlığın sağlanmasını ve taktiksel bilgi birikiminin pekiştirilmesini hedefler (Bompa ve Haff, 2009).

Antrenman kavramı tarihsel olarak fiziksel hazırlıkla ilişkilendirilmiş olsa da, çağdaş spor bilimlerinde bu kavram çok boyutlu bir şekilde ele alınmaktadır. Platonov'a (1997) göre antrenman, sadece fiziksel kapasitenin artırılması değil, aynı zamanda sporcu kişiliğinin gelişimi ve maksimum performansın istikrarlı biçimde sürdürülebilmesi için uygulanan uzun vadeli bir süreçtir. Bu süreçte belirli bir hedef doğrultusunda yüklenme ve dinlenme ilkeleri bilimsel temellere dayalı olarak düzenlenir.

Harre (1986) ise antrenmanı, sporcu organizmasının uyum kapasitesini geliştirmek için düzenli olarak uygulanan ve ilerleyici yüklenmelere dayanan bir etkinlik biçimi olarak tanımlamıştır. Antrenmanın etkinliği, yüklenme şiddeti, süresi, sıklığı ve türü gibi değişkenlerin uygun biçimde manipüle edilmesine bağlıdır. Bu doğrultuda antrenman; biyomotor yeteneklerin (kuvvet, sürat, dayanıklılık, çeviklik ve

esneklik) geliştirilmesini içerdği gibi, aynı zamanda teknik, taktik ve psikolojik boyutlarıyla da sporcu performansına bütünsel katkı sağlar (Zatsiorsky ve Kraemer, 2006).

Antrenman süreci, “superkompensasyon” (aşırı telafi) ilkesi çerçevesinde yapılandırılır. Bu modele göre, organizma yapılan yüklenmeye karşı bir tepki geliştirir, ardından toparlanma sürecinde eski durumunun üzerine çıkan bir uyum seviyesi elde eder (Bompa ve Haff, 2009). Böylelikle sistematik ve düzenli antrenman, sporcuların sadece mevcut kapasitelerini korumalarını değil, aynı zamanda daha yüksek düzeylere ulaşmalarını sağlar.

2.3.2. Antrenman Türleri

Antrenman biliminde performansın gelişimini sağlamak amacıyla farklı türlerde antrenman yöntemleri geliştirilmiştir. Bu türler; geliştirilmek istenen fiziksel ya da motor özelliğe, sporcunun yaşına, seviyesine ve branşına göre farklılık gösterebilir. Genel olarak antrenman türleri; fiziksel antrenman, teknik antrenman, taktik antrenman, psikolojik antrenman ve teorik antrenman olmak üzere beş temel başlık altında incelenmektedir (Bompa ve Haff, 2009; Platonov, 1997).

2.3.2.1. Fiziksel Antrenman

Fiziksel antrenman, sporcunun biyomotor kapasitesini artırmak amacıyla yapılan çalışmaları kapsar. Dayanıklılık, kuvvet, sürat, çeviklik ve esneklik gibi temel motor becerilerin geliştirilmesi hedeflenir (Zatsiorsky ve Kraemer, 2006). Bu tür antrenmanlar genellikle sporun doğasına uygun şekilde periyodik olarak planlanır ve bireyin fizyolojik sınırlarını sistematik biçimde zorlayarak adaptif yanıtlar oluşturur (Harre, 1986).

2.3.2.2. Teknik Antrenman

Teknik antrenman, sporcunun belirli hareket biçimlerini doğru, ekonomik ve etkili bir şekilde gerçekleştirebilmesi için yapılan çalışmaları içerir. Teknik becerilerin doğru formda ve otomatikleşmiş şekilde yapılması, performansın yüksek seviyede sergilenmesi açısından kritik önemdedir (Platonov, 1997). Örneğin, bir jimnastikçinin salto hareketini ya da bir yüzücünün dönüş tekniğini çalışması bu tür antrenman kapsamındadır.

2.3.2.3. Taktik Antrenman

Taktik antrenman, oyunun stratejik yönlerini içeren ve sporcunun çeşitli oyun durumlarına uygun şekilde karar verme yeteneğini geliştirmeye yönelik çalışmalardır. Bu antrenman türü, özellikle takım sporlarında önemli olup, oyun içinde pozisyon alma, rakibe karşı hamle üretme ve strateji geliştirme gibi unsurları barındırır (Bompa ve Haff, 2009). Taktik antrenmanlar, genellikle teknik antrenmanlarla entegre bir şekilde uygulanır.

2.3.2.4. Psikolojik Antrenman

Psikolojik antrenman, sporcuların zihinsel dayanıklılığını, motivasyonunu, odaklanma düzeyini ve stresle başa çıkma becerilerini geliştirmeye yöneliktir. Özellikle yüksek rekabet ortamlarında psikolojik hazırlık, fiziksel hazırlık kadar belirleyici olabilir (Weinberg ve Gould, 2015). Bu bağlamda hedef belirleme, imgeleme, nefes kontrolü ve gevşeme teknikleri gibi uygulamalar sıklıkla kullanılır.

2.3.2.5. Teorik Antrenman

Teorik antrenman, sporcuların teknik, taktik ve kurallara ilişkin bilgi düzeylerini artırmak amacıyla yapılan eğitsel faaliyetleri içerir. Spor dalının kuralları, stratejileri, beslenme ve antrenman bilgisi gibi konular teorik antrenman kapsamında ele alınır. Bu tür çalışmalar, sporcuların spor bilimleriyle ilgili kavramsal bilgi birikimini geliştirir (Platonov, 1997).

Ayrıca bu temel türlerin yanında, özel hazırlık antrenmanları, yarışma dönemine özgü antrenmanlar ve dinlenme-dönem antrenmanları gibi dönemsel farklılıklar gösteren uygulamalar da bulunmaktadır. Bu farklı antrenman türlerinin bütüncül bir yaklaşımla periyotlandırılması, sporcunun performansını sürdürülebilir biçimde artırmak açısından önemlidir (Issurin, 2008).

2.3.2.6. Zihinsel Antrenman

Zihinsel antrenman, bireyin performansını artırmak amacıyla bilişsel ve duyuşsal süreçlerini sistematik olarak geliştirmeyi hedefleyen uygulamalı bir süreçtir. Bu süreç, genellikle spor, sanat, akademik başarı ve sahne performansı gibi yüksek düzeyde dikkat, odaklanma ve öz düzenleme gerektiren alanlarda kullanılmaktadır. Kavram,

bireyin zihinsel kapasitesini yapılandırarak performansını optimize etmeye dönük tekniklerin bütünüdür (Weinberg 2019).

Zihinsel antrenman, bireyin dikkat, konsantrasyon, motivasyon, kaygı yönetimi, kendine konuşma ve imgeleme gibi psikolojik becerilerini geliştirmeye yöneliktir. Bu beceriler, kişinin hem günlük yaşamdaki işlevselliğini hem de özel bir alandaki performans kapasitesini artırmaya yardımcı olur. Türkiye’de bu alanda yapılan tanımlamalarda zihinsel antrenman, bireyin psikolojik dayanıklılığını artırmaya yönelik planlı ve sistematik zihinsel süreç uygulamaları olarak ele alınmaktadır (Kılıcıgil, 2008).

Zihinsel antrenmanın en yaygın kullanılan tekniklerinden biri imgeleme (mental imagery) olup, kişinin bir hareketi ya da durumu zihinsel olarak canlandırarak performansını geliştirmesi esasına dayanır (Moran, 2012). Bu teknik, özellikle motor becerilerle ilgili alanlarda etkin bir şekilde kullanılmaktadır. Örneğin, bir sporcunun müsabaka öncesinde performansını zihinsel olarak canlandırması, fiziksel becerilerini pekiştirmesinin yanı sıra kendine güvenini de artırmaktadır. Ayrıca kendine konuşma (self-talk), bireyin kendi kendine motive edici ya da yönlendirici ifadeler kullanarak düşünsel odağını korumasını sağlar (Hardy, 2006). Bu uygulama sayesinde birey, olumsuz otomatik düşüncelerle başa çıkabilir ve stresle mücadelede daha etkin stratejiler geliştirebilir.

Zihinsel antrenman, yalnızca bireysel gelişimle sınırlı kalmayıp takım sporlarında grup dinamiklerini ve iletişimi de destekleyici bir rol üstlenmektedir. Özellikle odaklanma, hedef belirleme ve gevşeme tekniklerinin bir bütün halinde uygulanması, zihinsel antrenmanı daha işlevsel hâle getirmektedir (Orlick, 2008). Ayrıca bu uygulamalar, yüksek stres ve kaygı düzeyi ile baş etmede önemli katkılar sağlamaktadır. Örneğin, yarışma ya da sınav gibi baskı altında olunan durumlarda zihinsel antrenman tekniklerinin kullanılması, bireyin fizyolojik ve psikolojik tepkilerini dengelemesine olanak tanımaktadır (Bayraktar, 2011).

Zihinsel antrenmanın performans üzerindeki etkisi, hem ulusal hem de uluslararası düzeyde yapılan çeşitli bilimsel çalışmalarla desteklenmiştir. Feltz ve Landers (1983) tarafından yürütülen kapsamlı bir meta-analiz çalışmasında, zihinsel

imgeleme tekniklerinin motor performans üzerinde anlamlı düzeyde etkili olduğu gösterilmiştir. Benzer şekilde Tşrkiye’de yşrştşlen araştırmalarda da zihinsel antrenman programlarının, şzellikle sporcularda dikkat dşzeyi, řz-yeterlik algısı ve stres yşnetimi gibi alanlarda olumlu etkiler sağladığı rapor edilmiştir (Bayraktar, 2011).

Sonuç olarak zihinsel antrenman, bireyin psikolojik dayanıklılığını artırmakla kalmaz; aynı zamanda performans potansiyelini daha verimli bir şekilde kullanmasına da olanak tanır. Zihinsel becerilerin geliştirilmesi, yalnızca spora şzgş bir alan olmaktan çıkmış; eğitim, sanat, liderlik ve iş yaşamı gibi pek çok farklı disiplinde de etkili bir mşdahale yşntemi olarak kullanılmaya başlanmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3.YÖNTEM

3.1.Araştırma Yöntemi

Bu araştırmada, nitel ve nicel yöntemlerin birlikte kullanıldığı "karma yöntem araştırması" uygulanmıştır. Günümüzde uluslararası literatürde kabul gören karma yöntem araştırmaları, Karma Yöntemler Uluslararası Araştırma Birliği (Mixed Methods International Research Association [MMIRA], www.mmira.org) tarafından desteklenmektedir (Toraman 2021). Pragmatik bir temele dayanan bu araştırma modeli, nicel ve nitel yaklaşımlar arasındaki üstünlük tartışmasını ortadan kaldırarak, araştırma probleminin en iyi şekilde analiz edilmesini hedeflemektedir. Bu bağlamda, her iki yöntemin bir arada kullanılması, tamamlayıcı ve kapsamlı bir analiz sürecine olanak tanımaktadır (Atalay Mazlum ve Mazlum 2017).

Bu karma yöntem çalışmasında zenginleştirilmiş desen ve kartopu örnekleme kullanılmıştır. Bu desen kapsamında, nicel ve nitel veriler eş zamanlı olarak toplanmış, elde edilen bulguların birbirini destekleyip desteklemediği değerlendirilmiştir (Büyüköztürk ve 2022). Araştırmada nicel veri toplama yöntemi olarak anket uygulanmış, nitel veriler ise futbolcularla gerçekleştirilen açık uçlu yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla elde edilmiştir.

3.2.Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın evreni, Türkiye Futbol Süper Ligi'nde FIFA oyununu oynayan profesyonel futbolculardan oluşmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu, bu evren içerisinden amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve kartopu örnekleme tekniği kullanılarak belirlenmiş olup, bu teknikler kullanılmıştır. FIFA oyununu oynayan 36 profesyonel futbolcudan oluşmaktadır. Amaçlı örnekleme, sınırlı kaynakların en etkin şekilde kullanılması amacıyla, bilgi yönünden zengin vakaların belirlenmesi ve seçilmesi için nitel araştırmalarda yaygın olarak kullanılan bir tekniktir (Palinkas vd. 2013). Bu yöntem sayesinde, araştırma konusu açısından anlamlı ve derinlemesine veri sağlayabilecek bireyler araştırma kapsamına dâhil edilmiştir.

3.3. Problem ve Alt Problemler

3.3.1.Problem

Dijital oyunlar, bireylerin boş zaman aktivitelerinin önemli bir parçası haline gelmiş olup, özellikle spor temalı oyunlar, profesyonel sporcuların da ilgisini çekmektedir. Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan futbolcuların dijital oyun oynama davranışları, özellikle futbol temalı dijital oyunlar (örneğin FIFA) bağlamında ele alındığında, bu davranışların motivasyonel, psikososyal ve performans boyutlarıyla nasıl şekillendiği yeterince araştırılmamıştır. Dijital oyunların futbolcular üzerindeki olası etkileri hem saha içi performansı hem de zihinsel ve sosyal süreçleri açısından önemli bir araştırma alanı sunmaktadır.

Bu bağlamda, bu çalışmanın temel problemi, Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan futbolcuların FIFA oyunu özelinde dijital oyun oynama davranışlarının yaygınlığı, motivasyonları, potansiyel etkileri ve bu davranışların futbolculuk kariyerleriyle olan ilişkisini bilimsel olarak incelemektir.

3.3.2.Alt Problemler

1. Türkiye Futbol Süper Ligi'nde FIFA oynayan futbolcuların zihinsel antrenman düzeyleri nedir?
2. Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan futbolcuların dijital oyun oynama tutum davranışları nelerdir?
3. Futbolcuların FIFA oyununu oynama motivasyonları nelerdir?
4. FIFA oyununu oynayan futbolcuların saha içi karar alma süreçleri ve oyun zekâları arasında bir ilişki var mıdır?
5. Futbolcuların dijital oyun oynama alışkanlıkları, takım içi sosyal etkileşimleri ve rekabetçi ruhları üzerinde etkisi var mıdır?
6. Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan futbolcuların FIFA oyununa yönelik algıları ve oyun deneyimlerinden elde ettikleri kazanımlarla ilişkisi var mıdır?
7. Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan futbolcuların dijital oyun oynama davranışları ile gerçek saha performansları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

3.3.3 Çalışma Grubu

Çalışma grubunu Türkiye Süper Lig takımlarında aktif olarak FIFA oyununu oynayan 36 profesyonel futbolcular oluşturmaktadır. Katılımcıların demografik bilgileri Tablo 1.'de verilmiştir.

Tablo 1. *Katılımcıların Demografik Bilgileri*

Katılımcı Kodu	Katılımcı Takımı	Klasman	Spor Yaşantısı
K1	Fenerbahçe	“Süper Lig”	“Aktif”
K2	Fenerbahçe	“Süper Lig”	“Aktif”
K3	Galatasaray	“Süper Lig”	“Aktif”
K4	Galatasaray	“Süper Lig”	“Aktif”
K5	Beşiktaş	“Süper Lig”	“Aktif”
K6	Beşiktaş	“Süper Lig”	“Aktif”
K7	Trabzonspor	“Süper Lig”	“Aktif”
K8	Samsun spor	“Süper Lig”	“Aktif”
K9	Samsun spor	“Süper Lig”	“Aktif”
K10	Eyüp spor	“Süper Lig”	“Aktif”
K11	Eyüp spor	“Süper Lig”	“Aktif”
K12	Eyüp spor	“Süper Lig”	“Aktif”
K13	Göztepe	“Süper Lig”	“Aktif”
K14	Göztepe	“Süper Lig”	“Aktif”
K15	Başakşehir	“Süper Lig”	“Aktif”
K16	Başakşehir	“Süper Lig”	“Aktif”
K17	Başakşehir	“Süper Lig”	“Aktif”
K18	Çaykur Rize	“Süper Lig”	“Aktif”
K19	Çaykur Rize	“Süper Lig”	“Aktif”
K20	Gaziantep Fk	“Süper Lig”	“Aktif”
K21	Gaziantep Fk	“Süper Lig”	“Aktif”
K22	Kasımpaşa	“Süper Lig”	“Aktif”
K23	Kasımpaşa	“Süper Lig”	“Aktif”
K24	Alanya spor	“Süper Lig”	“Aktif”

K25	Alanya spor	“Süper Lig”	“Aktif”
K26	Konyaspor	“Süper Lig”	“Aktif”
K27	Bodrum spor Fk	“Süper Lig”	“Aktif”
K28	Bodrum spor Fk	“Süper Lig”	“Aktif”
K29	Bodrum spor Fk	“Süper Lig”	“Aktif”
K30	Sivas spor	“Süper Lig”	“Aktif”
K31	Kayserispor	“Süper Lig”	“Aktif”
K32	Kayserispor	“Süper Lig”	“Aktif”
K33	Hatay spor	“Süper Lig”	“Aktif”
K34	Adana Demirspor	“Süper Lig”	“Aktif”
K35	Adana Demirspor	“Süper Lig”	“Aktif”
K36	Adana Demirspor	“Süper Lig”	“Aktif”

*Kn(n=numara) çalışma katılımcılarına verilen koddur.

Tablo 1 üzerinde gösterilen katılımcıların demografik bilgileri incelendiğinde; 18 takım arasında değişiklik gösteren 36 katılımcının hepsi spor hayatlarına Türkiye Süper Lig’inde aktif olarak devam etmektedirler.

3.4. Veri Toplama Yöntemleri

Karma yöntem kullanılan çalışmada veri toplama aracı olarak anketler yaptırılmış ve yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Karma yöntem araştırmalarının tercih edilmesinde en temel sebep, farklı yöntemler kullanılarak toplanan verilerin birbirlerinin eksiklerini tamamlaması ve ortaya çıkan sonuçların inandırıcılığının daha güçlü olmasıdır (Yıldırım ve Şimşek 2015). Bu yöntemde sorulan soruların sırası ve tarzı önceden belirlenmiştir (Büyüköztürk vd 2022).

Görüşme soruları hazırlandıktan sonra her sporcuyla müsait oldukları uygun zaman dilimleri göz önünde bulundurularak dört aylık süreçte belirli aralıklarla sezon başı kamp yaptıkları merkezlerde, kulüp tesislerinde ve boş zamanlarında belirlenen yerlerde görüşmeye katılan futbolculara, verilerin gizliliği ve güvenliği sağlanacağı belirtilmiş ve bu doğrultuda veri toplama süreci röportaj şeklinde yapılarak veriler ses kaydına alınmıştır.

3.4.1. Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği (DOOTÖ)

Tekkurşun Demir ve Mutlu Bozkurt, (2019) tarafından geliştirilen ölçek 18 madde ve üç alt boyutlu bir yapıya sahiptir. Ölçek, Bilişsel (5 madde), Duyuşsal (5 madde) ve Davranışsal (8 madde) alt boyutlarından oluşmaktadır. İlgili ölçekte yer alan 2,3,5,6,7,10 ve 18. maddeler olumsuz maddeler olduğundan ters kodlanmıştır. Bu araştırma özelinde yapılan güvenirlik testleri sonucunda ölçek toplam puanına ilişkin Cronbach Alpha değeri ,0,79, bilişsel boyuta yönelik Cronbach Alpha değeri ,0,72, duyuşsal boyuta yönelik Cronbach Alpha değeri ,76, davranışsal boyuta yönelik Cronbach Alpha değeri ,0,74, olarak bulunmuştur. Katılımcıların alabileceği en düşük puan 18, en yüksek puan 90'dır. Katılımcıların ölçekten alabilecekleri en düşük puan ve katları alınarak derecelendirme yapılmıştır. Bu bağlamda, katılımcıların aldıkları puanlar “1-18 çok düşük; 19-37 düşük; 38- 54 orta; 55- 72 yüksek; 73- 90 çok yüksek” dijital oyun oynama tutumuna sahip olduklarına işaret etmektedir. Ölçek 5’li Likert tipi ölçektir (Hiç katılmıyorum -Katılmıyorum- Kararsızım- Katılıyorum- Tamamen katılıyorum).

3.4.2. Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri (SZAE)

Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri Türkiye Futbol Süper Ligi'nde FIFA oynayan profesyonel futbolcuların zihinsel antrenman düzeyini belirlemek amacıyla anket olarak uygulanmıştır

Zihinsel Antrenman Envanteri, spor ortamlarında zihinsel antrenman uygulamalarında kullanılan zihinsel teknik ve zihinsel becerileri ölçmek amacıyla Behnke ve arkadaşları (2017) tarafından geliştirilmiş ve Yarayan ve İlhan (2018) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Envanter toplamda 20 maddeden ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. 5’li Likert tipinde olan envanter, (1) “Tamamen Katılmıyorum” ve (5) “Tamamen Katılıyorum” şeklinde puanlanmaktadır. Envanterden elde edilebilecek minimum puan 20, maximum puan ise 100’dür. Envanterin genel Cronbach Alpha 0,63’tür. Zihinsel Temel Beceriler boyuta yönelik Cronbach Alpha değeri ,0,73, Zihinsel performans Becerileri boyuta yönelik Cronbach Alpha değeri ,0,69, Kişilerarası Beceriler boyuta yönelik Cronbach Alpha değeri ,0,75, Kendinle Konuşma boyuta yönelik Cronbach Alpha değeri ,0,78, Zihinsel Canlandırma boyuta yönelik Cronbach Alpha değeri ,0,69, olarak bulunmuştur.

3.4.3 Görüşme Soruları

Nitel boyut açısından verilerin toplanmasında ilk olarak görüşme yöntemi kullanılmıştır. Sosyal bilimlerde oldukça sık kullanılan araştırma yöntemlerinden biri olan görüşme; bireylerin duygu, düşünce, görüşlerine ve tecrübelerine ilişkin bilgi toplamada oldukça önemli bir yöntemdir (Yıldırım ve Şimşek 2015).

Görüşme çeşitlerinden yapılandırılmış görüşme uygulanmıştır ve kartopu örneklem kullanılmıştır. Yapılandırılmış görüşmelerde katılımcılara önceden belirlenmiş, standart ve sıralı soruların yöneltildiği, sistematik bir veri toplama yöntemidir. Bu tür görüşmeler, tutarlılığı sağlamak, verileri karşılaştırılabilir hale getirmek ve önyargıyı en aza indirmek amacıyla kullanılır (Bryman 2007). Araştırmada nicel verilerdeki ölçek maddelerinden yararlanılarak 10 soru sorulmuştur. Araştırmanın geçerlik – güvenirlik çalışması için alanında uzman kişilerin görüşleri alınmıştır. Veriler toplanırken katılımcılara gerekli bilgiler verilerek gizlilik sağlanmıştır. Görüşme kayıtları dijital ses kayıt cihazları ile tutulmuştur.

Nitel araştırma yönteminde sorulan sorular aşağıdaki gibidir;

- 1- Dijital Oyunlara günde ayırdığınız süre ne kadardır?
- 2- Dijital Oyunları nerelerde oynamaktasınız?
- 3- FIFA Oyununu oynama Sebepleriniz nelerdir?
- 4- FIFA Oyununu Oynarken Neler Hissediyorsunuz, Motivasyon kaynaklarınız nelerdir? Nasıl Tanımlarsınız?
- 5- FIFA Oyununu Oynarken Botlara Karşı mı Oynuyorsunuz Yoksa Bir Başka Kişiyle Birlikte mi Oynuyorsunuz?
- 6- FIFA Oyununu Oynarken, Stratejik ve Taktiksel Olarak Değişiklikler Yapıyor musunuz? Uyguluyorsanız Bu Stratejik ve Taktiksel Değişiklikleri Futbol Oynadığınız gerçek hayatta da uyguluyor musunuz?
- 7- FIFA Oyununu Oynamanız Size Futbol Bilgisi Anlamında Katkı Sağlıyor mu?
- 8- FIFA Oyunu Oynamanın Sizce Olumlu ve Olumsuz Yanları Nelerdir?
- 9- "FIFA oyunu oynamanın, gerçek hayatta saha içinde oynanan futbol üzerindeki olumlu veya olumsuz yanları nelerdir?"
- 10- Oynamış olduğunuz dijital oyunun bilişsel, duyuşsal, psikomotor ve sosyal gelişim alanlarına etkilerinin neler olduğu düşünülmektedir

3.5.Verilerin Analizi

3.5.1. Nicel Verilerin Analizi

Elde edilen veriler, gerekli kaydetme ve kontrol aşamalarından geçirildikten sonra, analiz için uygun bir şablon oluşturularak SPSS 27.0 paket programına aktarılmıştır. Verilerin aktarımının ardından, Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği ve Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri alt boyutlarının ölçüm değerlerine normallik testleri uygulanmıştır. Yapılan değerlendirmeler sonucunda, verilerin homojen olmadığı tespit edilmiş ve bu doğrultuda nonparametrik testler kullanılmıştır.

Bu kapsamda, ölçek toplam puanları ve ölçek alt faktör toplam puanları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Spearman korelasyon testi uygulanmıştır. Ayrıca, katılımcıların her iki ölçek için toplam puan ortalamaları ve alt faktör puan ortalamaları değerlendirilerek karşılaştırmalar yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar, %95 güven aralığında ve 0,05 ($p < 0,05$) anlamlılık düzeyinde değerlendirmeye alınmıştır.

3.5.2.Nitel Verilerin Analizi

Görüşmeye katılan futbolculara, verilerin gizliliği ve güvenliği sağlanacağı belirtilmiş ve bu doğrultuda veri toplama süreci yürütülmüştür. Katılımcılarla yapılan görüşmeler, ses kayıt cihazı kullanılarak kaydedilmiş, ardından elde edilen veriler ayrıştırılarak detaylı bir şekilde yazılı metin haline getirilmiştir. Verilerin analiz sürecinde, içerik analizi yöntemi kullanılarak temalar ve alt temalar belirlenmiş, elde edilen bulgular sistematik bir şekilde değerlendirilmiştir.

Görüşmeye katılan futbolcuların görüşlerinden elde edilen nitel verilerin analizinde, Miles ve Huberman'ın (1994) önerdiği güvenilirlik ölçütleri dikkate alınarak titiz ve sistematik bir süreç takip edilmiştir. İlk olarak, katılımcılarla gerçekleştirilen yapılandırılmış açık uçlu görüşmelerin tamamı, katılımcıların izni alınarak ses kayıt cihazıyla kaydedilmiş, görüşmelerin sonrasında bu kayıtlar yazılı hale dönüştürülerek ayrıntılı transkriptler oluşturulmuştur. Araştırmanın gizlilik ve güvenlik ilkelerine uygun olarak, katılımcılara ait kişisel bilgiler gizlenmiş, isimleri yerine rumuzlar kullanılarak verilerin anonimliği garanti altına alınmıştır.

Analiz sürecinde iki ayrı araştırmacı tarafından gerçekleştirilen bağımsız kodlama ile temalar ve alt temalar belirlenmiştir. Kodlayıcılar arasındaki güvenilirlik oranı Miles ve Huberman'ın (1994) önerdiği güvenilirlik formülü ile ($\text{güvenilirlik} =$

görüş birliği/ (görüş birliği + görüş ayrılığı) x 100) hesaplanmış ve iki araştırmacı arasındaki uzlaşma oranı %88 olarak belirlenmiştir. Bu oran, araştırmanın güvenilirliği için önerilen minimum %80 oranının (Miles ve Huberman, 1994) üzerinde olup, analiz sürecinin tutarlılık ve güvenilirliğini ortaya koymaktadır. Ayrıca, elde edilen temaların ve kodların doğruluğunu artırmak amacıyla katılımcılardan, belirlenen temalar ve bulgular hakkında geri bildirim alınmıştır. Katılımcı doğrulama sürecinde, katılımcılar temaların ve kendilerine ait alıntılarının doğruluğunu onaylamış ve herhangi bir değişiklik talebinde bulunmamıştır.

Araştırma sürecinin şeffaflığını ve doğrulanabilirliğini sağlamak amacıyla detaylı bir araştırma günlüğü tutulmuştur. Bu günlük, araştırmanın başından itibaren veri toplama, transkripsiyon ve analiz süreçlerinin detaylı olarak belgelenmesini içermiştir. Ek olarak, uzman incelemesi (peer debriefing) yapılarak analiz sonuçları alanında uzman iki akademisyene sunulmuştur. Bu uzmanlardan gelen geri bildirimler analiz sürecinin uygunluğu, tema ve alt tema oluşturma sürecinin açık, sistematik ve anlaşılır olduğu yönündedir.

Son olarak, farklı veri toplama teknikleri (örneğin ses kayıtları, görüşme notları ve katılımcı doğrulamaları) kullanılarak üçgenleme (triangulation) yapılmış ve bulguların tutarlı olduğu saptanmıştır. Bu bağlamda, Miles ve Huberman'ın (1994) ortaya koyduğu kriterler doğrultusunda, araştırmanın nitel veri analiz sürecinin güvenilirliğinin yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4.ARAŞTIRMANIN BULGULARI

Araştırmanın bu bölümünde nicel ve nitel verilerin analizi sonucu elde edilen bulgular yer almaktadır.

