

T.C.
GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIKLARI İLE
SALDIRGANLIK, ÖFKE VE ŞİDDET EĞİLİMİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS

Sevim TAŞKIN

KASIM-2024

GÜMÜŞHANE



T.C.

**GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIKLARI İLE
SALDIRGANLIK, ÖFKE VE ŞİDDET EĞİLİMİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY
STUDENTS' DIGITAL GAME ADDICTIONS AND AGGRESSION, ANGER
AND VIOLENCE TENDENCY LEVELS**

YÜKSEK LİSANS

Sevim TAŞKIN

**KASIM-2024
GÜMÜŞHANE**



T.C.

**GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIKLARI İLE
SALDIRGANLIK, ÖFKE VE ŞİDDET EĞİLİMİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY
STUDENTS' DIGITAL GAME ADDICTIONS AND AGGRESSION, ANGER
AND VIOLENCE TENDENCY LEVELS**

YÜKSEK LİSANS

Sevim TAŞKIN

Danışman: Doç. Dr. Efekan TEZCAN

**KASIM-2024
GÜMÜŞHANE**

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI

Yüksek Lisans Tezi olarak hazırlamış olduğum “**Üniversite Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılıkları İle Saldırganlık, Öfke ve Şiddet Eğilimi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” isimli bu tezimin, tamamen kendi çalışmam olduğunu, her alıntıya kaynak gösterdiğimi, alıntı yaptığım tüm çalışmaları kaynakçada belirttiğimi ve Gümüşhane Üniversitesi’nin lisanslı kullanıcısı olduğu intihal yazılım programı ile Lisansüstü Eğitim Enstitüsü’nün belirlediği kıstaslara uygun olarak raporladığımı taahhüt ederim. Tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Gümüşhane Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü arşivinde saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği’nin ilgili maddeleri uyarınca gereğinin yapılmasını arz ederim.

27/11/2024

.....
Sevim TAŞKIN

TEŞEKKÜR

Lisans eğitimimi başarıyla tamamlamış biri olarak, bu süreçte bana yol gösteren ve emek veren, Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'ndaki kıymetli hocalarıma içten teşekkürlerimi sunarım.

Öncelikle, tezimin her aşamasında rehberliğini esirgemeyen danışmanım Doç. Dr. Efekan TEZCAN'a derin şükranlarımı sunarım. Kendisinin akademik birikimi, vizyoner yaklaşımı ve bilimsel titizliği, bu çalışmanın en büyük dayanağı olmuştur. Tez konumun belirlenmesinden, araştırmamın yönlendirilmesine kadar her aşamada gösterdiği sabır ve özen, çalışmamın kalitesini yükseltmiş ve bana farklı perspektifler kazandırmıştır. Kendisiyle çalışmak benim için büyük bir onurdu ve bu süreci onun rehberliğinde geçirdiğim için son derece şanslıyım.

Ayrıca, aile dostumuz ve saygıdeğer hocamız Dr. Öğretim Üyesi Mustafa Barış SOMOĞLU'NA teşekkürlerimi sunmak isterim. Kendisinin engin bilgi birikimi, akademik tecrübeleri ve samimi destekleri, tez sürecimin her aşamasında bana yol gösterdi. Bir aile dostu olarak, her zaman yanımda olmuş ve bana ilham vermiştir. Tezimdeki birçok fikri geliştirmemde sağladığı katkılar için kendisine derin bir minnettarlık duyuyorum.

Bu zorlu süreç boyunca her an yanımda olan sevgili eşim Serdar TAŞKIN'A en derin teşekkürlerimi sunuyorum. Kendisinin sabrı, anlayışı ve sonsuz desteği, bu çalışmayı başarıyla tamamlamamda en büyük etkenlerden biri olmuştur. Yoğun ve stresli anlarımda bana sağladığı manevi güç ve motivasyon, bu süreci daha katlanılabilir kılmıştır. Onun sevgisi ve desteğiyle bu başarıyı elde etmek benim için çok anlamlıdır.

En büyük ilham kaynaklarımdan biri de canım kızım Efnan Sahra TAŞKIN'DIR. Onun varlığı, bana her zaman umut ve sevinç verdi. Kızımın gülen yüzü ve neşesi, bana her zaman ileriye bakma gücü verdi. Bir gün bu çalışmanın ona da ilham kaynağı olmasını diliyorum.

Ayrıca, hayatım boyunca beni destekleyen ve her zaman yanımda olan sevgili annem Kezban SARI ve babam Murat SARI'YA en içten teşekkürlerimi sunarım. Eğitim hayatım boyunca gösterdikleri fedakârlıklar, bana verdikleri destek ve sağladıkları huzurlu ortam sayesinde bu noktaya gelebildim. Onların varlığı, her zaman en büyük güç kaynağım oldu.

Sevim TAŞKIN
GÜMÜŞHANE – 2024

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, spor bilimleri öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişkiyi belirlemek ve farklı değişkenlere göre anlamlı farklılıkları incelemektir. Araştırma, nicel yaklaşım benimsenerek ilişkisel tarama yöntemi ile yürütülmüştür. Araştırma grubunu, Gümüşhane Üniversitesi Spor Bilimleri öğrencilerinden 177 kadın (%46,1) ve 207 erkek (%53,9) olmak üzere toplam 384 katılımcı oluşturmaktadır. Örneklem belirleme yöntemi olarak “Kolayda Örneklem Yöntemi” kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu”, “Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” ve “Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği” uygulanmıştır. Veriler SPSS 25 programı ile analiz edilmiştir. Demografik bulgular için frekans ve yüzde, ilişkisiz ölçümlerde ortalama puanların karşılaştırılması için ANOVA, t testi ve Tukey testi, ilişkileri belirlemek için ise Pearson korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilim düzeylerinin ortalamasının altında olduğu belirlenmiştir. Dijital oyun bağımlılığı ile bu eğilimler arasında orta düzeyde ve pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuş (* $p<0,05$), saldırganlık ve öfke eğilimlerinin %21’inin dijital oyun bağımlılığından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Cinsiyet, sınıf, günlük oyun süresi ve oyun türü, saldırganlık ve öfke üzerinde anlamlı fark yaratırken; yaş, bölüm ve ebeveyn eğitimi değişkenlerinde anlamlı fark gözlenmemiştir. Dijital oyun bağımlılığı ise cinsiyet, yaş, sınıf, günlük oyun süresi, oyun türü ve anne eğitimi değişkenlerine göre anlamlı farklılık göstermiştir. Bu sonuçların literatüre katkı sağlaması beklenmektedir.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, Dijital, Saldırganlık, Şiddet, Öfke

SUMMARY

The aim of this research is to determine the relationship between digital game addiction and aggression, anger and violence tendencies of sports sciences students and to examine significant differences according to different variables. The research was conducted with the relational screening method by adopting a quantitative approach. The research group consists of a total of 384 participants, 177 female (%46.1) and 207 male (%53.9) from Gümüşhane University Sports Sciences students. “Convenience Sampling Method” was used as the sampling method. “Personal Information Form”, “Digital Game Addiction Scale for University Students” and “Aggression and Anger Scale in Sports” were applied as data collection tools. The data were analyzed with SPSS 25 program. Frequency and percentage were used for demographic findings, ANOVA, t test and Tukey test were used to compare mean scores in unrelated measurements, and Pearson correlation and regression analyzes were used to determine relationships. According to the research results, it was determined that the students' digital game addiction and aggression, anger and violence tendency levels were below average. A moderate and positive significant relationship was found between digital game addiction and these tendencies (* $p < 0.05$), and it was determined that 21% of aggression and anger tendencies were caused by digital game addiction. While gender, class, daily game duration and game type created a significant difference on aggression and anger, no significant difference was observed in age, department and parental education variables. Digital game addiction showed a significant difference according to gender, age, class, daily game duration, game type and maternal education variables. It is expected that these results will contribute to the literature.

Keywords: Addiction, Digital, Aggression, Violence, Anger

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	III
BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI.....	IV
TEŞEKKÜR.....	V
ÖZET	VI
SUMMARY	VII
İÇİNDEKİLER	VIII
TABLolar DİZİNİ	X
EKLER DİZİNİ.....	XI
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ.....	XII
1. GİRİŞ	1
2. KURUMSAL KİMLİĞİN KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ.....	5
2.1. Oyun Kavramı.....	5
2.1.1. Dijital Oyun Kavramı.....	5
2.1.2. Dijital Oyun Türleri.....	7
2.1.3. Dijital Oyun Oynama Nedenleri	8
2.1.4. Dijital Oyunların Olumlu ve Olumsuz Yönleri.....	9
2.2. Bağımlılık Kavramı	10
2.2.1. Dijital Oyun Bağımlılığı	12
2.2.2. Saldırganlık Kavramı	13
2.2.3. Saldırganlık Türleri	15
2.2.4.6. Çevresel Faktörler	25
2.2.5. Saldırganlık ve Spor İlişkisi.....	25
2.2.6. Sporda Saldırganlığın Nedenleri	27
2.3. Şiddet Kavramı	28
2.3.1. Sporda Seyirci Şiddeti.....	29
2.3.2. Şiddetin Türleri	29
2.3.2.3. Duygusal Şiddet	30
2.3.2.8. Ekonomik Şiddet.....	33
3. ARAŞTIRMANIN METODOLOJİSİ	58
3.1. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi.....	58
3.2. Araştırmanın Problemi, Amacı ve Alt Amaçları	42
3.3. Araştırmanın Sınırlılıkları	43

3.4. Araştırmanın Varsayımları.....	43
3.5. Araştırma Modeli	43
3.6. Evren ve Örneklem	43
3.7. Veri Toplama Araçları	45
3.7.1. Kişisel Bilgi Formu	45
3.7.2. Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ).....	45
3.7.3. Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ)	46
3.8. Veri Toplama Süreci	46
3.9. Verilerin Analizi	46
4. BULGULAR	47
5. TARTIŞMA	57
6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER	76
6.1. Sonuçlar	76
6.2. Öneriler	76
6.2.1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler.....	76
6.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler	77
KAYNAKLAR	78
EKLER.....	92
ETİK KURUL KARARI	95
ÖZGEÇMİŞ	96

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. Dijital oyun türleri (URL-1, 2024).	8
Tablo 2. Örneklemi tanımlayıcı demografik bulgular.....	44
Tablo 3. SSÖÖ ve DOBÖ puanları ile ilgili betimsel istatistikler	47
Tablo 4. SSÖÖ ve DOBÖ cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları.....	47
Tablo 5. SSÖÖ ve DOBÖ yaş değişkenine göre ANOVA sonuçları	48
Tablo 6. SSÖÖ ve DOBÖ okuduğu bölüm değişkenine göre ANOVA sonuçları.....	49
Tablo 7. SSÖÖ ve DOBÖ günlük oyun süresi değişkenine göre ANOVA sonuçları	50
Tablo 8. SSÖÖ ve DOBÖ sınıf değişkenine göre ANOVA sonuçları.....	51
Tablo 9. SSÖÖ ve DOBÖ oyun türü değişkenine göre ANOVA sonuçları	52
Tablo 10. SSÖÖ ve DOBÖ anne eğitim durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları	53
Tablo 11. SSÖÖ ve DOBÖ baba eğitim durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları	54
Tablo 12. SSÖÖ ve DOBÖ arasındaki Korelasyon sonuçları	55
Tablo 13. SSÖÖ ile DOBÖ Arasındaki Regresyon Sonuçları.....	56

EKLER DİZİNİ

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu	92
Ek 2. Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılık Ölçeği (DÖBÖ)	93
Ek 3. Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ)	94



SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

APA	: Amerikan Psikiyatri Birliği
BESYO	: Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu
DOBÖ	: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği
Max	: Maksimum
Min	: Minimum
SSÖÖ	: Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği
Ss	: Standart Sapma
TDK	: Türk Dil Kurumu
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü

1. GİRİŞ

İnsanın varoluşundan itibaren süregelen süreçte, insanlık tarihi sürekli bir evrim geçirmiş ve her geçen gün yaşamı kolaylaştıran yeniliklerle ilerlemiştir. Avcı-toplayıcı yaşam biçimiyle başlayan bu evrim, modern dönemde dijital teknoloji çağına ulaşmıştır. Bu tarihsel gelişmelerle birlikte, insan davranışlarında, alışkanlıklarında, düşünce yapılarında ve en önemlisi, insan yaşamının temel parametrelerinde köklü değişimler meydana gelmiştir (Çobanoğlu, 2023). Bu süreç, yalnızca insanın doğa ile olan ilişkisini değil, aynı zamanda bireylerin birbiriyle olan etkileşimlerini ve bireysel alışkanlıklarını da büyük ölçüde etkilemiştir. Dijital teknoloji çağının getirdiği yenilikler, bireylerin iletişim, bilgi edinme ve eğlence gibi temel ihtiyaçlarını karşılamada önemli bir rol oynarken, bu teknolojilerin aşırı ve kontrolsüz kullanımı bazı olumsuz sonuçlar doğurmuştur (Durkin ve Barber, 2002).

Teknolojik ilerlemeler, eğitim, ulaşım, sağlık ve alışveriş gibi birçok alanda insan yaşamını kolaylaştırarak pratik çözümler sunmuştur. Bu gelişmelerle birlikte dönüşüm geçiren bir diğer alan ise oyun kültürüdür. Şehirleşmenin artması, internet erişiminin yaygınlaşması ve fiziksel oyun alanlarının yetersizliği gibi etkenler, geleneksel olarak sokaklarda, parklarda ve oyun alanlarında oynanan oyunların yerini, bilgisayar, telefon, tablet ve oyun konsolları aracılığıyla sanal ortamlarda oynanan dijital oyunlara bırakmasına neden olmuştur. İnternet kullanımı ve dijital oyun oynama, birey üzerinde olumlu etkiler yarattığı sürece normatif olarak kabul edilmektedir; ancak bu eylemler kontrol edilemez bir hale gelerek günlük yaşam aktivitelerini olumsuz etkilediğinde, bağımlılık kavramı gündeme gelmektedir. Dijital oyunlara erişimin kolaylığı ve gençler arasında hızla artan popülaritesi, oyun kültüründe belirgin bir değişime yol açmıştır. Bununla birlikte, teknolojinin yaşamımıza sağladığı bu kolaylıkların yanı sıra dijital oyun bağımlılığı gibi olumsuz sonuçlar da ortaya çıkmıştır (Hazar ve Hazar, 2017).

Bilgisayar oyunlarının çocuklar üzerindeki etkileri incelendiğinde, hem olumlu hem de olumsuz yönlerin varlığı dikkat çekmektedir. Bilgisayar oyunları, çocuklara bilgisayar okuryazarlığı kazandırma, el-göz koordinasyonunu geliştirme, uzamsal becerileri artırma, hayal gücünü besleme, soyut kavramları somutlaştırma ve şekillerin neden-sonuç ilişkilerini kavrama gibi çeşitli alanlarda faydalar sağlamaktadır. Ancak, bu olumlu etkilerin yanı sıra bilgisayar oyunlarının çocuklar üzerinde birtakım olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Biyolojik açıdan değerlendirildiğinde, gelişim dönemlerinde gerileme, sürekli oturmaya bağlı olarak el, omuz ve omurga duruş bozuklukları,

psikomotor becerilerde gerileme, görme sorunları, kilo kaybı veya aşırı kilo alımı gibi sağlık problemleri ortaya çıkabilmektedir. Psikolojik olarak ise, oynanan oyunların içeriğine bağlı olarak şiddet eğiliminde artış, duygudurum bozuklukları, sosyal becerilerde gerileme, dürtüsel davranışlar ve anksiyete sorunları gibi olumsuz etkiler gözlenmektedir (Horzum, 2011).

Dijital oyun bağımlılığı, günümüzde sıklıkla saldırganlık eğilimleriyle ilişkilendirilen önemli bir psikososyal sorun olarak ele alınmaktadır. Bu bağlamda, saldırgan davranışlara eğilimli bireylerin dijital oyunları duygusal bir boşalma aracı olarak kullanma eğiliminde oldukları vurgulanmaktadır. Araştırmacılara göre, bu bireyler oyunlar aracılığıyla bastırılmış öfke, gerginlik veya stres gibi olumsuz duygularını dışa vurma olanağı bulmakta ve bu durum, oyun oynama davranışlarını pekiştirmektedir. Dolayısıyla, saldırganlık eğiliminde olan kişilerin dijital oyunlara yönelmesi ve bu oyunlarla daha fazla zaman geçirmesi, onların oyun bağımlılığı geliştirme olasılıklarını artırmaktadır. Bu süreçte, dijital oyunların bireyin saldırganlık dürtülerini azaltmaktan ziyade pekiştirici bir rol oynayarak, bağımlılık gelişimini hızlandırdığı öne sürülmektedir (Madran ve Çakılcı, 2014). Araştırmalar, dijital oyun bağımlısı bireylerin, özellikle oyunlarda başarısız olduklarında, yoğun öfke duyguları yaşadıklarını ve bu durumun sosyal çevrelerine yansıdığını göstermektedir. Bu tür duygusal tepkiler, zamanla bireylerin sosyal ilişkilerinde sorunlara ve yalnızlaşmaya yol açabilir (Griffiths, 2005).

İnsanoğlunun yaratılışından bu yana var olan mutluluk, üzüntü, endişe, öfke ve saldırganlık gibi duygular, her bireyin doğasında yer alan temel hislerdir. Şiddet, öfke ve saldırganlık davranışlarının kökenine dair birçok farklı teori ileri sürülmüş olsa da, bu teorilerin birleştiği ortak nokta, bu davranışların insan doğasının kaçınılmaz bir parçası olarak kabul edilmesidir. Geçmişten günümüze kadar ciddi sorunlara yol açan bu davranışlar, yalnızca günümüzde değil, tüm dönemlerde, genellikle insanların kendilerini savunma amacıyla sergiledikleri tepkiler olarak değerlendirilmektedir. Ancak şiddet, öfke ve saldırganlık gibi duyguların kontrol altına alınamadığı veya uygun bir şekilde ifade edilemediği durumlarda, bu davranışlar hem bireyler hem de çevrelerindeki insanlar için tehlikeli sonuçlar doğurabilecek birer tehdit unsuru haline gelebilmektedir (Gültekin, 2008).

Son yıllarda sporda şiddet, öfke ve saldırganlık, önemli bir sosyal sorun haline gelmiş ve bu durum, spor alanında faaliyet gösteren araştırmacıların ve toplumbilimcilerin yoğun dikkatini çekmiştir (Conroy vd., 2001). Bu olgu, sporun sosyal ve kültürel bağlamda incelenmesi açısından kritik bir araştırma konusu olarak

öne çıkmaktadır (Maxwell vd., 2009). Dolayısıyla, sporda öfke ve saldırganlığın anlaşılması, bilim insanları için giderek artan bir hedef haline gelmiştir. Bu alandaki araştırmalar, sporcuların davranışlarının psikolojik, sosyokültürel ve çevresel faktörlerle nasıl etkileşim içinde olduğunu anlamak açısından büyük bir önem arz etmektedir (Donahue vd., 2009).