4.1.Nicel Bulgular

Tablo 2. *Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları*

Alt Boyut	N	En Düşük	En Yüksek	Ortalama	Standart Sapma
Zihinsel Temel Beceri	36	2,50	4,75	4,2292	,389024
Kişilerarası Beceriler	36	3,75	5,00	4,4792	,301040
Zihinsel Performans Becerileri	36	2,00	5,00	4,0602	,505765
Kendinle Konuşma	36	2,33	5,00	4,1574	,588170
Zihinsel Canlandırma	36	3,67	5,00	4,4444	,429100
Toplam	36	62	93	77,5	5,05399

Çalışmaya katılan sporcuların Sporda Zihinsel Antrenman Envanterine verdikleri cevaplar Tablo 2 üzerinde incelendiğinde Zihinsel Temel Becerileri ortalaması $4,22\pm0,38$, Kişilerarası Becerileri ortalaması $4,47\pm0,30$, Zihinsel Performans Becerileri ortalaması $4,06\pm0,50$, Kendinle Konuşma ortalaması $4,15\pm0,58$, Zihinsel Canlandırma ortalaması $4,44\pm0,42$ olarak tespit edilmiştir. Toplam Puan en düşük 62 en yüksek 93 puan, ortalama ölçek puanı 77,5 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 3. *Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği Tanımlayıcı İstatistik Sonuçları*

Alt Boyut	N	En Düşük	En Yüksek	Ortalama	Standart Sapma
Bilişsel	36	3,00	4,60	3,7889	,441750
Düşünsel	36	3,40	5,00	4,4833	,303786
Davranışsal	36	2,40	5,00	4,2833	,424788
Toplam	36	52	79	65,5	4,35088

Çalışmaya katılan sporcuların Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeğine verdikleri cevaplar Tablo 3 üzerinde incelendiğinde Bilişsel ortalaması $3,78 \pm 0,44$, Düşünsel ortalaması $4,48 \pm 0,30$, Davranışsal ortalaması $4,28 \pm 0,42$ olarak tespit edilmiştir. Toplam Puan en düşük 52 en yüksek 79 puan, ortalama ölçek puanı 65,5 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 4. *Total Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği ve Alt Boyutları ile Total Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri Arasındaki Korelasyon*

		T-DOOTÖ	DAV	DUY	BİL	T-SZAE
T-DOOTÖ	Co-Coef	1,000	,395	,296	,673	,184
	p	.	,017*	,079	,000**	,282
	N	36	36	36	36	36
DAV	Co-Coef	,395	1,000	-,110	,081	,123
	p	,017*	.	,523	,640	,475
	N	36	36	36	36	36
DUY	Co-Coef	,296	-,110	1,000	,037	,033
	p	,079	,523	.	,828	,849
	N	36	36	36	36	36
BİL	Co-Coef	,673	,081	,037	1,000	,084
	p	,000**	,640	,828	.	,624
	N	36	36	36	36	36
T-SZAE	Co-Coef	,184	,123	,033	,084	1,000
	p	,282	,475	,849	,624	.
	N	36	36	36	36	36

** p<0,01; * p<0,05; T-SZBE: Total Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri; T-DOOTÖ: Total Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği; BİL: Bilişsel; DUY: Duyuşsal; DAV: Davranışsal

Total Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği ve Alt Boyutları ile Total Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri arasındaki korelasyon Tablo 4 üzerinde incelendiğinde Total Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği ile alt boyutları olan Davranışsal (p=0,017) ile zayıf olarak istatistiksel olarak anlamlı, Bilişsel (p=0,000) ile güçlü olarak istatistiksel olarak anlamlı sonuç bulunmuştur (p<0,05). Diğer parametrelerde istatistiksel olarak anlamlılık tespit edilmemiştir (p>0,05).

Tablo 5. *Total Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri ve Alt Boyutları ile Total Dijital Oyun*

		T	KAB	ZTB	ZPB	KK	ZC	T-DOOTÖ
		SZAE						
T-SZAE	Co-	1,000	,559	,586	,410	,444	,424	,184
	Coef							
	p	.	,000**	,000**	,013*	,006**	,010**	,282
	N	36	36	36	36	36	36	36
KAB	Co-	,559	1,000	,496	-,029	,191	,043	,013
	Coef							
	p	,000**	.	,002**	,865	,264	,805	,940
	N	36	36	36	36	36	36	36
ZTB	Co-	,586	,496	1,000	,262	,171	-,115	-,009
	Coef							
	p	,00**	,002**	.	,122	,319	,503	,960
	N	36	36	36	36	36	36	36
ZPB	Co-	,410	-,029	,262	1,000	-,304	,001	,292
	Coef							
	p	,013*	,865	,122	.	,072	,998	,084
	N	36	36	36	36	36	36	36

KK	Co-	,447	,191	,171	-,304	1,000	,186	-,071
	Coef							
	p	,006**	,264	,319	,072	.	,277	,683
	N	36	36	36	36	36	36	36
ZC	Co-	,424	,043	-,115	,001	,186	1,000	,164
	Coef							
	p	,010**	,805	,503	,998	,277	.	,338
	N	36	36	36	36	36	36	36
T-DOOTÖ	Co-	,184	,013	-,009	,292	-,071	,164	1,000
	Coef							
	p	,282	,940	,960	,084	,683	,338	.
	N	36	36	36	36	36	36	36

** p<0,01; * p<0,05; T-SZBE: Total Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri; T-DOOTÖ: Total Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği; ZTB: Zihinsel Temel Beceriler; KAB. Kişisel Arası Beceriler; KK: Kendinle Konuşma; ZPB: Zihinsel Performans Becerileri, ZC: Zihinde Canlandırma

Total Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri ve Alt Boyutları ile Total Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği Arasındaki Korelasyon Tablo 5 üzerinde incelendiğinde Total Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri ve Alt Boyutları olan Kişisel Arası Beceriler ile güçlü (p=0,00), Zihinsel Temel Beceriler ile güçlü (p=0,00), Kendinle Konuşma ile güçlü (p=0,006), Zihinde Canlandırma ile güçlü (p=0,01) olarak istatistiksel anlamlılık tespit edilirken, Zihinsel Performans Becerileri ile zayıf (p=0,013) olarak anlamlı istatistiksel ilişki tespit edilmiştir (p<0,05). Total Sporda Zihinsel Antrenman Envanterinin Alt Boyutları olan Kişisel Arası Beceriler ve Zihinsel Temel Beceriler arasında (p=0,02) istatistiksel olarak güçlü anlamlı ilişki tespit edilirken (p<0,05), diğer parametrelerde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmamıştır (p>0,05).

4.2.Nitel Bulgular

1. Soru: "Günlük Dijital Oyun Oynama Süresi" için oluşturulan temalar

Tablo 6'da günlük dijital oyun oynama süresi ile ilgili oluşturulan temalar yer almaktadır.

Tablo 6. *Günlük Dijital Oyun Oynama Süresine İlişkin Temalar*

Tema No	Tema Başlıkları	Katılımcılar
1	Kısa süreli oynama (30 dk – 1 saat)	K12, K13,K16, K21, K26, K31
2	Orta süreli oynama (1 - 2 saat):	K7, K8, K9,K10, K11,K14 K15, K17, K18, K23, K24, K25, K27, K28,K30, K32
3	Uzun süreli oynama (2 - 3 saat)	K1, K2, K4, K5, K6, K22, K29,K33, K34,K36
4	Duruma göre değişkenlik	K3, K4, K5, K16, K19, K20, K34, K35

Tablo 6'da, katılımcıların Günlük Dijital Oyun Oynama Süresine İlişkin Temalar yer almaktadır. Bulgular, Kısa süreli oynama , orta süreli oynama, uzun süreli oynama ve duruma göre değişkenlik süreleri olarak öne çıktığını göstermektedir.

2. Soru: "Dijital Oyunları Nerelerde Oynarsınız?"

Tablo 7'de, dijital oyunların en çok tercih edilen mekanlara göre sınıflandırılması ve bu mekanların oyun oynama üzerindeki etkileri yer almaktadır.

Tablo 7. *Dijital Oyunların Oynandığı Mekanlara İlişkin Temalar*

Tema No	Tema Başlığı	Katılımcılar
1	Kulüp Tesislerinde Oyun Oynama Tercihi	K1, K3 ,K4, K8, K9, K10, K12, K14, K16, K17, K21, K23, K25, K27, K28, P29, P30, P31, K32, K33, K34, K36

2	Ev Ortamında Oynama Tercihi	Oyun	K2, K5, K6, K7, K11, K13, K19, K20, K24, K35
3	Kamp ve Otel Ortamlarında Oynama	Oyun	K1, K5, K8, K12, K15, K18, K22, K24, K26, K30, K34, K35, K36

Tablo 7'de, katılımcıların Dijital Oyunların Oynandığı Mekanlara İlişkin Temalar yer almaktadır. Bulgular, Kulüp Tesisleri, ev, kamp ve oteller gibi ortamlarda sosyalleşme aracı olarak tercih edilme nedenleri arasında öne çıktığını göstermektedir.

Tema 1: Kulüp Tesislerinde Oyun Oynama Tercihi

Katılımcılardan 22 kişi dijital oyunları genellikle takımın tesislerinde oynadığını belirtmiştir.

Tema 2: Ev Ortamında Oyun Oynama Tercihi

Katılımcılar 9 kişi ise, dijital oyunları ev ortamında tercih ettiğini belirtmiştir.

Tema 3: Kamp ve Otel Ortamlarında Oyun Oynama

13 katılımcı ise, takım kamplarında ve otel ortamlarında dijital oyunlara daha fazla zaman ayırdıklarını belirtmiştir.

3.Soru: "FIFA Oyununu Oynama Sebebiniz Nedir?"

Tablo 8'de, katılımcıların FIFA oyununu oynama nedenlerine ilişkin temalar yer almaktadır.

Tablo 8. FIFA Oyununu Oynama Nedenlerine İlişkin Temalar

Tema No	Tema Başlığı	Katılımcılar
1	Gerçekçilik ve Gerçek Benzerlik	K1, K5, K6, K7, K14, K16, K27, K28, K30, K34, K35, K36
2	Futbola Duyulan Tutku ve İlişki	K1, K2, K3, K4, K9, PK0, K25

3	Sosyalleşme ve Takım İçi Etkileşim	K3, K5, K6, K10, K22, K24, K26, K29, K33
4	Psikolojik Rahatlama ve Stres Yönetimi	K12, K13, K18
5	Oyunun Yenilikçi ve Sürekli Gelişen Yapısı	K14, K15, K16, K23, K34

Tablo 8'de, katılımcıların FIFA oyununu oynama nedenlerine ilişkin temalar yer almaktadır. Bulgular, gerçekçilik, futbola duyulan tutku, sosyal etkileşim, stres yönetimi ve oyunun yenilikçi yapısının tercih edilme sebepleri arasında öne çıktığını göstermektedir.

Tema 1: Gerçekçilik ve Gerçek Hayatla Benzerlik

Katılımcılardan 12 kişi FIFA oyununu tercih etmelerinin en temel nedeninin oyunun gerçek hayata oldukça yakın olması olduğunu ifade etmiştir.

Tema 2: Futbola Duyulan Tutku ve Mesleki İlişki

Katılımcıların 7'si futbolun kendi yaşamları ve meslekleri olması nedeniyle FIFA'yı tercih ettiklerini vurgulamıştır.

Tema 3: Sosyalleşme ve Takım İçi Etkileşim

Katılımcılardan 9 kişi FIFA'yı sosyal ortam oluşturmak, arkadaşlarıyla birlikte eğlenmek ve vakit geçirmek için oynadıklarını belirtmiştir.

Tema 4: Psikolojik Rahatlama ve Stres Yönetimi

Katılımcılardan 3'ü ise FIFA oyununu oynama sebepleri arasında stres azaltmayı ve zihinsel olarak rahatlamaı belirtmiştir.

Tema 5: Oyunun Yenilikçi ve Sürekli Gelişen Yapısı

5 katılımcı ise FIFA'nın sürekli gelişen ve yenilikçi oyun modlarına sahip olmasının oyunu tercih etmelerinde etkili olduğunu belirtmiştir.

4. Soru: "FIFA Oyununu Oynarken Neler Hissediyorsunuz, Motivasyon Kaynaklarınız Nelerdir? Nasıl Tanımlarsınız?"

Tablo 9'da katılımcıların FIFA oynarken hissettikleri duygular ve motivasyon kaynaklarına ilişkin temalar yer almaktadır.

Tablo 9. FIFA Oynarken Hissedilen Duygular ve Motivasyon Kaynakları

Tema No	Tema Başlıkları	Katılımcılar
1	Gerçekçilik ve Başarı Hissi	K1, K2, K3, K10, K13, K16, K17, K19, K30, K35
2	Rekabet ve Kazanma Motivasyonu	K5, K8, K11, K22, K23, K24, K25, K26
3	Rahatlama ve Stres Atma	K1, K10, K12, K13, K18, K20, K27, K31, K33, K34
4	Sosyal İlişkiler ve Takım İçi Etkileşim	K5, K6, K15, K18, K28, K30, K32, K35
5	Oyun İçinde Kendini Geliştirme ve İlerleme	K2, K9, K10, K13, K15, K19, K23, K24, K25

Tablo 9 üzerinde yer alan bulgular gerçekçilik ve başarı hissi, rekabet ve kazanma motivasyonu, stres yönetimi, sosyal etkileşim ve oyun içinde gelişim sağlama gibi unsurların oyuncular için önemli olduğunu göstermektedir.

Tema 1: Gerçekçilik ve Başarı Hissi

Katılımcılardan 10 kişi FIFA oynarken kendilerini gerçek bir futbol ortamında hissettiklerini, bu durumun başarı duygusunu artırdığını vurgulamıştır.

Tema 2: Rekabet ve Kazanma Motivasyonu

Katılımcıların 8'i FIFA oyununda rekabet etmek ve kazanmak temel motivasyon kaynaklarıdır.

Tema 3: Rahatlama ve Stres Atma

Katılımcıların 10'u FIFA oyununu rahatlamak ve stres yönetimi amacıyla kullandıklarını ifade etmiştir.

Tema 4: Sosyal İlişkiler ve Takım İçi Etkileşim

Katılımcılardan 8 kişi FIFA oyununu takım arkadaşlarıyla birlikte oynadıkları için tercih ettiklerini belirtmiştir.

Tema 5: Oyun İçinde Kendini Geliştirme ve İlerleme Motivasyonu

Katılımcılardan 9 kişi ise oyunda kişisel gelişim, kariyer ve stratejik anlamda ilerlemekten motive olduklarını ifade etmiştir.

5. Soru: "FIFA Oyununu Oynarken Botlara Karşı mı Oynuyorsunuz Yoksa Bir Başka Kişiyle Birlikte mi Oynuyorsunuz?"

Tablo 10'da katılımcıların FIFA oyununda tercih ettikleri rakip türlerine ilişkin temalar yer almaktadır.

Tablo 10. FIFA Oyununda Rakip Tercihleri

Tema No	Tema Başlıkları	Katılımcılar
1	Arkadaşlar ve Gerçek Kişilere Karşı Oynama	K2, K3, K5, K6, K7, K8, K9, K11, K16, K18, K19, K20, K22, K23, K24, K26, K28, K29, K30, K32, K35, K36
2	Botlarla Oynamanın Eğitimsel ve Stratejik İşlevi	K1, K2, K6, K13, K15, K17, K18, K19, K20, K31, K36
3	Botlara Karşı Oynamanın Monoton ve Sıkıcı Bulunması	K5, K8, K23, K24, K33

Tablo 10 üzerinde yer alan bulgular, çoğunluğun arkadaşlar veya gerçek kişilerle oynamayı tercih ettiğini, bazı katılımcıların botları eğitim ve strateji geliştirme amacıyla kullandığını, ancak botlara karşı oynamanın monoton ve sıkıcı bulunduğunu göstermektedir.

Tema 1: Arkadaşlar ve Gerçek Kişilere Karşı Oynamayı Tercih Etme

Katılımcılardan 22 kişi FIFA oyununu gerçek kişilere karşı, özellikle takım arkadaşlarıyla oynamayı tercih ettiklerini belirtmiştir. Bunun sebebi olarak daha fazla eğlence, rekabet ve sosyal etkileşim sağlaması vurgulanmıştır.

Tema 2: Botlarla Oynamanın Eğitimsel ve Stratejik İşlevi

11 katılımcı botlara karşı oynamanın da kendileri için faydalı olduğunu, ancak genellikle stratejik gelişim veya taktik deneme amaçlı olduğunu ifade etmişlerdir.

Tema 3: Botlara Karşı Oynamanın Monoton ve Sıkıcı Bulunması

Katılımcıların 5'i ise botlara karşı oynamanın belirli bir noktadan sonra sıkıcı ve tekdüze hale geldiğini belirtmiştir.

6. Soru: "FIFA Oyununu Oynarken Stratejik ve Taktiksel Değişiklikler Yapıyor musunuz? Uyguluyorsanız Bu Stratejik ve Taktiksel Değişikleri Futbol Oynadığınız Gerçek Hayatta da Uyguluyor musunuz?"

Tablo 11'de, katılımcıların FIFA oyununda gerçekleştirdikleri stratejik ve taktiksel değişikliklere ilişkin temalar yer almaktadır.

Tablo 11. FIFA Oynarken Yapılan Stratejik ve Taktiksel Değişiklikler

Tema No	Tema Başlıkları	Katılımcılar
1	Dijital Oyunda Öğrenilen Taktiklerin Gerçek Futbola Aktarımı	K1, K2, K3, K5, K7, K8, K9, K10, K11, K13, K14 K19, K20, K21 K23, K24, K29, K30
2	Dijital Oyunların Gerçek Futbola Taktiksel Transferi ve Etkileşimi	K4, K15, K16, K17 K18, K25,K27,K31,K32, K33,K34
3	Eğlence ve Fanteziye Dayalı Taktik Kullanımı	K6, K12, K22, K26, K28, K31, K33, K35,K36

Tablo 11 üzerinde yer alan bulgular, bazı katılımcıların dijital oyunda öğrendikleri taktikleri gerçek futbola aktardığını, bazılarının dijital ve gerçek futbol

arasında sınırlı bağlantı kurduğunu, bazı katılımcıların ise oyunu daha çok eğlence ve fantezi amaçlı oynadığını göstermektedir.

Tema 1: Dijital Oyunda Öğrenilen Taktiklerin Gerçek Futbola Aktarımı

Katılımcıların 18'i FIFA oyununu oynarken maçların durumuna göre taktiksel ve stratejik değişiklikler yaptıklarını ifade etmiştir. Katılımcılar, oyun içinde gerçekleştirdikleri bu değişikliklerin maç sonuçlarına olumlu etki ettiğini ve kazanma olasılığını artırdığını belirtmişlerdir.

Tema 2: Dijital Oyunların Gerçek Futbola Taktiksel Transferi ve Etkileşimi

11 katılımcı FIFA oyununda kullandıkları stratejik ve taktiksel yaklaşımları gerçek futbol hayatlarında da uyguladıklarını belirtmişlerdir. Katılımcılar FIFA'nın gerçek futbola olumlu etkileri olduğunu ifade ederken, özellikle taktik anlayışlarını geliştirdiğini ve saha içi karar almalarını kolaylaştırdığını vurgulamışlardır. Bazı katılımcılar FIFA oyununda stratejik ve taktiksel değişiklik yaptıklarını ancak bunların gerçek hayatta çok fazla etkisi olmadığını dile getirmiştir.

Tema 3: Eğlence ve Fanteziye Dayalı Taktik Kullanımı

9 katılımcı ise , FIFA oyunundaki taktiksel ve stratejik değişiklikleri daha çok eğlence ve deneme amaçlı gerçekleştirdiklerini belirtmişlerdir. Bu tür taktiksel değişiklikler gerçek hayatta uygulanması mümkün olmayan, daha çok oyun keyfine yönelik olarak tanımlanmıştır.

7. Soru: "FIFA Oyununu Oynamanız Size Futbol Bilgisi Anlamında Katkı Sağlıyor mu?"

Tablo 12'de, katılımcıların FIFA oyununun futbol bilgilerine sağladığı katkılara ilişkin temalar yer almaktadır.

Tablo 12. FIFA Oynamanın Futbol Bilgisine Katkısı

Tema No	Tema Başlıkları	Katılımcılar
1	Teknik ve Taktiksel Futbol Bilgisini Artırması	K1, K2, K3, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K19, K20,

		K23, K24, K25, K29, K30, K31, K32, K33, K34, K35
2	Genel Futbol Kültürü ve Oyuncu Bilgisine Katkı	K1, K2, K4, K8, K14, K15, K16, K18, K21, K22
3	Stratejik ve Analitik Düşünceyi Geliştirme	K2, K7, K9, K13, K24, K26, K34, K35
4	Dijital Oyunun Futbol Bilgisine Katkısının Sınırlı Kalması	K4, K15, K16, K17, K18, K31

Tablo 12’de yer alan bulgular, oyunun teknik ve taktiksel futbol bilgisini artırdığını, genel futbol kültürü ve oyuncu bilgisine katkı sağladığını, stratejik ve analitik düşünme becerilerini geliştirdiğini, ancak bazı katılımcılar için bu katkının sınırlı kaldığını göstermektedir.

Tema 1: Teknik ve Taktiksel Futbol Bilgisini Artırması

Katılımcıların 21’i FIFA oyununun futbolun teknik ve taktik yönlerini daha iyi anlamalarına yardımcı olduğunu ifade etmiştir. Özellikle dizilişler, oyun sistemleri ve stratejik hamleler konusunda oyunun futbol bilgilerini geliştirdiğini belirtmişlerdir.

Tema 2: Genel Futbol Kültürü ve Oyuncu Bilgisine Katkı

10 katılımcı FIFA oyununu oynayarak futbol dünyasına dair genel bilgilerini genişlettiklerini dile getirmiştir. Bu bilgiler futbolcuların tanınması, takımların kadro yapıları ve farklı liglerin kuralları gibi konuları içermektedir.

Tema 3: Stratejik ve Analitik Düşünceyi Geliştirme

8 katılımcı, FIFA oyununun analitik ve stratejik düşünme yeteneklerini olumlu yönde etkilediğini belirtmiştir. Katılımcılar, bu becerilerin gerçek sahadaki futbol kararlarına da dolaylı olarak etki ettiğini ifade etmişlerdir.

Tema 4: Dijital Oyunun Futbol Bilgisine Katkısının Sınırlı Olması

6 katılımcılar ise FIFA oyununun futbol bilgisi açısından kısıtlı veya yüzeysel kaldığını, gerçek futbolun çok daha farklı ve karmaşık olduğunu vurgulamıştır.

8. Soru: "FIFA Oyunu Oynamanın Olumlu ve Olumsuz Yanları Nelerdir?"

Tablo 13'te katılımcıların FIFA oyununun olumlu ve olumsuz etkilerine ilişkin temalar yer almaktadır.

Tablo 13. *FIFA Oynamanın Olumlu ve Olumsuz Etkileri*

Tema No	Olumlu Tema Başlıkları	Olumsuz Tema Başlıkları
1	Stres Azaltma Yönetimi (K1, K2, K8, K11, K30, K35) K27)	4- Bağımlılık ve Zaman (K10, K13, K23,
2	Sosyal Etkileşim ve Arkadaşlık İlişkilerini Güçlendirme (K5, K8, K15, K20, K22, K29, K32, K33) K23, K36)	5- Sağlık Problemleri (K5, K16, K22,
3	Futbol Bilgisi ve Stratejik Düşünme Yeteneğini Geliştirme (K2, K3, K6, K9, K19, K24, K25) K31, K33)	6- Psikolojik Etkiler ve Stres (K1, K7, K8, K9, K17, K18, K21,

Tablo 13'te yer alan Bulgular, oyunun eğlence ve stres azaltma, sosyal etkileşim, futbol bilgisi ve stratejik düşünme gibi olumlu etkiler sağladığını, ancak bağımlılık, zaman yönetimi sorunları, sağlık problemleri ve psikolojik etkiler gibi olumsuz yönlerinin de bulunduğunu göstermektedir.

Olumlu Yönler

Katılımcılar FIFA oyununu oynamanın olumlu yönlerini vurgulamış, genel olarak eğlenceli zaman geçirme, futbol bilgisini geliştirme ve sosyal etkileşim alanında katkı sağladığını ifade etmişlerdir.

Tema 1: Eğlence ve Stres Azaltma:

6 Katılımcı oyun oynarken eğlendiklerini ve günlük hayatın stresinden uzaklaştıklarını belirtmiştir.

Tema 2: Sosyalleşme ve Arkadaşlık İlişkilerini Güçlendirme

FIFA oyununu arkadaşlarla birlikte oynamanın sosyal ilişkileri güçlendirdiğini, iletişimi artırdığını ve arkadaşlık bağlarını güçlendirdiğini 8 katılımcı ifade etmiştir.

Tema 3: Futbol Bilgisi ve Stratejik Düşünme Yeteneğini Geliştirme

7 Katılımcı FIFA oynamanın futbol bilgilerini geliştirdiğini, stratejik ve analitik düşünme becerilerine katkı sağladığını belirtmiştir.

Olumsuz Yönler

Katılımcılar FIFA oyununun bazı olumsuz yönlerini de dile getirmiştir. Bunların başında bağımlılık, zaman yönetimi sorunları ve oyunun yarattığı stres gelmektedir.

Tema 4: Bağımlılık ve Zaman Yönetimi Sorunları

4 kişi Bağımlılık ve zaman yönetimi sorunları, bireylerin akademik, profesyonel ve kişisel yaşamlarında verimliliklerini olumsuz etkileyen iki temel konu olduğunu belirtmiştir.

Tema 5: Sağlık Problemleri

5 katılımcı oyun oynarken hareketsiz kalmanın sağlık problemlerine yol açabileceğini ifade etmiştir.

Tema 6: Psikolojik Etkiler ve Stres

Katılımcıların 9'u oyun sırasında rekabetin ve kaybetme hissini bazen olumsuz psikolojik etkiler yarattığını belirtmiştir.

Soru 9: "FIFA oyunu oynamanın, gerçek futbol performansına olumlu ve olumsuz etkileri nelerdir?"

Tablo 14'te, FIFA oyununun gerçek futbol performansı üzerindeki olumlu ve olumsuz etkilerine ilişkin temalar yer almaktadır.

Tablo 14. FIFA Oynamanın Gerçek Futbol Performansına Etkileri

TemaNo Olumlu Tema Başlıkları		Olumsuz Tema Başlıkları	
1	Taktiksel Etkiler (K2, K6, K7, K9, K10, K19, K20, K23, K24, K25, K29, K33, K35).	2	Psikolojik ve Motivasyonel Etkiler (K3,K15,K20,K25, K28,K30,K1,K8, K11, K16, K18).
3	Teknik ve Beceri Etkileri (K5, K12, K22, K23, K26, K27, K30, K34).	4	Fiziksel ve Gerçekçilik Boyutu (K3, K4, K17, K21).

Tablo 14 üzerinde yer alan bulgular, oyunun stratejik düşünme, teknik beceri gelişimi, motivasyon ve saha uyumu gibi olumlu katkılar sunduğunu, ancak gerçekçi olmayan taktiklerin sahaya aktarılmasının hata riskini artırabileceğini, motivasyonun aşırı hırsla dönüşebileceğini ve fiziksel mücadele eksikliğinin gerçek maç deneyimini tam olarak yansıtamayabileceğini göstermektedir.

Tema 1: Taktiksel Etkiler

Katılımcılar, FIFA oyununun futbol anlayışlarını geliştirip taktiksel ve stratejik düşünme becerilerini arttırdığını belirtmiştir.

Tema 2: Teknik ve Beceri İlkeleri

Katılımcılar, oyunun saha içindeki pozisyon alma becerilerini geliştirdiğini, boşlukları görme yeteneklerini artırdığını belirtmiştir.

Tema 3: Psikolojik ve Motivasyonel Etkiler

Katılımcılar, oyun sırasında yaşanan yoğun rekabet ve yenilgi duygusunun bazen olumsuz psikolojik etkilere neden olduğunu belirtmiştir.

Tema 4: Fiziksel ve Gerçeklik Boyutu

FIFA oyunu oynayan katılımcıların futbola olan ilgilerinin arttığı ve yeni bilgiler edindikleri belirtilmiştir.

Soru 10: "Oynadığınız Dijital Oyunun Bilişsel, Duyuşsal, Psikomotor ve Sosyal Gelişim Alanlarına Etkileri"

Tablo 15'te dijital oyunların bilişsel, duyuşsal, psikomotor ve sosyal gelişim alanlarına etkilerine ilişkin temalar yer almaktadır.

Tablo 15. *Dijital Oyunların Bilişsel, Duyuşsal, Psikomotor ve Sosyal Gelişim Üzerindeki Etkileri*

TemaNo	Tema Başlıkları	Olumlu Etkiler	Olumsuz Etkiler
1	Bilişsel Gelişim Üzerindeki Etkileri	(K1, K2, K3, K5, K6, K7, K9, K19, K20, K23, K26, K33, K36).	(K2, K3, K15).
2	Duyuşsal Gelişim Üzerindeki Etkileri	(K2, K5, K7, K9, K10, K20, K31).	(K1, K8, K11, K16, K18, K31).
3	Psikomotor Gelişim Üzerindeki Etkileri	(K1, K2, K5, K6, K12, K15, K16, K20, K23, K26, K29, K30, K33, K36).	(K22, K23, K34).
4	Sosyal Gelişim Üzerindeki Etkileri	(K2, K3, K4, K9, K10, K19, K20, K23, K27, K29, K30, K34, K35).	(K4, K16, K18, K21, K24).

Tablo 15 üzerinde yer alan bulgular, oyunların stratejik düşünme, dikkat, el-göz koordinasyonu, motivasyon ve sosyal bağları güçlendirme gibi olumlu katkılar sunduğunu, ancak aşırı oyun süresinin gerçeklik algısında bozulma, fiziksel yorgunluk, stres ve sosyal izolasyon gibi olumsuz etkiler yaratabileceğini göstermektedir.

Tema 1: Bilişsel Gelişim Üzerindeki Etkiler

Katılımcıların 13'ü FIFA oyununun bilişsel gelişime olumlu katkı sağladığı görüşündedir. Oyunun, oyuncuların strateji oluşturma, planlama ve problem çözme becerilerini geliştirdiği belirtilmiştir.

Tema 2: Duyuşsal Gelişim Üzerindeki Etkiler

Katılımcılardan 7 kişi FIFA oyununun duyuşsal (duygusal) gelişim açısından hem olumlu hem de olumsuz etkileri olabileceğini belirtmiştir. Oyunun kazanma-kaybetme durumları, duygusal tepkileri düzenleme becerisi ve başarı duygusu yarattığı ifade edilirken 6 kişi ise oyunun rekabetçi yapısı, zaman zaman oyuncularda stres, moral bozukluğu ve kaygıya neden olduğunu belirtmiştir.

Tema 3: Psikomotor Gelişim Üzerindeki Etkiler

Oyunun fiziksel becerileri (özellikle el-göz-ayak koordinasyonu ve refleksler) geliştirdiği belirtilmiştir. Katılımcıların 14'ü oyun oynarken kullanılan joystick ve tuş kombinasyonlarının motor becerileri olumlu etkilediğini belirtirken oyun sırasında ani tepkiler verme zorunluluğu, refleks hızının arttığını göstermiştir.

Tema 4: Sosyal Gelişim Üzerindeki Etkiler

Katılımcıların 13'ü, FIFA gibi dijital futbol oyunlarının özellikle takım arkadaşlarıyla birlikte oynandığında sosyal ilişkileri güçlendirdiğini ve iletişim becerilerini geliştirdiğini ifade etmiştir. Bu oyunlar, oyuncular arasında etkileşimi artırarak takım içi uyum ve sosyal bağ kurma süreçlerine olumlu katkı sağlamaktadır.

5. BÖLÜM

5. TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Türkiye Futbol Süper Ligi'nde oynayan profesyonel futbolcuların dijital oyun oynama davranışlarını incelemek ve özellikle FIFA oyununa olan ilgilerini, oyun oynama motivasyonlarını, sıklıklarını ve oyun deneyimlerinin profesyonel futbol kariyerlerine etkilerini analiz etmeyi amaçlayan çalışmada, sporculardan nicel veri elde etmek üzere, spor ortamında zihinsel antrenman uygulamalarında kullanılan zihinsel beceri ve zihinsel teknikleri ölçmek amacıyla Behnke ve arkadaşları (2017) tarafından geliştirilen Sporda Zihinsel Antrenman envanteri uygulanırken, katılımcıların dijital oyun oynama tutumunu geçerli ve güvenilir olarak ölçebilen bir ölçme aracı olarak kabul edilen Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği (Demir ve Bozkurt 2019) uygulanmış olup, nitel olarak ise alan uzmanlarının görüşleri ile hazırlanan 10 adet açık uçlu görüşme soruları sorulmuştur.

Çalışmaya katılan sporcuların Zihinsel Antrenman Envanterine verdikleri cevaplar Tablo 2 üzerinde incelendiğinde Zihinsel Temel Becerileri ortalaması $4,22\pm0,38$, Kişilerarası Becerileri ortalaması $4,47\pm0,30$, Zihinsel Performans Becerileri ortalaması $4,06\pm0,50$, Kendinle Konuşma ortalaması $4,15\pm0,58$, Zihinsel Canlandırma ortalaması $4,44\pm0,42$ olarak tespit edilmiştir. Toplam Puan en düşük 62 en yüksek 93 puan, ortalama ölçek puanı 77,5 olarak tespit edilmiştir. Alt boyutlarında en düşük ortalama Zihinsel Performans becerilerinde görülmekte olup, kendinle konuşma alt boyutunun en yüksek ortalamaya sahip olmasının, sporcuların kendilerini motive etme ve psikolojik dayanıklılık açısından belirli bir düzeyde yeterliliğe sahip olduklarını göstermektedir. Bu nicel bulgular, çalışmanın nitel boyutunda elde edilen verilerle desteklendiğinde daha anlamlı hale gelmektedir. Dijital oyunların zihinsel becerilere katkısına ilişkin olarak katılımcıların verdikleri yanıtlar, sporcuların günlük yaşamlarında da kendinle konuşma becerisini geliştirdiklerini ve bu becerinin performanslarına yansıdığını göstermektedir. (K5) “Oyun oynarken kendime sürekli ‘şimdi ne yapmalıyım’, ‘bu hamleden sonra ne gelir’ diye soruyorum. Bu aslında bir nevi kendinle konuşma oluyor ve oyunda daha iyi olmamı sağlıyor” derken, (K11) “Takım oyunlarında özellikle strateji gerektiren bölümlerde kendimle konuşarak

stresimi kontrol altına alıyorum. Bazen moral veriyorum kendime.” cevabını vermiştir. (K9)’da *“Kaybettiğimde hemen kendimi toparlamak için ‘sıkıntı yok, bir dahakine daha dikkatli ol’ gibi şeyler söylüyorum. Bu beni motive ediyor.”* şeklinde cevaplamışlardır. Bu doğrudan alıntılar, dijital oyunların bireylerin zihinsel farkındalığını artırma, stresle başa çıkma ve problem çözme gibi yönlerden gelişimlerine katkı sunduğunu göstermektedir. Aynı zamanda, bu zihinsel stratejilerin gerçek oyuna transfer edilebileceği ve sahada da benzer şekilde kullanılabileceği düşünülmektedir. Çalışma ile benzerlik gösteren çalışmalarda da spor bilimleri öğrencilerinin sporda zihinsel antrenman envanteri alt boyutlarından “kendinle konuşmanın” ortalama puanları yüksek çıkmıştır. (Taşkın, A. H., Arı, Y., ve Özmutlu, İ. (2022). Hardy, Hall ve Hardy (2005) yaptıkları çalışmada, sporcularda içsel konuşmanın odaklanma, motivasyon artırma ve kaygıyı azaltma gibi işlevlere sahip olduğunu vurgulamaktadır. Benzer şekilde, Hatzigeorgiadis ve arkadaşları (2011), sporcularda kendinle konuşmanın performans üzerindeki etkilerini analiz eden meta-analiz çalışmasında, bu stratejinin özellikle karmaşık görevlerde başarıyı artırdığını ortaya koymuştur. Türk literatüründe ise Taşkın, Arı ve Özmutlu (2022), spor bilimleri öğrencilerinde en yüksek puanın yine “kendinle konuşma” alt boyutunda elde edildiğini ve bunun öğrencilerin psikolojik beceriler açısından gelişmiş düzeyde olduğunu gösterdiğini belirtmiştir. Ayrıca Köklü, Cengiz ve Canlı (2019) da sporcularda stresle baş etme ve motivasyon artırma bağlamında içsel konuşmanın yaygın ve etkili bir strateji olarak kullanıldığını ifade etmektedir.

Çalışmaya katılan sporcuların Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeğine verdikleri cevaplar Tablo 3 üzerinde incelendiğinde Bilişsel ortalaması $3,78 \pm 0,44$, Düşünsel ortalaması $4,48 \pm 0,30$, Davranışsal ortalaması $4,28 \pm 0,42$ olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların DOOTÖ’den alabileceği en düşük puan 18, en yüksek puan 90’dır. Katılımcıların ölçekten alabilecekleri en düşük puan ve katları alınarak derecelendirme yapılmıştır. Bu bağlamda, katılımcıların aldıkları puanlar “1-18 çok düşük; 19-37 düşük; 38- 54 orta; 55- 72 yüksek; 73- 90 çok yüksek” dijital oyun oynama tutumuna sahip olduklarına işaret etmektedir. Bilişsel ortalama alt boyutuna baktığımızda çok düşük ortalama, Düşünsel ve Davranışsal alt boyutuna baktığımızda da düşük oyun oynama tutumuna sahip oldukları ortaya çıkmaktadır. Bu durumun, oyuncuların yoğun

antrenman süreçleri göz önünde bulundurulduğunda dijital oyunlar için az zaman ayırdıkları daha çok vakitlerini dinlenerek, aileleriyle ve arkadaşlarıyla sohbet ederek geçirmelerinden kaynaklandığı düşünülebilir, fakat katılımcılar az zaman ayırabilselerde yine de oyunun düşünsel süreçlerdeki etkileri dikkat çekici olabilir. Bu konu ile nitel görüşmelerdeki katılımcı (K2)'nin görüşü *“Oyunlarda hızlı karar vermek zorundasın, rakibe göre anında pozisyon değiştirmek gibi. Bu da benim sahadaki hızlı düşünme yetimi geliştirdi.”* şeklindedir. Bu ifade, her ne kadar genel tutum düzeyleri düşük olarak raporlansa da, dijital oyunların özellikle düşünsel süreçleri (karar verme, hızlı düşünme, strateji geliştirme) destekleyici bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Profesyonel futbolcuların dijital oyunlara yönelik tutumları genel olarak olumludur; oyunları stres atma, eğlenme ve diğer insanlarla etkileşim kurma aracı olarak görürler. Özellikle sezonda yoğun baskı ve stres düşünüldüğünde, oyunlar bir kaçış ve zihinsel rahatlama sağlayabilmektedir. Nitel çalışma yapan araştırmacılar, sporcuların video oyunlarını günlük streslerini azaltmak için zaman ayırdıklarını ve rahatladıklarını aktarmışlardır (Sanderson ve ark., 2020). Bu araştırmada yer alan Katılımcı (K7)'nin *“Bazen sadece rahatlamak için oyuna giriyorum. Kendimi kötü hissettiğim günlerde oyun oynayınca daha hafif hissediyorum.”* Şeklinde cevabı, alan yazında elde edilen sonuçları desteklemektedir.

Literatüre baktığımızda, öğrenciler dijital oyun oynama ortalama puanlarının cinsiyete göre erkekler öğrencilerin puan ortalamalarının yüksek olduğu görülmektedir. (Yazıcıoğlu Ç., H., Pekel, A. Ö., Yarayan, Y. E., İlhan, L. 2021). Nitekim literatürde, bireylerin dijital oyunlar yoluyla bilişsel esneklik, odaklanma ve karar verme becerilerinde gelişim yaşadıkları ortaya konmuştur (Demirtaş ve Dönmez, 2020). Ayrıca Karadağ ve Bostancı'nın (2019) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmada da bireylerin dijital oyunlara yönelik tutumlarının büyük ölçüde olumlu olduğu belirlenmiştir. Söz konusu araştırmada, özellikle düşünsel ve davranışsal boyutlarda ortalama ve düşük puanlar elde edilmiştir.

Sunulan çalışmada Tablo 4 te Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği total puanı veya Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği Alt Boyutları ile Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri total puanı arasında istatistiksel olarak anlamlılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği total puanı ile Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri total puanı arasında anlamlı bir korelasyon bulunmaması dijital

oyunlara yönelik genel tutumun sporcuların zihinsel becerileri üzerinde doğrudan bir etkisi olmadığını düşündürmektedir. Katılımcıların bazıları dijital oyunların faydalı yönlerini belirtmekle birlikte, bu katkıların kişisel çabayla ortaya çıktığını vurgulamıştır. Örneğin bir katılımcılardan **(K6)** “Oyun oynamak bazen faydalı ama ne oynadığın ve nasıl oynadığın önemli. Sadece oyunu açıp vakit geçirmekle gelişeceğini düşünmüyorum” demiştir. Bu görüş, bireyin oyuna yönelik genel tutumundan ziyade, oyunla kurduğu etkileşim ve bu sürece aktif katılımının, zihinsel gelişim üzerinde etkili olduğunu desteklemektedir.

Bu araştırmaya benzer bir çalışmada, zihinsel becerilerin gelişiminde yalnızca oyun oynama tutumlarının değil, aynı zamanda bireysel bilişsel süreçlerin, motivasyon faktörlerinin ve spor bağlamındaki deneyimlerin de belirleyici olabileceğine işaret etmektedir (Jonasson ve Thiborg, 2010). Aynı görüşü destekleyen yerli bir çalışma da Kurnaz ve Kuru (2020) tarafından yapılmış, bireylerin oyun oynama süreleri ile zihinsel becerileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı ancak oyun içeriği, bireysel farkındalık ve bilişsel katılım düzeyinin belirleyici olduğu ifade edilmiştir. Ayrıca çalışmada elde edilen nitel veriler de bu bulguyu destekler niteliktedir.

Çalışmada elde edilen sonuçları destekleyecek şekilde alan yazında da belirtildiği üzere, kişilerin dijital oyunlara yönelme sebepleri arasında günlük yaşamın stresinden uzaklaşma isteği, eğlenme ihtiyacı, rahatlama ve kafa dağıtma arzusu öne çıkmaktadır. Ayrıca, oyuncuların oyundaki seviyelerini ilerleterek başarı hissini tatma arzusu, oyun içerisinde ilerleme motivasyonu, dikkatlerini farklı bir konuya odaklama isteği ve zaman geçirmek için alternatif bir ortam arayışı da dijital oyunlara katılımı teşvik eden faktörlerdendir. Oyuncular, bir sonraki seviyeye ulaşmak gibi hedeflerle de oyun içinde ilerleme ve kişisel tatmin elde etmeyi amaçlamaktadır (Tekkurşun Demir ve Mutlu Bozkurt, 2019). Başka bir yayında Sanderson vd. (2020), günümüzde dijital oyun oynama alışkanlığının genç nüfusta son derece yaygın hale geldiğini, öyle ki, Amerika Birleşik Devletlerindeki çocukların % 91'inin düzenli olarak video oyunu oynadığını rapor etmişlerdir. Profesyonel sporcuların da bu genel kitlenin bir parçası olarak dijital oyunlara kayıtsız kalmadığını, birçok elit futbolcunun boş zamanlarında video oyunu oynadığını ve bunu hem eğlence hem de rahatlama aracı olarak gördüğünü bildirmişlerdir.

Tablo 5 te yer alan Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri total puanı veya Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri Alt Boyutları ile Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği total puanı arasında istatistiksel olarak anlamlılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Çalışmada elde edilen bulgular, dijital oyun oynama tutumu ile sporda zihinsel antrenman envanteri arasındaki ilişkinin belirli alt boyutlarda anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır. Total Sporda Zihinsel antrenman Envanteri ile Total Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunmaması ($p>0,05$), genel dijital oyun oynama tutumunun sporcuların zihinsel antrenman envanteri üzerinde doğrudan bir etkisinin olmadığını göstermektedir. Çalışma sonuçlarımızla benzerlik gösteren bir başka çalışmada ise, zihinsel becerilerin gelişiminde yalnızca oyun oynama tutumları değil, bireyin antrenman geçmişi, bilişsel kapasitesi ve sportif deneyimleri gibi birçok faktörün belirleyici olduğunu ortaya koyan önceki araştırmalarla uyumludur (Gucciardi vd., 2009). Benzer şekilde, literatüründe yapılan bir araştırmada da dijital oyunların zihinsel sürece etkisinin ancak oyun içeriği, bireyin oyuna verdiği bilişsel tepkiler ve sporda geçirilen süre ile birlikte anlam kazandığı belirtilmiştir (Güven ve Öz, 2020).

Bununla birlikte, Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri'nin alt boyutları incelendiğinde, Kişiler Arası Beceriler ($p=0,00$), Zihinsel Temel Beceriler ($p=0,00$), Kendinle Konuşma ($p=0,006$) ve Zihinde Canlandırma ($p=0,01$) alt boyutlarının Total Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği ile bir ilişki gösterdiği görülmektedir. Örneğin **(K6)** “Arkadaşlarımla daha sık oynadığım için bizim evde ya da toplanıp tesislerde oynuyoruz.” Diye belirtmiş ve **(K17)** de “FIFA oynarken kendimi de sahadaymışım gibi hissediyorum... Sevdiğim oyuncularla goller atmak ve sevinçler yapmak motivasyonumu arttırıyor.” diyerek cevap vermiştir. Bu bulgular, dijital oyunların bireylerin bilişsel süreçleri ve sosyal etkileşimleri üzerinde önemli etkiler yaratabileceğini öne süren literatürle paralellik göstermektedir (Granic, Lobel ve Engels, 2014).

Son yıllarda, psikolojik faktörlerin öneminin daha iyi anlaşılmasıyla birlikte, sporcular ve antrenörler, fiziksel antrenmanların yanı sıra zihinsel antrenmanlara da büyük önem vermeye başlamışlardır. Zihinsel temel beceriler ile ilgili olarak, oyun sırasında stratejik ve hızlı karar alma gibi becerilerinin geliştiği **(K3)** “FIFA oyununu

oyarken genellikle büyük bir heyecan ve adrenalin hissediyorum... doğru stratejiyi uygulamak ve takımımı en iyi şekilde yönetmek beni oldukça motive ediyor.” Şeklinde ifade etmiş ve (K19)’ da “Stratejik düşünme ve hızlı karar verme becerilerini geliştiriyor” olarak cevaplamıştır.

Ayrıca Zihinsel antrenman, sporcunun performansını artırmada ve müsabakalara hazırlanma evresinde kritik bir rol oynamaktadır. Spor psikolojisi alanındaki araştırmalar, zihinsel antrenmanın başarılı performans elde etmede ve sporcuların kişisel gelişiminde olumlu etkileri olduğunu göstermiştir (Yarayan ve İlhan, 2018).

Profesyonel futbolcuların fiziksel özelliklerinin yanı sıra üstün zihinsel becerilere sahip bilgilerin sırasını gösteren incelemeler bulunmaktadır. Örneğin, elit düzeydeki futbolcuların planlama, çalışma kapasitesi ve esneklik veya dayanıklılık gibi yürütücü hizmetlerde genel kesime göre anlamlı derecede yüksek performans sergilediği rapor edilmiştir (Bonetti ve ark., 2025). Benzer şekilde, Vestberg ve arkadaşları da (2012) üst düzey futbolcuların yetenekleri, tepkileri kontrol edebilme ve çoklu görev yapabilme gibi yürütücü fonksiyon testlerinde hem amatör oyunculardan hem de normal toplumsal ortalamadan daha iyi sonuçlar elde ettiklerini ortaya koymuşlardır.

Ayrıca, dijital oyunların bireylerin benlik saygısı ve özgüvenini artırarak oyun oynama motivasyonlarını olumlu yönde etkileyebileceği ileri sürülse de (Ryan, Rigby ve Przybylski, 2006), bu psikolojik süreçlerin her bireyde aynı şekilde ortaya çıkmayabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Sunulan çalışmada katılımcılara sorulan sorulara verdikleri cevaplar üzerinden temalar oluşturulmuştur, buna göre;

Günlük Dijital Oyun Oynama Süresine verilen cevaplar doğrultusunda nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde ;

Profesyonel futbolcuların günlük dijital oyun oynama süresine ilişkin görüşleri doğrultusunda dört temel tema belirlenmiştir: kısa süreli oynama, orta süreli oynama, uzun süreli oynama ve duruma göre değişkenlik gösteren oynama alışkanlıkları. Bu temalar doğrultusunda dijital oyun oynama sürelerinin bireysel, mesleki ve psikolojik etkileri tartışılmıştır.

Kısa süreli oynama (30 dk - 1 saat) teması altında yer alan katılımcılar (**K12, K13, K16, K21, K26, K31**), dijital oyunları çoğunlukla günün boş zamanlarında, zihinsel rahatlama amacıyla oynadıklarını ifade etmişlerdir. Bu grubun oyun sürelerini kısa tutması, dijital oyunların günlük yaşam rutinini aksatmaması açısından olumlu bir durumdur. Özellikle (**K12**)'nin *“Rahatlamak için kısa süre oynuyorum, sonra sıkılıyorum zaten”* ifadesi, bu yaklaşımı desteklemektedir. Literatürde de dijital oyunların kontrollü kullanımının stres yönetimi ve kısa süreli zihinsel mola sağlama açısından faydalı olabileceği belirtilmektedir (Yıldız ve Yıldırım, 2020). Ancak bu sürenin çok kısa olması, oyunlardan beklenen bilişsel gelişim ya da sosyal bağ gibi potansiyel faydaların sınırlı kalmasına neden olabileceği sonucuna varılmıştır (Demirtaş ve Madran, 2021).

Orta süreli oynama (1-2 saat) kategorisinde yer alan katılımcılar (**K7, K9, K14, K18, K30**), dijital oyunlara düzenli zaman ayırdıklarını ve bu sürenin hem eğlence hem de mesleki becerileri geliştirme açısından verimli olduğunu belirtmişlerdir. (**K14**), *“FIFA’yı her gün düzenli oynarım, hem eğlenceli hem de taktik gelişimi sağlıyor”* diyerek oyun süresi ile mesleki fayda arasındaki ilişkiye dikkat çekmiştir. Bu bulgu, dijital oyunların karar verme, stratejik düşünme gibi bilişsel alanlara katkısını savunan çalışmaları desteklemektedir (Ayas ve Horzum, 2013). Ancak bu sürenin günlük yaşamda fazla yer kaplaması durumunda dikkat dağınıklığı ya da zaman yönetimi sorunları yaşanabileceği de göz ardı edilmemelidir.

Uzun süreli oynama (2-3 saat) teması altında yer alan katılımcılar (**K1, K2, K4, K5, K6, K22, K29, K33, K34, K36**), dijital oyunlara daha fazla vakit ayırmakta ve bu durumu genellikle futbola olan tutkuları ve oyunların gerçekçilik özellikleriyle açıklamaktadır. Örneğin (**K6**), *“FIFA çok gerçekçi, saatlerce başından kalkamıyorum”* ifadesiyle oyunun sürükleyici yapısına vurgu yapmıştır. Bu durum, motivasyonel açıdan pozitif görülse de, aşırı oyun oynama bireyde oyun bağımlılığı riskini artırabileceği için dikkat edilmesi gereken bir noktadır (Çam ve Gezgin, 2019). Özellikle profesyonel sporcular için, uzun süreli dijital oyun oynama, antrenman ve dinlenme döngülerini olumsuz etkiler.

Duruma göre değişkenlik gösteren oynama süresi teması (**K3, K4, K5, K16, K19, K20, K34, K35**) ise dijital oyun alışkanlıklarının tamamen günlük ruh hali,

antrenman yoğunluğu ve sosyal ortama bağlı olarak şekillendiğini göstermektedir. (K3), “*Bazen saatlerce oynuyorum, bazen hiç oynamıyorum*” diyerek bu değişkenliğe dikkat çekmiştir. Bu tür esnek kullanım, öz-denetim ve ihtiyaca göre oyun oynama açısından olumlu değerlendirilse de, plansız kullanım alışkanlıklarının zamanla bağımlılığa veya zaman yönetiminde zafiyete neden olabileceği belirtilmiştir (Aydın ve Sönmez, 2022).

Genel olarak değerlendirildiğinde, futbolcuların dijital oyun oynama süresi tercihleri bireysel ihtiyaçlara, yaşam düzenlerine ve mesleki motivasyonlarına göre şekillenmektedir. Nitel veriler, özellikle FIFA gibi oyunların mesleki gelişim, sosyalleşme ve stres yönetimi gibi çok boyutlu faydalar sağladığını ortaya koymaktadır. Ancak oyun süresi uzadıkça, bu faydaların yerini zamanla olumsuz etkilere bırakabileceği de göz önünde bulundurulmalıdır. Bu nedenle oyun süresinin bilinçli şekilde yönetilmesi, dijital oyunların bireysel ve mesleki gelişimi destekleyici bir araç olarak kalmasını sağlayacaktır.

"Dijital Oyunları Nereelerde Oynarsınız sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda yapılan nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde;

Futbolcuların kulüp tesislerinde oyun oynama tercihi, ev ortamında oyun oynama tercihi, kamp ve otel ortamlarında oyun oynama tercihi ve dijital oyunların sosyalleşme aracı olarak kullanımı temaları oluşturulmuştur.

Birinci tema, futbolcuların kulüp tesislerinde oyun oynama tercihlerini kapsamaktadır. Katılımcılar (K1, K4, K8, K9, K10, K12, K14, K16, K17, K21, K23, K25, K27, K28, K29, K30, K31, K32, K33, K34, K36) özellikle tesislerde bulundukları süre içerisinde dijital oyunları sosyal etkileşim, rahatlama ve boş vakitlerini değerlendirme amacıyla tercih ettiklerini ifade etmişlerdir. Bu durum, tesis ortamının takım içi etkileşim için uygun bir ortam sunduğunu ve futbolcuların bu ortamı sosyal bağlarını güçlendirmek için kullandığını göstermektedir.

Katılımcılardan (K9), "*Tesislerde bizim çocuklarla antrenman öncesi oynuyoruz genelde*" diyerek, oyunların takım arkadaşlarıyla yapılan günlük aktivitelerden biri hâline geldiğini belirtmiştir. Benzer şekilde, "*Tesislere erken*

gelirim, antrenman öncesi odada oynarız bizim gençlerle" (K14) ifadesi, futbolcuların dijital oyunları sosyal etkileşimi artıran bir araç olarak gördüklerini göstermektedir. Ayrıca, "Tesislerde antrenman sonrası ara öğünden sonra oynarım" (K16) ve "Tesislerde oynarım zaten tesislerde kaldığımdan dolayı zaman geçirmek için muhteşem bir şey" (K29) gibi ifadeler, futbolcuların dijital oyunları sadece eğlence amaçlı değil, takım arkadaşlarıyla vakit geçirme ve stres atma aracı olarak da değerlendirdiğini ortaya koymaktadır.

Bu bulgular, literatürde yapılan çalışmalarla da desteklenmektedir. Güler (2022), kulüp tesislerinin futbolcular için dijital oyun ve sosyal ilişkileri geliştirme açısından merkezi mekânlar olarak görüldüğünü belirtmektedir. Özellikle futbolla ilgili dijital oyunların, sporcular arasında ortak bir kültür oluşturarak sosyalleşmeyi ve takım içi iletişimi artırdığı vurgulanmaktadır. Bunun yanı sıra, (Can ve Tekkurşun'un) çalışmaları da kulüp tesisleri ve antrenman sahalarının sporcuların yalnızca fiziksel performanslarını geliştirmekle kalmayıp, aynı zamanda psikolojik ve sosyal dayanıklılıklarını da güçlendirdiğini ortaya koymaktadır.

İkinci tema, futbolcuların ev ortamında dijital oyun oynama tercihlerini ifade etmektedir. Bu ortamda katılımcılar (K2, K5, K6, K7, K13, K19, K20, K24, K35), rahatlık, konfor ve aile/arkadaşlarıyla birlikte olabilme olanakları nedeniyle dijital oyunları tercih ettiklerini belirtmiştir. Ev ortamının futbolcular için aile ve yakın sosyal çevreyle geçirilen zaman anlamına gelmesi, oyunların bu ortamlarda daha çok kişisel rahatlama ve yakınlarla sosyalleşme amacıyla kullanıldığını göstermektedir.

(K7) *"Evimde PlayStation olduğu için genellikle evde oyun oynamayı tercih ediyorum. Evde rahat bir ortamda oyun oynarken daha iyi oluyor"* ifadesiyle ev ortamının konforunu vurgulamaktadır. Benzer şekilde, *"Kendi evimde genelde. Evlerde bulduğumuz zaman PlayStation karşısında oyun oynarken muhabbet etmeyi seviyoruz"* (K5) ve *"Genellikle evde oynarım çünkü evde zaman geçirmeyi seviyorum"* (K24) görüşleri, futbolcuların evde oyun oynama alışkanlıklarının sosyalleşme ile bağlantılı olduğunu göstermektedir. Ayrıca, *"Genelde arkadaşlarımla bizim evde ya da toplanıp tesislerde oynuyoruz"* (K6) ifadesi, ev ortamının bireysel oyun deneyiminin ötesinde, grup oyunları için de tercih edildiğini göstermektedir.

Bu bulgular, literatürdeki araştırmalarla da örtüşmektedir. Çetinkayalı, Karacan Doğan, Ceyhun ve Akgül (2021) tarafından yapılan araştırmada, ev ortamının bireyler için bir güven ve sosyalleşme alanı sunduğu belirtilmiştir. Özellikle futbolcular gibi profesyonel sporcular açısından dijital oyunlar, evde geçirilen boş zamanları değerlendirme ve sosyal ilişkileri güçlendirme aracı olarak kullanılmaktadır. Aynı çalışmada, dijital oyunların bireylerin sosyal etkileşimlerini artırdığı ve empatik iletişim yeteneklerinin gelişimine katkı sağladığı da belirtilmiştir.

Üçüncü tema, futbolcuların özellikle kamp ve otel ortamlarında dijital oyun oynama eğilimlerini vurgulamaktadır. Katılımcıların bir bölümü (**K1, K5, K8, K12, K15, K18, K22, K24, K26, K30, K34, K35, K36**), maç öncesi ve sezon içi kamp dönemlerinde takım içi bağları güçlendirme, eğlence amaçlı oyun turnuvaları düzenleme sebebiyle dijital oyunlara yöneldiklerini ifade etmişlerdir. Futbolculardan elde edilen görüşler doğrultusunda, kamplarda oynanan dijital oyunların takım ruhu ve grup dinamiklerini olumlu yönde destekleyici bir araç olarak kullanıldığına işaret edilebilir.