Özellikle, dijital oyun oynamanın bireylerin kişisel, sosyal, akademik ve mesleki yaşamları üzerindeki etkilerini inceleyen birçok çalışma mevcuttur. Literatür taraması yapıldığında, bu konuda uluslararası düzeyde kapsamlı çalışmaların yapıldığı dikkat çekmektedir. Ancak, ülkemiz açısından değerlendirildiğinde, bu çalışmaların genellikle küçük ölçekli ve sınırlı sayıda olduğu gözlemlenmektedir. Dijital oyun bağımlılığı, bireylerde saldırganlık, öfke ve şiddet davranışlarını tetikleyebilecek bir faktör olarak öne çıkmaktadır.

Bu nedenle, dijital oyun bağımlılığı ile sporda öfke ve saldırganlık arasındaki ilişkiyi inceleyen bu çalışmanın, mevcut literatüre önemli katkılar sağlaması beklenmektedir. Bu bağlamda, dijital oyunların etkilerinin derinlemesine analizi, hem akademik hem de pratik açıdan değerli bulgular sunabilir.

2. KURUMSAL KİMLİĞİN KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

Araştırmanın bu bölümünde oyun, dijital oyun, bağımlılık, dijital oyun bağımlılığı, saldırganlık, şiddet ve öfke gibi konulara yönelik bilgiler yer almakta olup genel bir çerçeve çizilmiştir.

2.1. Oyun Kavramı

Oyun, hemen her yaşta oynanabilen ve bireylere çeşitli faydalar sağlayan önemli bir vakit değerlendirme aktivitesidir. Oyun oynama, organizmaya haz verirken, aynı zamanda hayal gücünü teşvik eder ve taktik geliştirme becerilerini artırır. Deneyim kazanımına olanak tanıyan oyunlar, ruhsal ve bedensel rahatlama sağlar ve sosyalleşme imkânı sunar (Kulaksızoğlu, 2016). Bu nedenle, oyunlar bireylerin ilgi alanlarına hitap eden ve onların sosyal, duygusal ve zihinsel gelişimine katkıda bulunan önemli etkinlikler olarak kabul edilir. Yetişkinler için oyun, genellikle serbest zamanlarında yapılan bir aktivite olarak görülürken, çocuklar için oyun hayatın ta kendisidir. Çocuklar için oyun, hayatla özdeşleşmiş bir deneyimdir; oyun ve hayat birbirinden ayrılmaz parçalardır. Çocuklar için oyun, yalnızca eğlenceli bir aktivite değil, aynı zamanda öğrenme, keşfetme ve gelişme sürecidir. Bu nedenle, çocukların dünyasında oyun, hem günlük yaşamın bir parçası hem de kişisel ve sosyal gelişim için temel bir araçtır (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2014). Oyun, toplumun bir parçası olan çocukların psikolojik ve fizyolojik gelişim gibi tüm gelişimsel alanlarını destekler. Oyun, çocukların çevrelerini tanımalarına ve anlamlandırmalarına yardımcı olur. Oyun, çocukların problem çözme, iletişim kurma ve işbirliği yapma becerilerini pekiştirmelerine olanak tanır (Cinel, 2006).

Johan Huizinga (2013) 'ya göre oyunun üç temel özelliği bulunmaktadır. İlk olarak, oyun her şeyden önce bireyin isteğine bağlı ve gönüllülüğe dayalı bir eylemdir. Bu, kişinin oyuna katılma kararının tamamen kendi iradesine bağlı olduğunu ifade eder. İkinci özellik, oyunun çocuğun yaşadığı gerçek dünyadan bir uzaklaşma imkânı sunmasıdır. Oyun sırasında çocuk, gerçek dünyanın dışında olduğunu bilir ve bu süreç onun için bir dinlenme ve rahatlama alanı yaratır. Üçüncü özellik ise oyunun kendine ait belirli bir yer ve zaman dilimi olmasıdır. Oyun başlar ve belirli bir noktada sona erer. Bu özellikler, oyunun özgün ve yapılandırılmış bir etkinlik olarak tanımlanmasına yardımcı olur.

Genel olarak oyun, eğlence amaçlı, belirli hedefleri ve kuralları olan, kazanma veya kaybetme durumları içeren eğitici bir aktivitedir. Oyunlar fiziksel veya sanal olarak oynanabilir. Fiziksel oyunlar arasında spor oyunları, kart oyunları ve masa oyunları bulunmaktadır. Spor oyunları, fiziksel yetenekleri ve takım çalışmasını ön plana çıkarırken, kart oyunları ve masa oyunları strateji, hafıza ve mantıksal düşünmeyi teşvik eder. Sanal oyunlar ise bilgisayar, video oyunları ve mobil oyunlar gibi platformlarda oynanır. Bu oyunlar, genellikle grafik ve ses efektleri ile zenginleştirilmiş olup, oyunculara sanal bir dünyada etkileşimde bulunma ve görevleri tamamlama imkânı sunar. Hem fiziksel hem de sanal oyunlar, eğlence sağlamanın yanı sıra, oyuncuların çeşitli becerilerini geliştirmelerine de katkıda bulunur (Birinci, 2023).

2.1.1. Dijital Oyun Kavramı

Bireyler, insanlık tarihi boyunca farklı zamanlarda, coğrafyalarda ve medeniyetlerde çeşitli türlerde oyunlar oynamış ve bu oyunlar, bazı gelişmelere bağlı olarak değişime uğramıştır. Tarihin farklı dönemlerinde, kültürel, sosyal ve teknolojik ilerlemeler oyunların türlerini ve oynanış biçimlerini etkilemiştir (Kukul, 2013). Oyunlar, doğa olaylarının taklit edilmesiyle başlamış ve zamanla toplumsal değerlerin ve bilgilerin aktarımı için önemli bir araç haline gelmiştir. Bilgi ve iletişim teknolojilerinin gelişmesiyle, oyunlar dijital bir form kazanarak daha erişilebilir, etkileşimli ve eğitici olmuştur (Hazar, 2016). Açık alanlarda oynanan oyunlar, yerini bilgisayar, tablet, cep telefonu ve oyun konsollarındaki dijital oyunlara bırakmıştır. Bu değişim, çocukların ve gençlerin oyun oynama alışkanlıklarını değiştirerek, fiziksel aktivitelerden sanal etkileşimlere doğru bir yönelim yaratmıştır (Kaya, 2013).

Dijital oyunlar ve geleneksel oyunlar, tanım ve yapısal nitelikler bakımından birçok ortak noktaya sahiptir. Bununla birlikte, oynama yeri, temel öğeler, oyuncu sayısı, kullanılan materyaller, içerik ve oyun çeşitleri gibi nitelikler açısından birbirlerinden önemli ölçüde farklılaşmaktadırlar (Hazar, 2016). Bu farklılıkları ve benzerlikleri detaylandırmak, her iki oyun türünün özelliklerini ve oyunculara sundukları deneyimleri daha iyi anlamamızı sağlar.

Geleneksel oyun, belirli bir yer ve zamanda, kurallara uygun olarak oynanan, bedensel aktivitelerin ön planda olduğu ve belirli materyallerle gerçekleştirilen oyunlardır. Bu oyunlarda bireyler, oyun içi iletişim, bireysel yaratıcılık ve oyunu organize etme gibi etkinliklerde bulunurlar. Geleneksel oyunlar, fiziksel, zihinsel ve toplumsal gelişimi olumlu yönde etkiler. Bu oyunlar, oyuncuların motor becerilerini geliştirir, problem çözme yeteneklerini artırır ve sosyal etkileşimlerini güçlendirir.

Geleneksel oyunların çok yönlü faydaları, çocuk gelişimi ve eğitiminde önemli bir rol oynar (Hazar vd., 2017). Teknolojik ürünlerle bir ekrana yansıtılarak veya teknolojik ortamlar aracılığıyla oynanan oyunlara dijital oyun denilmektedir. Başka bir tanıma göre dijital oyunlar, monitör, fare, klavye gibi cihazlar ile bilgisayar programlarının sağladığı etkileşim sonucunda oluşan, kuralları ve amaçları olan sistemlerdir (Günay, 2011). Bazı dijital oyunların bireylerin bilişsel, davranışsal ve zihinsel gelişimlerini olumlu yönde etkilediği görülmektedir. Bu oyunlar, bireylerin arkadaşlık ilişkilerini, iletişim ve dil becerilerini geliştirmelerine ve kendilerini ifade etmelerine yardımcı olabilir. Ayrıca dijital oyunlar, karar alma, tercih yapma, çevreyi anlama, merak duygusunu tatmin etme ve problem çözme becerilerini de desteklemektedir. Bu yönleriyle dijital oyunlar, bireylerin genel gelişimine önemli katkılar sunabilmektedir (Horzum, 2011). Oyunlar, bireyler üzerinde olumlu etkiler yarattığı gibi, toplumsal kültürün gelişimine de katkıda bulunabilir. Dijital oyunlar aracılığıyla dayanışma, kuralların uygulanması ve yerleşik hale getirilmesi desteklenebilir. Bu oyunlar, bireylerin birlikte çalışmayı öğrenmelerine, sosyal normları benimsemelerine ve topluluk içinde daha etkili iletişim kurmalarına yardımcı olabilir. Sonuç olarak, dijital oyunlar, bireysel gelişimi desteklerken aynı zamanda toplumsal kültürün de güçlenmesine katkı sağlar.

Farklı eğitim kademelerindeki öğrencilerin bilgisayar, tablet, cep telefonu, mobil cihaz ve oyun konsolları gibi teknolojik araçlarla dijital oyun oynayarak zaman geçirdiği bilinmektedir. Milli Eğitim Bakanlığı'nın gerçekleştirdiği "internetin bilinçli ve güvenli kullanımı" araştırmasına göre, ortaokul öğrencilerinin %30'u bilgisayar, %34'ü tablet ve %40'ı akıllı telefon üzerinden dijital oyun oynadıklarını belirlemiştir. Aynı çalışmada, lise öğrencilerinin ise %30'u bilgisayar, %11'i tablet ve %35'i akıllı telefon ile dijital oyun oynadıklarını ifade etmiştir (Çetinkaya, 2019). Bu veriler, öğrencilerin dijital oyunları farklı teknolojik cihazlar aracılığıyla sıklıkla tercih ettiğini göstermektedir. Bu veri, Türkiye'de oyun oynama alışkanlığının oldukça yaygın olduğunu ve geniş bir kesimin düzenli olarak oyun oynadığını göstermektedir.

Günümüzde dijital oyunlar, yalnızca eğlence sektörünün bir unsuru olmanın ötesine geçerek eğitimden sağlığa, askeri uygulamalardan iş dünyasına kadar geniş bir yelpazede kullanılmaktadır. Bu durum, dijital oyunlar üzerine yapılan araştırmaların da giderek çeşitlenmesine yol açmaktadır. Dijital oyunların sunduğu interaktif ve eğlenceli ortamlar, öğrenme süreçlerini daha etkili hale getirebilir, sağlık sektöründe rehabilitasyon ve tedavi süreçlerine destek olabilir, askeri alanda simülasyonlar aracılığıyla eğitim ve strateji geliştirme imkanı sağlayabilir ve iş dünyasında takım

çalışması, liderlik ve problem çözme becerilerinin geliştirilmesine katkıda bulunabilir. Bu çeşitlilik, dijital oyunların potansiyelini ve etki alanlarını genişletmektedir (Erboy, E. & Akar Vural, R., 2010). Dünya genelinde 2,5 milyar insanın aktif bir dijital oyuncu olduğu tespit edilmiştir. Bu büyük sayı, dijital oyunların küresel ölçekte ne kadar yaygın ve popüler olduğunu göstermektedir. Dijital oyunlar, farklı yaş grupları ve coğrafi bölgelerde geniş bir oyuncu kitlesine hitap etmektedir (Dautovic, 2020).

2.1.2. Dijital Oyun Türleri

Dijital oyun türleri, kullanıcıların ilgi ve beğenilerine göre oyun geliştiricileri tarafından geniş bir çeşitlilikle sunulmaktadır. Bu oyunlar, tek bir türe özgü özellikler içerebileceği gibi, birden fazla türün özelliklerini bir araya getirerek hibrit yapılar da oluşturabilir. Genellikle oynanış tarzları ve içeriklerine göre sınıflandırılan dijital oyunlar, aynı zamanda hedef sektör (eğlence, kamu, sağlık vb.) ve hedef kitle (yaş grupları, cinsiyet, eğitim düzeyleri vb.) gibi çeşitli kriterlere göre de ayrılabilir. Literatürde bu sınıflandırmalar üzerinde tam bir görüş birliği olmamakla birlikte, aksiyon, macera, rol yapma, simülasyon ve strateji gibi ana türler temelinde bir ayırım yaygın olarak kabul görmektedir. Bu ana türlerin her biri, kendi içerisinde de alt türlere ayrılarak daha spesifik sınıflandırmalara olanak tanımaktadır (Üngören, 2020). Adams ve Rollings (2006), yaptıkları araştırmada dijital oyunları yedi farklı alanda incelemişlerdir.

1) *Aksiyon oyunları*: Oyuncuların oyun içindeki karakter gelişimini tamamlayarak bölümleri geçmeyi hedeflediği bir oyun türüdür.

2) *Macera oyunları*: Bu tür oyunlar, oyunculara geniş ve heyecan verici dünyaları keşfetme fırsatı sunan, genellikle araştırma, keşif ve bulmaca gibi unsurları bünyesinde barındıran bir oyun türüdür.

3) *Yapboz oyunları*: Oyuncuların parça resimleri veya parça sayılarını bir araya getirerek oyun bölümlerini geçmeyi amaçladığı bir oyun türüdür.

4) *Spor oyunları*: Geleneksel oyunlardaki bedensel hareketleri dijital ortama taşıyarak oynanan bir oyun türüdür.

5) *Simülasyon oyunları*: Genellikle eğitim amaçlı dijital platformlara taşınan ve oyuncunun oyunun tamamına hâkim olduğu bir oyun türüdür.

6) *Rol yapma oyunları*: Oyuncuların belirlenen kurallar çerçevesinde kurgusal karakterlerin rollerine girerek oynadıkları bir oyun türüdür.

7) *Taktik oyunları*: Oyuncuların bir oyunu başarıyla tamamlaması için karar verme becerilerini ve stratejik düşünme yeteneklerini geliştirmeyi amaçlayan oyun türüdür.

Tablo 1. Dijital oyun türleri (URL-1, 2024).

Oyun Türü	Amaç	Örnek
Aksiyon Oyunları	El-göz koordinasyonu gerektiren, bol reaksiyon ve hız içerikli oyun türüdür. Oyuncunun seviye ve ödülleri toplayarak ilerlemesi gerekmektedir.	Pac-Man, PUBG, Call of Duty: Advanced Warfare, Grand Theft Auto, Far Cry vb.
Yapboz Oyunları	Oyuncuyu oyun kurallarının gerektirdiği şekilde düşünmeye teşvik eden oyun türüdür.	Sudoku Grid master, Angry Birds vb.
Spor Oyunları	Bedensel hareketlerin ve yöntemlerin oldukça önemli olduğu oyun türüdür.	FIFA, NBA, Tennis, Championship Manager vb.
Simülasyon Oyunları	Uçak, araba vb.motorlu araçların kullanımı için tasarlanmış oyun türüdür.	Sim City, The Sims, Trauma Center vb.
Macera Oyunları	Belli olmayan bir serüvende bölümü geçme yolundaki sorunları, engelleri aşabilmeyi gerektiren oyun türüdür.	The Longest Journey, Indiana Jones, Myst ve Riven vb.
Rol Yapma Oyunları	Oyuncu belli bir duruma karşı rol üstlenir ve karakterin önüne çıkan engelleri aşmaya çalıştığı oyun türüdür.	Dungeons & Dragons, Ever-Quest, Diablo, World of Warcraft vb.
Taktik Oyunları	Zafer amaçlı özel planlar, taktiksel beceriler geliştirmeyi gerektiren oyun türüdür.	Satranç, Dune 2, Tycoon Serisi, Age of Empires vb.

2.1.3. Dijital Oyun Oynama Nedenleri

Araştırmalardan elde edilen verilere göre, dijital oyun oynama motivasyonları oldukça çeşitlidir ve birçok faktörü içermektedir. Dijital oyunlar, işlerden arta kalan zamanı değerlendirme, stres atma ve rahatlama gibi kişisel ihtiyaçları karşılamamanın yanı sıra eğlence ve hobi olarak da görülmektedir. Ayrıca, bazı bireyler için dijital oyunlar bir meslek haline gelmiş ve profesyonel bir kariyer yolu olmuştur. Sosyalleşme çabası da önemli bir motivasyon kaynağıdır; çevrimiçi oyunlar aracılığıyla oyuncular, dünyanın dört bir yanından insanlarla etkileşime geçebilir ve yeni arkadaşlıklar kurabilirler. Bilişsel ve bedensel gelişim de dijital oyun oynama nedenleri arasında yer almaktadır. Strateji, problem çözme ve refleks gerektiren oyunlar, oyuncuların bilişsel yeteneklerini geliştirmelerine yardımcı olabilir. Aynı zamanda, hareket temelli oyunlar fiziksel aktiviteyi teşvik ederek bedensel gelişime katkı sağlayabilir (Kirriemuir, 2002; İnal ve Çağıltay, 2005; Wan ve Chiou, 2006).

İnsanlar dijital oyunlara başvururken gerçek hayatta bulamadıkları başarı, sosyal etkileşim, eğlence ve kendi hayal dünyalarını gerçekleştirme gibi ihtiyaçlarını karşılamayı hedeflerler. Dijital oyunlar, oyunculara sanal bir platform sağlayarak bu

ihtiyaçları tatmin etme imkânı sunar. Ayrıca, sosyal hayata uyum sağlama zorluğu çekenler için dijital ortam, alternatif bir sosyal alan olarak da görülebilir. Bu nedenlerle, dijital oyunlar insanların yaşamlarına önemli bir katkı sağlayabilir (Griffiths ve Hunt, 1995; Sherry vd., 2006; Ögel, 2012; Tekkurşun Demir ve Mutlu Bozkurt, 2019)

Sonuç olarak, dijital oyunlar sadece eğlence aracı olmaktan öteye geçerek, çeşitli eğitici faktörler aracılığıyla oyuncu­ların bilgi ve becerilerini geliştirebilmektedir. Tarihi, ekonomik, kültürel ve sosyal değerleri içeren bu oyunlar, oyuncu­ların öğrenme motivasyonlarını artırmakta ve onları daha bilinçli bireyler haline getirmektedir. Bu nedenle, dijital oyunların eğitici potansiyelinin tanınması ve bu alanda daha fazla araştırma yapılması büyük önem taşımaktadır.