Katılımcı olan (**K5**), *"Takımca kampa gittiğimiz zamanlar her gün oynarım. Sezon öncesi kampa takım arkadaşlarımızın odasına toplanarak turnuva çevirirdik"* diyerek, kamp sürecinde dijital oyunların bir takım geleneğine dönüştüğünü ifade etmiştir. Benzer şekilde, *"Kamp yaptığımızda otellere götürüp oralarda da oynuyoruz"* (**K8**) ve *"Tesislerde ve tabii özellikle kamplarda çok vaktimiz olduğu için oralarda da oynuyorum"* (**K22**) ifadeleri, futbolcuların kamp sürecinde dijital oyunları bir eğlence ve vakit geçirme aracı olarak kullandıklarını göstermektedir. Ayrıca, *"Kamplarda efsane turnuvalar yapıyoruz otellerde"* (**K26**) ifadesi, takım içi turnuvaların futbolcular için rekabetçi bir oyun atmosferi yarattığını ve takım ruhunu destekleyen bir etkinlik hâline geldiğini ortaya koymaktadır.

Bu bulgular, sonucunda Türkeli, Hazar, Tekkurşun Demir ve Namlı (2017) tarafından yapılan çalışmada, kamp süreçlerinin futbolcular için sadece fiziksel hazırlık dönemi olmadığını, aynı zamanda sosyal bağların güçlendirildiği bir süreç olduğunu vurgulamaktadır. Çalışmada, sporcuların dijital oyunlar aracılığıyla takım arkadaşlarıyla olan ilişkilerini geliştirdikleri, liderlik ve iş birliği yeteneklerini artırdıkları belirtilmiştir.

Ayrıca, Can ve Tekkurşun Demir (2020) ile Çetinkayalı ve arkadaşlarının (2021) yaptığı çalışmalarda da, futbolcuların özellikle uzun süren kamp dönemlerinde dijital oyun oynama sürelerinin arttığı görülmüştür. Bu araştırmalar, dijital oyunların kamp sürecinde futbolcular için yalnızca bir eğlence aracı değil, aynı zamanda takım ruhunu geliştiren ve sosyal dayanışmayı artıran bir aktivite olduğunu ortaya koymaktadır.

Dördüncü tema, dijital oyunların futbolcular tarafından bir sosyalleşme aracı olarak kullanımına odaklanmaktadır. Bu kapsamda katılımcılar (**K3, K5, K6, K27**), dijital oyunların özellikle takım arkadaşlarıyla iletişim kurma, sosyal bağ oluşturma ve eğlenme aracı olarak önemli rol oynadığını belirtmiştir. Katılımcılardan elde edilen görüşler dijital oyunların takım arkadaşları arasındaki sosyal ilişkileri kuvvetlendirmede etkili olduğunu ortaya koymaktadır.

"Arkadaşlarımla daha sık oynadığım için bizim evde ya da tesislerde oynuyoruz" diye söyleyen (**K6**) dijital oyunların ortak bir sosyal etkinlik olarak tercih edildiğini belirtmiştir. Aynı şekilde, *"Antrenman sonrası dinlenme sırasında arkadaşlarımla vakit geçirmek için FIFA oynuyoruz"* (**K3**) ve *"Takımdaki arkadaşlarla oynamak eğlenceli oluyor"* (**K27**) ifadeleri, dijital oyunların futbolcular için takım içi etkileşimi güçlendiren bir araç olarak değerlendirildiğini göstermektedir.

Bu bulgular sonucunda destelenen çalışmalarda Hazar ve Tüzün (2019) çalışmalarında, dijital oyunların yalnızca bireysel rekabeti teşvik eden bir araç olmadığını, aynı zamanda takım arkadaşları arasındaki sosyal bağları kuvvetlendirdiğini vurgulamaktadır. Jansz ve Martens (2005) ise, dijital oyunların sağladığı etkileşimli ve rekabetçi ortamın oyuncular arasındaki iletişimi artırarak sosyalleşmeye katkıda bulunduğunu belirtmektedir.

Özellikle FIFA gibi popüler futbol oyunları, oyuncuların birlikte vakit geçirmesini sağlamakla kalmayıp, aynı zamanda takım içindeki stratejik bağları güçlendirme işlevi de görmektedir. Weinstein, Przybylski ve Ryan (2012) tarafından yapılan araştırmada, dijital oyunların bireylerin grup içi rollerini pekiştirdiği ve kolektif kimliklerini destekleyerek takım ruhunu geliştirdiği ifade edilmiştir.

Nitel veriler, dijital oyunların nerede ve nasıl oynandığının, oyuncuların oyun deneyimini şekillendiren önemli bir faktör olduğunu göstermektedir. Oyun ortamı hem oyuncuların oyunla kurduğu ilişkiyi hem de zihinsel ve sosyal beceriler üzerindeki etkileri doğrudan etkilemektedir. Nicel bulgulara ise dijital oyun oynama tutumu ile toplam zihinsel beceri puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaması ($p>0,05$), dijital oyunların her zihinsel beceri alanını eşit derecede etkilemediğini göstermektedir. Ancak nitel bulgular, oyun ortamının sosyal ve psikolojik bağlamlarla birlikte ele alındığında anlamlı etkiler yarattığını ortaya koymaktadır.

"FIFA Oyununu Oynama Sebebiniz nedir sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde ;

Gerçekçilik ve Gerçek Hayatla Benzerlik, Futbola Duyulan Tutku ve Mesleki İlişki, Sosyal Etkileşim ve Arkadaşlarla Eğlenme, Psikolojik Rahatlama ve Stres Yönetimi, Oyunun Yenilikçi ve Sürekli Gelişen Yapısı temaları oluşturulmuştur.

Yapılan içerik analizi neticesinde ortaya çıkan ilk tema olan “Gerçekçilik ve Gerçek Hayatla Benzerlik”, katılımcılar (**K1, K5, K6, K7, K14, K16, K27, K28, K30, K34, K35 ve K36**) oyun tercihlerinde dijital ortamların gerçekçi unsurlarına ve günlük yaşamla paralellik taşıyan özelliklerine önem verdiklerini belirtmişlerdir.

Futbolcuların dijital oyunlarda kendi yaşam pratikleriyle ilişkilendirebilecekleri oyun türlerini tercih ettikleri, oyun içindeki gerçekçi ayrıntıların ise oyun deneyimlerini zenginleştirdiği anlaşılmaktadır. FIFA’nın yüksek gerçekçilik seviyesi, futbolcuların bu oyunu tercih etmelerindeki en güçlü motivasyon kaynağı olarak görülmektedir. Oyuncular, FIFA oyununu yalnızca bir eğlence aracı olarak değil, futbola olan bağlılıklarını dijital dünyada pekiştirmek ve futbol kariyerlerine katkıda bulunmanın bir yolu olarak da değerlendirmektedir.

Katılımcılar, FIFA’nın gerçekçi grafik özellikleri ve oyun dinamikleri sayesinde kendilerini gerçek sahadaymış gibi hissettiklerini ifade etmiştir. Katılımcılardan (**K16**), *"Oyunun grafik konusunda üst düzey ve gerçekçilik payını yansıtması dolayısıyla oynuyorum"* diyerek, FIFA’nın görsel gerçekçiliğinin oyun deneyimine katkısını vurgulamıştır. Benzer şekilde, *"Oyuncu yüzleri gerçek hayattaki*

oyunculara çok benzer" (K5) ve "FIFA oyunu bana çok realistik geldiği için oynuyorum" (K6) ifadeleri, oyunun sunduğu gerçekçi detayların futbolcular için önemli bir tercih sebebi olduğunu göstermektedir. Ayrıca, "FIFA'yı oynarken kendimi gerçek sahada hissediyorum" (K35) ifadesi, oyunun sunduğu atmosferin ve futbolculardaki sahaya çıkma hissini taklit etme yetisinin önemine dikkat çekmektedir.

Literatürde FIFA oyunu üzerinde yapılan incelemelerde, oyuncuların oyunun dinamik ve gerçekçi yapısı nedeniyle bu oyunu tercih ettikleri belirtilmektedir. Chow ve Tan (2021) ile Järvinen (2009) çalışmalarında, oyuncuların FIFA oyunundaki taktiksel değişiklikler, oyuncu değişiklikleri, formasyon ayarlamaları ve maçlardaki hamlelerin oyundaki başarılarını olumlu yönde etkilediğini vurgulamaktadır. Bu durum, oyuncuların karar verme süreçlerini geliştirdiğini ve yeniden düşünme becerilerini güçlendirdiğini göstermektedir (Gee 2003).

Ancak FIFA'nın gerçek futbol ortamıyla ilişkisi konusunda literatürde farklı görüşler de bulunmaktadır. Bazı oyuncular, oyun sırasında uyguladıkları taktiksel hamlelerin gerçek futbol ortamına aktarılabilceğini düşünürken, önemli bir kesim ise dijital ortam ile gerçek futbolun temel dinamiklerinin farklı olduğunu savunmaktadır. Andrews ve Crawford (2021) ile Eklund ve Roman (2017) tarafından yapılan araştırmalarda, gerçek futbolun, dijital oyunlardan farklı olarak anlık kararlar, fiziksel dayanıklılık ve baskı yönetimi gibi unsurlar içerdiği vurgulanmaktadır.

Dijital futbol oyunlarının sanal ortamda oynandığı göz önüne alındığında, bu oyunlar fiziksel kondisyon gerektirmez, psikolojik baskılar içermez ve maç içindeki fiziksel yoğunlukları yansıtmaz. Bu nedenle, gerçek futbolun fiziksel ve zihinsel zorlukları, dijital oyun ortamında simüle edilemeyecek seviyede karmaşık olabilir (Goldstein 2009; Llorens 2017).

İkinci tema olarak belirlenen "Futbola Duyulan Tutku ve Mesleki İlişki"de , katılımcılar (K1, K2, K3, K4, K19, K20 ve K25) mesleki yaşamları ve futbola yönelik tutkularının, dijital oyun tercihlerini önemli ölçüde etkilediğini ortaya koymuştur.

Futbolcuların dijital oyun tercihleri, meslekleriyle doğrudan ilişkilidir. Katılımcıların, futbolun hayatlarının merkezi olduğunu ve bu nedenle FIFA gibi futbol

simülasyonlarını oynarken mesleki becerilerini geliştirme, futbol bilgilerini pekiştirme ve oyun ortamında futbolla ilgili stratejiler üzerinde düşünme eğiliminde oldukları görülmektedir. Dijital futbol oyunları, oyuncuların profesyonel alanlarıyla bağ kurmalarını ve saha içindeki karar mekanizmalarını oyun ortamına taşıyarak geliştirmelerini sağlamaktadır.

Çalışmaya katılan futbolcular, FIFA'nın kendileri için yalnızca bir oyun olmadığını, aynı zamanda futbola olan tutkularını sürdürmek ve mesleki bilgi birikimlerini artırmak için önemli bir araç olduğunu belirtmiştir. *"Mesleğim nedeniyle hayatım yeşil sahalarda geçti. FIFA konsol oyunları futbol zekamı geliştirdi" (K2)* ifadesi, dijital futbol oyunlarının bilişsel gelişime katkı sağladığını ve futbol zekasını desteklediğini göstermektedir. Benzer şekilde, *"Gerçek futbola olan ilgimden dolayı FIFA oynuyorum" (K19)* ve *"Yaptığımız iş nedeniyle futbol sektöründe olmamız ilgimizi yükseltiyor" (K1)* ifadeleri, futbolcuların profesyonel meslekleriyle bağlantılı olarak FIFA oyununa ilgilerinin arttığını ortaya koymaktadır. Ayrıca, *"Hayatımın büyük bölümü futbol ile geçti. Bu spora aşık olduk, o yüzden FIFA oynuyorum" (K4)* ifadesi, futbolcuların FIFA'yı bir meslek pratiği ve tutkularının bir yansıması olarak gördüğünü göstermektedir.

Literatürde yapılan araştırmalarda da FIFA gibi spor simülasyonlarının futbolcuların taktiksel farkındalıklarını artırdığı ve profesyonel karar verme süreçlerine katkı sağladığı ifade edilmektedir. Williams ve Hodges (2005) çalışmalarında, oyuncuların FIFA oyununda yaptıkları oyuncu değişiklikleri ve pozisyon ayarlamaları gibi taktiksel hamlelerin, gerçek sahadaki karar mekanizmalarını etkileyebildiğini belirtmiştir. Oyun sırasında dinamik bir öğrenme ve adaptasyon süreci yaşandığı, oyuncuların maçın gidişatına göre hızlı aksiyonlar alarak taktiksel esnekliklerini artırdıkları ortaya konmuştur.

Üçüncü tema "Sosyalleşme ve Takım İçi Etkileşim", futbolcular (K3, K5, K6, K10, K22, K24, K26, K29 ve K33) dijital oyunları kullanmalarındaki sosyal boyutu ve takım içindeki bağları geliştirme yönünü ifade etmişlerdir. Bu bağlamda, katılımcıların oyunları, takım arkadaşlarıyla iletişim kurma, eğlenceli vakit geçirme ve takım içi bağları güçlendirme amaçlarıyla tercih ettikleri görülmüştür. Dijital oyunların takım içerisinde birliktelik duygusunu pekiştirici rolü dikkat çekmektedir.

Dijital oyunların futbolcular arasında sosyal etkileşimi güçlendirdiği ve takım içi dinamikleri geliştirdiği anlaşılmaktadır. Katılımcılar, FIFA gibi çok oyunculu ve takım temalı dijital oyunların, takım arkadaşlarıyla daha yakın ilişkiler kurmalarına ve eğlenceli bir rekabet ortamı yaratmalarına yardımcı olduğunu belirtmiştir.

Katılımcılar arasında, *"Arkadaş ortamında çok kişiyle oynanabilecek bir oyun olduğu için FIFA tercih ediyorum"* (K22) ifadesi, oyunun takım içinde grup hâlinde oynanmasının oyuncular için çekici bir unsur olduğunu ortaya koymaktadır. Benzer şekilde, *"Arkadaşlarımla rekabet etmek için oynuyorum"* (K24) ve *"Takımdaki arkadaşlarla oynamak eğlenceli oluyor"* (K27) şeklindeki ifadeler, dijital oyunların sosyal bağları güçlendirerek takım içi rekabet ve eğlence ortamını desteklediğini göstermektedir.

Bu bulgular literatürdeki çalışmalarla da uyumludur. Kowert, Domahidi ve Quandt (2014), FIFA gibi dijital futbol oyunlarının oyuncular arasındaki sosyal etkileşimi artırdığını, bu tür oyunların takım arkadaşlarıyla daha fazla iletişim kurulmasını sağlayarak takım içi bağları güçlendirdiğini belirtmektedir. Cole ve Griffiths (2007) tarafından yapılan çalışmada ise dijital oyunların sadece bireysel eğlence aracı olmadığı, takım içi dinamikleri pekiştiren ve takım ruhunu geliştiren bir platform sunduğu vurgulanmıştır.

Dördüncü tema olan “Psikolojik Rahatlama ve Stres Yönetimi”, dijital oyunların profesyonel futbolcular için psikolojik rahatlama ve stres azaltma aracı olarak kullanıldığını ortaya çıkarmıştır. Bu tema, katılımcılar (K12, K13 ve K18) tarafından vurgulanmıştır.

Futbolcular, dijital oyunları özellikle maç ve antrenman sonrası oluşan stresin yönetiminde ve zihinsel rahatlama süreçlerinde faydalı bir araç olarak değerlendirmektedir. Çalışmaya katılan katılımcılar, dijital oyunları oynama sebeplerini *"Stresten uzaklaşmak ve rahatlamak için oynuyorum"* (K12) ve *"Kafamdaki sesleri susturmak ve güzel zaman geçirmek için oynuyorum"* (K13) ifadeleriyle dile getirmişlerdir. Benzer şekilde, *"Yoğunluktan uzaklaşmak için iyi bir araç"* (K19) ve *"Stres azaltmak için oynuyorum çünkü maç ve antrenman derken sürekli stres halindeyiz"* (K10) görüşleri, futbolcuların oyunları yoğun stres dönemlerinde psikolojik rahatlama için tercih ettiklerini açıkça ortaya koymaktadır.

Literatürdeki araştırmalar da dijital oyunların stres azaltıcı ve psikolojik rahatlatıcı özelliklerini desteklemektedir. Jones (2018), dijital oyunların stres seviyelerini düşürerek sporcuların zihinsel rahatlamasını sağladığını belirtmiştir. Ayrıca, Bowman ve Tamborini (2012) tarafından yapılan çalışmada, dijital oyunların sporcularda performans kaygısını azaltarak duygusal dengeyi sağlamada etkili olduğu ifade edilmektedir.

Beşinci tema olarak, “Oyunun Yenilikçi ve Sürekli Gelişen Yapısı” teması, katılımcıların dijital oyunların sürekli güncellenen ve yenilikçi özelliklerini tercih ettiklerini ortaya koymaktadır. Bu tema, **(K14, K14, K16, K23, K28, K30, K34)** gibi katılımcılar tarafından desteklenmiştir.

Futbolcuların dijital oyunlara olan ilgilerinin devamlılığında oyunların yenilikçi ve sürekli güncellenen yapısının önemli bir faktör olduğu anlaşılmaktadır. Katılımcılar, oyunlardaki yeniliklerin, yeni oyun modlarının ve içerik güncellemelerinin heyecan verici olduğunu, bu unsurlar sayesinde oyunlarda uzun süreli olarak motive olduklarını belirtmişlerdir.

Katılımcı **(K15)**, "*Alex Hunter modu futbolu yakından tanımamıza sebep oldu*" diyerek, FIFA'daki yenilikçi hikâye modunun oyuncuların ilgisini çektiğini vurgulamaktadır. Benzer şekilde, "*Ultimate Team modu online olarak heyecan verici olduğu için tercihimdir*" **(K14)** ifadesi, çevrimiçi oyun modlarının futbolcular için rekabetçi bir motivasyon kaynağı olduğunu göstermektedir. Ayrıca, "*Kariyer moduna eklenen yeni jenerikler oyuncuyu sürekli teşvik ediyor*" **(K23)** ifadesiyle, oyun içi güncellemelerin ve yeniliklerin futbolcuların oyunlara bağlılığını artırdığı açıkça ortaya konmaktadır.

Wohn ve Wash (2013), yapmış oldukları çalışmalar ile dijital oyunların sürekli yenilenen içeriklerinin, oyuncuların motivasyonunu canlı tutmada önemli bir rol oynadığını belirtmektedir. Buna ek olarak, Salen ve Zimmerman (2004), oyunların yenilikçi mekanik ve içerik yapısının, oyuncuların oyun içindeki deneyimlerini zenginleştirerek uzun süreli bağlılık sağladığını ifade etmiştir. FIFA gibi popüler spor oyunlarının yıllık güncellemeler ve yeni modlarla sürekli yenilik sunması, oyuncuların düzenli olarak farklı deneyimler yaşamasına ve oyuna olan ilgilerinin sürmesine olanak sağlamaktadır (Hamari and Sjöblom 2017).

Profesyonel futbolcuların FIFA oyununu tercih etme nedenleri üzerine yapılan nitel içerik analizi, dijital oyun oynama motivasyonlarının çok boyutlu olduğunu ve bireysel, mesleki ve sosyal bağlamlarla şekillendiğini ortaya koymuştur. Nicel bulgular ise bu dinamiklerin zihinsel beceriler üzerindeki etkisini ölçümsel olarak sınırlı düzeyde desteklemektedir.

"FIFA Oyununu Oynarken Neler Hissediyorsunuz, Motivasyon Kaynaklarınız Nelerdir? Nasıl Tanımlarsınız sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde ;

Gerçekçilik ve Başarı Hissi, Rekabet ve Kazanma Motivasyonu, Rahatlama ve Stres Atma, Sosyal İlişkiler ve Takım İçi Etkileşim, Oyun İçinde Kendini Geliştirme ve İlerleme Motivasyonu temaları oluşturulmuştur.

Birinci tema olan “Gerçekçilik ve Başarı hissinde, futbolcuların dijital oyunları seçerken, oyunun gerçek yaşamla benzer özellikler taşımasına önem verdiklerini göstermektedir. Bu tema kapsamında katılımcılar, gerçekçi görsel özellikler ve günlük yaşama yakın deneyimler sunan oyunları tercih ettiklerini ifade etmişlerdir (**K1, K2, K3, K10, K13, K16, K17, K19, K30, K35**). Bu durum, dijital oyunların profesyonel sporcuların sahip olduğu rekabet ihtiyacına yönelik bir araç olarak kullanıldığını ortaya koymaktadır (Cairns, Cox ve Nordin, 2014). Bu bulgular, Cairns, Cox ve Nordin’in (2014) ortaya koyduğu “oyun içi gerçekliğin deneyim derinliğini artırma” kuramıyla örtüşmektedir. Gerçekçiliğin yüksek olduğu oyunlarda, kullanıcıların özdeşleşme düzeyleri artmakta, bu da oyuncunun başarı hissini daha yoğun yaşamasına olanak tanımaktadır. Nitekim Juul (2013) de, dijital oyunlarda kazanılan başarıların, gerçek yaşam deneyimlerinin yansıması olarak algılandığını ve bireyin psikolojik tatmin düzeyini artırdığını belirtmiştir.

Örneğin, katılımcı (**K2**), “*Kendimi oradaki karakterin yerine koyuyorum ve sanki gerçek hayatta başarıları elde etmiş gibi hissediyorum*” ifadesiyle, oyunun sağladığı temsil düzeyinin yüksekliğini ve bunun bireysel motivasyona olan katkısını vurgulamaktadır. Benzer şekilde, (**K3**) “*Her pas ve her gol bana gerçek futbolun parçasıymışım gibi hissettiriyor*” derken, oyun içi deneyimin somut dünyadaki futbolla olan benzerliğini ve bunun verdiği duygusal tatmini ortaya koymaktadır.

(K17)'nin, *"FIFA oynarken kendimi sahadaymış gibi hissediyorum"* ifadesi ise, dijital oyunun sunduğu immersive (daldırıcı) deneyimin düzeyine işaret etmektedir.

"Rekabet ve Kazanma Motivasyonu" teması, futbolcuların dijital oyunları tercih etmelerindeki önemli faktörlerden biri olarak ortaya çıkmaktadır. Katılımcılar (K5, K8, K11, K22, K23, K24, K25, K26), oyunlar aracılığıyla rekabetçi yönlerini tatmin ettiklerini ve başarı elde etme duygusunu deneyimleme fırsatı bulduklarını ifade etmiştir. FIFA gibi rekabetçi oyunlar, oyuncuların performanslarını ölçmelerine ve kazanma stratejileri geliştirmelerine olanak tanıyarak motivasyonlarını yükselten bir mekanizma sunmaktadır.

Katılımcı (K5), *"Arkadaşlarımla rekabet ederken, özellikle özgüveni yüksek arkadaşlarımı yenince çok keyif alıyorum"* ifadesiyle, oyun ortamındaki rekabetin sosyal boyutunu ve kazanma hissinin verdiği psikolojik tatmini vurgulamaktadır. Ayrıca, *"Kaybedersem çekilmez bir hal alıyorum. Kazanmak için elimden geleni yaparım"* (K8) ifadesi ise futbolcuların dijital oyunlardaki kazanma arzusunun yüksek olduğunu ve oyunları ciddi bir rekabet ortamı olarak algıladıklarını ortaya koymaktadır.

Bu bulgular ışığında, Vorderer, Klimmt ve Ritterfeld (2004), dijital oyunların, kullanıcıların rekabetçi ruhlarını tatmin ederek oyun deneyimlerini daha çekici hâle getirdiğini ifade etmektedir. FIFA gibi oyunların, oyuncuların gerçek hayattaki rekabet ve kazanma arzularını dijital platformda tatmin etmelerine olanak sağladığı vurgulanmaktadır. Gee (2005) tarafından yapılan araştırmada ise dijital oyunların oyuncuların kazanma stratejileri geliştirmelerine ve performanslarını sürekli olarak ölçerek motive olmalarına yardımcı olduğu belirtilmiştir. Ayrıca Juul (2013), oyunlardaki rekabet ortamının kazanma hissini güçlendirdiğini ve oyuncuların psikolojik tatmin düzeylerini artırarak oyun deneyimini daha anlamlı kıldığını dile getirmektedir.

Üçüncü tema olan "Rahatlama ve Stres Atma", futbolcuların dijital oyunları, yoğun maç ve antrenman süreçlerinde ortaya çıkan stres ve psikolojik baskıyı azaltmak için tercih ettiklerini ortaya koymaktadır. Bu bağlamda katılımcılar (K1, K10, K12, K13, K18, K20, K27, K31, K33, K34), FIFA gibi oyunları stres yönetimi, psikolojik

rahatlama ve zihinsel yükü hafifletmek amacıyla kullandıklarını ifade etmişlerdir. Futbolcuların oyun tercihlerini, futbol tutkusu, stres azaltma ihtiyacı, sosyal etkileşim ve oyun içi gerçekçilik algısı gibi faktörlere dayandırdıkları görülmektedir.

Katılımcılar bu temayı dile getirirken, oyunları stres azaltıcı ve psikolojik rahatlatıcı özelliklerinden dolayı tercih ettiklerini belirtmiştir. Örneğin, *"Oyunu oynama sebebim kafamdaki sesleri susturmak ve rahatlamak"* (K13) diyerek oyunun zihinsel rahatlama konusundaki önemini ifade etmiştir. Bir diğer katılımcı (K33) ise *"Maç öncesinde rahatlamak için FIFA oynamak iyi geliyor"* şeklindeki ifadesiyle, oyunun stres azaltıcı rolüne vurgu yapmaktadır.

Alan yazınında da futbolcuların FIFA gibi oyunları tercih etme sebepleri üzerine yapılan araştırmalar, elde edilen bu bulguları desteklemektedir. Consalvo, Mitgutsch ve Stein (2013) ile Hamari ve Sjöblom (2017) tarafından gerçekleştirilen çalışmalarda, oyuncuların oyunları tercih etmelerinde futbol tutkusunun yanı sıra stres azaltma ihtiyacı, sosyal etkileşim isteği ve oyun içindeki esneklik algısının da etkili olduğu belirtilmiştir. FIFA oyununun, futbolcuların streslerini azaltma, ruh hallerini düzenleme ve duygusal durumlarını kontrol etmelerinde etkili bir araç olduğu bildirilmektedir (Reinecke 2009; Granic vd. 2014).

Dördüncü tema, futbolcuların dijital oyunları sosyal ilişkileri ve takım içi iletişimi güçlendirme amacıyla kullandıklarını ortaya koymaktadır. Katılımcıların, (K5, K6, K15, K18, K28,K30,K32,K35) takım arkadaşlarıyla birlikte oyun oynayarak sosyal bağlarını pekiştirdikleri ve bu durumun takım içi dayanışmayı güçlendirdiği anlaşılmaktadır.

Katılımcılar dijital oyunları takım içi iletişim, uyum ve sosyal bağları güçlendirme açısından önemli bir araç olarak değerlendirmişlerdir. Bu bağlamda futbolcuların oyun ortamında yaşadıkları eğlenceli deneyimlerin takım içi dinamikleri geliştirdiği, espri ve rekabet ortamı oluşturarak grup içi ilişkileri güçlendirdiği ortaya çıkmaktadır.

Katılımcı futbolculardan(K28),*"Arkadaşlarımla oynarken eğlenceli oluyor; birbirimizi kızdırmak dostluğumuzu geliştiriyor"* diyerek oyun içi etkileşimin takım arkadaşları arasında samimiyet ve bağ oluşturduğunu ifade etmektedir. Bir başka

katılımcı (K32) ise, *"Gençlerle oynarken espri yapmak ve rahatlamak hoşuma gidiyor"* ifadesiyle, dijital oyunların takım içindeki farklı yaş grupları arasında bile olumlu bir etkileşim ortamı yarattığını belirtmiştir.

Bu bulgular, dijital oyunların takım içi iletişimi ve uyumu desteklediğine ilişkin literatürle de örtüşmektedir. Koca ve Aşçı (2018), dijital oyunların grup içi iletişimi teşvik ettiğini ve takım içi sosyal etkileşim düzeyini artırarak takım uyumuna katkı sağladığını vurgulamıştır. Aydın ve Savaş (2021) tarafından yapılan çalışmada ise dijital oyunların bireyler arasındaki iletişim kalitesini yükselttiği ve grup içi dinamiklere olumlu yönde etkiler sağladığı ifade edilmiştir. Ayrıca, futbolcular özelinde Güven (2020) tarafından yürütülen çalışmada, dijital oyunların takım içi ortak deneyimler oluşturarak bireyler arası ilişkileri güçlendirdiği ve takım uyumunu desteklediği belirtilmiştir.

Beşinci tema olan Oyun İçinde Kendini Geliştirme ve İlerleme Motivasyonunda ise katılımcılar, oyunda kişisel gelişim ve stratejik anlamda ilerlemekten motive olduklarını ifade etmiştir (K2, K9, K10, K13, K15, K19, K23, K24, K25). Futbolcuların FIFA oyununda taktiksel ve oyuncu değişiklikleriyle birlikte oyundaki becerisini geliştirmesi ve ilerleme kaydetmesi motivasyonlarını artırıcı bir unsur olarak görülmektedir.

Katılımcıların görüşleri incelendiğinde, dijital oyunların yalnızca eğlence aracı olarak değil, aynı zamanda bireylerin bilişsel gelişimini destekleyici ve stratejik düşünme becerilerini artırıcı bir araç olarak kullanıldığı görülmektedir. Futbolcular, özellikle FIFA gibi futbol simülasyonlarında, kariyer modları ve stratejik hamleler aracılığıyla oyun içinde kendilerini geliştirmeyi amaçladıklarını belirtmişlerdir.

(K25) *"Kariyer modunda kendimi nasıl daha çok geliştiririm diye düşünüyorum"* diyerek dijital oyunların kişisel gelişim süreçlerine yaptığı katkıyı vurgulamıştır. Bir başka katılımcı(K19) ise, *"Stratejik hamlelerin işe yaraması ve rakibi yenmek beni motive ediyor"* ifadesiyle oyun içinde uygulanan stratejilerin motivasyon artırıcı bir unsur olduğunu ortaya koymaktadır.

Alan yazını incelendiğinde de dijital oyunların, oyuncuların problem çözme, karar verme ve stratejik düşünme becerilerini geliştirdiği belirtilmektedir. Kaya ve

Tekin (2022), dijital oyunların bireylerin bilişsel gelişimlerine ve analitik düşünme süreçlerine olumlu etkiler sağladığını ifade etmektedir. Ayrıca Eryılmaz ve Doğan (2019) tarafından yapılan araştırmada, dijital oyunların oyuncuların karar alma süreçlerini hızlandırarak problem çözme yeteneklerini artırdığı vurgulanmıştır.

Özellikle futbol simülasyonları üzerinde yapılan çalışmalarda, FIFA gibi oyunların oyuncuların saha içi taktikleri analiz etme, stratejik oyuncu değişiklikleri yapma ve oyun mekaniklerini kavrama konusunda önemli faydalar sağladığı belirtilmektedir (Türkmen, 2020). Bu durum, futbolcuların gerçek saha performanslarına da olumlu yönde yansıtılabilmektedir.

Bu doğrultuda elde edilen bulgular, futbolcuların dijital oyun oynama motivasyonlarının karmaşık ve çok boyutlu olduğunu, tercihlerini şekillendiren faktörlerin gerçekçilik, rekabet, psikolojik rahatlama, sosyal etkileşim ve yenilikçi özellikler gibi geniş bir yelpazede olduğunu ortaya koymaktadır.

Nitel bulgular; oyun deneyiminin bağlamsal, psikolojik ve sosyal etmenlerle şekillendiğini, bu nedenle zihinsel becerilere dolaylı ve çok boyutlu katkılar sağladığını göstermektedir. Öte yandan nicel bulgular, bu katkılarının ölçülebilir düzeyde evrensel ve tüm boyutlarda anlamlı olmadığını, daha çok bireysel deneyimlere ve bağlamsal koşullara bağlı olarak değiştiğini ortaya koymaktadır.

"FIFA Oyununu Oynarken Botlara Karşı mı Oynuyorsunuz Yoksa Bir Başka Kişiyle Birlikte mi Oynuyorsunuz sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda yapılan nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde ;

Arkadaşlar ve Gerçek Kişilere Karşı Oynamayı Tercih Etme, Botlarla Oynamanın Eğitimsel ve Stratejik İşlevi, Botlara Karşı Oynamanın Monoton ve Sıkıcı Bulunması temaları oluşturulmuştur.

Birinci tema, futbolcuların dijital oyunları ağırlıklı olarak arkadaşlar ve gerçek kişilere karşı oynamayı tercih ettiklerini göstermektedir. Bu tercihi dile getiren katılımcılar (K2, K3, K5, K6, K7, K8, K9, K11, K16, K18, K19, K20, K22, K23, K24, K26, K28, K29, K30, K32, K35 ve K36) arasında yer almaktadır.

Katılımcılar, FIFA oyununu botlar yerine gerçek kişilerle oynamayı tercih ettiklerini, bu tercihlerinin temel nedenleri arasında gerçek oyuncularla etkileşimin daha eğlenceli, heyecan verici ve rekabet duygusunu daha güçlü bir şekilde yaşatması olduğunu ifade etmişlerdir. Gerçek kişilerle karşılıklı oyun oynamanın sağladığı sosyal etkileşim ve belirsizlik, futbolcuların oyun deneyimini zenginleştirmekte ve oyuna olan bağlılıklarını artırmaktadır.

Katılımcıların ifadeleri bu durumu açıkça ortaya koymaktadır. Örneğin, *"Arkadaşlarımla oynamak daha eğlenceli oluyor, yenme-yenilme duygusunu içten hissettiriyor"* (K3) ifadesi, gerçek kişilerle oynamanın duygusal olarak daha tatmin edici olduğunu göstermektedir. Bir diğer katılımcı olan (K9) ise *"Gerçek oyuncularla karşılaştığımda, her maçın sonucu belli olmuyor ve bu belirsizlik ilgimi artırıyor"* diyerek gerçek rakiplerin sağladığı heyecan ve belirsizliğin motivasyonu artırıcı etkisine vurgu yapmıştır.

Literatür incelendiğinde, dijital oyunlarda gerçek kişilerle etkileşimin sosyal etkileşimi artırarak oyuncuların tatmin düzeylerini yükselttiği ve oyun deneyimini daha çekici hâle getirdiği belirtilmektedir (Kowert ve Oldmeadow, 2013). Ayrıca Weber vd. (2014) tarafından yapılan çalışmada, gerçek rakiplerle mücadele etmenin yarattığı belirsizliğin ve yüksek zorluk seviyesinin, oyuncuların ilgisini sürekli canlı tutarak oyun bağlılığını artırdığı ifade edilmiştir.

Bu durum Öz Belirleme Kuramı bağlamında değerlendirildiğinde, oyuncuların sosyal etkileşim, yeterlilik ve özerklik gibi temel psikolojik ihtiyaçlarının gerçek oyuncularla oynanan oyunlarda daha iyi karşılandığı ve bu nedenle motivasyonlarının doğrudan arttığı görülmektedir (Ryan vd. 2006). Ayrıca Cole ve Griffiths (2007), dijital oyunların gerçek kişilerle oynanmasının sosyal bağları güçlendirdiğini ve takım arkadaşlarıyla kurulan ilişkileri desteklediğini ifade etmektedir.

İkinci temada katılımcılar (K1, K2, K6, K13, K15, K17, K18, K19, K20, K31, K36), dijital oyunlarda botlar ile yapılan maçları, oyun içi yeteneklerini geliştirmek, taktik denemeler yapmak ve bireysel oyun becerilerini güçlendirmek amacıyla kullandıklarını ifade etmişlerdir. Futbolcuların botlarla oynamayı eğitimsel ve stratejik

bir araç olarak değerlendirdikleri ve pratik yaparak oyunlarını iyileştirmeye yönelik oynadıkları anlaşılmaktadır.

Katılımcıların görüşlerinden hareketle, futbolcuların dijital oyunlarda botlara karşı oynamayı, taktiksel gelişimlerini destekleyici ve oyun içi becerilerini geliştirme amacıyla kullandıkları anlaşılmaktadır. Katılımcılar botlarla oynarken farklı senaryoları deneyimleyerek stratejik ve taktiksel anlamda kendilerini geliştirdiklerini ifade etmişlerdir.

Katılımcı **(K15)**, *"Botlara karşı oynama sebebim, kendi hatalarımı ve eksikliklerimi görmek ve bunları düzeltmek"* diyerek, botlarla oynamanın kendini değerlendirme ve geliştirme fırsatı sunduğunu belirtmektedir. Katılım sağlayan diğer **(K13)** ise , *"Kariyer modunda botlarla oynarken farklı senaryolar deneyerek stratejilerimi geliştiriyorum"* ifadesiyle, botlara karşı oynamanın taktiksel anlamda yeni stratejiler deneme ve oyun içi karar alma süreçlerini geliştirme fırsatı yarattığını vurgulamıştır.

Alan yazını incelendiğinde, dijital oyunların futbolcuların bireysel taktiksel ve stratejik becerilerinin gelişiminde önemli bir araç olduğu belirtilmektedir. Güven (2020), dijital oyunların oyuncular için yalnızca rekabetçi bir platform olmadığını, aynı zamanda futbolcuların taktiksel düşünme süreçlerini destekleyen bir simülasyon aracı olduğunu ifade etmektedir. Benzer şekilde Türkmen (2019), botlara karşı oynanan maçların oyuncuların problem çözme becerilerini geliştirdiğini ve oyun içindeki karar alma süreçlerini olumlu yönde etkilediğini ortaya koymuştur. Ayrıca Eryılmaz ve Doğan (2020) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, botlarla oynanan maçların futbolcuların farklı oyun stratejilerini test etmelerine ve belirli oyun senaryoları üzerinde çalışarak taktiksel becerilerini iyileştirmelerine katkı sağladığı vurgulanmaktadır.

Üçüncü tema, bazı futbolcuların botlara karşı oynamayı monoton ve sıkıcı bulduklarını içermektedir. Bu görüşü belirten katılımcılar; **(K5, K8, K23, K24, K33)** dür. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde gerçek oyuncularla karşılıklı oyunların botlara karşı oyunlara göre daha dinamik ve heyecan verici olduğu söylenebilir.

Katılımcılar, botlarla oynamanın başlangıç aşamalarında taktiksel ve stratejik gelişim açısından faydalı olduğunu belirtmekle birlikte, uzun vadede botların sınırlı stratejik derinliği nedeniyle monotonluk ve sıkıcılık oluşturduğunu ifade etmişlerdir. Bu noktada katılımcılardan **(K5)** , *"Botlara karşı oynamak bir zamandan sonra sıkıyor, sürekli aynı atak organizasyonlarını yapıyorlar"* diyerek botların tekdüze oyun tarzına dikkat çekmiştir. Başka bir katılımcı **(K23)** ise *"Botlarla oynarken hiç zevk alamıyorum"* ifadesiyle, botlarla oyun deneyiminin tatmin edici olmadığını vurgulamıştır.

Literatürde de bu görüşleri destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Ryan vd. (2006), dijital oyunlarda botların sınırlı davranış kalıpları nedeniyle gerçekçi bir rekabet ortamı sağlayamadığını ve oyuncuların kısa sürede oyun içerisinde tekrarlara düşerek motivasyon kaybına uğradığını belirtmektedir. Botların oyun sırasında sağladığı etkileşim ve rekabet hissi sınırlı olduğundan, oyuncuların ilgisini uzun süre sürdürme potansiyeli düşmektedir.

Bunun aksine, gerçek kişilerle oynanan maçların daha yüksek stratejik derinlik, çeşitlilik ve beklenmedik durumlar içerdiği belirtilmektedir. Sweetser ve Wyeth (2005), gerçek oyuncuların oyunda sürekli farklı ve yeni taktiklerle mücadele ettiğini ve bu durumun oyuncuların oyun deneyimini daha dinamik ve zengin hâle getirdiğini ifade etmektedir. Bu bağlamda gerçek oyuncularla yapılan oyunların futbolcular açısından motivasyonu artırma, sosyal etkileşimi güçlendirme ve oyun deneyimini derinleştirme açısından botlarla oynanan oyunlara kıyasla üstün olduğu söylenebilir.

Nitel veriler, profesyonel futbolcuların FIFA oyununu büyük oranda gerçek kişilerle oynamayı tercih ettiklerini ve bu tercihin altında sosyal etkileşim, rekabet duygusu ve oyun deneyiminin dinamizmi gibi unsurların yattığını göstermektedir. Gerçek kişilerle oynanan karşılaşmaların sağladığı belirsizlik, futbolcuların hem duygusal hem de zihinsel katılımını artırmakta; bu da oyunlara yönelik bağlılıklarını ve içsel motivasyonlarını güçlendirmektedir. Buna karşılık, botlara karşı oynama, strateji geliştirme, oyun içi becerileri test etme ve kendini değerlendirme açısından yararlı görülse de uzun vadede monoton ve sınırlı bulunmakta, bu nedenle motivasyon üzerinde olumsuz etki yaratabilmektedir. Bu nitel bulgular, Dijital Oyun Oynama

Tutum Ölçeği alt boyutlarından davranışsal tutum ve düşünsel tutum ortalamalarının görece yüksek çıkmasıyla örtüşmektedir; çünkü bu durum, futbolcuların oyunları bir rekabet aracı olarak görme ve oyun içinde stratejik gelişim sağlama eğilimlerini yansıtmaktadır.

"FIFA Oyununu Oynarken Stratejik ve Taktiksel Değişiklikler Yapıyor musunuz? Uyguluyorsanız Bu Stratejik ve Taktiksel Değişikleri Futbol Oynadığınız Gerçek Hayatta da Uyguluyor musunuz sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde;

Dijital Oyunların Gerçek Futbola Taktiksel Transferi ve Etkileşimi, Stratejik Değişikliklerin Sınırlı Kalması veya Gerçek Hayata Yansıtılmaması, Eğlence ve Fantezi Amaçlı Taktik Değişiklikler temaları oluşturulmuştur.

Birinci tema olan “Dijital Oyunların Gerçek Futbola Taktiksel Transferi ve Etkileşimi” kapsamında katılımcılar **(K1, K2, K3, K5, K7, K8, K9, K10, K11, K13, K19, K20, K23, K24, K29, K30)**, dijital futbol oyunlarında kullandıkları taktiksel bilgileri ve oyun içi deneyimleri gerçek futbol maçlarına taşıyabildiklerini ifade etmişlerdir. FIFA oyunlarındaki taktik varyasyonların, dizilişlerin ve stratejik hareketlerin gerçek futbolda uygulanmaya çalışıldığı, dijital oyunların bu anlamda öğrenme ve uygulama açısından değerli bir araç olduğu öne sürülebilir.

Katılımcılar, FIFA gibi dijital futbol oyunlarında öğrendikleri taktiksel ve stratejik bilgileri gerçek futbol yaşamlarında da kullandıklarını ve oyunların saha içindeki karar alma süreçlerini hızlandırarak futbol anlayışlarını geliştirdiğini ifade etmişlerdir. Bu durum, dijital oyunların futbolcuların saha içindeki stratejik düşünme ve uygulama becerilerini olumlu yönde etkilediğini ortaya koymaktadır.

Katılımcılar görüşlerini, *"Gerçek sahada takım olarak uyguladığımız hedef oyuncu taktiğini FIFA'da da deniyorum"* **(K5)** ifadesiyle, dijital ortamda öğrendikleri taktikleri gerçek futbol sahasına aktardıklarını belirtmektedir. Diğer katılımcı **(K24)** ise, *"Gerçek hayatta sahaya bakış açımı geliştiriyor, oyuncu yerleşimlerini dijital oyunda çok iyi kavradım"* şeklindeki ifadesiyle oyunların saha görüşünü geliştirme konusundaki katkısına vurgu yapmaktadır. Ayrıca katılım sağlayanlardan **(K23)**,

"Kırmızı kart gören bir defans oyuncusu varsa hemen sistemde değişikliğe giderim, daha hücumcu bir formasyon seçerim" diyerek oyun içinde taktiksel esneklik geliştirdiklerini belirtmiş, bir diğeri ise *"Rakibin hamlelerini engellemek için sürekli strateji değiştiriyorum"* (K1) ifadesiyle stratejik düşünme ve adaptasyon yeteneklerinin oyun aracılığıyla geliştiğini vurgulamıştır.

Literatürde de çalışmamdaki bulguları destekleyen araştırmalardan Reeves ve Read (2009), dijital oyunların oyuncuların karar alma süreçlerini hızlandırarak gerçek hayatta uyguladıkları stratejik ve taktiksel becerilerini geliştirdiğini belirtmiştir. Ayrıca, Vorderer ve arkadaşlarının (2013) yaptığı araştırmada, video oyunlarının sporcuların gerçek saha performanslarını olumlu yönde etkileyerek, stratejik düşünme ve saha içi karar verme süreçlerini güçlendirdiği ifade edilmiştir.

İkinci tema olan Stratejik Değişikliklerin Sınırlı Kalması veya Gerçek Hayata Yansıtılmamasında, bazı katılımcıların (K4, K15, K16, K18, K27, K31, K32, K33), dijital oyunlarda kullanılan taktiklerle gerçek futbol arasında güçlü bir bağ kuramadıklarını ya da bu bağın sınırlı olduğunu düşündüklerini ortaya koyulmaktadır. Dijital oyunlarda öğrenilen taktiklerin aktarılabilirliğinin oyuncudan oyuncuya değişkenlik gösterebildiği gibi dijital oyun ortamında kullanılan taktiklerin gerçek futbolun fiziksel ve teknik zorlukları ile yeterince uyumlu olmadığı, bu nedenle oyun içindeki taktiksel deneyimlerin gerçek sahaya aktarılamadığı düşünülebilir.

Katılımcıların bir bölümü, dijital futbol oyunlarının gerçek futbolun karmaşık yapısını ve fiziksel dinamiklerini tam anlamıyla yansıtamadığını ifade etmişlerdir. Bu bağlamda katılımcı (K15), *"Bu dijital bir oyun ve gerçek futbol tamamen farklı. Buradaki stratejileri gerçek sahada uygulamak pek mümkün değil"* diyerek dijital ortamda kullanılan stratejilerin sahaya doğrudan aktarılmasının zorluğunu vurgulamaktadır. Benzer şekilde başka bir katılımcı, *"Gerçek futbolla çok bağlantı kuramıyorum, FIFA'daki hamleleri saha içinde çok uygulayamıyorum"* (K18) şeklindeki ifadesiyle dijital ve gerçek futbol arasındaki temel farklılıklara dikkat çekmiştir.

Literatür incelendiğinde çalışmayı destekleyen çalışmalara rastlanmaktadır. Gee (2007), dijital oyunların gerçek yaşamın karmaşık dinamiklerini, fiziksel koşulları

ve saha içindeki psikolojik faktörleri tam olarak simüle edemediğini belirtmektedir. Dijital oyunlar, futbolun gerçek saha ortamındaki fiziksel mücadele, baskı ve belirsizlik gibi unsurlarını eksik temsil ettiğinden, oyuncuların dijital oyunlardaki deneyimlerini gerçek futbol sahasına doğrudan aktarması zorlaşmaktadır.

Üçüncü tema olarak bazı katılımcılar (**K26, K28, K31, K33, K35**), FIFA oyunu oynarken yapılan stratejik ve taktiksel değişiklikleri “Eğlence ve Fanteziye Dayalı Taktik Kullanımı” teması ile ifade etmişlerdir. Dijital oyunların, gerçek futboldan bağımsız olarak, eğlence odaklı ve gerçek futbol sahasında denenemeyecek taktik ve stratejilerin uygulanabildiği bir platform olabileceği, bu oyunlarda yaratıcı ve eğlenceli deneyimlerin ön plana çıkartılabileceği düşünülebilir.

Katılımcılar, dijital futbol oyunlarında gerçek saha ortamında uygulanamayacak deneysel ve eğlence odaklı taktikleri sıklıkla tercih ettiklerini belirtmiştir. Araştırmaya katılım sağlayan (**K28**) bu durumu, *"Arkadaşlarla oynarken normalde olmayacak şeyleri deniyoruz, eğleniyoruz"* ifadesiyle açıklarken, farklı bir katılımcı da (**K26**), *"Eğlenceli oluyor, farklı sistemler kurup bunları deniyorum, gerçek futbolla ilgisi yok"* diyerek oyun ortamında gerçekçi olmayan stratejileri eğlence ve yenilikçilik amacıyla kullandıklarını vurgulamıştır.

Bu durumu destekleyen araştırmalar mevcuttur. Örneğin Sweetser ve Wyeth (2005), dijital oyunlarda gerçekleştirilen deneysel ve yaratıcı taktiklerin oyuncuların yaratıcılığını teşvik ettiğini, oyun içindeki çeşitliliği artırarak deneyimi daha çekici ve tatmin edici hale getirdiğini ifade etmektedir. Benzer şekilde Juul (2010), dijital oyunların oyunculara gerçek hayatta mümkün olmayan veya uygulanması zor olan stratejik hamleleri deneme özgürlüğü sağlayarak yaratıcılıklarını ve oyundan aldıkları keyfi artırdığını belirtmiştir.

Nitel veriler, FIFA gibi dijital futbol oyunlarının oyunculara hem gerçek futbola aktarılabilir stratejik düşünme becerileri kazandırabileceğini hem de eğlence odaklı yaratıcı denemeler için bir alan sunduğunu ortaya koymaktadır. Katılımcıların büyük bir kısmı, dijital oyunlardaki taktiksel hamlelerin ve diziliş değişikliklerinin saha görüşlerini geliştirdiğini, gerçek futbola yansıtılabilir karar alma süreçlerini hızlandırdığını belirtmiş, bu durum özellikle Zihinsel Canlandırma ve Kendinle

Konuşma gibi zihinsel becerilerin yüksek ortalamalarıyla örtüşmüştür. Bu beceriler, oyuncuların oyunda öğrendikleri stratejileri zihinsel olarak prova etme ve karar verme süreçlerine aktarma eğiliminde olduklarını göstermektedir. Ancak diğer yandan, bazı katılımcılar, dijital oyunun gerçek futbolun fiziksel, teknik ve psikolojik dinamiklerini yeterince yansıtamadığını ifade ederek, dijitalde öğrenilen taktiklerin sahaya birebir transfer edilemeyeceğini vurgulamıştır. Bu görüşler, nicel bulgularla uyumlu olarak, Dijital Oyun Oynama Tutumu ile Zihinsel Beceri Envanteri toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmaması ($p>0,05$) sonucu ile örtüşmektedir. Bununla birlikte, dijital oyunu yalnızca eğlence ve fantezi alanı olarak gören katılımcıların varlığı (P28, P26), oyun deneyiminin herkes için stratejik ya da profesyonel bir gelişim aracı olarak kullanılmadığını, bu tercihlerin kişisel motivasyon, oyun bağlamı ve sosyal ortam gibi faktörlere bağlı olarak çeşitlilik gösterdiğini ortaya koymaktadır.

"FIFA Oyununu Oynamanız Size Futbol Bilgisi Anlamında Katkı Sağlıyor mu sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde;

Teknik ve Taktiksel Futbol Bilgisini Artırması, Genel Futbol Kültürüne ve Oyuncu Bilgisine Katkısı, Stratejik ve Analitik Düşünceyi Geliştirme, Dijital Oyunun Futbol Bilgisine Katkısının Sınırlı Olması temaları oluşturulmuştur.

Birinci tema olan “Teknik ve Taktiksel Futbol Bilgisini Artırması”, katılımcıların büyük çoğunluğu tarafından vurgulanmıştır (**K1, K2, K3, K6, K7, K8, K9, K10, K11, K19, K20, K23, K24, K25, K29, K30**). Dijital futbol oyunlarının, futbolcuların teknik ve taktik bilgilerini pekiştirmede etkili olabileceği, özellikle oyun içindeki çeşitli dizilişler, taktik varyasyonlar ve oyuncu pozisyonları hakkındaki bilgilerin, futbolcuların gerçek sahadaki performanslarına olumlu yönde katkı sağlayabileceği düşünülebilir.

Katılımcılar, dijital oyunların taktik, diziliş ve oyuncu rollerini denemelerine olanak sağlayarak futbol bilgilerini artırdığını ve gerçek futbol yaşamlarına olumlu yansımaları olduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda (**K19**), *"Oyunda dizilişleri, oyuncu rollerini ve maç içindeki taktikleri deneyimleyerek futbol bilgimi artırıyorum"*

ifadesiyle oyunların eğitsel potansiyeline dikkat çekmektedir. Bir başka katılımcı da **(K23)** *“Takımımı iyi kurgularsam gerçek hayatta oynadığım futbola da olumlu etkisi oluyor”* diyerek dijital oyunların gerçek saha performansına katkısını vurgulamaktadır.

Bu bulgular doğrultusunda ise Gee (2003), dijital oyunların interaktif öğrenme süreçleri sunduğunu ve bu sayede oyuncuların gerçek hayattaki becerilerini, kavrayışlarını ve stratejik düşünme yeteneklerini zenginleştirdiğini belirtmektedir. Ayrıca Connolly ve arkadaşları (2012), dijital oyunların özellikle taktik ve stratejik düşünme becerilerini geliştirmede etkili eğitim araçları olduğunu ve oyuncuların karmaşık senaryoları anlamlandırma yeteneklerini artırdığını ifade etmektedir.

İkinci tema olarak belirlenen **“Genel Futbol Kültürü ve Oyuncu Bilgisine Katkı”**, temasına Katılımcılar **(K1, K2, K4, K8, K14, K15, K16, K18, K21, K22)**, futbol kültürleri ve genel futbol bilgilerini genişletme açısından dijital oyunlardan faydalandıklarına yönelik cevap vermişlerdir. Dijital oyunlar sayesinde farklı liglerde oynayan oyuncuları, takımları ve oyun stillerini daha yakından tanıma fırsatı bulunabilir ve bu bilgilerin futbolcuların genel futbol kültürlerini zenginleştirmede alternatif bir yol olarak kullanılabileceği ifade edilebilir.

FIFA gibi dijital futbol oyunlarının yalnızca teknik ve taktik becerilerini geliştirmekle kalmadığını, aynı zamanda futbolun genel kurallarını, lig sistemlerini ve oyuncu özelliklerini öğrenmelerinde de etkili olduğunu katılımcılar ifade etmişlerdir. *“Bilmediğim takım ve oyuncu isimlerini FIFA sayesinde öğrendim, oyuncuları daha yakından takip ediyorum”* durumu katılımcı **(K8)** ifadesiyle belirtirken, diğer yandan **(K1)**, *“Farklı liglerin kurallarını, oyuncuların özelliklerini FIFA’dan öğrendim”* diyerek oyunun bilgi edinme konusundaki önemini vurgulamıştır.

Bulguların desteklendiğini gösteren çalışmalarda Gee (2007), dijital oyunların karmaşık sistemleri ve süreçleri oyunculara daha basit ve anlaşılır bir şekilde sunduğunu, böylece oyuncuların yeni bilgileri daha hızlı ve etkin biçimde öğrenmelerini sağladığını dile getirmektedir. Benzer şekilde Squire (2011), dijital oyunların öğrenme süreçlerinde oyunculara geniş kapsamlı ve ayrıntılı bilgileri interaktif biçimde aktardığını, böylece oyuncuların konuyla ilgili daha derin ve kalıcı kavrayışlar geliştirdiğini ifade etmektedir.

Üçüncü tema olan “**Stratejik ve Analitik Düşünceyi Geliştirme**” Katılımcılar (K2, K7, K9, K13, K24, K26, K34, K35), dijital oyunları stratejik ve analitik düşünme yeteneklerini geliştiren bir araç olarak görmektedir. FIFA oynayan futbolcuların, oyun içi problemlere hızlı ve yaratıcı çözümler bulmalarının, gerçek futbolda saha içindeki karar verme süreçlerine olumlu etkileri olabileceği söylenebilir.

Katılımcılar, FIFA gibi dijital futbol oyunlarının analitik düşünme, problem çözme ve stratejik karar alma becerilerini geliştirdiğini ifade etmişlerdir. (K13) *"Oyunda yaşadığım problemler sabır ve problem çözme yeteneklerimi artırıyor"* diyerek, dijital oyunların bilişsel esneklik ve zorluklara karşı çözüm üretme becerisini artırıcı etkisine dikkat çekmiştir. (K34) ise, *"Analitik düşünme yeteneğimi ve futbola farklı bakış açımı geliştiriyor"* diyerek, oyunların sunduğu stratejik karar alma süreçlerinin futbol anlayışlarını nasıl şekillendirdiğini vurgulamaktadır.

Alan yazınında yapılan araştırmalar da bu bulguları desteklemektedir. Green ve Bavelier (2012), dijital oyunların bilişsel esneklik, analitik düşünme ve hızlı karar verme becerilerini güçlendirdiğini ortaya koymuştur. Bu becerilerin, özellikle hızlı karar almayı gerektiren spor dallarında oyuncuların sahadaki performanslarına doğrudan katkı sağladığı ifade edilmektedir. Reeves ve Read (2009) tarafından yapılan çalışmalarda ise, oyun temelli öğrenme süreçleriyle edinilen stratejik düşünme becerilerinin gerçek saha koşullarında da transfer edilebilir olduğu vurgulanmaktadır.

Son olarak dördüncü tema olan “**Dijital Oyunun Futbol Bilgisine Katkısının Sınırlı olmasında**” katılımcılar (K4, K15, K16, K17, K18, K31) olarak görülmektedir. Oyun ortamının gerçek saha koşullarını ve fiziksel zorlukları yeterince yansıtmamakla birlikte gerçek futbol için gerekli bazı becerilerin dijital oyunlardan tam olarak öğrenilemeyeceği öngörülmektedir.

Çalışmada yer alan bazı katılımcılar, FIFA gibi dijital futbol oyunlarının sağladığı taktik ve teknik bilgilerin yüzeysel kaldığını ve gerçek futbol ile dijital oyunlar arasında belirgin farklılıklar olduğunu ifade etmişlerdir. Araştırmaya katılımcı olarak katılan (K4), *"Oyundan futbolcu isimlerini tanımak dışında çok bir şey öğrenmedim"* diyerek oyunların bilgi aktarımı açısından sınırlı olduğunu belirtirken, bir diğer katılımcı (K16) ise *"Bu bir oyun, gerçek futboldan farklı; futbol bilgime çok*

katkısı olduğunu düşünmüyorum" ifadesiyle oyunların gerçek futbol deneyimine birebir katkı sağlamadığını vurgulamaktadır.

Juul (2010), dijital oyunların gerçek spor deneyimlerinin tüm unsurlarını yansıtamadığını, yalnızca belirli yönleri simüle edebildiğini ifade etmektedir. Benzer şekilde, Sweetser ve Wyeth (2005) dijital oyunların gerçek dünyadaki fiziksel, psikolojik ve taktiksel karmaşıklığı birebir sunmakta yetersiz olduğunu ve spor oyunlarının ancak belirli kurallar çerçevesinde futbolun belirli yönlerini aktarabildiğini ortaya koymuştur.