2.1.4. Dijital Oyunların Olumlu ve Olumsuz Yönleri

Bilgi ve iletişim teknolojilerinin gelişimi, dijital oyun kavramında önemli değişimlere yol açmıştır. Geçmişte sokaklarda, parklarda ve açık alanlarda oynanan oyunlar, günümüzde cep telefonları, bilgisayarlar, tabletler ve oyun konsolları gibi dijital cihazlar aracılığıyla oynanmaktadır. Günümüz bireylerinin dijital oyunlara olan ilgisi artmakta ve oyun oynama sürelerinin sürekli olarak yükseldiği gözlemlenmektedir. Dijital oyunlar, bireyler üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkiler yaratabilmektedir. Olumlu etkiler arasında bilişsel gelişim, eğitsel katkılar ve stres azaltma sayılabilirken; olumsuz etkiler arasında ise bağımlılık, fiziksel sağlık sorunları ve sosyal izolasyon yer almaktadır (Yalçın ve Bertiz, 2019).

Dijital oyunların kontrollü ve bilinçli bir şekilde kullanılması­nın, birçok olumlu yönü bulunmaktadır. Bu yönler arasında, probleme dayalı çözümler üretebilme, eleştirel düşünme becerisi, kümülatif bilgiyi etkili bir şekilde kullanabilme yetisi, liderlik becerilerini geliştirme, proje yönetimi ve planlama yeteneği, taktiksel düşünme yeteneği, motivasyonel başarı elde etme yetisi, hızlı ve etkili reaksiyonlar gösterme becerisi ve konsantrasyonu artırma özellikleri bulunmaktadır. Bireylerin erken yaşlarda, özellikle de bir dijital oyun uzmanının rehberliğinde dijital oyunlarla tanışmalarının, sayısal becerilerinin gelişimine olumlu katkı sağladığı gözlemlenmektedir (Horzum, 2011). Bazı araştırmalar, otizm ve Williams Sendromu gibi kalıtsal hastalıkların tedavi sürecinde dijital oyunların kullanımının olumlu etkiler sağlayabileceği üzerinde durmaktadır. Bu hastalıkların yönetimi ve tedavisi, geleneksel terapi yöntemlerinin yanı sıra dijital oyunların terapötik potansiyeli üzerine yapılan çalışmaların artmasına neden olmuştur. Dijital oyunlar, bu hastalıklarla ilişkili olan bilişsel, duygusal ve sosyal

zorlukları hafifletmeye yönelik alternatif bir yaklaşım olarak görülmektedir (Grossard vd., 2017).

Dijital oyunların olumlu etkilerinin yanı sıra olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Aşırı oyun oynama, bireyin normal koşullarda kariyer, sosyal ilişkiler ve aile etkileşimlerinden aldığı tatmin ve başarı duygusunun azalmasına yol açabileceği gibi, agresif davranışların artmasına da sebep olabilir. Ayrıca, aşırı dijital oyun kullanımı psikolojik sorunlara yol açabilir ve kas-iskelet sistemi ile ilgili sağlık sorunlarını tetikleyebilir. Bu nedenle, dengesiz ve aşırı dijital oyun kullanımının potansiyel riskleri göz önünde bulundurularak, sağlıklı ve dengeli bir yaşam tarzı teşvik edilmelidir (Mustafaoğlu ve Yasacı, 2018). Şiddet içerikli dijital oyunların, oyuncularını şiddet içeren sanal ortamlara maruz bırakarak, agresif davranışları normalleştirebilir ve artırabilir. Araştırmalar, uzun süreli ve yoğun şiddet içerikli oyun oynamanın, bireylerde saldırganlık eğilimlerini artırdığını ve saldırganlıkla ilişkili duyguları güçlendirdiğini göstermektedir (Gentile ve Anderson, 2006). Dijital oyunların aşırı kullanımı, çeşitli sağlık sorunlarına neden olabilir. Bunlar arasında kilo kaybı, uyku problemleri, beslenme sorunları, görme bozuklukları, epilepsi nöbetleri, kalp rahatsızlıkları ve baş ağrıları gibi sorunlar bulunmaktadır. Uzun süreli ve aşırı dijital oyun oynamak, genellikle fiziksel aktiviteden uzaklaşmaya, düzensiz uyku alışkanlıklarına ve kötü beslenme alışkanlıklarına yol açabilir (URL-2, 2024).

Norveçli ergenlerle yapılan bir araştırmada, dijital oyun bağımlılığının depresyonla pozitif yönlü, ancak okul başarısıyla negatif yönlü bir ilişkiye sahip olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular, dijital oyun bağımlılığının ergenlerde depresyon riskini artırabileceğini ve okul performansını olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir (Brunborg vd., 2014). Bu bağlamda, sağlıklı bir yaşam tarzını sürdürmek için dijital oyunların kontrollü bir şekilde kullanılması önemlidir ve aşırıya kaçmaktan kaçınılmalıdır. Bu, bireylerin hem fiziksel hem de zihinsel sağlığını korumak için dengeli bir yaklaşımın benimsenmesi gerektiğini vurgular.

2.2. Bağımlılık Kavramı

Bağımlılık, bireyin belirli bir maddeye, davranışa veya aktiviteye karşı kontrol edilemeyen bir istek ve ihtiyaç duyması olarak tanımlanabilir. Bu durum, bireyin normal yaşamını sürdürmesini zorlaştırır ve genellikle psikolojik ve fiziksel zararlar doğurur. Bağımlılık, bireyin başka yollarla elde edemeyeceği his ve duyguların sunulmasıdır. Bu his ve duygular, bireyin mevcut yaşam koşullarından kaçış sağlayarak, rahatsız edici, acı veren ve belirsizlik içinde hissettiren duyguları baskılar. Ayrıca,

bireyin baş etmekte güçlük çektiği durumları unutmasına yardımcı olurken, ona gerçekçi olmayan bir güvenlik hissi de verebilir (Çakır, 2013).

Bağımlılık, biyolojik, psikolojik ve sosyal nedenlere bağlı olan, kronik ve tekrar eden bir hastalık olarak ele alınmaktadır. Bu tanım, bağımlılığın çeşitli faktörlerin etkisi altında geliştiğini ve sürekli tekrarlama eğilimi gösterdiğini vurgulamaktadır. Biyolojik bağımlılıklar, alkol ve uyuşturucu gibi maddelerin vücuda alınmasıyla ortaya çıkar. Bu maddeler, beyindeki kimyasal dengeleri değiştirerek, bireyin fiziksel ve psikolojik sağlığını olumsuz yönde etkiler. Bunun yanı sıra, davranışsal bağımlılıklar da önemli bir yer tutar. Bu tür bağımlılıklar, bireylerin belirli davranışları kontrol edememesi ve bu davranışların sosyal ilişkilerini olumsuz yönde etkilemesi ile karakterizedir. Kumar oynama, internet kullanımı, televizyon izleme ve video oyunları gibi teknolojik araçların aşırı ve kontrolsüz kullanımı, bireylerde davranışsal bağımlılıklar oluşturabilir (Yeltepe Ercan, 2013).

Bağımlılık, anlam açısından oldukça geniş bir kavram olduğundan, bu olguya ilişkin pek çok benzer tanım yapılmıştır. Bu tanımların, bağımlılık nesnesinin özelliklerine göre çeşitlilik gösterdiği söylenebilir. Genel olarak bağımlılık, bir nesneye, kişiye ya da varlığa karşı duyulan engellenemez arzu ya da başka bir iradenin etkisi altına girme durumu olarak ifade edilebilir.

Başka bir deyişle, bağımlılık, bireylerin ruhsal ve fiziksel sağlıklarına ya da sosyal yaşamlarına zarar vermesine rağmen, belirli bir takıntılı davranışı tekrarlamaya yönelik engellenemez bir istek duymaları ve bu davranışı devam ettirmeleri durumudur. Bu tanım, bağımlılığın sadece fiziksel bir olgu olmadığını, aynı zamanda psikolojik ve sosyal boyutlarının da bulunduğunu vurgular. Bağımlılık, farklı türlerde ortaya çıkabilir. Örneğin, madde bağımlılığı, alkol ve uyuşturucu gibi maddelerin kullanımını içerirken, davranışsal bağımlılıklar ise kumar oynama, internet kullanımı, televizyon izleme ve video oyunları gibi faaliyetlerle ilişkilidir. Bu davranışlar, bireyin sosyal ilişkilerini ve günlük yaşamını olumsuz etkileyebilir. Dijital oyun bağımlılığı da bu bağlamda değerlendirilir ve bireyin oyun oynama isteğini kontrol edememesi, oyun oynayamadığında huzursuzluk ve eksiklik hissetmesi gibi belirtilerle kendini gösterir (Atasaz, 2018).

Sonuç olarak, bağımlılık kavramı, bireyin iradesini kontrol edememesi ve zarar verici bir davranışı sürekli tekrar etmesi durumunu kapsar. Bu geniş kapsamlı tanım, bağımlılığın farklı türlerini ve bu türlerin bireyler üzerindeki çeşitli etkilerini anlamamıza yardımcı olur.

2.2.1. Dijital Oyun Bağımlılığı

Günümüzde dijital oyunların artan popülaritesi, birçok insanın uzun süreler boyunca bu oyunları oynamasına ve hatta hayatlarını bu şekilde idame ettirmesine yol açmaktadır. Bu durum, başlangıçta gönüllü katılım sağlanan, eğlenceli ve verimli zaman geçirme amacı taşıyan bir aktivite iken, zamanla farklı bir boyuta taşınmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı olarak tanımlanabilecek bu durum, bireyin hayatını oynadığı dijital oyunla ilişkilendirmesi, oyunun gereksinimlerini ve görevlerini aksatmadan yerine getirmesi, bu süreçte gerçek hayatından ödün vermesi ve oyun oynanmadığında yoksunluk hissetmesi gibi belirtilerle kendini göstermektedir (Grüsser vd., 2006; Thalemann, 2010; Horzum, 2011; Ercengiz ve Şar, 2017). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA), 2013 yılında yayımladığı DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition) el kitabında, dijital oyun bağımlılığını "internette oyun oynama bozuklukları" başlığı altında ele almıştır. Ancak bu bozukluk, bağımlılık olarak sınıflandırılmamış ve konunun daha fazla klinik çalışma ve araştırma gerektirdiği vurgulanmıştır (Dinç, 2017). Dijital oyun bağımlılığının araştırmacılar arasında kesin olarak kabul edilmiş bir tanımı olmamakla birlikte, literatürde genellikle "patolojik oyun oynama davranışları" veya "video oyunu bağımlılığı" olarak adlandırılmaktadır (Müller, 2014). Teknolojinin hayatımızın her anında bulunması ve kolayca ulaşılabilir olması, teknolojik ürünlere olan bağımlılığın fark edilmesini zorlaştırmaktadır. Bu durum, özellikle dijital oyun bağımlılığı gibi sorunların zamanında tespit edilmesini ve müdahale edilmesini engelleyebilir. Bu nedenle, teknolojiyi bilinçli ve dengeli bir şekilde kullanmak büyük önem taşımaktadır.

Dijital oyunlar, günümüzde neredeyse tüm teknolojik cihazlarda oynanabilmekte ve bu durum, oyun bağımlılığının yaygınlaşmasında büyük bir rol oynamaktadır. Akıllı telefonlardan tablet ve bilgisayarlara, hatta oyun konsollarına kadar geniş bir yelpazede erişilebilen dijital oyunlar, bireylerin her an her yerde oyun oynama imkânına sahip olmalarına olanak tanımaktadır. Bu erişilebilirlik, dijital oyun bağımlılığının hızla artmasının başlıca temel nedenlerinden biridir (Karaduman ve Aciyan 2020). Oyun oynarken keyifli vakit geçiren bireyler, zamanla artan bir şekilde stresli, sinirli ve gergin bir ruh hali içerisine girebilirler. Bu durum, dijital oyun bağımlılığının belirgin bir göstergesi olarak değerlendirilmektedir.

Dijital oyunlar, özellikle gençler arasında popüler olup çoğu kullanıcı tarafından sağlıklı bir hobi olarak değerlendirilmektedir. Ancak son yıllarda bazı dijital oyunların, bireylerin kişisel, sosyal, eğitim ve mesleki ilişkilerinde bozulmalara ve çeşitli psikolojik sorunlara yol açabildiği gözlemlenmiştir. Bu durum, dijital oyun

bağımlılığının neden olabileceği sorunların ciddiyetini ortaya koymaktadır. İşte dijital oyun bağımlılığının neden olabileceği bazı sorunlar:

1) *Kişisel ve Sosyal İlişkilerde Bozulmalar:* Uzun süreli ve yoğun oyun oynama, bireylerin sosyal etkileşimlerini azaltabilir ve aile, arkadaşlık gibi kişisel ilişkilerde sorunlara yol açabilir. Oyuncular, gerçek dünyadaki ilişkiler yerine sanal dünyadaki etkileşimlere daha fazla önem vermeye başlayabilir.

2) *Eğitimsel ve Mesleki İlişkilerde Bozulmalar:* Dijital oyunlara aşırı zaman ayırma, bireylerin akademik ve mesleki performanslarını olumsuz etkileyebilir. Öğrenciler ders çalışmak yerine oyun oynamayı tercih edebilir, çalışanlar ise iş görevlerini ihmal edebilir.

3) *Psikolojik Sıkıntılar:* Oyun bağımlılığı, depresyon, anksiyete ve stres gibi psikolojik sorunlara yol açabilir. Oyunlarda sürekli rekabet ortamı ve kaybetme korkusu, bireylerin zihinsel sağlığını olumsuz etkileyebilir.

4) *Fiziksel Sorunlar:* Uzun süre bilgisayar başında oturmak, fiziksel aktivitenin azalmasına neden olur. Bu durum, obezite, kas ve iskelet sorunları, görme ve işitme problemleri gibi sağlık sorunlarına yol açabilir. Ayrıca, uzun süreli ekran maruziyeti uyku bozukluklarına neden olabilir.

5) *Sağlıksız Beslenme:* Oyun oynama sırasında sağlıksız atıştırmalıkların tüketimi artabilir. Düzensiz ve dengesiz beslenme, uzun vadede çeşitli sağlık sorunlarına yol açabilir.

Dijital oyun bağımlılığının dünya genelinde yaygınlığı %1,3 ile %9,9 arasında değişmekte olup, bu oranların giderek arttığı belirtilmektedir. Bu durum, dijital oyun bağımlılığının toplum sağlığı açısından önemli bir sorun haline geldiğini göstermektedir (Uzunoğlu, 2021).

2.2.2. Saldırganlık Kavramı

Saldırganlık, günümüzde sıkça karşılaşılan ve çeşitli bilim dalları tarafından farklı açılardan incelenen bir olgudur. Bu çok yönlü incelemeler, saldırganlığın farklı tanımlar ve yaklaşımlar çerçevesinde ele alınmasını sağlar. Psikoloji, sosyoloji, spor, eğitim ve tıp gibi alanlarda yapılan araştırmalar, saldırganlığı derinlemesine anlamak ve açıklamak için çeşitli perspektifler sunar. Saldırganlık, bir kişiye veya gruba zarar verme amacı taşıyan davranışlar olarak tanımlanır (Deptula ve Cohen, 2004). Balcıoğlu vd., (2016) saldırganlığı, "bireyin hayatta kalabilmesi için doğuştan sahip olduğu ya da sonradan edindiği davranışlar olarak tanımlanan içgüdüler" olarak tanımlar.

Saldırganlık, yalnızca başkalarına zarar vermekle sınırlı olmayıp, aynı zamanda bireyin kendi fiziksel ve psikolojik sağlığına zarar verme şeklinde de ortaya çıkabilir.

Saldırganlık, doğrudan ve dolaylı etkenlere dayanan, sosyal ve kültürel bağlamlarda saldırgan olarak değerlendirilen, bireylere yönelik fiziksel veya duygusal acı veren ve maddi zarara yol açan davranışların toplamını ifade etmektedir (Şahin, 2003). Saldırganlık, üzerinde özellikle durulan kavramlardan biri olup, insanlık tarihinin başlangıcından bu yana varlığını sürdüren bir davranış biçimidir. Çocukların oyunlarındaki kavgalar, sokak çatışmaları ve savaşlar gibi çeşitli biçimlerde ortaya çıkan, bir bireyin başka bir varlığa zarar verme çabası, belki de en fazla araştırılan insan davranışlarından biridir (Dalbudak, 2012). Freud, saldırganlığın doğuştan geldiği ve bu eğilimin bireyin içsel doğasında var olduğu görüşündedir. Ona göre, toplumun bu eğilimi bastırmak yerine alternatif yollara yönlendirmesi gerekmektedir. Örneğin, boks gibi aktiviteler saldırganlığın başka bir kanala yönlendirilmesini sağlayabilir. Freud'a göre, saldırganlık iki şekilde ortaya çıkabilir: "başkalarına yönelen saldırganlık" ve "kendine yönelen saldırganlık." Başkalarına yönelen saldırganlık, diğer bireylere zarar verme eğilimini içerirken, kendine yönelen saldırganlık ise, bireyin kendi kendine zarar verme eğilimini ifade eder (URL-3, 2024).

2.2.2.1. Sporda Saldırganlık

Sporda saldırganlık, bir bireyin bilerek çevresindeki diğer bireylere psikolojik ve fiziksel zarar verici davranışlar sergilemesine "saldırı" denir. "Saldırganlık" ise, bir bireyin bu tür saldırgan davranışları sürekli olarak ve isteyerek tekrarlama durumunda kullanılan bir terimdir. Örneğin, rakip oyuncularını sinirlendirmek veya hakeme kötü sözler söylemek saldırganlık örnekleridir (Acet, 2005).

Saldırganlık, hem günlük yaşamda hem de spor alanında giderek daha fazla karşımıza çıkan bir olgudur. Günlük yaşamda, iş stresi, ekonomik zorluklar ve rutin yaşamın getirdiği olumsuzluklar gibi faktörler nedeniyle saldırgan davranışlar sergilenebilirken, sporda ise başarı genellikle rakibin engellenmesine dayandığı için buna izin verilir, ancak belirli kurallar çerçevesinde yapılır. Sporcular, yarışmalar sırasında başarılı olabilmek için rakipleriyle rekabet içine girerler. Gerçekte, sporcular her müsabakada aynı zamanda kendileriyle ve çevreleriyle de yarışır. Sporcular, başarısızlık korkusu ve kendilerine yöneltilecek ilginin devamını sağlama çabasıyla, bazen yetenek seviyelerine uygun olmayan aşırı riskli davranışlara yönelebilirler. Kuralları ihlal ettiklerinde ise, rakiplerine veya kendilerine zarar verebilecekleri için cezalandırılırlar (Güner, 2006).

Sporda gerçekleştirilen bir hareketin saldırganlık niteliği, o hareketi icra eden sporcunun niyeti ve belirlenen kurallara uygunluğu ile doğrudan ilişkilidir. Eğer bir sporcu, yalnızca oyunun doğası gereği ve kurallara uygun bir biçimde sert bir hareket sergiliyor ve rakibine zarar verme amacı taşımıyorsa, bu davranış genellikle saldırganlık olarak değerlendirilmeyebilir. Ancak, bir sporcu bilerek rakibine zarar vermek amacıyla bir harekette bulunursa, bu durum saldırganlık olarak nitelendirilir ve uygun yaptırımlara tabi tutulur (Doğan, 2005).

Bazı araştırmalara göre, şiddet içerikli savunma amacıyla yapılan spor branşlarıyla ilgilenen bireylerin özel hayatlarında daha asi ve kavgaya yönelik davranışlar sergilediğini göstermektedir. Ancak, başka araştırmaların analizi, bu branşlarla ilgilenen bireylerin sosyal yaşamlarında dış etkenlerden kaynaklanabilecek olumsuz durumları daha iyi yönetme eğiliminde olduklarını ve daha kontrollü davranışlar sergilediklerini ortaya koymuştur (Eripek,1993).

2.2.2.2. Biyolojik Anlamına Göre Saldırganlık

Biyolojik saldırganlık, canlıların doğasında bulunan sıradan bir davranış biçimidir. Canlı türlerinin hayatta kalması, çevrelerine uyum sağlaması ve kaynakları koruması açısından saldırganlık, doğal bir davranış biçimi olarak kabul edilir. Bu davranış, türler arası rekabetin bir sonucu olarak ortaya çıkabilir ve birçok organizmanın avlanma, savunma veya üreme gibi temel hayatta kalma gereksinimlerini karşılamak için gelişmiş bir strateji olarak işlev görür. Bu nedenle, saldırganlık biyolojik evrimin bir parçası olarak değerlendirilir ve canlı türlerinin yaşam mücadelesi ve çeşitliliğinin devamı için önemli bir role sahiptir. Bu davranış, organizmanın hayatta kalması için gerekli temel ihtiyaçları karşılamak ve doymak amacıyla çevresinde uygun gördüğü kaynakları değerlendirme fırsatı sunar. Dolayısıyla, saldırganlık belirli bir noktaya kadar normal kabul edilebilir. Saldırganlık davranışının biyolojik temellerinin yanı sıra toplumsal bir temeli de bulunmaktadır. Saldırganlık, toplumsal bir olgu olarak psikolojik etkilere sahiptir. Bu tür bir davranış, bireyin aile yapısı ve kültürel çevresi tarafından önemli ölçüde etkilenmektedir (Şahin, 2003).

2.2.3.Saldırganlık Türleri

Birçok araştırmacı, saldırgan davranışları tek bir kategori altında toplamak yerine, farklı saldırganlık türlerinin var olduğunu ve bu türlerin ayrı ayrı tanımlanması gerektiğini savunmuşlardır. Bu yaklaşım, çeşitli saldırganlık türlerinin farklı nedenlere, psikolojik, zihinsel ve fizyolojik süreçlere dayandığını ve değişik uyaranların etkisiyle

ortaya çıktığını göstermektedir. Bu şekilde, araştırmacılar, saldırganlığın karmaşık doğasını daha iyi anlamak ve etkili müdahale stratejileri geliştirmek için farklı türlerini ayrıntılı bir şekilde incelemektedirler.

Saldırganlıkla ilgili literatürde çeşitli sınıflandırmalar bulunmakta ve saldırganlık, doğrudan veya farklı yollarla gerçekleşen sebeplerle, hedeflere ve etkilere dayalı olarak çeşitli şekillerde ifade edilmektedir. Bu tür benzer saldırganlık durumları genellikle bedensel ve psikolojik saldırganlık olarak nitelendirilir (Kekeç, 2019).

2.2.3.1. Amaç Yönelimli Saldırganlık

Saldırganlar, kurbanlarına yöneldiklerinde genellikle bilinçaltılarında farklı bir amaç güderler. Bu durumu örneklendiren bir deneyde, çocuklar sıradan oyuncaklar ve şişme bir bebekle oynayan bir yetişkini gözlemlemişlerdir. Deneyin bir koşulunda, yetişkin birey, yaklaşık bir dakika boyunca sıradan oyuncakları topladıktan sonra dikkatini şişme bebeğe yönlendirmiştir. Şişme bebeğe yaklaşıp ona çeşitli darbeler indirerek zarar vermiş, bir ağaç çekiç kullanarak bebeğe vurmuş, onu havaya fırlatmış ve tekmeleyerek sözlü saldırgan ifadeler kullanmıştır. Çocukların önünde bu davranışlar ortalama 9 dakika boyunca gerçekleşmiştir. Alternatif bir koşulda, yetişkin birey sakın bir tavırla diğer oyuncaklarla ilgilenmiş ve şişme bebekle hiçbir etkileşimde bulunmamıştır. Bir süre sonra, tüm çocuklar 95 cm boyutundaki şişme bebeğin de yer aldığı çeşitli oyuncaklarla birlikte 20 dakika boyunca yalnız bırakılmıştır. Yetişkinlerin şişme bebeğe karşı saldırgan davranışlar sergilediğini gören çocukların da benzer saldırgan davranışlar sergiledikleri gözlemlenmiştir. Bu gruptaki çocukların bebeği yumrukladığı, tekmelediği, hırpaladığı ve yetişkinlerin kullandıkları saldırgan ifadeleri tekrarladıkları görülmüştür. Bu gözlem, deney grubundaki çocukların belirli türdeki oyuncak bebeklere karşı saldırgan davranışlar sergilediklerini ortaya koymuştur (Bandura vd., 1961).

Buz hokeyinde bir sporcunun rakibine omuz atması, basketbolda ribaund almak isteyen bir sporcunun rakibine dirsek vurması ya da bir boksörün rakibini nakavt etmesi gibi eylemler, düşmanca bir niyet taşımaksızın yalnızca belirli bir hedefe ulaşma amacıyla gerçekleştirilen hareketlerdir (Bandura vd., 1961).

2.2.3.2. Araçsal Saldırganlık

Öğrenme kuramının önemli bir yönü, saldırganlıkla ilgili olarak diğer kuramlarla karşılaştırıldığında, davranışların kazanılmasında daha etkili bir rol oynadığına dair bir önermeyi içermesidir. Bu kuram, yoğun duygular sonucu gerçekleşen saldırgan

davranışların çevresel pekiştirmeler aracılığıyla değiştirilebileceğini ve kontrol altına alınabileceğini vurgulamaktadır. Bireyler, yoğun duyguların sonucu olarak saldırganlık yerine daha yapıcı davranışları öğrenebilirler. Sosyal öğrenme kuramı, bireyin karşılaştığı zorluklarla başa çıkmak için saldırgan davranışlar yerine daha yapıcı yöntemlerin öğretilebileceğini öne sürmektedir. Bu bağlamda, sosyal öğrenme kuramı, saldırganlık kavramını esasen rol alma ve pekiştirme süreçlerine dayanan bir davranış biçimi olarak değerlendirmektedir (Tiryaki, 1996). Örneğin, öfkeli bir birey, eşine karşı daha baskın bir profil sergilemek amacıyla saldırgan davranışlar sergileyebilir. Bu durum, egemenlik ve güç kazanma, dikkat çekme ve izlenim oluşturma gibi öncelikli hedeflerin ön plana çıkmasına neden olabilir. Ayrıca, birçok genç, çevresindeki arkadaşlar üzerinde üstünlük sağlama amacıyla saldırgan tavırlara yönelebilir (Berkowitz, 1993).

2.2.3.3. Sosyal Ödül ve Onay Amacıyla Saldırganlık

Sosyal öğrenme kuramı, saldırganlığı öğrenilmiş bir davranış olarak kabul eder ve bu davranışın pekiştirmeler ve model alma yoluyla kazanıldığını öne sürer. Sporculuk bağlamında, sporcu için referans çerçevesi antrenörü, takım arkadaşları ve ailesinden oluşur. Sporcuların, koçlar tarafından sportif ortamda "uygun" bulunan saldırgan davranışları sergilemeleri için baskı altında oldukları bilinen bir gerçektir (Tiryaki, 1996).

Smith (1979), yaptığı bir araştırmada buz hokeyi oyuncularının %52'sinin, koçlarının saldırganlığı benimseyen tutumlarını onayladığını bulmuştur. Bu nedenle, çalışma sonucunda birçok oyuncunun antrenörlerinin saldırgan tavırları onaylaması nedeniyle saldırgan davranışlar sergilediği sonucuna varılmıştır (Tiryaki, 1996). Yani, bir oyuncu kendini antrenörüne kanıtlamak amacıyla, rakip oyuncuya sopasıyla müdahale edebilir. Buradaki temel hedef, antrenörün ilgisini çekmek ve takımda kalma arzusudur (Tiryaki, 1996).

2.2.3.4. Sosyal Rol Olarak Saldırganlık

Sosyal rol kavramı, bireylerin belirli bir toplumsal konumda veya durumda bulunmalarından kaynaklanan beklentiler ve davranış kalıplarını ifade eder. Saldırganlık da sosyal rollerin bir örneğidir. Bir kişi, belirli bir sosyal rol içinde olduğunda, o rolün gerektirdiği davranışları sergileme eğilimindedir. Saldırganlık sosyal rol bağlamında, bireyin toplumda veya grup içinde belirli bir saldırgan rolünü üstlenmesi veya bu role atanması durumunda ortaya çıkar. Örneğin, tekvando sporuyla pek ilgilenmeyen

bireylere spor dalıyla özdeşleşen kıyafetler giydirildiğinde, bu kişilerin saldırganca davranışlarda bulundukları gözlemlenebilir. Ayrıca, bireyler, kendilerini saldırgan olarak algıladıkları kişilerin rolünü üstlendiklerinde, saldırgan tutumlara yönelebilirler (Tiryaki, 1996). Bu bağlamda, sosyal rol olarak saldırganlık, bireyin belirli bir toplumsal konumda veya durumda bulunmasıyla ilişkilendirilen ve o rolün gerektirdiği saldırgan davranışları sergileme eğilimini ifade eder.

2.2.3.5. Emir Altında Saldırganlık

"Emir altında saldırganlık" terimi, bireylerin belirli bir otorite veya liderlik altında saldırgan davranışlarda bulunmalarını ifade eder. Bu durumda, bir kişi, bir otorite figürü tarafından yönlendirildiğinde veya emir aldığı anda saldırgan hareketler sergileyebilir. Bu tür saldırganlık genellikle bir komuta zinciri içinde gerçekleşir ve belirli bir amacı veya hedefi gerçekleştirmek için kullanılır. Antrenörün sporcularından, müsabakayı her koşulda kazanmalarını ve bu doğrultuda maksimum çaba göstermelerini talep etmesi, bazı sporcuların hırçınlaşmasına ve rakip sporculara karşı saldırgan davranışlarda bulunmalarına yol açabilir. Bu durum, bireylerin emir altında gerçekleştirecekleri saldırgan hareketlerin sınırsız olabileceğini göstermektedir (Tiryaki, 1996).

2.2.3.6. Düşmanlık İçeren Saldırganlık

Sosyal psikologlar genellikle herhangi bir kişiye kötü davranmayı amaçlayan saldırganlığı tartışmaktadır. Bu tür saldırganlık genellikle husumet içeren saldırganlık olarak adlandırılır ve duygusal veya öfke temelli saldırganlık olarak değerlendirilir. Saldırgan davranış sergileyen bireyler genellikle başkalarını rahatsız edici uyarıcılara maruz bırakır ve onlara kötü davranmaya çalışır (Berkowitz, 1993).

Spor müsabakaları, rekabetin yoğun olduğu ve saldırganlık davranışlarının ortaya çıkabildiği ortamlara dönüşebilir. Özellikle yarışma sporlarında, saldırganlığın sınırları, o spor dalının karakteristikleri ve sporcunun niyeti ve kasıtı tarafından belirlenir (Özerkan, 2004). Bir futbol maçında, bir oyuncunun rakip oyuncuya kasıtlı bir şekilde faul yapması veya agresif davranışlar sergilemesi, düşmanlık içeren saldırganlık örneklerinden biridir. Bu tür davranışlar genellikle oyuncunun duygusal veya öfke temelli bir saldırganlık sergilediğini yansıtır. Bu durum, sporda gözlemlenen saldırgan davranışların bir örneğini oluşturur ve sosyal psikologların incelediği saldırganlık türlerinden biridir.

2.2.3.7. Atılganlık

Atılganlık, insanların kendi çıkarları için kendilerini rahatça ifade edebilmeleri ve aynı zamanda diğer insanların haklarını da göz önünde bulundurarak kendi haklarını aramaları olarak tanımlanır (Tutkun vd., 2006). Atılganlık, saldırganlıkla eşdeğer bir anlam taşımamaktadır. Bir bireyin kendini rahat bir şekilde ifade edebilmesi de atılganlık olarak değerlendirilebilir. Atılganlık, başkalarının haklarını ihlal etmeden kendi haklarını kabul edilebilir bir biçimde savunma yeteneğidir. Atılganlık, doğrudan ve etkileyici bir iletişim şeklidir, ancak bu iletişimde başkalarının haklarını göz önünde bulundurmak önemlidir. Kendi gereksinimlerinizi ve haklarınızı savunurken, bu hakların sizin de hakkınız olduğuna inanmanız gerekir (Bostan ve Kılıcıgil, 2008).

Atılganlık, doğrudan ve dürüst bir şekilde iletişim kurabilme yeteneğidir. Atılganlık seviyesi yüksek olan bireyler, çevreleriyle sağlıklı ilişkiler kurma eğilimindedir. Ayrıca, atılganlık düzeyinin artması kişinin özgüveninin artmasına ve diğer insanlar üzerinde etki bırakabilme yeteneğinin gelişmesine katkıda bulunabilir (Deryahanoğlu, 2014).

Sonuç olarak, atılganlık, uygun bir çerçeve içerisinde açık, doğrudan ve dürüst bir iletişim kurma yöntemidir. Atılgan davranış sergileyen bireyler, toplumsal konumlarını güçlendirme ve başkaları üzerinde daha etkili olma potansiyeline sahiptirler. Atılganlık, bireyin kendine olan güven duygusunu artırırken, aynı zamanda çevresindeki insanlar üzerinde saygı uyandırmasına da katkıda bulunur. Ayrıca, dürüst ilişkiler kurma olasılığını yükseltir ve bireye günlük olayların kontrolünün kendi elinde olduğu hissini sağlar. Bu nedenle, atılganlık, kişilerarası iletişimde denge sağlamak ve sağlıklı ilişkiler geliştirmek açısından önemli bir sosyal iletişim becerisidir (Ker-Dinçer, 2005).

2.2.4. Saldırganlığı Etkileyen Faktörler

Saldırganlık davranışı, insan psikolojisinin temel davranış modellerinden biri olarak kabul edilmektedir. Bu davranışın nedenleri, hangi faktörlerin bu duruma zemin hazırladığı ve hangi koşullarda en sık ortaya çıktığı gibi sorular, psikoloji alanında sürekli bir araştırma konusu olmaktadır. Ancak bilinen bir gerçek vardır ki, saldırgan bireyler genellikle yoğun bir kızgınlık ve öfke hissetmektedirler. Bu bireyler, öfke krizleri ve şiddet içeren saldırılar aracılığıyla içlerindeki düşmanlığı dış dünyaya yansıtmaktadırlar (Morgan, 2011).

Saldırgan davranışların ortaya çıkmasında çeşitli faktörler etkili olabilir. Bu faktörler, bağımsız olarak etkili olabileceği gibi, bir veya birden fazla faktörün etkileşimi sonucunda da saldırgan davranışları tetikleyebilir. Bazı faktörler, zaman

zaman saldırganlığı artırabilirken, diğerleri ise saldırganlığın ortaya çıkma olasılığını azaltma potansiyeline sahiptir (Bayram, 2012).

Saldırganlık ve şiddet eğilimleri, insanın doğası gereği pek çok faktörden etkilenir. Doğal çevrenin değişen fiziksel ve kimyasal koşullarının da insan üzerinde bedensel ve ruhsal etkiler yarattığı belirlenmiştir. Araştırmalar, şiddet eylemleri ve suç oranlarının rakım ve yıllık ısı ortalaması gibi çevresel değişkenlerle anlamlı bir ilişki içerisinde olduğunu göstermektedir. Avrupa'da yapılan çalışmalara göre, dağlık ve güney bölgelerde adam öldürme vakaları daha sık görülürken, düzlük ve kuzey bölgelerinde hırsızlık, soygun, yağma ve yankesicilik gibi suçların daha yaygın olduğu belirtilmiştir. Bu bulgular, çevresel faktörlerin suç türleri üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır (Balcıoğlu, 2001). Saldırganlığı ortaya çıkaran sebeplerden biri, kişinin isteklerinin gerçekleşmemesi veya engellenmesidir. Saldırgan tutum, bu engellenme durumuna karşı gösterilen bir tepki olarak tanımlanabilir. Engellenmeye karşı geliştirilen saldırgan davranışlar bazen engellenme durumunu ortadan kaldırabilirken, bazen de durumu daha kötü hale getirebilir. Bu, saldırgan davranışın hem çözüm hem de problem olarak ortaya çıkabileceğini göstermektedir (Cüceloğlu, 2016).

Birçok araştırmacı, saldırgan davranışları şekillendiren etkenleri anlamaya yönelik çabalar göstermiş ve bu bağlamda, kimlerin saldırgan davranışlar sergileyebileceğini tahmin etmeye yönelik çalışmalar gerçekleştirmiştir. Saldırganlığı etkileyen faktörler, çeşitli kategorilere ayrılarak daha iyi anlaşılabilir. Bu doğrultuda, saldırganlık üzerinde etkili olan temel faktörler şunlardır.