Nitel veriler dijital futbol oyunlarının özellikle teknik-taktik bilgi, futbol kültürü, analitik düşünme ve stratejik becerilerin gelişimi bağlamında futbolcular üzerinde olumlu etkiler yarattığını ortaya koymaktadır. Bu durum, nicel verilerde yüksek düzeyde çıkan Zihinsel Canlandırma, Kendinle Konuşma ve Duyguları Düzenleme gibi zihinsel becerilerin oyun deneyimi ile desteklenebileceğini düşündürmektedir.

"FIFA Oyunu Oynamanın Olumlu ve Olumsuz Yanları Nelerdir sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde ;

Eğlence ve Stres Azaltma, Sosyal Etkileşim ve Arkadaşlık İlişkilerini Güçlendirme, Futbol Bilgisi ve Stratejik Düşünme yeteneğini Geliştirme, Bağımlılık ve Zaman Yönetimi Sorunları, Sağlık problemleri, Psikolojik Etkiler ve Stres temaları oluşturulmuştur.

Birinci tema olan Eğlence ve Stres Azaltma, katılımcılar (**K1, K2, K3, K10, K13, K16, K17, K19, K30, K35**), tarafından dijital oyunların temel kullanım amacının eğlenmek ve stres azaltmak olduğunu vurgulamaktadır. Dijital oyunların özellikle yoğun antrenman ve maç temposunun oluşturduğu stresi azaltmak ve keyifli vakit geçirmek için etkili bir araç olabileceği söylenebilir.

Katılımcılar, yoğun maç temposu sonrasında stres atmak ve eğlenmek amacıyla FIFA gibi dijital oyunları tercih ettiklerini belirtmiştir. Bu durum, dijital oyunların futbolcular için yalnızca rekabet veya öğrenme aracı olmadığını, aynı

zamanda stres yönetimi ve rahatlama sağlayan bir eğlence kaynağı olarak görüldüğünü ortaya koymaktadır.

Katılımcılardan (**K1, K2, K8, K11, K30, K35**) , *"Yoğun maç temposundan sonra stres atmak ve eğlenmek için oynuyorum"* diyerek, dijital oyunların fiziksel ve zihinsel rahatlama katkı sunduğunu ifade etmektedir. Özellikle profesyonel futbolcular için maç ve antrenman süreçlerinin getirdiği baskıyı azaltma noktasında FIFA gibi oyunların sosyal ve psikolojik bir kaçış noktası sağladığı görülmektedir.

Literatür incelendiğinde, bu bulguların alan yazındaki çalışmalarla örtüştüğü görülmektedir. Kowert ve Oldmeadow (2013), dijital oyunların eğlence ve sosyal etkileşim açısından oyuncuları motive ettiğini ve oyunların, bireylerin stres yönetimi süreçlerine destek sağlayan önemli bir faktör olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde, Trepte ve arkadaşları (2012), dijital oyunların oyuncular arasında sosyal bağlantıları güçlendirmenin yanı sıra bireylerin eğlenerek rahatlama ve streslerini yönetmelerine de katkıda bulunduğunu ifade etmektedir.

İkinci tema “Sosyal Etkileşim ve Arkadaşlık İlişkilerini Güçlendirme” olarak belirlenmiştir. Bu tema kapsamında katılımcılar (**K5, K8, K15, K20, K22, K29, K32, K33**), oyunların takım arkadaşları ve yakın çevreyle sosyal bağları güçlendirme konusunda önemli bir işlev gördüğünü belirtmişlerdir. Böylece dijital oyunların, futbolcuların takım içi ve sosyal ilişkilerini pekiştirdiği anlaşılmaktadır

Katılımcılar, FIFA gibi dijital oyunların sosyal bağları güçlendirdiğini ve takım ruhunu pekiştirdiğini ifade etmişlerdir. Özellikle arkadaşlarıyla birlikte oynarken rekabetin yanı sıra eğlenceli vakit geçirdiklerini ve bu süreçte sosyalleştiklerini belirtmişlerdir.

"Arkadaşarımla birlikte oynarken hem eğleniyoruz hem de rekabet ederek sosyalleşiyoruz" katılımcıların (**K5, K8, K15, K20, K22, K29, K32, K33**) ifadesiyle, FIFA'nın yalnızca bireysel bir oyun deneyimi sunmadığını, aynı zamanda sosyal etkileşim için önemli bir platform sağladığını vurgulamaktadır. Katılımcıların ifadeleri, dijital oyunların oyuncular arasında etkileşimi artıran ve takım dinamiklerini güçlendiren bir araç olarak işlev gördüğünü ortaya koymaktadır.

Literatüre baktığımızda bulguları destekleyen çalışmalardan. Cole ve Griffiths (2007), dijital oyunların sosyal bağlar kurma ve mevcut ilişkileri geliştirme noktasında önemli katkılar sunduğunu ortaya koymuştur. Özellikle çevrimiçi ve çok oyunculu oyunların, bireylerin iletişim becerilerini artırarak sosyal çevrelerini genişletmelerine olanak tanıdığı belirtilmektedir. Benzer şekilde, Kowert ve Oldmeadow (2013), dijital oyunların bireyler arasında iş birliği ve dayanışmayı teşvik ederek sosyal ilişkileri güçlendirdiğini ve grup içi etkileşimleri olumlu yönde etkilediğini ifade etmektedir.

Üçüncü tema olarak “Futbol Bilgisi ve Stratejik Düşünme Yeteneğini Geliştirme” temasında Katılımcılar (**K2, K3, K6, K9, K19, K24, K25**), dijital oyunların futbol bilgilerini ve stratejik düşünme becerilerini geliştirdiklerini vurgulamıştır. FIFA oyunu, futbolcular üzerinde olumlu etkiler yaratarak oyun esansında öğrendikleri birikimleri gerçek futbolda icra edebilmeleri adına bir seçenek olabilir.

Katılımcılar, FIFA gibi dijital futbol oyunlarının futbol bilgilerini artırmalarına yardımcı olduğunu ve taktiksel becerilerini geliştirdiğini ifade etmişlerdir. Oyunun, dizilişler ve stratejik hamleler konusunda sunduğu detaylı seçenekler sayesinde futbolcuların teknik ve taktik yönleri daha iyi kavradıkları görülmektedir.

Katılım sağlayan (**K2, K3, K6, K9, K19, K24, K25**), *"Futbol bilgimi artırıyor, taktik ve diziliş konusunda bana yeni şeyler öğretiyor"* diyerek oyunun futbol anlayışına katkıda bulunduğunu belirtmiştir. Katılımcıların görüşleri, FIFA gibi oyunların oyuncuların stratejik ve analitik düşünme becerilerini geliştirmesine yardımcı olduğunu ve bu durumun saha içi karar alma süreçlerine olumlu yönde yansıyabileceğini göstermektedir.

Alan yazında da bu bulguları destekleyen çalışmalar mevcuttur. Green ve Bavelier (2012), dijital oyunların bilişsel yetenekleri artırarak oyuncuların hızlı karar verme ve analitik düşünme becerilerini geliştirdiğini ortaya koymuştur. Benzer şekilde Gee (2007), dijital oyunların interaktif doğasının, oyuncuların kavramsal anlayışlarını genişleterek öğrenme süreçlerini desteklediğini vurgulamaktadır. Hazar (2018) ise spor oyunlarının, oyuncuların taktiksel farkındalığını artırdığını ve futbolun teknik yönlerine dair kapsamlı bilgi edinmelerini sağladığını belirtmektedir.

Ayrıca, Reeves ve Read (2009) tarafından yapılan çalışmalar, oyun tabanlı öğrenme süreçlerinin saha içi karar alma yeteneklerini geliştirdiğini ve oyuncuların farklı taktikleri deneyimleyerek gerçek sahadaki stratejik karar alma mekanizmalarını güçlendirdiğini ortaya koymaktadır.

Dördüncü tema olan “Bağımlılık ve Zaman Yönetimi Sorunları”, Katılımcılar **(K10, K13, K23, K27, K31)** olumsuz yönde görüş bildirmişlerdir. Dijital oyunların kontrolsüz kullanımına bağlı olarak ortaya çıkabilecek sorunlarla birlikte, oyunların aşırı kullanımının zaman yönetimini zorlaştırdığını ve bağımlılık riski oluşturmasıyla birlikte bu durumun performans ve günlük rutinleri olumsuz etkileyebileceği ifade edilebilir.

Katılımcılar, FIFA gibi dijital futbol oyunlarının bazı olumsuz yönlerini de dile getirmiştir. Özellikle uzun süre oyun oynama eğiliminin, zaman yönetimi konusunda zorluklar yaratabileceği ve bağımlılığa yol açabileceği belirtilmiştir. Oyunun eğlenceli ve rekabetçi doğası gereği futbolcuların oyuna daha fazla zaman ayırması, bu etkinliğin kontrolsüz hale gelmesine neden olabilmektedir.

"Bazen fazla oynayınca zamanımı verimli kullanamıyorum, bağımlılık yapıyor" **(K10, K13, K23, K27)** diyerek katılımcılar, dijital oyunların aşırı kullanımının zaman yönetimi üzerinde olumsuz etkileri olabileceğini vurgulamaktadır. Özellikle profesyonel sporcuların antrenman, dinlenme ve sosyal hayat dengesini korumaları gerektiği düşünüldüğünde, uzun süreli oyun oynama alışkanlığının zaman zaman verimliliği düşürebileceği ifade edilmektedir.

Alan yazındaki çalışmalar da bu bulguları desteklemektedir. Griffiths (2008), dijital oyun bağımlılığının bireylerin günlük yaşam aktivitelerini olumsuz etkileyebilecek ciddi bir risk taşıdığını ve aşırı oyun oynama davranışlarının zaman yönetimi sorunlarına yol açabileceğini belirtmektedir. Király ve arkadaşları (2014) ise dijital oyun bağımlılığının bireyin akademik, profesyonel ve sosyal yaşantısını sekteye uğratabileceğini ifade etmektedir. Ayrıca, Przybylski ve arkadaşları (2010), oyun bağımlılığının, bireylerin zaman yönetimi becerilerini olumsuz etkileyerek, oyun oynama süreleri üzerindeki kontrolü kaybetmelerine neden olabileceğini vurgulamaktadır.

Beşinci tema, “Sağlık Problemleri (Hareketsizlik, Göz Sağlığı vb.)” olarak ifade edilmiştir. Katılım sağlayan **(K5, K16, K22, K23, K36)**, uzun süreli dijital oyun kullanımının hareketsizlik ve göz sağlığı başta olmak üzere fiziksel sağlık sorunlarına yol açtığını belirtmiştir. Dijital oyun kullanımının futbolcular üzerinde sağlık açısından olumsuz etkiler yaratabileceği öngörülmektedir.

Katılımcılar, FIFA gibi dijital oyunların yalnızca zaman yönetimi ve bağımlılık açısından değil, aynı zamanda fiziksel sağlık üzerindeki olumsuz etkileri konusunda da endişelerini dile getirmiştir. Özellikle uzun süre hareketsiz kalma ve ekrana bakma süresinin artması, fiziksel sağlık açısından riskler doğurabilmektedir.

"Hareketsizlik ve uzun süre ekrana bakmak sağlığıma olumsuz etkiliyor, göz problemlerine neden olabilir" **(K5, K16, K22, K23, K36)** diyerek, uzun süreli oyun oturumlarının fiziksel sağlığa zarar verebileceğini belirtmiştir. Katılımcıların bu ifadeleri, dijital oyunların aşırı kullanımının sağlık sorunlarına yol açabileceği yönündeki bilimsel çalışmalarla da örtüşmektedir.

Alan yazındaki çalışmalar, dijital oyunların uzun süreli kullanımının fiziksel aktiviteyi azalttığını ve bu durumun sağlık üzerinde çeşitli olumsuz etkiler yaratabileceğini göstermektedir. Marshall ve arkadaşları (2004), hareketsiz eğlence alışkanlıklarının obezite, kas-iskelet sistemi rahatsızlıkları ve göz yorgunluğu gibi sağlık sorunlarını artırabileceğini ifade etmektedir. Ayrıca, Tremblay ve arkadaşları (2011), uzun süreli ekran kullanımının fiziksel aktivite eksikliğine neden olduğunu ve bu durumun genel sağlık üzerinde olumsuz etkiler yarattığını vurgulamaktadır.

Son olarak, “Psikolojik Etkiler ve Stres” başlıklı altıncı temada, Katılımcılar **(K1, K7, K8, K9, K17, K18, K21, K31, K33)**, dijital oyunların bazı durumlarda oyuncular üzerinde olumsuz psikolojik etkilere ve strese neden olabildiğini ifade etmişlerdir. Özellikle oyun sırasında rekabetin ve kaybetme hissinin bazen olumsuz psikolojik etkiler yaratabileceği düşünülmektedir.

Katılımcılar, FIFA gibi rekabetçi dijital futbol oyunlarının stres seviyelerini artırabileceğini ve kayıpların duygusal tepkiler üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini ifade etmiştir. Rekabet ortamının sağladığı motivasyon ve heyecanın

yanı sıra, kaybetme deneyimi oyuncular için hayal kırıklığı ve öfke gibi negatif duygulara yol açabilmektedir.

"Kaybettiğimde çok sinirleniyorum ve oyun bana stres yaratabiliyor" (K1, K7, K8, K9, K17, K18, K21, K31, K33) diyerek, dijital oyunların psikolojik açıdan zorlayıcı olabileceğine işaret etmişler. Özellikle FIFA gibi rekabetçi spor oyunlarında, kazanma arzusu ve başarısızlık korkusunun duygusal baskıyı artırdığı görülmektedir.

Bu bulgular literatürde de desteklenmektedir. Eryılmaz ve Doğan (2019), rekabetçi dijital oyunların duygusal yönetimi zorlaştırabileceğini ve oyuncuların kayıp yaşadıklarında stres seviyelerinin arttığını belirtmiştir. Karagün ve Yıldırım (2020), yoğun rekabet içeren oyunların kaybetme korkusu, başarısızlık hissi ve hayal kırıklığı gibi olumsuz duygulara sebep olabileceğini ortaya koymaktadır. Özellikle profesyonel futbolcular gibi rekabeti yüksek seviyede deneyimleyen bireyler için, oyun kayıplarının psikolojik baskıyı artırıcı bir unsur olduğu ifade edilmektedir.

Bu tür oyunların olumsuz duygusal etkilerini yönetmek için, oyuncuların yalnızca rekabete değil, aynı zamanda eğlence ve stratejik gelişim gibi unsurlara da odaklanmaları önerilmektedir (Türkmen, 2021). Böylece, oyun deneyiminin psikolojik baskıdan ziyade bilişsel gelişim ve keyif alma sürecine dönüşmesi sağlanabilir.

Bu bulgular, nicel ve nitel verilerin birlikte yorumlandığı bütüncül bir bakış açısıyla değerlendirildiğinde, dijital oyunların futbolcular için çok boyutlu etkiler yarattığını göstermektedir. Nitel veriler, FIFA gibi dijital futbol oyunlarının futbolcular açısından hem eğlenceli bir boş zaman aktivitesi hem de sosyal bağları güçlendiren bir araç olduğunu ortaya koyarken; aynı zamanda stratejik düşünme, futbol bilgisi kazanımı ve psikolojik rahatlama gibi alanlarda da katkı sağladığını göstermektedir. Bu bulgular, nicel verilerle kısmen örtüşmektedir. Örneğin, çalışmada en yüksek ortalamaya sahip zihinsel becerilerden biri olan Zihinsel Canlandırma ve Kendinle Konuşma, oyuncuların oyun sırasında zihinsel strateji kurduklarını, oyun deneyimini kendi hayatlarına uyarladıklarını ve oyun ortamındaki olayları gerçek yaşamla bağdaştırarak anlamlandırdıklarını düşündürmektedir.

Bununla birlikte, nitel veriler dijital oyunların aşırı kullanımına bağlı olarak oluşabilecek riskleri de ortaya koymaktadır: bağımlılık, zaman yönetimi sorunları, fiziksel sağlık problemleri (hareketsizlik, göz sağlığı vb.) olduğunu belirtmişlerdir. Bu durum, nicel verilerde zihinsel beceriler ile dijital oyun oynama tutumu arasında anlamlı bir ilişki bulunamaması ($p>0,05$) sonucu ile uyumludur.

"FIFA oyunu oynamanın, gerçek futbol performansına olumlu ve olumsuz etkileri nelerdir sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde ;

Taktiksel Etkiler, Teknik ve Beceri Etkileri, Psikolojik ve Motivasyonel Etkiler, Fiziksel ve Gerçekçilik Boyutu temaları oluşturulmuştur

Taktiksel Etkiler açısından değerlendirildiğinde, katılımcılar dijital oyunların stratejik düşünme becerilerini geliştirdiğini, saha görüşlerini artırdığını ve taktik anlayışlarını genişlettiğini ifade etmişlerdir (**K2, K6, K7, K9, K10, K19, K20, K23, K24, K25, K29, K33, K35**). Ancak bazı katılımcılar, dijital oyunlarda öğrenilen taktiklerin gerçek futbolla birebir örtüşmediğini ve yanlış uygulamaların saha içindeki performansı olumsuz etkileyebileceğini belirtmişlerdir (**K3, K15, K20, K25, K28, K30**). Katılımcılardan gelen görüşler doğrultusunda dijital oyunların taktik bilgisini artırma potansiyeline sahip olduğunu ancak gerçek saha deneyiminden bağımsız olarak değerlendirilmesi gerektiği söylenebilir.

Katılımcılar, FIFA gibi dijital futbol oyunlarının stratejik düşünme becerilerini geliştirdiğini ve saha içindeki pozisyon alma ile hızlı karar verme süreçlerine katkıda bulunduğunu belirtmiştir. Özellikle oyun içinde uygulanan taktiklerin, oyuncuların sahada daha bilinçli ve hızlı düşünmesine yardımcı olduğu ifade edilmektedir.

"FIFA'da oyun içinde doğru stratejiler geliştirmeyi öğreniyorum, hızlı ve stratejik kararlar alıyorum. Bu durum gerçek sahada hızlı düşünmeme yardımcı oluyor" (**K3, K6, K9, K10, K19, K20, K23, K24, K29, K33**) diyerek, oyun deneyiminden edindiği taktiksel kazanımların gerçek sahada kendisine avantaj sağladığını belirtmişlerdir.

Alan yazında da bu bulguları destekleyen çalışmalar mevcuttur. Green ve Bavelier (2012), dijital futbol oyunlarının futbol anlayışını geliştirerek, oyuncuların saha içindeki pozisyon alma becerilerini ve stratejik düşünme yeteneklerini artırdığını ifade etmektedir. Ancak, bazı araştırmalar dijital oyunlarda öğrenilen taktiklerin birebir gerçek futbolla örtüşmediğini vurgulamaktadır. Meara (2020), oyun içi stratejilerin sahada uygulanmasının her zaman mümkün olmadığını ve bazen yanlış uygulamaların saha içi performansı olumsuz etkileyebileceğini ortaya koymaktadır.

Bunun yanı sıra, Evans (2018) dijital oyunlardaki stratejilerin çoğu zaman abartılı veya idealize edilmiş olduğunu ve gerçek saha koşullarından farklı dinamiklere sahip olduğunu belirtmektedir. Bu durum, oyunlarda kazanılan stratejik alışkanlıkların doğrudan gerçek sahaya taşınmasının her zaman doğru bir sonuç vermeyebileceğini göstermektedir.

Teknik ve Beceri Etkileri açısından incelendiğinde, futbolcular dijital oyunların pas, plase ve diğer teknik hareketlerde gelişim sağladığını ve farklı teknikleri deneme cesaretlerini artırdığını ifade etmişlerdir (**K5, K12, K22, K23, K26, K27, K30, K34**). Bununla birlikte, bazı katılımcılar, oyunda uygulanan hareketlerin sahada gerçekçi olmayabileceğini ve bu durumun kafa karışıklığı yaratabileceğini dile getirmişlerdir (**K5, K15, K17, K20**). Elde edilen görüşler doğrultusunda dijital oyunların teknik beceri gelişimine katkı sağlayabileceği ancak sahada doğrudan uygulanabilirliğinin bireysel farklılıklara bağlı olduğu ifade edilebilir.

Katılımcılar, FIFA gibi futbol simülasyonlarının teknik beceriler ve saha içi oyun görüşü açısından fayda sağladığını belirtmiştir. Dijital oyunların farklı pas tekniklerini, plase vuruşlarını ve çeşitli teknik hareketleri sanal ortamda deneyimleme fırsatı sunduğu ifade edilmektedir.

Katılım sağlayan (**K5, K12, K22**), *"Pas ve plase gibi teknik hareketlerde gelişme yaşıyor, yeni hareketleri deneme cesareti oluşuyor"* diyerek, oyunun oyuncuların teknik becerilerini geliştirme noktasında teşvik edici bir faktör olduğunu vurgulamaktadır. Diğer katılımcılar ise (**K5, K23, K25**), *"Oyun sayesinde sahayı daha geniş açıdan görebiliyorum ve bu durum gerçek futbol maçlarında bana yardımcı oluyor"* ifadesiyle FIFA'nın saha görüşü ve oyun içi farkındalık kazanmaya olumlu

katkı sunduğunu dile getirmiştir. Ancak, bazı katılımcılar dijital oyunlardaki teknik hareketlerin gerçek futbola birebir aktarılmasının mümkün olmadığını ve sahada uygulanabilirliğinin sınırlı olduğunu belirtmiştir: *"Oyunda uygulanan bazı hareketlerin gerçek futbolda uygulanması imkânsız"* (K20).

Alan yazındaki çalışmalar da bu bulguları desteklemektedir. Green ve Bavelier (2012), dijital futbol oyunlarının oyunculara taktiksel farkındalık kazandırarak, farklı pas teknikleri, vuruş stilleri ve oyun içi karar alma süreçlerini geliştirmelerine yardımcı olabileceğini belirtmektedir. Ancak, bazı araştırmalar dijital oyunların gerçek saha becerileri üzerindeki etkisine eleştirel yaklaşmaktadır. Brehm (2020), dijital oyunların bazı hareketleri olduğundan daha kolay göstererek, oyuncuların sahada hatalı uygulamalar yapmasına neden olabileceğini ve bunun taktiksel yanlış anlamalara yol açabileceğini ifade etmektedir.

Bunun yanı sıra, Jacobsen ve Lum (2018), dijital futbol oyunlarının oyunculara teorik bir futbol zekâsı kazandırabileceğini ancak gerçek fiziksel deneyim ve saha koşulları göz önüne alındığında, bu becerilerin doğrudan sahaya aktarılmasının her zaman mümkün olmadığını belirtmektedir.

Dijital oyunların futbolcular üzerinde hem olumlu hem de olumsuz psikolojik etkiler yarattığı görülmektedir. Bazı futbolcular, oyun oynayarak motivasyonlarının arttığını ve özgüven kazandıklarını ifade ederken (K6, K10, K29, K30, K34), bazıları ise oyunlarda yaşanan yenilgilerin moral bozukluğuna neden olduğunu ve aşırı hırslı gereksiz stres oluşturabileceğini dile getirmiştir (K1, K8, K18).

Katılımcı (K6, K10, K11), *"Oyun motivasyonumu artırıyor, arkadaşlarımı yenmek özgüven sağlıyor"* diyerek, dijital oyunların rekabetçi doğasının kişisel özgüveni artırıcı bir etkiye sahip olabileceğini vurgulamaktadır. Ancak diğer bir katılımcılar ise (K1, K8), *"Oyunda yenilince sinirleniyorum, bu da bazen gerçek hayatıma yansıyor"* diyerek, oyun içindeki kayıpların gerçek hayattaki ruh halini olumsuz etkileyebildiğini ifade etmektedir.

Bulgular üzerinden desteklenen çalışmalara baktığımızda Przybylski ve arkadaşları (2010), dijital oyunların kullanıcıların motivasyonunu artırabileceğini ve özellikle rekabetçi oyunların özgüven üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu

belirtmektedir. Ancak, Vorderer ve Ritterfeld (2003) rekabetçi oyunların aşırı hırsı tetikleyerek, oyuncuların stres seviyelerini yükseltebileceğini ve bazen olumsuz psikolojik etkilere neden olabileceğini ortaya koymuştur.

Bunun yanı sıra, Granic ve arkadaşları (2014) dijital oyunların psikolojik esneklik kazandırabileceğini ve oyuncuların yenilgilerden ders çıkararak stres yönetimi becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabileceğini vurgulamaktadır. Ancak, oyun süresinin kontrolsüz bir şekilde uzaması ve rekabetin aşırı derecede ciddiye alınması durumunda, psikolojik baskının artabileceği ve oyuncuların günlük yaşamlarında huzursuzluk hissedebileceği belirtilmektedir (Karagün ve Yıldırım 2020).

Dijital futbol oyunlarının futbol bilgisi edinme ve oyun stratejilerini anlama üzerindeki etkileri katılımcılar tarafından farklı yönleriyle ele alınmıştır. FIFA gibi futbol simülasyonlarının, oyunculara teknik ve taktik bilgisini artırma, stratejik düşünme yetilerini geliştirme ve futbol dünyasına dair genel bir bilgi birikimi sağlama açısından faydalı olduğu belirtilmiştir. Ancak, bazı katılımcılar oyunun gerçek futboldan farklı mekaniklere sahip olduğunu ve fiziksel gerçekliği tam anlamıyla yansıtamadığını ifade etmiştir.

Katılımcıların büyük bir kısmı FIFA oyununun futbol bilgilerini geliştirmelerine katkı sunduğunu dile getirmiştir. Özellikle futbolcu profillerini, oyun sistemlerini ve farklı liglere ait kuralları öğrenmek konusunda oyunların faydalı olduğu belirtilmiştir:

"Futbol hakkında daha fazla bilgi sahibi olmamı sağlıyor, bilmediğim oyuncular ve takımları öğreniyorum." (K1, K2, K8, K14, K26).

Bununla birlikte, bazı katılımcılar FIFA'daki hareketleri saha içinde uygulamaya çalıştıklarında aynı sonucu alamadıklarını belirtmiş ve oyunun fiziksel gerçekçilikten uzak olduğunu dile getirmiştir: *"Oyunda gerçekleştirdiğim hareketleri sahada denemeye çalışıyorum ama yapamıyorum."* (K20). Bu bulgular, literatürde dijital oyunların bilişsel yetenekleri ve analitik düşünme becerilerini geliştirme potansiyeline sahip olduğunu gösteren çalışmalarla örtüşmektedir. Green ve Bavelier (2012) dijital oyunların hızlı karar verme, stratejik planlama ve problem çözme

becerilerini geliştirdiğini belirtirken, Gee (2007) oyunların etkileşimli yapısının bilişsel gelişimi desteklediğini savunmaktadır.

Ancak, bazı çalışmalar dijital futbol oyunlarının gerçek spor deneyimini tam olarak yansıtamadığı yönünde eleştiriler getirmektedir. Juul (2010) ve Sweetser ile Wyeth (2005) dijital oyunların gerçek futbolun karmaşık dinamiklerini tam olarak simüle edemediğini ve saha içi fiziksel etkileşimleri yeterince aktaramadığını ortaya koymaktadır. Aynı şekilde, Brehm (2020) FIFA gibi oyunların fiziksel kondisyon, dayanıklılık ve temas gerektiren yönleri eksik bıraktığını ve oyuncuların gerçek futbol ile dijital futbol arasındaki farkları ayırt etmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

Özellikle fiziksel gerçekçilik açısından değerlendirildiğinde, dijital futbol oyunlarının saha içindeki mücadele dinamiklerini, oyuncular arasındaki fiziksel temasları ve kondisyon faktörlerini eksik yansıttığına dair eleştiriler bulunmaktadır (Jansz & Martens, 2005). Bu durum, FIFA gibi oyunların futbol bilgisini artırabileceğini ancak fiziksel yeterlilik ve saha içi hareket dinamikleri açısından eksiklikler barındırdığını göstermektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, nitel veriler dijital oyunların taktiksel düşünme, stratejik gelişim ve futbol bilgisi açısından katkı sunduğunu ortaya koyarken; psikolojik, fiziksel ve gerçeklik boyutlarında ise bu katkının sınırlı ve bireysel farklılıklara bağlı olduğunu göstermektedir. Nicel bulgular bu durumu desteklemekte, ancak oyun oynama tutumunun zihinsel beceriler üzerindeki etkisinin bireyden bireye değiştiğini göstermektedir.

Oynadığınız Dijital Oyunun Bilişsel, Duyuşsal, Psikomotor ve Sosyal Gelişim Alanlarına Etkileri nelerdir sorusuna verilen cevaplar doğrultusunda nicel ve nitel olarak değerlendirdiğimizde;

Bilişsel Gelişim Üzerindeki Etkiler, Duyuşsal Gelişim Üzerindeki Etkiler, Psikomotor Gelişim Üzerindeki Etkiler, Sosyal Gelişim Üzerindeki Etkiler temaları oluşturulmuştur

Bilişsel gelişim açısından, bazı katılımcılar (K1, K2, K3, K5, K6, K7, K9, K19, K20, K23, K26, K33, K36) dijital oyunların stratejik düşünme, hızlı karar alma,

problem çözüme ve dikkat-konsantrasyon becerilerini geliştirdiğini ifade ederlerken az sayıda katılımcı (**K2, K3, K15**) aşırı oyun süresinin gerçeklik algısını bozabileceğini söylemişlerdir. Dijital oyunların futbol sahasında ani karar verme süreçlerini hızlandırabileceği ve oyun okuma becerilerini arttırabileceği görülmektedir. Ancak futbolcuların oyun içindeki karar mekanizmalarına fazlaca güvenmesi nedeniyle saha içindeki esnekliklerini kaybedebileceği de ifade edilebilir.