2.2.4.1. Aile

Aile, çocuğun yaşamının ilk dönemlerinde temel bir rehberlik ve değer sistemini sağlayarak, onun dünyayı algılamasına ve ilk öğrenmelerini gerçekleştirmesine yardımcı olur. Bu süreçte, doğru ve yanlış, kabul edilebilir ve kabul edilemez davranışlar konusunda çocuk, ilk bilgilerini ailesinden alır. Aile ortamının huzurlu ve destekleyici olması, çocuğun duygusal ve bilişsel gelişimi için kritik bir öneme sahiptir. Ancak, bazı ana-babalık davranışları, çocuğun ahlaki benimseme ve benlik duygusunu olumsuz yönde etkileyebilir ve bu da saldırganlık eğilimleriyle ilişkilendirilmiştir. Bu olumsuz davranışlar arasında, sevginin eksikliği, güç kullanma tehditleri, olumsuz değerlendirmeler ve duygusal manipülasyonlar, fiziksel ceza uygulamaları ve tutarsız disiplin yöntemleri yer alır (Berk, 2013). Saldırgan davranışların gelişiminde ailenin rolü oldukça belirgindir. Çocuklarda saldırganlık genellikle anne-babanın aşırı koruyucu veya reddedici, aşırı ilgisiz ya da aşırı ilgili davranışlarına, fiziksel veya sözlü şiddet

uygulamalarına bağılı olarak ortaya çıkabilir. Saldırgan davranışın gelişiminde, anne-babanın yanlış tutumları büyük önem taşır. Örneğın, aşırı düşkünlük veya aşırı koruyucu yaklaşım, çocuğın içsel kontrolünü kaybetmesine ve saldırgan davranışlar sergilemesine neden olabilir (Bayram, 2012).

Bireyin sosyal gelişimi ve davranışları üzerinde en etkili olan evre genellikle ailesidir. Sosyal uyum ve davranışsal kalıpların oluşumu, çocuğın aile içinde başladığı ve yaşam boyunca devam eden bir süreçtir. Saldırgan davranışların ortaya çıkışında da, ailenin etkisi belirleyicidir (Şahin, 2011). Aile içi anlaşmazlıklar ve eşler arasındaki şiddetli tartışmalar, özellikle erkek çocuklarda şiddet eğilimi veya içe kapanıklık gibi sorunlara yol açabilir. Anne sevgisinin eksik olduğu durumlarda baba otoritesinin aşırı vurgulanması veya babanın ocuk üzerindeki baskısı, çocuğın saldırgan davranışlar sergilemesine neden olabilir (Özbey ve Alisinanoğlu, 2009). Aile içinde şiddete maruz kalan çocukların, daha sonra saldırgan davranışlar sergileme olasılığının arttığı belirtilmektedir. (Ayan, 2007).

Ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını eleştirmesi, alay etmesi, sürekli cezalandırması ya da çocuklarının isteklerini ya tamamen karşılaması ya da ihmal etmesi gibi tutumlar, çocuklarda saldırgan davranışların ortaya çıkmasına yol açabilir. Anne-babanın çocuklarıyla sağlıklı bir iletişim kurabilmesinde, çocuğa yönelik tutumların yanı sıra sosyo-ekonomik düzey, cinsiyet, anne-baba eğitim düzeyi, meslek, çalışma durumu, evlilik sorunları, boşanma, işsizlik, ekonomik zorluklar ve sağlık sorunları gibi etmenler de önemli rol oynamaktadır. Bu faktörlerin bir araya gelmesi, çocuğın saldırganlık davranışlarının tetiklenmesine veya artışına neden olabilir (Ağlamaz, 2006).

2.2.4.2. Madde Kullanımı

Saldırganlık davranışının önde gelen nedenlerinden biri madde bağımlılığıdır. Alkol ve uyuşturucu madde kullanımı ile saldırganlık davranışları arasında karşılıklı bir etkileşim olduğu tespit edilmiştir. Uyuşturucu maddelerin kimyasal etkileri, saldırgan davranışların ortaya çıkmasına katkıda bulunabilir. Bu maddelerin insan beynindeki kontrol mekanizmalarını zayıflatması veya yoğun bir enerji artışı sağlaması, bireylerde daha saldırgan ve kontrolsüz davranışlar sergileme eğilimini artırmaktadır (Aksoy vd., 2012).

Madde ve alkol kullanımı, bireyleri kural tanımama, kendilerine ve çevresine zarar verme gibi davranışlara yönlendirerek saldırganlık, şiddet ve suç eylemlerinin ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Bu tür maddelerin etkisi altında olan bireylerin

karar alma yetenekleri azalabilir, kontrolsüz davranışlar sergileyebilirler ve bu durum saldırganlık ile sonuçlanabilir. Bu nedenle, madde ve alkol kullanımının önlenmesi veya azaltılması, saldırganlık, şiddet ve suçların da önlenmesine katkı sağlayabilir (Altuner vd., 2009). İnsanlık tarihinin başlangıcından itibaren, uyuşturucu maddelerin kullanımı, genellikle insanlara sağladığı faydalar üzerinde odaklanmıştır. Örneğin; bu maddelerin hastalıkları iyileştirici özellikleri veya ağrı kesici etkileri nedeniyle sıkça kullanıldığı bilinmektedir. Ancak, daha sonraları uyuşturucu maddelerin kötüye kullanımı, canlı organizmaları olumsuz yönde etkileyebilir. Alkol ve uyuşturucu maddelerin sinir sistemi üzerindeki olumsuz etkileri, fiziksel, zihinsel ve duygusal dengeyi bozabilir, alışkanlık ve bağımlılık oluşturabilir, kişi ve toplum üzerinde ekonomik ve sosyal sorunlara neden olabilir. Alkol ve uyuşturucu madde kullanımıyla ilişkilendirilen bireyler, alkol veya madde bağımlılıklarını finanse etmek için yasa dışı yollarla para kazanmaya çalışabilirler. Bu durum, toplumda suç oranlarında bir artışa neden olabilir. Ayrıca, bu bireyler çevrelerine karşı saldırgan tutumlar sergileyebilirler (Gülşen vd., 2011).

2.2.4.3. Kitle İletişim Araçları ve Medya

Kitle iletişim araçları, bireylerin topluma entegre olmasında, toplumsal kültürel değerleri benimsemelerinde ve yeni değerler eklemelerinde, inanç, tutum ve davranış değişikliklerinde önemli bir rol oynar. Bu etkileşimin seviyesi, bireylerin kitle iletişim araçlarına ilişkin önyargıları, bu araçları ne sıklıkla kullandıkları ve bu araçlar vasıtasıyla kendilerine iletilen mesajların niteliği gibi faktörlere bağlı olarak farklılık göstermektedir (Temizel, 2008). Kitle iletişim araçlarının kullanım şekline bağlı olarak insanlara sağladığı faydalar ve verdiği zararlar farklılık göstermektedir. Doğru şekilde kullanıldığında bireylere büyük faydalar sağlayabileceği gibi, yanlış kullanımı hem bireylere hem de topluma zarar verebilir. Kitle iletişim araçlarının çeşitli konulardaki haberleşme özellikleri, insanları kendine çekmektedir. Boş zamanlarını değerlendirmek ve yeni bilgiler edinmek için bu araçları kullanan bireyler, zaman zaman amaçlarının dışında yönlendirmelere maruz kalabilmektedir (Acet, 2005).

Kitle iletişim araçlarının yanlış ve gereksiz kullanımı, hem çocuklar hem de yetişkinler üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır. Özellikle bazı televizyon kanallarında yayımlanan şiddet içerikli görüntüler ve basında yer alan şiddet haberleri, kötü örnek teşkil ederek olumsuz davranışların artmasına neden olabilmektedir. En hoşgörülü toplumlarda bile nefret ve şiddet vakalarının artışı, bireyleri istenmeyen davranışlara yönlendirebilir (Bayram, 2012). Eğitim ve öğretim yoluyla edinilen

bilgilerin insan davranışları üzerindeki etkisi göz önüne alındığında, çocukların televizyonda izledikleri davranışları doğru örnekler olarak kabul edip bu şekilde hareket etme olasılıkları yüksektir (Adak, 2004). Kitle iletişim araçları ve medyadaki şiddet, farklı yollarla saldırganlık davranışlarını teşvik etmektedir. Bu yollardan en dikkat çekici olanı taklit etmedir. Birçok psikolojik araştırma, çocukların ve gençlerin yeni davranışları gözlemleyerek öğrendiklerini ve televizyonda gördükleri saldırgan modelleri sıklıkla benimsediklerini ortaya koymaktadır (Eroğlu, 2009). Son zamanlarda toplumda artan saldırganlık olaylarıyla birlikte, kitle iletişim araçlarının bu olguyu yönlendirmede etkili olup olmadığı pek çok kesimde tartışılmaktadır. Kitle iletişim araçları, insan davranışlarını şekillendirmede kritik bir rol oynamaktadır. Bu araçlar, toplumsal olayları aktarırken aynı zamanda dış gerçekleri de yansıtmaktadır. Ancak, basın ve yayın organlarının saldırganlık dozunu ayarlayarak toplumu bilgilendirmesi oldukça zordur (Eroğlu, 2009).

Kitle iletişim araçlarında yer alan saldırgan içeriklerin etkisinin kimleri ne ölçüde etkilediği, bireylerin saldırganlıkla ilgili geçmiş travmalarına, kişisel farklılıklarına ve sosyal çevrenin saldırganlığa yaklaşımına bağlı olarak değişkenlik gösterir. Bu faktörler, bir bireyin medyadaki şiddet içeren materyalleri nasıl algılayacağını ve bu materyallerin davranışsal etkilerini nasıl deneyimleyeceğini belirlemede önemli rol oynar (Bayram, 2012). Sonuç olarak, kitle iletişim araçlarının içerdiği saldırgan içeriklerin bireyler üzerindeki etkisi, çeşitli faktörlerin etkileşimiyle belirlenmektedir.

2.2.4.4. Cinsiyet

Erkeklerde doğal olarak görülen saldırgan davranışlar, cinsiyetler arasındaki belirgin farklılıklardan biridir. Bu farklılığın temel nedeni, erkeklerde daha yüksek seviyelerde bulunan testosteron hormonu ile ilişkilidir; kadınlarda ise östrojen hormonu, testosteronun etkisini azaltma işlevi görmektedir. Araştırmalar, erkeklere sonradan uygulanan testosteronun saldırgan davranışları artırdığını, buna karşın kadınlarda aynı etkinin gözlemlenmediğini ortaya koymaktadır. Bu bulgular, erkeklerin testostere daha duyarlı olduğunu göstermektedir. Ayrıca, her iki cinsiyetin sözel saldırganlık düzeylerinde önemli bir fark bulunmaması, kadınların daha gelişmiş konuşma yetenekleri ile açıklanabilir (Dervent, 2007).

2.2.4.5. Okul ve Eğitim

Eğitim, bireylerin ve toplumların daha iyi bir yaşam standardına ulaşmalarını sağlamada, sahip oldukları bilgi, beceri ve değerleri sistemli bir şekilde bir sonraki

kuşağa aktarmada hayati bir rol oynar. Bu süreç, yalnızca bilgi ve becerilerin öğretilmesini değil, aynı zamanda insan davranışlarının yaşantılar ve deneyimler yoluyla değiştirilmesini de kapsar (Yetim, 2011). Eğitim, bireylerin topluma uyum sağlamalarını, eleştirel düşünme yeteneklerini geliştirmelerini ve yaşam boyu öğrenme sürecine katılmalarını teşvik eder. Böylece, eğitim yoluyla edinilen değerler ve beceriler, hem bireysel gelişimi hem de toplumsal ilerlemeyi destekler. Geniş anlamda eğitim, bireylerin toplumun normlarını, inançlarını ve yaşam biçimlerini kazanmalarını sağlayan tüm sosyal süreçlerin bütünüdür. Başka bir ifadeyle, eğitim, bireyin kendi yaşantısı aracılığıyla kasıtlı ve istenilen değişiklikleri davranışlarında meydana getirme sürecidir (Ertürk, 1994).

Bir ülkede sunulan eğitim kalitesi ve uygulama biçimi, o ülkenin geleceği üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Eğitim sistemi, gelecekteki nesilleri olumlu ya da olumsuz biçimde etkileyebilir. Ülkeler, nitelikli bireyler yetiştirmeye yönelik eğitim programları geliştirmeye çaba gösterirken, eğitimin tanımı farklılıklar gösterebilmektedir (Pepe ve Bozkurt, 2006).

Okul, temel sosyal kurumlardan biridir ve bireylerin toplum içinde yeteneklerini, tutumlarını ve olumlu davranış biçimlerini geliştirdiği yerdir. Her toplumda mevcut olan eğitim kurumları, bireylerin topluma kazandırılması ve toplumun sürekliliğinin sağlanması görevini üstlenir. Eğitim sistemlerinin uygulanma biçimi toplumlara göre farklılık gösterebilir, ancak varlığı ve önemi tartışılmaz (Bahadır, 2006). Toplumların ilerlemesi ve sürekliliği, bireylerin eğitilmesiyle sağlanabilir. İnsan kişiliği üzerinde kalıcı bir etki bırakmayan ve geçici olan değişimler eğitim niteliği taşımaz. Eğitimde, değişim, gelişim, süreç ve süreklilik temel unsurlar olmalıdır. Bu prensipler, bireylerin yaşam boyu öğrenme sürecine katılımlarını ve topluma sürekli katkıda bulunmalarını teşvik eder (Acet, 2005). Okullarda verilen eğitim, bireylerin yaşamlarını yönlendirmeleri ve çevreleriyle sağlıklı iletişim kurabilmeleri açısından kritik bir öneme sahiptir. Bu nedenle, okullar eğitim programlarını bireylere olumlu davranışlar kazandıracak şekilde yapılandırılmalıdır. Eğitim planlarının bu şekilde düzenlenmesi, bireylerin sosyal etkileşimlerde başarılı olmalarını ve topluma uyumlu bir şekilde katkıda bulunmalarını destekler (Yalçın, 2009).

Okullardaki şiddet olayları, okul yöneticileri, öğretmenler ve öğrenciler arasında güvensizlik hissine yol açabilir. Ancak, okullar, hem hizmet sunanların hem de hizmet alanların güvenliğini sağlamak amacıyla güvenli eğitim ortamları oluşturmalıdır (Gültekin, 2008). Disiplin cezalarının, şiddeti önlemede belirli bir rolü bulunmaktadır. Ancak, bu cezaların amacı, şiddete karşı doğrudan bir karşılık olmaktan ziyade, şiddetin

ciddiyetine göre uygun önlemleri almak ve öğrencilerin davranışlarını olumlu yönde şekillendirmektir. Bu nedenle, disiplin cezaları, okuldan uzaklaştırma, aileye bilgilendirme ve özel etkinliklere katılımın geçici olarak kısıtlanması gibi tedbirleri içermelidir. Bu tür adımlar, şiddeti azaltmaya yönelik bir strateji olarak uygulanmalıdır (Kırbaş vd., 2007).

2.2.4.6. Çevresel Faktörler

Çevresel faktörler, genellikle olumsuzluk içeren unsurları ifade etmektedir. Bu faktörlerin bir araya gelmesiyle, aniden patlak veren olaylar insanlarda saldırgan davranışlara neden olabilir (Baumann, 1994). Çevre, bireyin geçmişten günümüze kadar olan sosyal konumunu, ailesini, arkadaş ilişkilerini, eğitimi ve yaşadığı deneyimlerin toplamını ifade eder. Bu unsurlar, bireyin davranışlarını şekillendiren ve saldırganlık eğilimlerini belirleyen kritik faktörler arasında yer almaktadır (Tiryaki, 2000). Gürültü, sıcaklık, hava kirliliği gibi çevresel etkenler, fiziksel stres, bölgesel saldırılar, kişisel alanlara izinsiz girişler ve aşırı kalabalık gibi insanlar arası stres faktörleri, insan psikolojisi üzerinde olumsuz etkilere neden olabilir ve saldırgan davranışlara yol açabilir. Bu faktörler, günlük yaşamda büyük etkiler bırakabilirler (Dursunoğlu, 1998). Çoğu zaman, çevresel etmenler tek başına saldırganlığa sebep olmazlar. Bunun yerine, çevresel etmenlerin diğer nedenlerle birleşmesi, insanlarda istenmeyen saldırgan eğilimleri tetikleyebilir. Örneğin, işe odaklanma eksikliği, kızgınlık, aşırı rahatsızlık, kendini kaybetme veya olumsuz ifadeler gibi davranışlar, çevresel etmenlerle birleştiğinde saldırganlık olasılığını artırabilir. Bu durumda, çevresel faktörler, saldırgan eğilimlerin ortaya çıkmasında etkili olabilir ve bunlar diğer faktörlerle birlikte birleşerek istenmeyen davranışlara yol açabilir. Yapılan araştırmalar, iş ortamlarında yoğun gürültüye maruz kalan insanların, bu tür gürültüden etkilenmeyenlere kıyasla daha fazla şiddet eğiliminde olduklarını göstermektedir. Benzer şekilde, aşırı kalabalık ortamlar da saldırgan davranışların sergilenmesine zemin hazırlayabilir (Kuru, 2000).

2.2.5. Saldırganlık ve Spor İlişkisi

Spor, yarışma ve oyun unsurlarının birleşimiyle oluşan, sporcuların fiziksel yeteneklerinin ön plana çıktığı bir etkinliktir. Bu bağlamda, yüksek düzeyde performans ve rekabet gerektiren spor, sürekli bir çaba ve gelişim sürecini içerir. Sporun temel amacı, bireylerin boş zamanlarını değerlendirirken keyif almasını sağlamakla birlikte, günümüzde yaşam sürdürebilmenin önemli bir aracı haline gelmiştir. Spor, hızlılık, güç ve büyük başarılarla ulaşma hedefi taşıyan bir etkinlik olmasının yanı sıra, uluslararası

kurallar ve ilkeler çerçevesinde uygulanan bir oyun, yarışma veya eğlence biçimidir. Rekabet ve mücadele duygularını barındırırken, aynı zamanda sevgi, barış ve kardeşlik kavramlarını da yansıtır. Ancak, sporun asıl amaçlarından sapma ve kötüye kullanma durumları, spor ortamlarını saldırganlık ve şiddet içeren eylemlerle doldurabilir. İnsanlar, sürekli olarak başarılı olma arzusuyla hareket ederken, bu arzu ve istek uygun bir şekilde yönlendirilmediğinde, bireylerde şiddet ve saldırganlık gibi olumsuz davranışlar gelişebilir (Pulur, 2001; Yetim, 2005).