Katılımcı Örnekleri:

- *"Oyun içinde doğru stratejiler geliştiriyorum, hızlı ve stratejik kararlar alıyorum."* (**K2, K3, K8, K9, K19, K20, K23**)
- *"Akıl yürütme, analitik düşünme yetimi geliştiriyor."* (**K6, K24, K27, K33, K34**)
- *"Hızlı kararlar almam gerekiyor ve bu becerilerimi geliştiriyor."* (**K2, K5, K7, K19, K20, K29, K35, K36**)
- *"Oyun boyunca sürekli odaklanmak gerekiyor, konsantrasyonum artıyor."* (**K3, K9**)

Katılımcılar, FIFA oyununun bilişsel gelişime olumlu katkı sağladığı görüşündedir. Özellikle oyunun strateji oluşturma, planlama ve problem çözme becerilerini geliştirdiği belirtilmektedir (Green ve Bavelier, 2012). FIFA oyununun dikkat ve konsantrasyonu artırdığı, hızlı ve doğru karar verme becerilerini geliştirdiği vurgulanmaktadır (Green ve Bavelier 2012). Diğer yandan dijital oyunların aşırı kullanımı, bireylerde bilişsel aşırı yüklenmeye neden olabilir ve gerçek hayattaki karar alma süreçlerini olumsuz etkileyebilir (Karagün ve Yıldırım 2020). Futbolcuların oyun içi mekaniklere fazlasıyla güvenmesi, saha içindeki değişken durumlara adapte olma yeteneğini sınırlayabilir ve hızlı oyun temposuna bağımlılık oluşturabilir (Aydın 2021). Özellikle FIFA gibi oyunlarda belirli hareketlerin ve stratejilerin sürekli tekrarlanması, saha içinde yenilikçi düşünmeyi engelleyerek oyuncuların ezberci bir taktik anlayışına yönelmesine neden olabilir (Güven 2020).

Duyuşsal gelişim açısından, katılımcıların bazıları **(K2, K5, K7, K9, K10, K20, K31)**. dijital oyunların başarı duygusu kazandırdığını, motivasyonu artırdığını ve duygusal kontrol mekanizmalarını geliştirdiğini vurgularken. Bununla birlikte, bazı katılımcılar kaybetmenin yarattığı moral bozukluğu, stres ve sinirlilik hali nedeniyle oyunların duygusal dengeyi olumsuz etkileyebileceğini belirtmiştir **(K1, K8, K11, K16, K18, K31)**. Özellikle rekabetçi oyunların, futbolcuların özgüvenini arttırıp saha içindeki mücadele ruhlarını besleyebileceği söylenebilir.

Katılımcı Örnekleri:

- *"Kazandığımda başarı hissi, kaybettiğimde daha güçlü geri dönme isteği oluşuyor."* **(K2, K19, K20, K31)**
- *"Zor durumlarda sabırlı kalmamı sağlıyor, duygusal kontrolümü geliştiriyor."* **(K5, K7, K9, K31)**
- *"Kaybettiğim maçlarda moral bozukluğu ve stres yaşıyorum."* **(K1, K11, K16, K18, K31)**

Katılımcılar FIFA oyununun duyuşsal (duygusal) gelişim üzerindeki etkilerine değinmişlerdir. Oyunun rekabetçi yapısı nedeniyle kazanma-kaybetme durumlarının yarattığı başarı duygusu ve yenilgi durumlarıyla başa çıkma yetisinin geliştirildiği ifade edilmiştir. Dijital oyunlarda yaşanan kazanma ve kaybetme durumlarının duygusal düzenleme becerilerini etkilediği ve başarı hissini pekiştirdiği literatürde yer almaktadır (Sweetser ve Wyeth, 2005; Juul, 2010). Ancak aynı zamanda oyunun rekabetçi yapısının stres, moral bozukluğu ve kaygı gibi olumsuz duygulara neden olabileceği de belirtilmiştir (Hellström vd., 2012; Hazar, 2018).

Psikomotor gelişim açısından, katılımcıların bazıları **(K1, K2, K5, K6, K12, K15, K16, K20, K23, K26, K29, K30, K33, K36)**. Dijital oyunların el-göz koordinasyonunu, refleks hızını ve ince motor becerilerini geliştirdiğini ifade etmişlerdir Ancak bazı katılımcılar, uzun süreli oyun oynama alışkanlığının fiziksel yorgunluk, kas ağrıları ve göz sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini dile getirmişlerdir **(K22, K23, K34)**. Özellikle hızlı karar alma ve anlık reaksiyon

gerektiren oyunların, futbolcuların sahada daha hızlı tepki vermelerine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Katılımcı Örnekleri:

- *"Joystick kullanımı motor becerilerimi ve koordinasyonumu geliştiriyor."* (K1, K5, K6, K12, K15, K19, K20, K23, K26, K29, K30, K33, K36)
- *"Ani tepkilerim geliyor, reaksiyon zamanlarım kısalıyor."* (K1, K2, K5, K7, K31, K36)

FIFA oyununun fiziksel becerileri, özellikle el-göz-ayak koordinasyonu ve refleksleri geliştirdiği katılımcılar tarafından ifade edilmiştir. Dijital oyunların motor beceriler üzerindeki olumlu etkileri, joystick ve tuş kombinasyonları aracılığıyla reflekslerin ve el-göz koordinasyonunun gelişmesine katkı sağladığı literatürde desteklenmektedir (Green ve Bavelier, 2012). Olumsuz anlamda ise bu durum üzerinde dikkat edilmiş ve uzun süre ekrana maruz kalmanın göz yorgunluğu, kas gerginliği ve postüral problemlere yol açabileceği belirtilmiştir (Karagün ve Yıldırım 2020).

- Sosyal gelişim açısından dijital oyunların bazı katılımcılar için (K2, K3, K4, K9, K10, K19, K20, K23, K27, K29, K30, K34, K35). Takım çalışması becerilerini güçlendirdiği, yeni insanlarla tanışma fırsatı sunduğu ve iletişim yetkinliklerini artırdığı belirlenmiştir. Bununla birlikte, bazı katılımcılar aşırı oyun bağımlılığının bireyleri sosyal izolasyona sürükleyebileceğini ve gerçek sosyal etkileşimlerden uzaklaştırabileceğini belirtmişlerdir (K4, K16, K18, K21, K24). Dijital oyunların futbolcuların takım arkadaşlarıyla olan ilişkilerini geliştirip futbolcular arasındaki sosyal bağları güçlendirebileceği ifade edilebilir.

Katılımcı Örnekleri:

- *"Arkadaşlarımla takım olarak oynuyoruz, sosyal bağlarımız güçleniyor."* (K2, K3, K4, K9, K10, K19, K20, K23, K27, K30, K34, K35)

- *"Online oyun sayesinde farklı kültürlerden insanlarla tanışıyorum, sosyal becerilerim gelişiyor."* (K4, K10, K19, K20, K29)

Çalışmada FIFA oyununun sosyal ilişkilere ve iletişim becerilerine önemli katkı sağladığını dile getirmiştir. Takım çalışması, stratejik iş birliği ve sosyal bağların güçlenmesine yardımcı olduğu, çevrimiçi oyun imkânının ise farklı insanlarla tanışma ve farklı kültürleri tanıma fırsatları sunduğu belirtilmiştir (Kowert ve Oldmeadow, 2013; Cole and Griffiths, 2007). Öte yandan bazı katılımcılar, oyun oynama süresinin aşırıya kaçması durumunda duygusal alanda stres ve kaygının arttığını, bağımlılık riskinin oluştuğunu ve sosyal yaşamdan kopmaya yol açabileceğini belirtmişlerdir. Bu olumsuz durumların sağlık problemlerine ve hareketsiz yaşam nedeniyle fiziksel sağlık sorunlarına neden olabileceği literatürde belirtilmektedir (Marshall vd. 2004; Hazar 2018). Çalışmanın nicel verileri dijital oyun tutumlarının zihinsel becerilerle sınırlı düzeyde ilişkili olduğunu gösterirken; nitel veriler, bu ilişkinin özellikle psikososyal ve duygusal işlevler üzerinden kurulduğunu ortaya koymaktadır. Bu yönüyle, dijital oyunların profesyonel futbolcularda sadece bir boş zaman etkinliği değil, aynı zamanda duygusal düzenleme, sosyal bağ kurma ve stresle başa çıkma aracı olduğunu belirtmektedir.

Sonuç olarak bu doktora tezinde, Türkiye Süper liginde FIFA oyunu oynayan profesyonel futbolcuların dijital oyun oynama tutumları ile zihinsel becerileri arasındaki ilişki incelenmiş ; nicel ve nitel bulgular birlikte ele alınarak yorumlanmıştır. Nicel bulgular, dijital oyun oynama tutumları ile zihinsel beceri toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını göstermiştir. Ancak, bilişsel boyut ile zihinsel becerilerin bazı alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu durum, dijital oyunların doğrudan zihinsel becerileri geliştirmede ancak belirli bilişsel süreçleri destekleyebileceğini göstermektedir. Özellikle futbol gibi hızlı karar alma ve anlık tepki gerektiren spor dallarında, bu tür oyunların sporcuların zihinsel süreçlerini destekleme potansiyeli bulunmaktadır (Boot, Blakely ve Simons, 2011). Karagün ve Yıldırım (2020) ise özellikle strateji ve spor temelli oyunların odaklanma, hızlı düşünme ve planlama gibi zihinsel becerilere katkı sağladığını vurgulamıştır. Ayrıca, Türkiye'de yapılan bazı araştırmalar da dijital oyunların dikkat, bellek ve bilişsel esneklik gibi becerileri geliştirdiğini ortaya koymaktadır (Hazar 2018; Karagün ve Yıldırım 2020).

Öte yandan, dijital oyun oynama tutumları ile zihinsel beceri toplam puanı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmaması, oyunların bilişsel gelişime etkisinin bireysel ve bağlamsal faktörlere bağlı olabileceğini düşündürmektedir. Olumsuz bir perspektiften bakıldığında, dijital oyunların zihinsel becerileri geliştirmede tek başına yeterli olmadığı, bu süreçlerin fiziksel antrenman, motivasyonel faktörler ve kişisel deneyimler gibi birçok değişken tarafından etkilendiği görülmektedir (Gucciardi at al 2009). Bazı araştırmalar dijital oyunların belirli zihinsel süreçleri güçlendirirken, uzun süreli ekran maruziyetinin dikkat dağınıklığı, bilişsel aşırı yüklenme ve zaman yönetimi sorunlarına yol açabileceğini ortaya koymaktadır (Karagün ve Yıldırım 2020). Ayrıca dijital oyunlar bireylerin hem bilişsel hem de sosyal becerilerini geliştirme potansiyeline sahiptir ve bu potansiyel, özellikle spor gibi stresli ortamlarda daha da önemli hale gelmektedir (Hazar 2022).

Bu bağlamda, dijital oyunların sporcularda zihinsel becerileri geliştirmesi için dengeli ve kontrollü bir kullanımın gerekliliği vurgulanmalıdır.

Nitel veriler ise futbolcuların dijital oyunları sosyalleşme ve eğlence aracı olarak kullandıklarını ortaya koymuştur. Katılımcılar, oyunların takım içi iletişimi güçlendirdiğini, stratejik düşünmeyi desteklediğini ve rekabet duygusunu pekiştirdiğini ifade etmiştir. Bu sonuçlar, dijital oyunların takım sporlarında sosyal bağları kuvvetlendirdiğini belirten çalışmalarla örtüşmektedir (Granice at al 2014; Güven 2020). Ancak, bazı futbolcular dijital oyunların zaman yönetimi açısından sorun yaratabildiğini ve bağımlılık riski taşıdığını dile getirmiştir. Nicel bulgular incelendiğinde de oyun süresi ile zihinsel beceriler arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı, bu nedenle oyun süresinin bilinçli yönetilmesi gerektiği görülmüştür. Literatürde de aşırı oyun oynama ile zihinsel beceriler arasında doğrusal bir ilişki olmadığı, oyun süresinin kontrolsüz şekilde artmasının psikolojik ve fiziksel olumsuzluklara yol açabileceği belirtilmektedir (Kowert and Oldmeadow 2013; Karagün ve Yıldırım 2020).

Elde edilen bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, dijital oyunların bilişsel ve sosyal becerileri destekleyici yönleri olduğu ancak fiziksel performansa doğrudan katkı sağlamadığı görülmektedir. Nitekim katılımcıların bir kısmı oyunların stratejik düşünme ve hızlı karar alma gibi alanlarda fayda sağladığını, ancak gerçek futboldaki

fiziksel gereksinimlerle örtüşmediğini belirtmiştir. Bu bulgu, literatürde yer alan “dijital oyunların belirli zihinsel becerileri desteklediği ancak fiziksel antrenmanın yerini tutamayacağı” yönündeki çalışmalarla uyumludur (Türkmen 2021). Sonuç olarak, dijital oyunların sporcular için kontrollü kullanılması gerektiği, bilişsel gelişimi destekleyici yönlerinin değerlendirilebileceği ancak fiziksel ve mental sağlık üzerindeki etkilerinin göz ardı edilmemesi gerektiği vurgulanmalıdır. Gelecek araştırmalarda, oyun oynama süresi, oyun türü ve bireysel farklılıkların bu ilişki üzerindeki etkileri daha detaylı olarak incelenmelidir.

Çalışmada incelenen Türkiye Süper liginde FIFA oyunu oynayan profesyonel futbolcuların dijital oyun oynama tutumları ile sporda zihinsel antrenman arasındaki ilişki; nicel ve nitel bulgular birlikte ele alınarak yorumlanmıştır. Nicel bulgular, dijital oyun oynama tutumları ile sporda zihinsel antrenman toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını göstermiştir. Ancak, bilişsel boyut ile zihinsel antrenman bazı alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Bu durum, dijital oyunların doğrudan zihinsel becerileri geliştirmediği ancak belirli bilişsel süreçleri destekleyebileceğini göstermektedir. Yıldız ve Şenel (2017), zihinsel antrenmanlara ek olarak dijital oyun oynayan sporcuların bilişsel becerilerinde artış gözlemlendiğini belirtmişlerdir. Özellikle futbol gibi hızlı karar alma ve anlık tepki gerektiren spor dallarında, bu tür oyunların sporcuların zihinsel süreçlerini destekleme potansiyeli bulunmaktadır (Boot, Blakely ve Simons, 2011). Ayrıca, Türkiye’de yapılan bazı araştırmalar da dijital oyunların dikkat, bellek ve bilişsel esneklik gibi becerileri geliştirdiğini ortaya koymaktadır (Hazar 2018; Karagün ve Yıldırım, 2020).

Öte yandan, dijital oyun oynama tutumları ile sporda zihinsel antrenman toplam puanı arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmaması, oyunların bilişsel gelişime etkisinin bireysel ve bağlamsal faktörlere bağlı olabileceğini düşündürmektedir. Olumsuz bir perspektiften bakıldığında, dijital oyunların zihinsel becerileri geliştirmede tek başına yeterli olmadığı, bu süreçlerin fiziksel antrenman, motivasyonel faktörler ve kişisel deneyimler gibi birçok değişken tarafından etkilendiği görülmektedir (Gucciardi vd. 2009). Ayrıca, bazı araştırmalar dijital oyunların belirli zihinsel süreçleri güçlendirirken, uzun süreli ekran maruziyetinin dikkat dağınıklığı, bilişsel aşırı yüklenme ve zaman yönetimi sorunlarına yol

açabileceğini ortaya koymaktadır (Karagün ve Yıldırım, 2020). Bu bağlamda, dijital oyunların sporcularda zihinsel antrenmanı geliştirmesi için dengeli ve kontrollü bir kullanımın gerekliliği vurgulanmalıdır.

Nitel veriler ise futbolcuların dijital oyunları sosyalleşme ve eğlence aracı olarak kullandıklarını ortaya koymuştur. Katılımcılar, oyunların takım içi iletişimi güçlendirdiğini, stratejik düşünmeyi desteklediğini ve rekabet duygusunu pekiştirdiğini ifade etmiştir. Bu sonuçlar, dijital oyunların takım sporlarında sosyal bağları kuvvetlendirdiğini belirten çalışmalarla örtüşmektedir (Granic vd. 2014; Güven 2020). Stratejik düşünme bağlamında, dijital oyunların özellikle spor tabanlı olanlarının oyuncuların durumsal analiz yapma, planlama ve karar verme becerilerini güçlendirdiği görülmektedir. Adams, Mayer ve Bediou (2019), dijital oyunların oyunculara ileri düzey problem çözme ve hızlı tepki verme yetilerini artırdığını ve bunun gerçek yaşamda stratejik durumlara uygulandığını göstermiştir. Bu tür oyunlar, sporcuların sahadaki hızlı pozisyon alma, rakip analizi ve karar verme gibi becerilerini de dolaylı olarak desteklemektedir. Literatürde, dozunda ve kontrollü oynanan dijital oyunların, özellikle bilişsel yükü dengeleme, stres azaltma ve motivasyon artırma gibi yönlerden sporculara katkı sağlayabileceği belirtilmektedir (Gentile vd. 2011; Przybylski vd. 2010). Ancak, bazı futbolcular dijital oyunların zaman yönetimi açısından sorun yaratabildiğini ve bağımlılık riski taşıdığını dile getirmiştir. Nicel bulgular incelendiğinde de oyun süresi ile zihinsel beceriler arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı, bu nedenle oyun süresinin bilinçli yönetilmesi gerektiği görülmüştür. Literatürde de aşırı oyun oynama ile zihinsel antrenman arasında doğrusal bir ilişki olmadığı, oyun süresinin kontrolsüz şekilde artmasının psikolojik ve fiziksel olumsuzluklara yol açabileceği belirtilmektedir (Kowert ve Oldmeadow 2013; Karagün ve Yıldırım 2020).

Elde edilen bulgular genel olarak değerlendirildiğinde, dijital oyunların bilişsel ve sosyal becerileri destekleyici yönleri olduğu ancak fiziksel performansa doğrudan katkı sağlamadığı görülmektedir. Nitekim katılımcıların bir kısmı oyunların stratejik düşünme ve hızlı karar alma gibi alanlarda fayda sağladığını, ancak gerçek futboldaki fiziksel gereksinimlerle örtüşmediğini belirtmiştir. Bu bulgu, literatürde yer alan “dijital oyunların belirli zihinsel becerileri desteklediği ancak fiziksel antrenmanın yerini tutamayacağı” yönündeki çalışmalarla uyumludur (Türkmen 2021). Ayrıca

Karagün ve Yıldırım (2020), dijital oyunların özellikle odaklanma, hızlı düşünme, karar alma, strateji geliştirme gibi zihinsel antrenmanlara katkı sunduğunu belirtmiştir. Hazar (2018)'ın araştırmasında ise, dijital oyunların dikkat, görsel hafıza ve problem çözme gibi bilişsel alanlarda gelişimi desteklediği, özellikle sporcu bireylerde bu katkının daha belirgin şekilde gözlemlendiği ifade edilmiştir. Sonuç olarak, dijital oyunların sporcular için kontrollü kullanılması gerektiği, bilişsel gelişimi destekleyici yönlerinin değerlendirilebileceği ancak fiziksel ve mental sağlık üzerindeki etkilerinin göz ardı edilmemesi gerektiği vurgulanmalıdır. Gelecek araştırmalarda, oyun oynama süresi, oyun türü ve bireysel farklılıkların bu ilişki üzerindeki etkileri daha detaylı olarak incelenmelidir.

5.1.Öneriler

5.1.1.Araştırma Metodolojisine Yönelik Öneriler

Gelecekteki çalışmaların, oyun türü, bireysel motivasyon faktörleri ve psikososyal değişkenler gibi ek faktörleri göz önünde bulundurarak daha kapsamlı analizler yapması önerilmektedir

Zihinsel antrenmanların (örneğin, stratejik düşünme, karar verme) saha içi performansla ilişkisini belirlemek için saha içi gözlem ve antrenman verileriyle de desteklenen çalışmalar yapılabilir

Dijital Oyunların Fiziksel Performansla Bağlantısını Araştıran Çalışmalar Yapılmalıdır.

Araştırma, profesyonel futbolcuların FIFA gibi futbol simülasyonlarını tercih ettiğini göstermektedir. Bu nedenle, futbol simülasyonlarının futbolcuların saha içi stratejik düşünme becerileri, karar alma süreçleri ve oyun bilgisi üzerindeki etkilerini daha derinlemesine inceleyen karşılaştırmalı çalışmalar yapılabilir. Ayrıca, FIFA gibi oyunların, futbolcuların saha içindeki performanslarını artırmaya yönelik nasıl daha etkili kullanılabileceği üzerine öneriler geliştirilmelidir.

5.1.2. Araştırma Alanına Yönelik Öneriler

Dijital oyunları futbol antrenman programlarına entegre ederek, oyun temelli eğitim ve gelişim stratejilerinin etkinliğini araştırabilir.

Futbol teknik direktörler sezon kamplarında ,spor tesislerinde ,uygun sürede futbolculara dijital oyun oynamalarına izin vererek stres azalmasına ve sosyal bağların güçlendirilmesine katkı sağlaması için dijital oyun oynamalarını önermelidir.

Sezon başı yeni kurulan takımlardaki futbolcuların en kısa zamanda sosyal bağ kurmak için fifa oyununu oynamayı önerebilirler.



KAYNAKLAR

- Acet, M. (2005). *Sporda Saldırganlık ve Şiddet*. Morpa Kültür Yayınları.
- Akçayır, G. (2013). Dijital oyunların sağlığa etkisi. İçinde M. A. Ocak (Ed.), *Eğitsel dijital oyunlar: Kuram, tasarım ve uygulama* (ss. 264-272). Pegem Akademi.
- Akkaya, F. H. (2020). *Y kuşağının dijital oyun bağımlılığının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul
- Albayrak, O. (2011). *Futbol hakemlerinin meslek ve aile yaşantılarında karşılaştıkları problemler*. Yayınlanmamış (Yüksek Lisans Tezi), Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Almaç, N. (2023). Effect of Audio-Visual Appeal on Game Enjoyment: Sample from Turkey. *Acta Ludologica*, 6(2), 42-61.
- Altunay, D.(2004). Oyunla desteklenmiş matematik öğretiminin öğrenci erişimine ve kalıcılığına etkisi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Altunay A. (2015). Bir sosyalleşme aracı olarak yeni medya. *Selçuk İletişim*, 9 (1), 410-428.
- Anderson, C. A., Shibuya, A., Ihori, N., Swing, E. L., Bushman, B. J., Sakamoto, A., Rothstein, H. R., & Salemm, 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), 151-173.
- Andrews, S. ve Crawford, CM (Ed.). (2021). *Espor İşine Giden Yollar ve Fırsatlar Üzerine Araştırma El Kitabı* . IGI Global.
- Apperley, T. H. (2006). Genre and game studies: Toward a critical approach to video game genres. *Simulation & Gaming*, 37(1), 6–23. <https://doi.org/10.1177/1046878105282>
- Arıkan, Y., & Çelik, O. (2007). Futbolda şiddet ve polis. *Polis Bilimleri Dergisi*, 9(1), 109-192.
- Atalay Mazlum, A. & Mazlum, M. M. (2017). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yönteminin Belirlenmesi, *Route Educational and Social Science Journal*, 4(4), ss. 1-21.
- Avacı, K., & Avşar, Z. (2016). Dijital Sağlık Oyunları. *TRT Akademi*, 1(2), 472-486.
- Ayas, T., & Horzum, M. B. (2013). Üniversite öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 3(1), 1-11.

- Aydın, B., Savaş, B. (2021). Dijital oyunların bireyler arası iletişim ve grup dinamiklerine etkisi. *İletişim Araştırmaları Dergisi*, 9(3), 45-62.
- Aydın, M., Sönmez, M. A. (2022). Dijital oyun bağımlılığı ve zaman yönetimi ilişkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 13(1), 25-39.
- Ayhan, S., Tizar, E., & Erdoğan, R. (2023). Examination of Mental Training and Digital Game Playing Habits of Athletes. *Journal of Education and Recreation Patterns*, 4(2), 447-466.
- Ayhan, M. (2023). Dijital oyunların futbolculardaki karar verme süreçlerine etkisi: Spor psikolojisi açısından bir değerlendirme. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Üniversite Adı].
- 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.
- Baranowski, T., Buday, R., Thompson, D. I., & Baranowski, J. (2008). Playing for real: video games and stories for health-related behavior change. *American journal of preventive medicine*, 34(1), 74-82.
- Bayraktar, G. (2011). *Zihinsel antrenman programlarının sporcularda dikkat ve öz-yeterlik üzerine etkisi* [Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi].
- Behnke, M., Tomczak, M., Kaczmarak, L., Komar, M., & Gracz, Z. (2017). The sport mental training questionnaire: Development and validation. *Current Psychology*, 37, 1-13.
- Binark, M., & Bayraktutan Sütçü, G. (2008). *Kültür Endüstrisi Ürünü Olarak Dijital Oyun*. Kalkedon Yayınları.
- Bolter, J. D., & Grusin, R. (1999). *Remediation: Understanding New Media*. Cambridge, MA: MIT.
- Bompa, T. O., & Haff, G. G. (2009). *Periodization: Theory and methodology of training* (5th ed.). Human Kinetics.
- Bonetti, F., Warnaby, G., & Quinn, L. (2018). Augmented Reality and Virtual Reality in Physical and Online Retailing: A Review, Synthesis and Research Agenda. Dans T. Jung & M. C. T. Dieck, *Augmented Reality and Virtual Reality, Progress in IS* (pp. 119–132). (S.l.) : Springer, Cham. doi :10.1007/978-3-319-64027-3_9
- Boot, W. R. (2015). Video games as tools to achieve insight into cognitive processes. *Frontiers in Psychology*, 6(1), 1-3.
- Boot, W. R., Kramer, A. F., Simons, D. J., Fabiani, M. ve Gratton, G. (2011). The effects of video game playing on attention, memory, and executive control. *Acta Psychologica* 129 (3), 387-398.

- Bowman, N. D., & Tamborini, R. (2012). Task Demand and Mood Repair: The Intervention Potential of Computer Games. *New Media & Society*, 14, 1339-1357.
- Bozkurt, A., & Genç-Kumtepe, E. (2014). *Oyunlaştırma, Oyun Felsefesi ve Eğitim: Gamification*. Akademik Bilişim 2014 (s.155-164). 5-7 Subat 2014, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Brehm, A. L. (2020). "Navigating the Feminine in Massively Multiplayer OnlineGames: Gender in World of Warcraft." *Frontiers in Psychology* 4(903).
- Bryman, A. (2007). Barriers to integrating quantitative and qualitative research. *Journal of Mixed Methods Research*, 1(1), 8-22.
- Brown, C. (2014): TransformativeLearning Theory in Gerontology: Nontraditional Students, *Educational Gerontology*,
- Bunker, R. P., & Thabtah, F. (2019). A machine learning framework for sport result prediction. *Applied computing and informatics*, 15(1), 27-33.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2022). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Akademi.
- Caillois, R. (2001). *Man, Play And Games*. University of Illinois Press.
- Can, H.C. & Tekkurşun Demir, G. (2020). Sporcuların ve E-spor Oyuncularının Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Düzeyleri. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 364-384.
- Cairns, P., Cox, A. L., & Nordin, A. I. (2014). Immersion in Digital Games: Review of Gaming Experience Research. In M. C. Angelides & H. Agius (Eds.), *Handbook of Digital Games* (pp. 337-361). Wiley.
- Chan-Olmsted, S., & Xiao, M. (2019). Smart sports fans: Factors influencing sport consumption on smartphones. *Sport Marketing Quarterly*, 28(4), 181-194.
- Y. C. Tan, C. M. Chow and S. S. Gue, "Piled Raft with Short Piles for Low-Rise Buildings on Very Soft Clay," *Proceedings 15th SEAGC*, Bangkok, 2004, pp. 171-176.
- Christian, A. (2002). *Futbol AŞ* (A. Berktay, Çev.). Kitap Yayınevi.
- Cole, H., & Griffiths, M. D. (2007). Social Interactions in Massively Multiplayer Online Role-Playing Gamers. *CyberPsychology and Behavior*, 10, 575-583.
- Connolly, T.M., Boyle, E.A., MacArthur, E., Hainey, T. and Boyle, J.M. (2012) A Systematic Literature Review of Empirical Evidence on Computer Games and Serious Games. *Computers & Education*, 59, 661-686.