Sporda saldırganlık, maç veya aktivite sırasında oyuncular, teknik direktörler veya izleyiciler gibi katılımcıların, psikolojik, biyolojik veya sosyal etkilere maruz kalarak, belirlenen kuralların sınırlarını aşarak mücadele ettikleri kişilere zarar verme veya istediklerini elde etme amacıyla gerçekleştirdikleri sözlü ve fiziksel eylemler olarak tanımlanmaktadır. Bu tür davranışlar, sporda rekabetin ötesine geçerek, olumsuzluklara yol açan agresif hareketleri içerir (Dervent, 2007). Özellikle taraftar gruplarıyla etkileşim içinde bulunan gençlerin duygusal, sosyal ve bilişsel gelişim düzeylerinin yetersiz olduğu, ayrıca kültürel ve sosyalleşme seviyelerinin düşük olduğu gözlemlenmektedir. Bu bireyler, kendilerinden yaşça büyük kişilerle vakit geçirirken, saldırgan davranışlarını kontrol etme konusunda zorluk yaşamaktadırlar. Bağlı bulundukları gruptaki liderlerin davranışlarını gözlemleyerek, kendilerini güçlü hissetme arzusuyla saldırgan tutumlar sergilemektedirler. Yetişkin seyirciler, kendi gruplarıyla olan ilişkilerini sürdürdükçe, bulundukları ortamlara bağlı olarak saldırganlık içeren davranışlarda bulunma eğilimleri değişkenlik gösterebilir. Bu bağlamda, taraftar gruplarına dahil olan bireylerin, bu gruplara katılmayan bireylere kıyasla daha saldırgan oldukları tespit edilmektedir (Var, 2008).

Toplumdaki şiddet ve saldırganlık olaylarındaki artış, spor alanını da etkilemiştir. Günümüzde, özellikle futbol ve basketbol gibi belirli spor dallarına olan ilginin artmasıyla birlikte, sponsorluk ve reklam gelirlerindeki hızlı artış dikkate değerdir. Bu artan ilgi ve gelir, söz konusu spor dallarındaki rekabetin de artmasına neden olmuştur. Rekabetin sertleşmesiyle birlikte, spor alanlarında kısır çekişmelere, etik dışı davranışlara, kavgalara ve ahlak dışı hareketlere daha sık rastlanmaktadır (Asma, 2008).

Spor ve saldırganlık arasındaki ilişki incelendiğinde, saldırgan davranışlar sergileyen bireylerde sporun olumlu etkilerinin olduğu gözlemlenmektedir. Şiddet, yoğun duyguların eylemdeki sertlik ve yoğunlukla birleştiği bir davranış biçimi olarak tanımlanır ve sadece sporla ilişkilendirilemez; sosyal faktörler de etkilidir. Sporda şiddet kavramı, güç veya kuvvetin kullanıldığı seviyeyi içerir ve bazen sonuçları lehine değiştirmek amacıyla güç veya kuvvet kullanma eğiliminde olanlar tarafından

sergilenir. Ancak spor, mücadele ve rekabet içeren bir oyundur. Spor alanında, odaklanılması gereken iki temel önemli durum bulunmaktadır: Birincisi, yapılan saldırgan davranışın neden gerçekleştirildiği ve hangi amaçla olduğuyla ilişkilidir. İkincisi ise, saldırının hedef aldığı kişidir. Mücadele sporlarında, yoğun rekabetin yaşandığı ve müsabakaların izlendiği bir ortamda saldırgan davranışların sergilenebileceği bir durum ortaya çıkabilir. Bu nedenle, spor içinde yapılan müdahalelerin, oyun kuralları çerçevesinde değerlendirilmesi daha doğru olacaktır; zira her müdahale saldırganlık veya şiddet olarak yorumlanmamalıdır. Çünkü spor karşılaşmalarındaki saldırganlık seviyesi, o spor dalının kurallarıyla ve hareketin amacıyla belirlenir (Cengiz, 2004; Acet, 2005).

Birkaç akademik çalışmada, spor aktivitelerinde aşırı saldırganlık gösteren bireylerin, spor dışı yaşamlarında daha fazla saldırgan hareketler sergiledikleri belirlenmiştir. Diğer bir akademik bulgu, bu tür aktivitelerde yer alan sporcuların, spor yapmadıkları dönemlerde günlük yaşamlarında saldırgan davranışlarını daha etkin bir şekilde kontrol altına aldıklarını göstermektedir. Bu bulgular ışığında, söz konusu sporcuların daha az saldırgan tutum sergiledikleri tespit edilmiştir (Eripek, 1993).

2.2.6. Sporda Saldırganlığın Nedenleri

Sporda saldırganlık, birçok faktörün etkisiyle ortaya çıkabilen karmaşık bir olgudur. Saldırgan davranışların nedenleri arasında bireysel, durumsal ve çevresel etmenler bulunmaktadır. Bireysel faktörler arasında sporcuların kişilik özellikleri, duygusal durumları ve stres seviyeleri yer alırken, durumsal faktörler rekabetin yoğunluğu, oyunun gidişatı ve hakem kararları gibi unsurları içerir. Çevresel faktörler ise seyirci baskısı, medya etkisi ve toplumsal normlar gibi dış etkenleri kapsar. Bu faktörlerin birleşimi, sporcuların ve katılımcıların saldırgan davranışlar sergilemesine neden olabilir (Asma, 2008).

Kendisini yeterli görmediği veya başka sebeplerle reddettiği bir rol, müsabaka veya fonksiyona zorlanan bir oyuncu, genellikle iki tür tepki gösterir: kaçış veya saldırı. Kaçış, cezalandırılma veya toplum tarafından küçük görülme ve alay edilme gibi sonuçlar doğurabilir. Öte yandan, saldırı davranışı da ceza tehdidi altında olmasına rağmen, toplumsal karalama riski düşük olduğu için bu tepki daha sık tercih edilebilir (Baumann, 1994).

Saldırganlık davranışlarının ortaya çıkmasında, bir spor müsabakasının her koşulda kazanılması gerektiğine inanan ve bu amaca odaklanan sporcuların yanı sıra, bu motivasyonu pekiştiren taraftarlar, teknik ekipler ve kulüp yöneticilerinin de önemli bir

sorumluluk taşıdığı değerlendirilmektedir. Bu unsurlar, sporcuların üzerindeki baskıyı artırarak saldırgan davranışları tetikleyebilir. Yoğun kazanma arzusu ve rekabet ortamı, sporcuların duygusal tepkilerini kontrol etmelerini zorlaştırabilir. Aynı zamanda, taraftarların beklentileri, teknik ekibin stratejileri ve yöneticilerin tutumları, sporcuların psikolojik durumunu ve oyun içindeki davranışlarını önemli ölçüde etkileyebilir. Bu faktörlerin tümü, sporda saldırganlık davranışlarının ortaya çıkmasında kritik rol oynar (Tiryaki, 2000).

Rakipler arasındaki üstünlük sağlama ve kazanma arzusu, kaybeden spor kulübünün sporcuları ve taraftarları üzerinde psikolojik bir yıkım etkisi yaratabilir. Bu durum, bazen şiddet biçiminde dışa vurulabilmektedir. Yoğun rekabet ortamı ve kazanma arzusu, sporcuların duygusal tepkilerini kontrol etmelerini zorlaştırarak saldırgan davranışlara yol açabilir. Ayrıca, hakemlerin tartışmalı kararları ve rakip oyuncuların provokasyonları da saldırganlık seviyesini artırabilir. Sonuç olarak, sporda saldırganlık, bireysel, durumsal ve çevresel etmenlerin dinamik bir etkileşimi sonucu ortaya çıkar (Wann, 2005).

2.3. Şiddet Kavramı

Türk Dil Kurumu (TDK) şiddet terimini, bir hareketin sertliği, bir gücün derecesi, karşıt görüşteki bireylere kaba kuvvet uygulama ve duygularla davranışların aşırı yoğunluğu gibi tanımlamalarla açıklamaktadır. Şiddetle ilgili literatür incelendiğinde, bu olgunun biyolojik veya çevresel faktörlerden kaynaklandığı anlaşılmaktadır (Arıkan, 2017). Dünya Sağlık Örgütü (WHO), şiddeti, "fiziksel güç veya iktidarın kasıtlı bir tehdit veya fiili olarak başka bir kişiye uygulanması sonucunda, maruz kalan kişide yaralanma, ölüm veya psikolojik zarara yol açma potansiyeli taşıyan durum" olarak tanımlamaktadır (Güler vd., 2005). Şiddet kavramı, saldırganlık ile benzerlik göstererek, ben-merkezli bir perspektife sahip bireylerin, çevrelerindeki unsurlara yönelik acı verici davranış kalıplarını ifade etmektedir. Başka bir birey tarafından insanların bedensel bütünlüğüne karşı gerçekleştirilen sert ve acı verici eylemler, şiddet olarak tanımlanmaktadır (Vatandaş, 2003).

Ünsal (1996), şiddeti özel ve kolektif olarak iki kategoriye ayırmıştır. Kolektif şiddet, bir grubun başka bir gruba uyguladığı şiddet olarak tanımlanırken, özel şiddet bireysel düzeyde gerçekleşen kişisel şiddet olarak tanımlanmaktadır. Konumuz çerçevesinde kolektif şiddeti ele almak gerekirse, stadyum veya taraftar grubu kavgaları buna örnek olarak gösterilebilir. Toplumsal yapı ve bireylerin demografik özellikleri,

şiddete meyil ve yıkıcı eylemlerde bulunma konusunda doğrudan etkili olmaktadır. Toplum içindeki grupların şiddeti destekleyici bir ortam oluşturması ve saldırganlığı onaylayan bireylerin varlığı, şiddet eylemlerinin gerçekleşmesine yol açmaktadır (Zani ve Kirchler, 1991).

2.3.1. Sporda Seyirci Şiddeti

Spor etkinliklerinde yaşanan şiddet olayları, son yıllarda artan bir endişe kaynağı olmuştur. Bu tür olaylar, sadece spor etkinliklerini değil, genel olarak toplumsal yapıyı ve güvenliğini de tehdit etmektedir. Araştırmacılar, spor alanında şiddet eğiliminin öğrenilen bir davranış olduğunu belirtmektedirler. Bu eğilim, çevresel gözlem, taklit etme ve sosyal çevrenin etkisiyle kazanılan bir davranış biçimidir (Erşen, 2000). Şiddetin temelinde psikolojik veya spesifik olayların olduğunu düşünmek, durumun karmaşıklığını tam olarak yansıtmayabilir. Birçok durum, şiddete veya saldırganlığa neden olabilir. Özellikle spor etkinliklerinde, "kazanma" ve "yarışma" içgüdüleri gibi faktörler, şiddetin ortaya çıkmasında önemli rol oynar. Bu sebeple, şiddetin kaynağını anlamak için geniş kapsamlı bir yaklaşım benimsenmelidir (Şahin, 2003).

Günümüz spor alanlarında yaygın bir sorun haline gelen seyirci şiddeti, küresel çapta birçok spor branşında gözlemlenmektedir. Örneğin, Afrika, Asya, Avrupa ve Güney Amerika'daki futbol müsabakaları, Avustralya'daki motosiklet yarışları ve Kuzey Amerika'daki buz hokeyi maçlarında meydana gelen şiddet olayları, ciddi manevi zararlara yol açabilmekte ve hatta yaralanmalara ve ölümlere neden olabilecek boyutlara ulaşmaktadır (Gül, 2022).

2.3.2. Şiddetin Türleri

Hayatın çeşitli alanlarında şiddet sıkça karşılaşılan bir olgudur, ancak genellikle görmezden gelinir. Şiddet, temelde kabalık içerdiği için insanlar, hayatları boyunca başkalarının kabalıklarına, yani şiddete maruz kalır. Şiddetin sadece bireyler arasında fiziksel saldırılarla sınırlı kalmadığını, aynı zamanda sözlü taciz, psikolojik baskı ve diğer türlerde de ortaya çıkabilmektedir (Varhan, 2016). Çoğu zaman, şiddetle karşılaşıldığında, insanlar genellikle olayın daha kötüye gitme ihtimaline odaklanarak veya durumu küçük görerek sessiz kalmayı tercih ederler.

2.3.2.1. Fiziksel Şiddet

Fiziksel şiddet, bireylerin bedensel güç kullanarak başkalarına zarar verme eylemidir. Bu tür şiddet, mağdurun psikolojik, cinsel ve fiziksel olarak zarar görmesine

yol açar. Fiziksel şiddet, mağdura yönelik doğrudan fiziksel güç uygulanması sonucu ortaya çıkar ve genellikle yumruklama, tekmeleme, vurma veya itme gibi eylemlerle gerçekleştirilir (Dayıoğlu, 2017; İftar, 2016). Fiziksel şiddet uygulayan kişi, genellikle mağdurun fiziksel bütünlüğünü bozmak veya acı vermek amacıyla bu tür eylemlerde bulunur. Bu tür şiddet, mağdura fiziksel zarar vermek, onu yaralamak veya acı çektirmek amacıyla gerçekleştirilir (Koç, 2015).

Sporcuların kasıtlı olarak rakibine tekme atması, dirsek atması veya başka şekilde zarar vermesi örnek verilebilir. Ayrıca, hakemi itmek veya tartışma sırasında rakip oyuncuya saldırmak da fiziksel şiddet kapsamına girer.

2.3.2.2. Cinsel Şiddet

Bireyin cinsel rızasının bulunmadığı durumlarda, rıza gösterebilecek yaşta olmadığı zamanlarda veya zihinsel yeterliliğinin karar verme yetisine sahip olmadığı durumlarda cinsel ilişkiye zorlanarak cinsel tatmin sağlanması, cinsel şiddet olarak tanımlanır. Cinsel şiddet, mağdurun onayı olmaksızın gerçekleştirilen ve cinsel bütünlüğünü ihlal eden her türlü eylemi kapsar. Bu tür şiddet, mağdurun fiziksel, psikolojik ve duygusal sağlığı üzerinde derin ve kalıcı etkiler bırakabilir. Ayrıca, cinsel şiddet, mağdurun güvenlik duygusunu, özgüvenini ve genel yaşam kalitesini ciddi şekilde olumsuz etkiler (Dayıoğlu, 2017; Koç, 2015).

Cinsel şiddet, futbol maçlarında da kendini gösterebilmektedir. Tribünlerden futbolculara, kulüp yönetimine, hakemlere, rakip taraftarlara, futbol federasyonuna, spor yöneticilerine, teknik ekibe ve siyasetçilere yönelik olarak gerçekleştirilen cinsiyetçi ve cinsel içerikli hakaretler, bireylerin mahremiyetini zedeleyen önemli örnekler arasında bulunmaktadır. Bu tür sözlü saldırılar, hedef alınan bireylerin onurunu ve saygınlığını rencide ederken, sporun fair-play ruhuna ve toplumsal değerlere zarar vermektedir. Cinsel şiddet içeren bu tür söylemler, hem mağdurların psikolojik sağlığını olumsuz etkiler hem de genel olarak sporun ve toplumun ahlaki yapısını zedeler.

2.3.2.3. Duygusal Şiddet

Bireyin karşısındaki kişiyi değersiz hissettirmek amacıyla gerçekleştirdiği çeşitli eylemler, duygusal şiddeti tanımlamaktadır. Bu bağlamda, birey, duygusal durumlarını baskı, yaptırım ve tepki aracı olarak kullanarak istismarda bulunma davranışında bulunmaktadır (İftar, 2016). Duygusal şiddete örnek olarak reddetme, tehdit etme, kıskanma, aşağılama, özgürlüğü kısıtlama, yıldırma, umursamama ve sessiz kalma davranışları verilebilir. Bu tür davranışlar, mağdurun psikolojik sağlığını olumsuz

etkileyerek özgüvenini, güvenlik duygusunu ve yaşam kalitesini zedeler (Açıkgöz, 2014).

Futbol branşı, duygusal şiddetin genellikle taraftarlar arasında yaşandığı bir alan olarak öne çıkar. Taraftarlar, duygusal olarak bağlı oldukları kendi takımlarına karşı duydukları öfke veya hayal kırıklığıyla takımlarına zarar verebilirler. Bu tür davranışlar, duygusal şiddetin bir örneği olarak kabul edilebilir.

2.3.2.4. Psikolojik Şiddet

Bireyin, bir başkasına yönelik olarak o kişinin korkularını ve zaafalarını istismar ederek, kendini ifade etme yetisini engellemesi veya açıklamalarını kısıtlaması durumları psikolojik şiddet olarak değerlendirilebilir. Bu tür şiddet, mağdurun duygusal ve zihinsel sağlığını etkileyebilir ve genellikle manipülatif davranışlar, tehditler veya sürekli eleştiri ve aşağılama gibi yöntemlerle kendini gösterir. Bu tür etkileşimler, mağdurun özsaygısını zedeler, karar alma yetisini zayıflatır ve duygusal travmalara neden olabilir (Koç, 2015; Varhan, 2016).

Futbol sahalarında psikolojik şiddet, taraftar gruplarında bulunan bireylerin, grup liderleri tarafından şiddet tehdidi altında tutulması ya da grup normlarına uyum gösteren bireylerin diğer kişilere psikolojik baskı uygulaması biçiminde ortaya çıkabilmektedir. Ayrıca, taraftarlar kendi veya rakip futbolculara veya rakip takım taraftarlarına karşı tehdit içeren sloganlar atarak psikolojik şiddeti sergileyebilirler. Bu tür davranışlar, mağdurların duygusal ve zihinsel sağlığını olumsuz yönde etkileyebilir ve sporda hoşgörü, saygı ve fair-play ilkelerine zarar verebilir.

2.3.2.5. Ruhsal Şiddet

Bireyin dini inançları aracılığıyla diğer bireylerin üzerinde ruhsal olarak kontrol kurma çabası, ruhsal şiddet olarak nitelendirilebilir. Bu durum, bir kişinin dini motifler veya otoriteye dayanarak başkalarını manipüle etme çabalarıyla ortaya çıkar. Örneğin, bir kişinin dinî inançlara dayalı olarak başkalarını etkileme veya onları yönlendirme çabası, ruhsal şiddetin örneği olabilir. Bu tür davranışlar, mağdurların ruhsal sağlığını olumsuz etkileyebilir ve kişisel özgürlüklerini kısıtlayabilir (Kalkan, 2016).

Futbol içerisinde ruhsal şiddetin yaşandığına dair örnekler bulunmaktadır. Örneğin, dinî inançlar temelinde rekabet eden Celtic ve Glasgow kulüpleri arasındaki mücadelede, Fenerbahçe Şükrü Saraçoğlu Stadyumu'nda yapılan büyü ile Galatasaray'ın Fenerbahçe'nin sahasında 18 yıldır galip gelememesi şeklindeki söylentiler, ruhsal şiddetin bir yansıması olarak görülebilir. Benzer şekilde, bazı rakip taraftar gruplarının

Göztepe Kulübü futbolcularına ve taraftarlarına yönelik "Ateist Göztepe" gibi aşağılayıcı sloganlar atmaları, futbol sahnesinde ruhsal şiddetin bir diğer örneğini oluşturur. Bu tür eylemler, maç atmosferini etkileyerek taraftarlar arasında gerginlik ve hoşgörüsüzlük ortamına neden olabilir.

2.3.2.6. Kültürel Şiddet

Kültürel şiddet, bireyin inandığı değerlerin örf, adet, gelenek ve göreneklere dayalı olarak neden olduğu zararları ifade eder. Bu tür şiddet, belirli bir kültür veya toplumun kabul ettiği normlara dayanır ve bu normlar genellikle cinsiyet rolleri, ayrımcılık, dini ve etnik aidiyet gibi konuları kapsar (Nabikoğlu, 2012). Kan davası veya namus davası nedeniyle işlenen cinayetler, bireyin içinde bulunduğu kültüre uygun olmayan davranışları sonrasında sürgün edilmesi, taşlanması veya linç edilmesi gibi uygulamalar, kültürel şiddetin örnekleri arasında yer almaktadır. Bu tür olaylar, genellikle belirli bir toplum veya kültürde kabul gören norm ve değerlerin ihlal edilmesiyle ilişkilendirilir (Gümüştül, 2016). Bu nedenle, kültürel şiddetle mücadele etmek için toplumların eğitilmesi, bilinçlendirilmesi ve bu tür uygulamalara karşı çıkması önemlidir.

Futbol bağlamında, bazı kulüplerin taraftarları tarafından Türkiye'nin doğu illerindeki futbol takımlarının taraftarlarına yönelik olarak terör örgütü sempatisi olduklarına dair aşağılayıcı sloganların atılması, kültürel şiddetin bir örneği olarak değerlendirilmektedir. Bu tür söylemler, belirli bir etnik veya bölgesel kimliği hedef alarak dışlayıcı ve aşağılayıcı bir tutum sergilemektedir. Bu durum, toplumsal bölünmeyi artırabilir ve hoşgörüsüzlüğü teşvik edebilir. Dolayısıyla, bu tür davranışların toplumsal bilinçlendirme ve eğitim faaliyetleri ile ele alınması önem arz etmektedir.

2.3.2.7. Sözel Şiddet

Sözlü veya yazılı olarak bir bireyin başka bir bireye karşı aşağılayıcı ifadeler kullanması, alay etmesi, lakap takması, iftira atması, sataşması, tehdit etmesi veya nefretini dile getirmesi gibi eylemler, korkutma, kontrol etme veya cezalandırma amacıyla gerçekleştirildiğinde sözel şiddete örnek teşkil eder (Kalkan, 2016). Sözel şiddetin örnekleri arasında küfür ve hakaret etmek, yalan söylemek, bireyin geçmiş hatalarını hatırlatmak, olumsuz düşünceleri ifade etmek, güvensizlik duygularını dile getirmek, bireye veya yakınlarına şiddet tehditlerinde bulunmak, kişisel bilgileri ifşa

etmek, ölüm konusunda konuşmak ve değersiz olduğu hakkında konuşmak gibi davranışlar bulunmaktadır (Dayıoğlu, 2017).

Futbol camiasında en sık rastlanan sözlü şiddet biçimi, taraftarların kendi futbolcularına, yöneticilere, teknik direktörlere, hakemlere, futbol federasyonuna, siyasetçilere, devlet yetkililerine ve rakip takımın futbolcuları ile taraftarlarına karşı topluca ya da bireysel olarak gerçekleştirdikleri tezahüratlardır.

2.3.2.8. Ekonomik Şiddet

Ekonomik şiddet, bir bireyin rızası dışında, başka bir birey tarafından mali açıdan zor duruma sokularak kontrol altına alınması veya yaptırıma maruz bırakılması şeklinde tanımlanabilir. Bu, mağduru finansal bağımsızlığından yoksun bırakarak tehdit etme veya baskı kurma amacını taşır. Örneğin, bir kişinin mali kaynaklara erişiminin engellenmesi, işini kaybetme tehdidiyle zorla yapılan eylemler veya borçlanma yoluyla mali bağımlılık oluşturma gibi durumlar ekonomik şiddetin örnekleridir. Bu tür şiddet, mağdurun güvenliğini, özgürlüğünü ve refahını ciddi şekilde etkileyebilir ve genellikle uzun süreli etkiler bırakabilir (Kurşun, 2017).

Sporla ekonomik şiddet, sporcuların veya spor takımlarının maddi kaynaklara erişimlerinin engellenmesi, maaşlarının ödenmemesi, sponsorluk anlaşmalarının iptal edilmesi veya finansal baskı altında tutulmaları gibi durumları içerebilir. Örneğin, bir spor kulübü yöneticisinin, sporcuları maaşlarını ödemediği veya ödenmeyen maaşlar nedeniyle maddi zorluklar yaşadığı için performanslarını etkileyebilir veya sporcuların kariyerlerine zarar verebilir.

2.3.2.9. İhmal

İhmal, bireyin belirli bir yetki ve sorumluluk çerçevesinde gerekli eylem ve faaliyetleri yerine getirmemesi durumunu ifade eden bir kavramdır. Bu durum, bireyin sahip olduğu yetkilerin ve sorumlulukların ihmal edilmesi sonucu ortaya çıkar ve genellikle bir kişiye, gruba veya topluma yönelik zarar veya olumsuz sonuçlara yol açar. İhmal, genellikle sosyal, ekonomik ve psikolojik etkiler yaratabilir ve bu etkiler, hem bireyler hem de toplum üzerinde uzun vadeli sonuçlara yol açabilir (Kalkan, 2016).

2.4. Öfke Kavramı

Hayatımızda farklı sorunlar ortaya çıkmakta ve bu sorunları çözme gerekliliği kaçınılmazdır. Sorunların analiz edilmesi gereken durumlar, bireyin yaşına ve bulunduğu çevresel faktörlere bağlı olarak değişkenlik gösterebilir. Sorunlarla başa çıkarken, bireyler çeşitli duygusal ve davranışsal tepkiler geliştirebilir; bu tepkilerden

biri de öfkedir (Baygöl, 1997). Öfke, genellikle engellenme, saldırıya uğrama, eleştirilme, tehdit edilme, yoksun bırakılma veya kısıtlanma gibi durumların bir sonucu olarak ortaya çıkan ve sıklıkla saldırgan davranışlarla sonuçlanabilen olumsuz bir duygu olarak tanımlanmaktadır (Budak, 2003). Öfke, bu bağlamda önemli bir duygusal tepki olarak kabul edilir ve bireyin karşılaştığı zorluklara yönelik verdiği tepkileri anlamada kritik bir rol oynar.

Öfke, doğum anından itibaren bebeklik döneminde gelişmeye başlayan ve temel hatları oluşan, yaşam boyunca sıkça ortaya çıkan bir duygusal tepkidir. Genellikle beklentilerin karşılanamaması veya istenmeyen sonuçlar karşısında ortaya çıkar. Öfke, doğal ve evrensel bir duygu olmakla birlikte, kişiden kişiye değişen biçimlerde deneyimlenebilir (Aydoğan ve Özkan, 2018). Bireyi öfkeliendiren durumlar veya öfkenin şiddeti, bölgeden bölgeye, kültürden kültüre ve dini inançlara göre farklılıklar gösterebilir. Ayrıca, bireysel özellikler de öfkenin şiddetinde değişikliklere yol açabilir (Manap ve Kış, 2019). Bütün bireyler, hayatlarının çeşitli dönemlerinde kendileri için olumsuz olan olaylarla karşılaşabilir. Bu olaylara verilen duygusal tepkilerden en yaygın olanı öfkedir. Bireyler öfkelerinin üstesinden gelemese, bu durum yaşamlarını çıkmaza sokabilir. Özellikle çocukluk döneminde şiddetle karşılaşan veya şiddet gören çocuklar, ilerleyen yaşlarda öfke sorunları yaşayabilir ve şiddet ile saldırgan davranışlar sergileme olasılıkları yüksek olabilir (Tatlıoğlu ve Karaca, 2013).

Öfke, duygular arasında en güçlü olanlardan biridir ve bu nedenle kontrol altına alınması ve kontrollü bir şekilde yansıtılması genellikle zordur. Öfkenin ya dışa vurulmaması ya da yıkıcı bir şekilde ifade edilmesi, bireyin psikolojisini olumsuz etkileyebilir ve aynı zamanda diğer bireylerle olan ilişkileri bozabilir (Yılmaz ve Tuzgöl Dost, 2015). Sonuç olarak, öfke ile ilgili birçok araştırma ve tanım mevcut olmakla birlikte, bu duygunun ortaya çıkışı genellikle tek bir nedenden ziyade çeşitli psikolojik, duygusal, fiziksel, davranışsal ve sözel faktörlerden etkilenir. Ayrıca, insanların istekleri doğrultusunda gerçekleşmeyen durumlarda öfkeliendikleri belirtilmektedir; bu isteklerin doğru ya da yanlış olması önemli değildir. Her bireyin farklı olduğu göz önüne alındığında, isteklerinin de bu bağlamda değişiklik göstereceği ve dolayısıyla öfkeliendiren durumların da çeşitlilik arz edeceği söylenebilir (Starnes ve Peters, 2004).

2.4.1. Öfkenin Özellikleri

Öfkenin genellikle yıkıcı özellikleri vurgulansa da, tanımlarda belirtildiği üzere, öfke aynı zamanda bireyi tehditlere karşı uyarıcı, koruyucu ve yapıcı davranışlar sergilemeye teşvik edici bir özellik de taşımaktadır (Canpolat ve Atıcı, 2017).

Öfke duygusunun özellikleri üzerine çeşitli akademik yaklaşımlar bulunmaktadır. Bu özellikler değerlendirildiğinde, öfkenin insanların daha aktif hissetmelerine neden olduğu, diğer bireylerin öfkeli kişiyi daha fazla fark etmelerini sağladığı, gerçek duyguların sakin bir durumdayken olduğundan daha rahat ifade edilmesine olanak tanıdığı ve sergilenen davranışların haklılığını savunma gerekliliği doğurduğu söylenebilir (Novaco, 1975).

Öfke durumunun diğer kişiler tarafından fark edilmesinin nedeni, öfkeli bireyin ruh halindeki değişikliklerin gözlemlenebilir olmasıdır. Öfke, kişinin ihtiyaçlarını karşılayamadığı ve bu durumdan kaynaklanan olumsuz duyguları yansıttığı için çevresindeki insanlar, öfke duygusunu taşıyan kişinin durumunu daha belirgin bir şekilde algılar. Bu durum, diğer bireylerin öfkeli kişinin duygusal haliyle ilgili farkındalık geliştirmelerine olanak tanır. Öfkenin bir özelliği, bireylerin gerçek duygularını sakin bir durumda olduğundan daha açık bir şekilde ifade etmelerine olanak tanımasıdır. Sakinken, duygular üzerinde daha fazla düşünme fırsatı bulunabilirken, öfke anında düşünme süresi azalır ve duygular doğrudan ve yüksek sesle ifade edilir. Bu durum, olumlu duyguların yanı sıra olumsuz duyguların da istem dışı açığa çıkmasına neden olabilir. Böylece öfke, bireylerin hissettikleri duyguları daha açık bir biçimde ifade etmelerini sağlar (Kısaç, 2005; Burns, 2006).

Öfke duygusunun, sergilenen davranışların haklılığını savunma eğilimini güçlendirmesi belirli psikolojik gerekçelere dayanmaktadır. Öncelikle, bireyler arasındaki ilişkilerde ortaya çıkan çatışmalar ve problemler sonucu meydana gelen kaygı durumunu hafifletir. Ayrıca, ego savunma mekanizmalarının etkinleşmesine yardımcı olarak bireyin özsaygısını korumasını sağlar. Bununla birlikte, öfke, kişinin haklı çıkma arzusunu ve adaletli olduğuna dair inancını pekiştirir. Bu durum, bireyin davranışlarını rasyonelleştirmesine ve savunmasına zemin hazırlayan psikolojik bir mekanizma olarak öne çıkar (Kısaç, 2005; Burns, 2006). Bireyin yaşadığı öfkenin şiddetiyle doğru orantılı olarak kendisini ifade edememesi, otokontrol sağlamasını zorlaştırır ve aynı zamanda enerjisinin hızla tükenmesine neden olur. Bu öfke durumunun ardından sergilenen davranışlar, bireyde kırgınlık, değersizlik hissi ve ani parlamalar gibi duygusal tepkilere yol açabilir. Bu duygular, etkili iletişimi engelleyen

unsurlar arasında yer almakta ve bireyin sosyal ilişkilerinde aksamalara neden olabilmektedir (Sülün, 2013).

Öfkenin varlığı ve nedenleri bireyden bireye farklılık gösterdiği gibi, bu duygunun ifade edilme biçimi de çeşitlilik arz eder. Öfke ifadesi, genellikle saldırganlık içeren ve içermeyen davranışlar olarak iki ana başlık altında ele alınır. Saldırganlık içeren ifadelerde, bireyler hakaret, tehdit, yüksek sesle tartışma veya fiziksel şiddet gibi tepkiler gösterebilirler. Öte yandan, saldırganlık içermeyen öfke ifadeleri, bireyin kendini kontrol altında tutmaya çabaladığı, duruma sakin bir şekilde yaklaştığı ve çözüm odaklı bir tutum benimsediği durumlarla karakterize edilir (Deffenbacher vd., 2004).

Sonuç olarak, öfke davranışı yalnızca davranışsal değil, aynı zamanda fiziksel değişikliklere de yol açar. İnsanların öfke nedeniyle yaşadığı bu fiziksel tepkiler arasında dişlerin sıkılmasıyla ortaya çıkan gıcırdama sesi, ellerin yumruk haline getirilmesi, kas tonusunda artan gerginlik, deri altındaki damarların belirginleşmesi, bakışlardaki değişimler, kaşların çatılması, deride kızarıklık, ten renginde değişiklik, göz kapaklarının seyirmesi, ses tonunda titreme, konuşmada aksaklıklar, artan vücut sıcaklığı, terleme ve vücutta uyuşma sonucu kontrol kaybı sayılabilir (Nazik, 2001).

2.4.2. Öfkenin Nedenleri

Öfke, bireylerde saldırgan davranışlara yol açabilen bir duygusal durumdur ve bu saldırganlığı tetikleyen faktörler, aynı zamanda bireyin öfke yaşamasına da katkıda bulunur. Ancak, öfkenin kaynağı kişiden kişiye farklılık gösterebileceğinden, öfkenin ne zaman ortaya çıkacağını kesin olarak tahmin etmek güçtür (Sala, 1997). Hangi koşullar altında incelenirse incelensin, öfkenin nedenleri araştırıldığında, bu durumun yalnızca tek bir faktöre dayandırılmayacağı açıkça ortaya konmuştur. Bununla birlikte, öfkeyi etkileyen en önemli faktörün engellenme hissinden kaynaklandığı da bilinmektedir (Averill, 1982). Engellenme, "maksatlı davranışa müdahale" veya devam eden bir faaliyetin önlenmesi, bireyin istek dışı kısıtlamalarla karşılaşması ya da istemediği bir eyleme zorlanması, kişinin saldırgan davranışlar sergilemesine yol açabilir (Stephen, 2004).

Öfkenin ortaya çıkmasına neden olan durumlardan biri de provokasyondur. Provokasyon, genel anlamda, bireyi harekete geçiren ve onu belirli bir davranışa yönelten uyarıcıları içerir. Beck'e göre, provokasyon ve tehdit, öfkenin temel nedenleridir. Öfke davranışının etkileri incelendiğinde, bu davranışın bilişsel faktörler,

özellikle de değer yargıları, benlik saygısı ve beklentiler tarafından şekillendiği görülür (Kennedy, 1992).

Karslı (2011), çalışmasında öfkenin nedenlerini içsel (psikolojik) ve dışsal (çevresel) olarak iki ana kategoriye ayırmıştır. İçsel nedenler arasında engellerle karşılaşma, suçluluk-utanç duygusu, düşük benlik saygısı, kıskançlık, düş kırıklığı, olumsuz geçmiş deneyimler ve rekabet yer alırken; dışsal nedenler ise kalıcı rahatsızlıklar, alkol ve uyuşturucu kullanımı, tehdit edilme, saldırıya uğrama, aldatılma, değersizlik hissi, taciz, yakınların ölümü, yalan, kıyaslanma, dert ve haksızlık gibi durumlarla örneklendirilebilir (Karslı, 2011).

Bu nedenlerden ötürü, öfkenin tek başına ele alınmaması gerekmektedir. Öfke duygusunun şiddetini belirleyen çevresel olaylar, bilişsel süreçler ve yapılar ile fizyolojik uyarılmayı destekleyen faktörler birlikte değerlendirilmeli ve öfkenin nedenleri bu bütüncül yaklaşım çerçevesinde incelenmelidir (Sala, 1997).

Sonuç olarak, öfkeyi tetikleyen iki temel neden bulunmaktadır. Bunlardan ilki, bireyin kendisinden kaynaklanan içsel faktörler, ikincisi ise diğer bireylerin kişiyle ilgili oluşturduğu duygu durumlarından kaynaklanan dışsal faktörlerdir. Öfke, kaynağı ister bireyin kendisinden ister dış etkenlerden gelsin, mutlaka detaylı bir şekilde incelenmesi ve çözümlenmesi gereken bir duygudur (Özer, 1989).

2.4.3. Öfke Türleri

Hayatımızda var olan birçok duygu gibi, öfke de doğal bir duygudur. Öfke, yaşamımızı yönlendiren önemli bir duygu olarak ortaya çıkar ve iki ana türde durumsal öfke ve sürekli öfke olarak incelenmesi mümkündür.

2.4.3.1. Durumsal Öfke

Bu öfke türü, genellikle anlık ve hızlı bir şekilde meydana gelen öfke duygusunu ifade eder. Anlık öfke, nedenleri genellikle açıkça görülebilen ve haklı nedenlere dayanan bir öfke türüdür. Bu durumda kişi, kendini yatıştırmak için etkili stratejiler geliştirebilir ve beynine sakinleşmesi yönünde komutlar verebilir. Bu şekilde, birey yapıcı bir biçimde kendisini sakinleştirir ve gerginliği yavaşça ortadan kaldırarak sakinleşir. Bireyin bu öfke türü sırasında öfkelendiğini fark etmesi ve bunu kabul etmesi, öfke durumunun daha sağlıklı ve kısa sürede kontrol altına alınmasına yardımcı olur. Ancak, kişi öfkesine hâkim olamazsa, bu durum farklı ve olumsuz davranışlara yol açabilir. Anlık öfke sona erdiğinde, birey, sergilediği tepkilerden dolayı utanç duyabilir (Aksu, 2015).