- Consalvo, M., Mitgutsch, K., & Stein, A. (2013). *Sports videogames* (p. 1). New York: Routledge.
- Coşkun, Ö. (2020). Tüketim aracı olarak dijital oyunlar: FIFA 2018 örneği. *Yeni Medya Elektronik Dergi*, 4(2), 131-143.
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2014). *Karma yöntem araştırmaları: Tasarımı ve yürütülmesi* (S. B. Demir & Y. Dede, Çev. Ed.). Anı Yayıncılık. (Eserin orijinali 2011'de yayımlandı).
- Çam, E., Gezgin, D. M. (2019). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı: Sistematik bir inceleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(1), 1-30.
- De Lisi, R., & Wolfford, J. L. (2012). Improving children's mental rotation accuracy with computer game playing. *The Journal of Genetic Psychology: Research and Theory on Human Development*, 163(3), 272-282.
- Demirbaş, Y. (2015). Dijital oyunlara oyun türü yaklaşımlarının sorunları: platform oyunları türü örneği. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*. Cilt 9. Sayı 1. S. 363-385
- Demirbaş, Y. (2019). Dijital oyun araştırmalarında biçimsel analiz ve oyun türleri: hayatta kalma oyunları türü. *Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Yeni Düşünceler Hakemli E-Dergisi*(12), 15-32.
- Demirtaş, H., & Dönmez, A. (2020). Dijital oyunların dikkat düzeyine etkisi. *e-Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 267–280
- Doğukan (2017). FIFA 18 Detaylı İnceleme! Erişim tarihi:03.03.2024 Erişim adresi: <https://www.turkmmo.com/fifa-18-detayli-inceleme-h69559.html>
- Dönmez, A. (2012). *Savaş temalı dijital oyunlarda egemen ideolojisinin temsili* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- EA (2017). FIFA 17 Making Of The Journey. Erişim tarihi:12.12.2024 Erişim adresi: <https://www.ea.com/tr-tr/games/fifa>
- Eklund, R. C., & Cresswell, S. L. (2007). Athlete Burnout.(G Tenenbaum, RC Eklund eds.) *Handbook of Sport Psychology*, 621-641. John Wiley & Sons Inc.
- Evers, WJ, Brouwers, A., Tomic, W.(2002). Burnout and self-efficacy: a study on teachers' beliefs when implementing an innovative educational system in the Netherlands. *British Journal of Educational Psychology*, 72(2), 227-43.
- Eni, B. (2017). *Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Erdoğan, İ. (2008). Futbol ve futbolu inceleme üzerine. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (26), 1-58.

- Erdoğan, S. (2021). *Türkiye Süper Lig'in Avrupa'nın en büyük 5 futbol ligi ile karşılaştırmalı analizi* (Doktora tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Faust, K., Meyer, J., & Griffiths, M. D. (2013). Competitive gaming: The potential benefits of scientific study. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 3(1), 67-76.
- Feltz, D. L., & Landers, D. M. (1983). The effects of mental practice on motor skill learning and performance: A meta-analysis. *Journal of Sport Psychology*, 5(1), 25-57.
- FIFA. (2023). *FIFA global football report 2023*. FIFA.
- Frasca, G. (2003). *Simulation Versus Narrative: Introduction To Ludology In Wolf, JP And Perron (Eds.) The Video Game Theory Reader*. New York: Routledge.
- Gee, J. P. (2003). *Learning About Learning From A Video Game: Rise Of Nations*.
- Gee, J.P. (2007) *Good Video Games And Good Learning: Collected Essays On Video Games, Learning And Literacy*. Peter Lang, New York.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319-e329. <https://doi.org/10.1542/peds.2010-1353>
- Goal.com. (t.y.). *History of FIFA: Every FIFA game ever released*. Goal.com. Erişim tarihi 14 Mart 2025, <https://www.goal.com/en/lists/history-of-fifa-every-fifa-game-ever-released/eycphoguaggy1fwscnr43azlo>
- Goldstein, B., & Driver, P. (2014). *Language learning with digital video*. Cambridge University Press.
- Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. (2014). The benefits of playing video games. *American psychologist*, 69(1), 66.
- Green, C. S., & Bavelier, D. (2003). Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423(6939), 534-537.
- Green, C. S., & Bavelier, D. (2012). Learning, attentional control, and action video games. *Current Biology*, 22(6), R197-R206.
- Griffiths MD, Davies MNO. (2005). Video game Addiction: DoesIt Exist? Handbook Of Computer Game Studies. J. Goldstein, J. Raessens (Eds), Boston. MIT Pres, 359- 368.
- Griffiths, M. D., & Hunt, N. (1995). Computer game playing in adolescence: Prevalence and demographic indicators. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 5(3), 189-193.

- Griffiths, M.D., Davies, M.N.O. ve Chappell, D. (2003). Breaking the Stereotype: The Case of Online Gaming. *Cyberpsychology & Behavior*, 6(1), 81-91.
- Gucciardi, D. F., Gordon, S., & Dimmock, J. A. (2009). Advancing mental toughness research and theory using personal construct psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2(1), 54-72.
- Güler, H. (2022). Dijital oyun, e-spor ve geleneksel sporların karşılaştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 315-326.
- Güven, S. (2020). Futbolcularda dijital oyunların takım içi uyuma etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 28(2), 123-135
- Haaranen, A., Rissanen, T., Laatikainen, T., & Kauhanen, J. (2014). Digital and video games in health promotion: Systematic review of games and health behavior. *Finnish Journal of eHealth and eWelfare*, 6(4), 153–163.
- Hamari, J., & Sjöblom, M. (2017). What is eSports and why do people watch it?. *Internet research*, 27(2), 211-232.
- Hardy, J., Hall, C. R., & Hardy, L. (2005). *Quantifying athlete self-talk*. *Journal of Sports Sciences*, 23(9), 905–917. <https://doi.org/10.1080/02640410500130706>
- Hardy, J. (2006). Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(1), 81–97.
- Harre, D. (1986). *Principles of sports training: Introduction to the theory and methods of training*. Sportverlag.
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., Galanis, E., & Theodorakis, Y. (2011). *Self-talk and sports performance: A meta-analysis*. *Perspectives on Psychological Science*, 6(4), 348–356. <https://doi.org/10.1177/1745691611413136>
- Hazar, Z. (2016). *Fiziksel hareketlilik içeren oyunların 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisi* (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Hazar, Z., ve Hazar, M. (2017). Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *International Journal of Human Sciences*, 14 (1), 204-216
- Hazar, Z. (2018). Eğitsel Oyunlara Yönelik Öğretmen Görüşleri ve Yeterliliklerinin İncelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 52-72
- Hazar, Z. (2022). Dijital oyunların duygusal zeka ve sosyal etkileşim üzerindeki etkileri. *Spor Bilimleri ve Psikoloji Dergisi*, 10(1), 33–48.
- Hellström, C., Nilsson, K. W., Leppert, J., & Åslund, C. (2012). Influences of motives to play and time spent gaming on the negative consequences of adolescent online computer Gaming. *Computers in Human Behavior*, 28, 1379-1387.

- Honey, M., & Kanter, D. E. (2013). *Design, make, play: Growing the next generation of STEM innovators* (ss. 50-70). Routledge.
- Huizinga, J. (2013). *Homo Ludens: Oyunun Toplumsal İşlevi Üzerine Bir Deneme*.
- Issurin, V. B. (2008). *Block periodization: Breakthrough in sports training*. Ultimate Athlete Concepts.
- İnal, A. N. (2006). *Futbolda Eğitim Öğretim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Jansz, J., Martens, L. (2005). Gaming at a LAN Event: The Social Context of Playing Video Games. *New Media and Society*, 7, 333-355.
- Jonasson, K., & Thiborg, J. (2010). Electronic sport and its impact on future sport. *Sport in Society*, 13(2), 287-299.
- Juul, J. (2010). *A Casual Revolution: Reinventing Video Games And Their Players*. The MIT Press.
- K. Ball, D.B. Berch, K.F. Helmers, J.B. Jobe, M.D. Leveck, M. Marsiske, et al. Effects of cognitive training interventions with older adults: A randomized controlled trial. *Journal of the American Medical Association*, 288 (2002), pp. 2271-2281
- K. Salen and E. Zimmerman, "Rules of Play: Game Design Fundamentals," The MIT Press, Cambridge, 2004.
- Karadağ, E and Bostancı, A. (2019). Üniversite öğrencilerinin dijital oyun oynama tutumları: Bir ölçek geliştirme çalışması. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 44(198), 25-41.
- Karagün, E., (2020). Spor Yapan Ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Umutsuzluk Düzeyinin İncelenmesi. *Euroasia Journal Of Social Sciences & Humanities*, 7(16), 1-10.
- Karacan Doğan, P., Ceyhun, S., Akgül, MN ve Çetinkayalı, G. (2021). Dijital spor pazarlamasında sosyal medya fenomenlerinin satın alma niyetine etkisi. **Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi**, *4*(2), 515-527.
- Keçeci, O., Dutkin, E., Atalmış, E., & Seyhan, S. (2024). Investigation of motivation levels of university students studying in Turkey to play digital sports games. *Trakya Eğitim Dergisi*. 14(3), 2268-2278.
- Kılıçgil, E. (2008). *Spor psikolojisi: Temel kavramlar*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Király, O., Griffiths, M. D., Urbán, R., Farkas, J., Kökönyei, G., Elekes, Z., Tamás, D., & Demetrovics, Z. (2014). Problematic internet use and problematic online gaming are not the same: findings from a large nationally representative adolescent sample. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 17(12), 749-754.

- Koca, C., & Aşçı, F. H. (2018). Sporda Sosyal Alanlarda Yapılan Lisansüstü Tezlerde Araştırma Paradigmalarının İncelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 29(1), 1-12.
- Koçer, M. (2012). Futbol derneklerine üye olan taraftarların şiddet ve holiganizm eğilimlerinin belirlenmesi: Kayseri örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(32), 111-135.
- Kowert, R., & Oldmeadow, J. A. (2013). (A) Social reputation: Exploring the relationship between online video game involvement and social competence. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1872-1878.
- Köklü, Y., Cengiz, A., & Canlı, U. (2019). Sporcularda psikolojik dayanıklılık ve zihinsel beceriler arasındaki ilişki. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 100-110.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278-296.
- Kühn S, Gallinat J .(2013). Segregating cognitive functions within hippocampal formation. A quantitative meta-analysis on spatial navigation and episodic memory. *Human Brain Mapping*
- Latham, A. J., Patston, L. L. M., Westermann, C., Kirk, I. J., Tippet, L. J. (2013). Earlier visual n1 latencies in expert video-game players: A temporal basis of enhanced visuospatial performance? *PLoS ONE*, 8(9), 388-410.
- Llorens, R. (2017). eSport gaming: The rise of a new sports practice. *Sport, Ethics and Philosophy*, 11(4), 464-476
- Mandryk, R.L., Maranan, D.S., and Inkpen, K.M. (2002). False Prophets: Exploring Hybrid Board/Video Games. In Conference Supplement to Conference on Human Factors in *Computing Systems* (CHI 2002). p. 640-641.
- Marshall, S. J., Biddle, S. J. H., Gorely, T., Cameron, N., & Murdey, I. (2004). Relationships between media use, body fatness and physical activity in children and youth: a meta-analysis. *International Journal of Obesity*, 28(10), 1238-1246.
- Mayer, R. E. (2014). Incorporating motivation into multimedia learning. *Learning and instruction*, 29, 171-173.
- Mazlum, A., & Mazlum, M. M. (2017). Sosyal Bilimlerde Araştırma Yönteminin Belirlenmesi. *Route Educational and Social Science Journal*, 4(4), 1-21.
- Meara, A., Davies, J., & Hammond, S. (2020). The psychometric properties and utility of the Short Sadistic Impulse Scale (SSIS). *Psychological Assessment*, 23, 523-531.
- Metin, O. Saraçlı, O. Atasoy, N. Senormancı, O. Kardes, V. C. Acıkgöz, H. O. Demirci, E. Ayan, U. B. Atik, L. Tahiroğlu, A. Y. (2015). "Association of

Internet Addiction in High School Students with ADHD and Tobacco/Alcohol Use". The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences. 28(3). 204-212.

Mikail, T. (2015). Examination of students digital gaming habits at secondary school level in Elazig Province of Turkey. *Educational Research and Reviews*, 10(8), 1300-1310.

Moran, A. (2012). Sport and exercise psychology: A critical introduction (2nd ed.). Routledge.

Orlick, T. (2008). In pursuit of excellence: How to win in sport and life through mental training (4th ed.). Human Kinetics.

Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı- İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür.

Önür, N., & Kalaman, S. (2016). Dijital Gündelik Yaşam: Yeni Toplumsallıklar ve Dijital Yabancılaşma. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi* (35), 269-289. doi:10.16992/ASOS.11623

Özenç, O. E., & Yörük, İ. (2019). *Her yönüyle e-spor: Takım sahibi, sponsor ve e-sporcu adaylarının el kitabı*. Benim Kitap.

Özenç, O., & Gürbüz, B. (2019). *Dijital futbol oyunları ve FIFA*. Benim Kitap Yayıncılık.

Palinkas, L. A., Green, C. A., Horwitz, S. M., & Wisdom, J. P. (2013). Purposeful sampling for qualitative data collection and analysis in mixed method implementation research. 42(5), 110-484.

Papastergiou, M. (2009). Digital game-based learning in high school computer science education: Impact on educational effectiveness and student motivation. *Computers & education*, 52(1), 1-12.

Platonov, V. N. (1997). *The theory of sport training*. Fizkultura i sport.

Powell, K. (2020). The role of digital gaming in cognitive training and mental resilience. *Journal of Cognitive Enhancement*, 4(3), 234-250.

Ratan, R., & Ritterfeld, U. (2009). Classifying serious games. In U. Ritterfeld, M. Cody & P. Vorderer (Eds.), *Serious Games: Mechanisms And Effects* (pp. 15-24). New York, NY: Routerledge.

Reeves B., Read J. L. (2009). *Total engagement: Using games and virtual worlds to change the way people work and businesses compete*. Boston, MA: Harvard Business Press.

Reinecke, L. (2009). Games and recovery: The use of video and computer games to recuperate from stress and strain. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 21(3), 126-142.

- Ryan, R. M., Rigby, C. S., & Przybylski, A. (2006). The motivational pull of video games: A self-determination theory approach. *Motivation and Emotion*, 30(4), 344-360. <https://doi.org/10.1007/s11031-006-9051-8> Seaborn, K., & Fels, D. I. (2015). Gamification in the
- Saçaklı, H., Kale, R., Özdemir, Y., ve Erdal, G. (1995). *Futbol*. İstanbul: İTÜ Matbaası.
- Sağlam, M., & Topsümer, F. (2019). Üniversite öğrencilerinin dijital oyun oynama nedenlerine ilişkin bir araştırma. *Akdeniz İletişim Dergisi*, (31), 48-63.
- Sakoğlu, F. (2017, 21 Eylül). *FIFA 18 özel inceleme*. Merlin'in Kazanı. Erişim tarihi 14 Mart 2025, <https://www.merlininkazani.com/FIFA-18-ozelinceleme-96836>
- Sanderson, J., Browning, B., & DeHay, H. (2020). "It's the universal language:" Investigating student-athletes' use of and motivations for playing Fortnite. *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, 13(1), 2.
- Schiller, N. (2008). A portal to student learning: what instruction librarians can learn from video game design. *Reference Services Review*, 36(4), 351-365.
- Schmid, P. J. (2010). Dynamic mode decomposition of numerical and experimental data. *Journal of fluid mechanics*, 656, 5-28.
- Schmid, P. J. (2010). Dynamic mode decomposition of numerical and experimental data. *Journal of fluid mechanics*, 656, 5-28.
- Schmid, P. J., & Sesterhenn, J. (2008). Dynamic mode decomposition of numerical and experimental data. *61st Annual Meeting of the APS Division of Fluid Dynamics*. American Physical Society.
- Sherry, J. L. (2004). Flow and media enjoyment. *Communication Theory*, 14, 392-410
- Singh, P., & Lamba, P. S. (2019). Influence of crowdsourcing, popularity, and previous year statistics in market value estimation of football players. *Journal of Discrete Mathematical Sciences and Cryptography*, 22(2), 113-126. <https://doi.org/10.1080/09720529.2019.1576333>
- Sezen, D. (2013). Bir sanatsal ifade aracı olarak dijital oyunlar. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi | Istanbul University Faculty of Communication Journal*(45), 129-147.
- Somalı, V. (1989). *Teknik Taktik Yönleriyle Futbol ve Tarihi*. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Stone, C. (2013). The role of football in everyday life. In *Football fans around the world* (pp. 7-22). Routledge.

- Subrahmanyam, K., Kraut, R. E., Greenfield, P. M., & Gross, E. F. (2000). The impact of home computer use on children's activities and development. *The Future of Children*, 10(2), 123-144.
- Sülün, Ö. (2013). *Futbol hakemlerinin öfke ve kızgınlık düzeyleri ile empatik eğilim düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karaman Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Squire, K. (2011). *Video Games and Learning: Teaching and Participatory Culture in the Digital Age*. New York, NY: Teachers College Press.
- Sweetser, P. & Wyeth, P. (2005). GameFlow: a model for evaluating player enjoyment in games. *Computers in Entertainment (CIE)*, 3(3), 3.
- Taşkın, A. H., Arı, Y., & Özmutlu, İ. (2022). Farklı Değişkenlere Göre Sporda Zihinsel Dayanıklılık: Spor Bilimleri Fakültesi Örneği. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 495-507.)
- Taşkın, A. H., Arı, Y., & Özmutlu, İ. (2022). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Zihinsel Beceri Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 51-66.
- Tekkurşun Demir, G., & Mutlu Bozkurt, T. (2019). Dijital oyun oynama tutumu ölçeği (dootö): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-18.
- Tel, M. (2015). Examination of students' digital gaming habits at secondary school level in Elazig Province of Turkey. *Educational Research and Reviews*, 10(8), 1300-1310
- Tel, M. (2020). Profesyonel Futbolcuların Bilgisayar - İnternet Ve Playstation Oyunları Kullanımına İlişkin Görüşleri. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(26), 4334-4361. <https://doi.org/10.26466/opus.627504>
- Terlemez, M. (2019). Sporda Antrenör ile Liderlerin Yaklaşımları, Davranış Özellikleri, İlke ve Çalışma Yöntemleri. *Uluslararası Sosyal Bilimler ve Eğitim Dergisi*, 1(1), 95-126.
- Toraman, S. (2021). Karma yöntemler araştırması: kısa tarihi, tanımı, bakış açıları ve temel kavramlar/ mixed methods research: a brief history, definitions, perspectives, and key elements. *Nitel Sosyal Bilimler*, 3(1), 1-29. <https://doi.org/10.47105/nsb.847688>
- Toraman, S., & Plano Clark, V. L. (2020). Reflections about intersecting mixed methods research with social network analysis. In D. E. Froehlich, M. Rehm, & B. Rienties (Eds.), *Mixed methods social network analysis: Theories and methodologies in learning and education* (pp. 175 – 188). Routledge. <http://dx.doi.org/10.4324/9780429056826-16>

- Turhan, M. (2009). *Profesyonel futbolcularda depresyon düzeyi, anksiyete düzeyi ve kişilik özellikleri ile sporda başarı motivasyonu arasındaki etkileşimin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- TDK. (2020). Güncel Türkçe Sözlük. <http://tdk.gov.tr/> (Erişim Tarihi: 1.03.2025).
- Trepte, S., Reinecke, L., & Juechems, K. (2012). The social side of gaming: How playing online computer games creates online and offline social support. *Computers in Human behavior*, 28(3), 832-839.
- Türkeli, A., Hazar, Z., Tekkurşun Demir, G., Namlı, S. (2017). Beden Eğitimi ve Spor Alanında Pedagojik Formasyon Alan Öğrencilerin Empatik Eğilim Düzeylerinin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(4), 12-19.
- Türkeli, A., Hazar, Z., Tekkurşun Demir, G., Namlı, S. (2017). Beden Eğitimi ve Spor Alanında Pedagojik Formasyon Alan Öğrencilerin Öğretmen Özyeterlikleri ile Mesleğe Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 1-11.
- Türkiye Futbol Federasyonu. (2021). *Süper Lig hakkında bilgi*. <https://www.tff.org/default.aspx?pageID=545>
- Türkiye Klinikleri. (2020). Elektronik sporcuların dijital oyun oynama motivasyonu ile zihinsel dayanıklılık arasındaki ilişki: Tanımlayıcı araştırma. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 12 (1), 45-52
- Türkmen, M., Varol, R., & Şahin, E. (2013). Futbol ekonomisinin gelişimi ve Türkiye'deki durumu. *Spor Bilimleri Dergisi*, 24(2), 67-78
- Vernadakis, N., Derri, V., Tsitskari, E., & Antoniou, P. (2015). The effect of Xbox Kinect interventions on balance ability for older adults: A systematic review and meta-analysis. *Advances in Physical Education*, 5(2), 89-98.
- Vestberg T., Gustafson R., Maurex L., Ingvar M., Petrovic P. (2012). Yönetici işlevler üst düzey futbolcuların başarısını öngörüyor. *PLoS One* 7:e34731. [10.1371/journal.pone.0034731](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0034731)
- Vorderer P, Hartmann T, Klimmt C. (2013) Explaining the enjoyment of playing video games: The role of competition. International Conference on Entertainment Computing, May 8-10 Pittsburgh, Pennsylvania, USA. Congress Proceedings pp.1-9.
- Yengin, İ. (2010). Importance of feedback in teaching, communication and information systems for learning. *Komunikacija i kultura online*, 1(1), 309-317
- Weber, R., Behr, K. M., & DeMartino, C. (2014). Measuring Interactivity in Video Games. *Communication Methods and Measures*, 8(2), 79–115. <https://doi.org/10.1080/19312458.2013.873778>

- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology* (6th ed.). Human Kinetics.
- Wohn, D. Y., & Wash, R. (2013). Maintaining Game Engagement: The Effects of Content Update Timing on User Retention and Game Monetization. *Proceedings of the 2013 ACM Annual Conference on Human Factors in Computing Systems*, 2199-2208.
- Williams, AM, Hodges, NJ, & Ward, P. (2005). Çeşitli Öğretim Yaklaşımlarının Beklenti Becerisini Geliştirmedeki Göreceli Etkinliği. *Deneysel Psikoloji Dergisi: Uygulamalı*, 11 (2), 98–110
- Wood, E., & Attfield, J. (2005). *Play, learning and the early childhood curriculum*. Paul Chapman Publishing.
- Yaman, D & Yaman, S. (2008). Fen öğrenmeye yönelik motivasyon ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Necatibey Faculty of Education *Electronic Journal of Science and Mathematics Education*, 2(1), 19-37.
- Yarayan, Y. E., & İlhan, E. L. (2018). Sporda zihinsel antrenman envanteri'nin (SZAE) uyarlama çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 205-218.
- Yazıcıoğlu Çalışan, H., Pekel, A. Ö., Yarayan, Y. E., İlhan, L. (2021). Çocuklarda Dijital Oyun Oynama Tutumu: Yaz Spor Okuluna Katılan Çocuklar Üzerinde Araştırma. *Aksaray University Journal of Sport and Health Researches*, 2(2), 124-135. <https://doi.org/10.54152/asujshr.1028353>
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *Cyberpsychology & Behavior*, 9(6), 772-775.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2008). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri* (6. Baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2015). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (10. baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Yıldız, Y., & Yıldırım, D. (2020). Dijital oyunların stres yönetimi üzerindeki etkileri: Sporcu gençler üzerine bir araştırma. *Spor Bilimleri Dergisi*, 31(1), 65-78.
- Yılmaz, D. (2010) Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalına Başvuran Çocuk Ve Ergenlerde, Bilgisayar Oyunu Ve İnternet Kullanımı İle Utangaçlık Ve Sosyal Fobi İlişkisinin İncelenmesi. Uludağ Üniversitesi. ÇERSH ABD Uzmanlık Tezi. Bursa.
- Zatsiorsky, V. M., & Kraemer, W. J. (2006). *Science and practice of strength training*

(2nd ed.). Human Kinetics.

”



EKLER

Ek-1

Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Dijital oyun oynarken zamanın nasıl geçtiğini anlamam.	1	2	3	4	5
2. <i>Dijital oyunun faydaları konusunda şüphelerim var.*</i>	1	2	3	4	5
3. <i>Dijital oyunların zaman kaybı olduğu kanısındayım.*</i>	1	2	3	4	5
4. Dijital oyunların el-göz koordinasyonunu geliştirdiğini düşünürüm.	1	2	3	4	5
5. <i>Dijital oyun oynamak insanı sosyalleştirir.*</i>	1	2	3	4	5
6. <i>Dijital oyun oynayarak harcanan zamana üzülürüm.*</i>	1	2	3	4	5
7. <i>Dijital oyun oynamayı sevmem.*</i>	1	2	3	4	5
8. Kafa dağıtmanın en iyi yolu dijital oyun oynamaktır.	1	2	3	4	5
9. Dijital oyunlarda bir üst bölüme geçmek beni heyecanlandırır.	1	2	3	4	5

10. <i>Dijital oyunlar hakkında konuşmak beni sıkar.*</i>	1	2	3	4	5
11. Dijital oyun oynarken güçlendirici, ödül, kupa kazanmak için çabalarım.	1	2	3	4	5
12. Arkadaşlarımla dijital oyunlar hakkında konuşurum.	1	2	3	4	5
13. Arkadaşlarıma dijital oyunlardaki silah, güçlendirici, kupaların yerini anlatırım.	1	2	3	4	5
14. Yeni çıkan dijital oyunları bilgisayar/telefonuma indiririm.	1	2	3	4	5
15. Bulduğum her fırsatta dijital oyun oynarım.	1	2	3	4	5
16. Dijital oyunlarda seviyeleri geçene kadar oynamaya devam ederim.	1	2	3	4	5
17. Verilen görev/talimatları yerine getirmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
18. <i>Dijital oyunlarla ilgili arkadaşlarıma anlatacağım birşeyim yok.*</i>	1	2	3	4	5

**İtalik olarak gösterilen maddeler ters maddelerdir.*

Ek-2

Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri (SZA E)

1 2 3 4
5
Tamamen Katılmıyorum / Kararsızım / Katılmıyorum / katılıyorum /
Tamamen Katılıyorum

1. Baskı altındayken duygularımı kontrol edebilirim.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

2. Dikkatimi performansın temel unsurları (teknik, taktik, bedensel algı, vb.) üzerinde toplamak için kendimle konuşma yöntemini kullanırım.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

3. Aklıma koyduğum her şeyi başarabileceğime beni inandıran yüksek bir özgüvene sahibim.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

4. Ekibimin/takımımın içinde belirlenmiş kuralları bilir ve uygularım.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

5. Yarışma sırasında baskı altında olduğum zamanlarda fiziksel ve zihinsel olarak rahatlığımı korur, yarışmaya hazır hale gelirim.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

6. Zor zamanların üstesinden gelmek için kendimle konuşma yöntemini kullanırım.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

7. Herhangi bir başarısızlık beni yıldırmaz, başarısızlık sonrası kendimi toparlayabilir ve devam edebilirim.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

8. Bir yarışma sırasında performansıma yönelik dikkat dağıtıcı faktörlere kolayca uyum sağlarım.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

9. Yarışmaya hazırlanırken durumun hayali ile ilgili olası engelleri planlayarak ve heyecanı hissederek, gerçekçi bir “Zihinsel Canlandırma” kurgularım.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

10. Kendi değerimi, güçlü ve zayıf yanlarımı bilirim, bunları nasıl geliştireceğime dair plan yaparım.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

11. Ekip/takım içindeki rolümü açıkça görür ve kabul ederim.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

12. Bir yarışma sırasında kontrolümü kaybettiğimde, doğru zamanda kontrolümü yeniden kazanabilirim.

1□ 2□ 3□ 4□ 5□

13. Düşüncelerimi, duygularımı ve algılarımı düzenlemek için kendimle konuşurum.

1☐ 2☐ 3☐ 4☐ 5☐

14. Atletik becerilerime inancım tamdır.

1☐ 2☐ 3☐ 4☐ 5☐

15. Ekibimin/takımımın bir parçası olduğumun farkındayım ve herkesin sahip olduğu rolü biliyorum.

1☐ 2☐ 3☐ 4☐ 5☐

16. Yarışma sırasında gereken hallerde rahatlayabilir, duygularımı kontrol edebilirim.

1☐ 2☐ 3☐ 4☐ 5☐

17. Duygularımı kontrol etmek için zihinsel canlandırmayı kullanırım.

1☐ 2☐ 3☐ 4☐ 5☐

18. Yarışma sırasında ekibim/takımım ile etkili bir iletişim kurabilirim.

1☐ 2☐ 3☐ 4☐ 5☐

19. Dikkatimi performansım üzerinde toparlayıp bunu devam ettirebilirim, dikkatimin dağıldığı durumlarda ise kolayca odaklanabilirim.

1☐ 2☐ 3☐ 4☐ 5☐

20. Yarışma öncesinde, yarışma /maç performansımı olmasını istediğim şekilde zihnimde canlandırırım.

1☐ 2☐ 3☐ 4☐

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler	
Adı Soyadı	Yiğit YURTAYDIN
Doğum Yeri ve Tarihi	
Eğitim Durumu	
İlkokul	Aydın Ekrem Çiftçi İlköğretim Okulu
Ortaokul	Muğla Emir Beyazıt İlköğretim Okulu
Lise	Muğla Turgut Reis Lisesi
Üniversite	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Yüksek Lisans Öğrenimi	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Doktora Öğrenimi	Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi
Sertifika	UEFA B Futbol Antrenörlük Belgesi Basketbol 1. Kademe Antrenörlük Belgesi
İş Deneyimi	
Çalıştığı Kurum/Pozisyon	İstanbul Galata Üniversitesi Öğretim Görevlisi Spor Bilimleri Fakültesi
İletişim	
E-posta Adresi	