Bu öfke türü, ani bir şekilde ortaya çıkarken genellikle haksızlık karşısında haklı olma düşüncesini taşır. Beynin bu tür durumlarda devreye girmesi, sakinleşme sürecini yönlendirmek açısından büyük önem taşır. Sakinleşme stratejileri olumlu bir şekilde uygulandığında, bu öfke türü birey için bir güç kaynağı oluşturabilir ve huzurlu olma hissini destekleyebilir (Beyazaslan, 2012).

Bu öfke türünde, tetikleyici neden, öfkenin hangi biçimde ifade edileceğini belirler; bu, kızgınlık duygusu mu yoksa şiddet eğilimi mi olacağına karar verir. Ayrıca, bu tür öfke, zaman ve mekân faktörlerine bağlı olarak değişkenlik gösterebilir (Tatlılıoğlu ve Karaca, 2013).

2.4.3.2. Sürekli Öfke

Bu öfke türü bağlamında, öfkenin ne sıklıkla deneyimlendiği önemli bir faktördür. Ayrıca, bu öfke türünün temelinde sıklıkla korku duygusunun yattığı öne sürülebilir (Tatlılıoğlu ve Karaca, 2013). Bu öfke türü, bireylerin öfke duygusunu yaşama ve bunu dışa vurma eğiliminde daha belirgin bir yatkınlık gösterdiği bir biçimdir. Bu tür öfke, genellikle duygunun hızla ortaya çıkması ve yoğun bir şekilde deneyimlenmesi ile karakterizedir (Baltaş ve Baltaş, 2008). Bu öfke türünü yaşayan birey, bulunduğu duygu durumunu asla kabullenmez. Bu kişinin, duygusal durumunun farkında olması genellikle zordur. Ayrıca, öfkesini kabul etmeme eğiliminde olması, öfke duygusunun daha da yoğunlaşmasına neden olabilir. Bu durum, bireyin karşısındaki kişi ya da kişilere zarar verme veya onları incitme konusunda duyarsız hale gelmesine yol açar. Öfkenin bu şekilde doğal bir duygu olmaktan çıkması durumunda, profesyonel yardım almanın sağlıklı bir çözüm olacağı düşünülmektedir (Tarhan, 2008).

2.4.4. Spor Psikolojisinde Öfke Kontrolüne Yönelik Yaklaşımlar

Öfke denetimine yönelik psikolojik alıştırmaların spor üzerindeki katkısı genellikle göz ardı edilmiştir. Bununla birlikte, psikolojik düzenlemeler konusunda deneyim sahibi bireyler tarafından oluşturulan bireysel programlarda, öfke farkındalığı ve rol yapma yöntemleri kullanılarak gerçekleştirilen çalışmalar, öfke denetiminde oldukça başarılı sonuçlar sağlamaktadır. Bu tür programlar, sporcuların öfke yönetimini geliştirmelerine ve performanslarını artırmalarına yardımcı olmaktadır (Novaco, 1977). Uzun süredir kullanılan bu yöntemler, spor psikolojisi alanında da etkili bir şekilde uygulanabilecek iki ana metodu temsil etmektedir.

2.4.4.1. Öfke Farkındalığı

Öfke farkındalığı, olumsuz duyguların yönetilmesine yardımcı olan etkili bir yöntemdir ve duyguların karakteristik oluşumunu anlamaya yönelik şartların farkındalığını artırmayı amaçlar. Bu süreç, bireylerin öfkelerini tanıma ve anlama yeteneklerini geliştirerek, duygusal tepkilerini daha iyi kontrol etmelerine katkıda bulunur (John vd., 2006).

Farkındalık terbiyesi, alışlagelen öfke saldırganlığını hedefleyen bir bilişsel-davranışçı terapi yöntemi olarak kullanılmıştır. Bu yöntem, hem bireysel hem de grup terapileri kapsamında etkili bir şekilde uygulanmaya başlanmıştır (Miller, 1994). Daha net bir şekilde ifade etmek gerekirse, farkındalık terbiyesi, kişinin duygularını bilinçli bir şekilde tanıyıp etkili bir şekilde yönetmesini sağlayarak, kendisini en uygun şekilde ifade etmesine yardımcı olur. Bu yöntem, bireylerin hem davranışsal hem de duygusal anlamda farkındalık kazanmalarını hedefler (Lazarus, 1991).

2.4.5. Öfke ve Spor İlişkisi

Sporun önce geniş kitlelere yayılması, ardından farklı kültürlerde benimsenmesi ve spor dallarının organize bir şekilde uygulanması, spor ile öfke arasındaki ilişkinin araştırılmaya değer bir konu haline gelmesine yol açmış ve bu durum araştırmacıların dikkatini çekmiştir (İkizler vd., 1996). Öfkenin spor içerisindeki yerini ve etkilerini anlamaya yönelik ilgi, zamanla spor bilimcilerin odak noktası haline gelmiş ve bu konuda akademik araştırmalar başlatılmıştır. Ancak, sporla ilişkili öfke ve saldırganlık kavramlarının tanımlanmasındaki tutarsızlıklar, bu alandaki çalışmaların ölçütlerinin net bir şekilde belirlenmesini zorlaştırmıştır (Maxwell, 2009). Öfke, günümüzde sosyal bilimciler tarafından yoğun ilgi gören ve yaygın olarak araştırılan konuların başında gelmektedir. Bunun temel nedeni, spor sırasında öfkenin bireylerin iletişim becerileri, sağlık durumu ve başarı seviyeleri üzerinde önemli etkiler yaratmasıdır. Konuyla ilgili literatür incelendiğinde, öfkeye yönelik bilimsel ilginin 1975 yılında Novaco'nun çalışmalarıyla başladığı anlaşılmaktadır. Ayrıca, Tahran'ın öfke duygusunun insanı, hatalardan ve tehlikelerden koruyan bir mekanizma olduğunu vurguladığı da kaydedilmiştir (Karadal, 2009).

Spor, her yaştan birey için büyük önem taşımaktadır. Yapılan literatür incelemeleri, spor ile öfke arasındaki ilişkinin, bireylerin ruhsal ve fiziksel sağlığını olumlu yönde etkilediğini ortaya koymaktadır. Spor, bedensel ve fiziksel eğitim süreçleri sonucunda gelişen bir disiplin olarak, bireylerin fiziksel güçlerini ve takdir edilme duygularını ortaya çıkarırken; aynı zamanda sosyal yaşamda sıkça karşılaşılan

sorumluluk alma, anlayış gösterme ve iş birliği içinde düzen sağlama yetilerini de geliştirmektedir (İlhan, 2008).

Yapılan araştırmalarda, gerek takım sporlarında gerekse bireysel sporlarda, sporcuların öfke düzeylerini tetikleyen en belirleyici unsurun, rekabet olgusu olduğu ve bu rekabetin, sporcuların duygusal tepkilerini yönetme becerilerini zorlayarak öfke seviyelerini artırdığı vurgulanmaktadır (Robazza vd., 2006). Sosyal psikoloji alanında yapılan birçok araştırma, saldırgan davranışları genellikle deneysel ortamlarda incelerken; sportif ortamlar, bu davranışların ortaya çıkması için doğal bir bağlam sunmaktadır. Sporun doğasında, öfke ve saldırganlığa yol açan engellenme durumları sürekli olarak mevcut olup, rakiplerin bir sporcunun hedeflerine ulaşmasını sürekli olarak engellemeye çalışmaları yaygındır. Bu bağlamda, sportif ortamlar, öfke davranışlarının modellenmesi, taklit edilmesi ve dolayısıyla öğrenilmesi için oldukça elverişli bir ortam sağlamaktadır (Kiper, 1984).

Öfke ile başa çıkma ve öfke kontrolü sağlama, hem psikolojik iyilik hali hem de sportif başarı açısından kritik bir öneme sahiptir. Sürekli öfkeli bireyler, odaklanma güçlüğü yaşamakta ve çevresindeki iletişimi yanlış anlamaya eğilimli olabilirler; bu durum, olumlu düşünce süreçlerinde bir bozulmaya ve genel performansın düşmesine yol açabilir (Baltaş, 1984). Türkçeye "arınma" olarak çevrilen Katharsis kavramı, spor yapmanın sağladığı rahatlama ile yakından ilişkilidir. Spor yapan bireylerin zihinsel ve ruhsal olarak rahatlama, ayrıca haz veren spor dallarıyla ilgilenmeleri, öfkenin etkilerini azaltmada önemli bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda, öfkenin etkilerinden kurtulan bireylerin yaşadığı duygu boşalması ve rahatlama, Katharsis kavramının pratik bir örneği olarak değerlendirilmektedir (Can, 2006).

3. ARAŞTIRMANIN METODOLOJİSİ

Tezin bu bölümünde sırasıyla araştırmanın gerekçesi ve önemi, araştırmanın problemi, amacı ve alt amaçları, sınırlılıkları, varsayımları, araştırma modeli, evren ve örnekleme, veri toplama süreci ve verilerin analizine ilişkin bilgiler ele alındı.

3.1. Araştırmanın Gerekçesi ve Önemi

Bilgisayar teknolojileri ve internetin sağladığı olanaklar, pek çok alanda yaşamı kolaylaştırmanın yanı sıra, dijital oyunlar ve eğlence biçimleri aracılığıyla bireylerin boş zaman değerlendirme alışkanlıklarını da köklü bir biçimde dönüştürmüştür. Teknolojik gelişmelerin hızla ilerlemesi, kentleşme ve fiziksel oyun alanlarının sınırlı olması gibi etkenler, geleneksel oyunların yerini giderek daha fazla dijital oyunların almasına yol açmıştır. Bu durum, özellikle genç bireyler arasında dijital oyunlara olan ilginin artmasına ve bu oyunlara ayrılan zamanın giderek uzamasına neden olmaktadır (Gentile, 2009). Günümüz gençliğinin teknolojiyi yakından takip etmesi, dijital oyunlara yönelik ilginin artmasına ve bu oyunların gençler arasında bir popüler kültür simgesi haline gelmesine zemin hazırlamıştır. Dijital oyunlar, genç bireylerin kültürel tüketim alışkanlıklarında önemli bir yer edinmiş olup, bu süreç, gençlerin sosyalleşme biçimlerini ve boş zaman aktivitelerini derinden etkilemektedir. Bu bağlamda, dijital oyunların gençler üzerindeki etkilerini incelemek, onların toplumsal ve bireysel gelişimlerine dair önemli ipuçları sunabilir.

Dijital oyunların, sağlıklı bir yaşam tarzının parçası olarak aşırıya kaçılmadan oynanmasının kabul edilebilir olduğu ve hatta oyunların duygusal boşalım ile rahatlama gibi çeşitli psikolojik faydalar sağladığı yönünde genel bir kanı mevcuttur. Bu doğrultuda, dijital oyunların ölçülü ve dengeli bir şekilde oynanmasının, bireylerin psikolojik iyilik hali ve genel yaşam kalitesi üzerinde olumlu etkiler yaratma potansiyeline sahip olduğu söylenebilir (Green ve Bavelier, 2003; Prot vd., 2014). Ancak, bireyin oyun oynama isteğini kontrol edememesi, oyunların duygusal ve bilişsel süreçlerinde belirgin değişikliklere yol açması ve sosyal yaşamında olumsuz etkiler yaratması durumunda, bu durum oyun bağımlılığı olarak nitelendirilmektedir. Oyun bağımlılığı, bireyin yaşam kalitesini düşürerek, sosyal ilişkilerinde gerilemeye ve gündelik sorumluluklarını yerine getirmekte zorlanmaya yol açabilir. Özellikle uzun süreli ve yoğun oyun oynamanın, saldırganlık, öfke kontrolü zorlukları ve şiddet

eğilimleri gibi olumsuz davranışsal sonuçları tetikleyebileceği de literatürde sıkça vurgulanan bir olgudur (Griffiths ve Davies, 2005; Ögel, 2012; Young, 2009).

Bu araştırma, dijital oyunların gençler üzerindeki etkilerini özellikle dijital oyun bağımlılığı çerçevesinde ele alarak, mevcut literatüre katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Dijital oyun bağımlılığının gençlerde saldırganlık, öfke kontrolü sorunları ve şiddet eğilimleri üzerindeki etkilerine odaklanan çalışma, bu bağlamda toplumun genel refahı açısından doğabilecek olası sonuçları analiz etmeyi hedeflemektedir.

3.2. Araştırmanın Problemi, Amacı ve Alt Amaçları

Bu araştırma, dijital oyun bağımlılığının genç bireyler üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamakta ve bu bağlamda dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, öfke kontrolü ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişkiyi belirlemeyi hedeflemektedir. Araştırmanın temel sorusu, Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişkinin, çeşitli demografik faktörler (cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, günlük oyun süresi, oynanan oyun türü, ebeveyn eğitim düzeyi) açısından nasıl değişiklik gösterdiğidir.

Bu doğrultuda, Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişkinin etkilerini incelemek amacıyla aşağıda belirtilen araştırma sorularına cevap aranması hedeflenmektedir.

1. Gümüşhane Üniversitesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı, saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri hangi seviyededir?
2. Dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişki yaşa göre farklılık göstermekte midir?
3. Dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişki cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
4. Dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişki günlük oyun süresine göre değişmekte midir?
5. Dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişki oynanan oyun türüne göre değişmekte midir?
6. Dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişki öğrencilerin anne ve baba eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?

7. Dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimleri arasındaki ilişki hangi seviyededir?

3.3. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışmada ana kısıtlamalar aşağıda belirtilmiştir.

1. Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitim ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören (177 kadın, 207 erkek) öğrenci ile sınırlıdır.
2. Yapılan çalışmanın sonucunda elde edilen veriler, SSÖÖ, DOBÖ ve demografik özellikler formunun ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
3. Ayrıca, bu tarama yaklaşımıyla elde edilen veriler ve bu verilerin bulguları hakkında yapılacak her türlü olumsuz değerlendirme, bu çalışma için de geçerlidir.

3.4. Araştırmanın Varsayımları

Bu çalışma ile ilgili öngörülen varsayımlar aşağıda şu şekilde sıralanmıştır.

1. Çalışmada kullanılan "ölçek ve kişisel bilgi formu" sorularının uygulayıcılar tarafından doğru bir şekilde anlaşıldığı varsayıldı.
2. Çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının, araştırmaya katılan bireylerin ankete katılım koşullarının eşit olduğu kabul edildi.
3. Ölçek ve kişisel bilgi formuna verilen yanıtlar, olduğu gibi doğrudan analiz edildi.

3.5. Araştırma Modeli

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıkları ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla nicel yaklaşım perspektifinde “ilişkisel-tarama modeli” kullanıldı. İlişkisel araştırma modeli, bir çalışmada bir durum veya olayın ortaya çıkışını ve bu duruma neden olan değişkenler arasındaki ilişkileri, etkilerini ve büyüklük derecelerini belirlemek için kullanılır (Karasar, 2013).

3.6. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni, 2023-2024 eğitim döneminde Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda (BESYO) öğrenim gören 1000 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma grubu belirlemede “Kolayda Örneklem Yöntemi” kullanıldı (Etikan vd., 2016). Örneklem olarak seçilen grup, BESYO'da eğitim alan 384 öğrenci (177 kadın, 207 erkek) ile temsil edilmiştir. Veri toplama süreci, yalnızca Gümüşhane

Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda (Öğretmenlik, Yöneticilik, Antrenörlük) öğrenim gören öğrencilerden gerçekleştirilmiştir. Örneklemi tanımlayıcı özellikler aşağıda Tablo 2.'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Örneklemi tanımlayıcı demografik bulgular

Değişkenler	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kadın	177	46.1
	Erkek	207	53.9
Yaş	18-21 Yaş	179	46.6
	22-25	175	45.6
	26 Yaş ve Üzeri	30	7.8
Okuduğu Bölüm	Antrenörlük	108	28.1
	Spor Yöneticiliği	179	46.6
	Öğretmenlik	97	25.3
Günlük Oyun Süresi	1 Saatten Az	220	57.3
	1-3 Saat	117	30.5
	4 ve Üzeri Saat	47	12.2
Sınıf	1. Sınıf	91	23.7
	2. Sınıf	140	36.5
	3. Sınıf	36	9.4
	4. Sınıf	117	30.5
Oyun Türleri	Macera	51	13.3
	Spor ve Yarış	115	29.9
	Strateji ve Savaş	118	30.7
	Bulmaca ve Zekâ	100	26
Anne Eğitim	İlkokul	151	39.3
	Ortaokul	94	24.5
	Lise	77	20.1
	Lisans	62	16.1
Baba Eğitim	İlkokul	92	24
	Ortaokul	114	30.5
	Lise	114	30.5
	Lisans	58	15.1

Araştırmada uygulanan betimsel istatistik analiz sonucunda, katılımcılara ait örneklemi tanımlayıcı bulgular Tablo 1'de sunulmuştur. Bu bulgular incelendiğinde, araştırmaya katılan bireylerin 177'sinin (%46.1) kadın, 207'sinin (%53.9) erkek olduğu görülmektedir. Yaş gruplarına göre dağılımda ise 179 katılımcı (%46.6) 18-21 yaş aralığında, 175 katılımcı (%45.6) 22-25 yaş grubunda, 30 katılımcı (%7.8) ise 26 yaş ve üzerindedir. Katılımcıların okuduğu bölümler incelendiğinde, 108'inin (%28.1) antrenörlük, 179'unun (%46.6) yöneticilik ve 97'sinin (%25.3) öğretmenlik alanında eğitim aldığı belirlenmiştir. Günlük oyun sürelerine göre, 220 katılımcı (%57.3) 1 saatten az, 117 katılımcı (%30.5) 1-3 saat ve 47 katılımcı (%12.2) ise 4 saat ve üzeri oyun süresine sahiptir. Sınıf seviyeleri incelendiğinde, 91 katılımcı (%23.7) 1. sınıf, 140

katılımcı (%36.5) 2. sınıf, 36 katılımcı (%9.4) 3. sınıf ve 117 katılımcı (%30.5) 4. sınıfta yer almaktadır. Oyun türleri açısından ise, 51 katılımcı (%13.3) macera, 115 katılımcı (%29.9) spor ve yarış, 118 katılımcı (%30.7) strateji ve savaş, 100 katılımcı (%26.0) bulmaca ve zekâ oyunları oynamaktadır. Ayrıca, anne eğitim düzeyleri değerlendirildiğinde, 151 katılımcı (%39.3) ilkokul, 94 katılımcı (%24.5) ortaokul, 77 katılımcı (%20.1) lise ve 62 katılımcı (%16.1) lisans düzeyindedir. Baba eğitim düzeyleri açısından ise, 92 katılımcı (%24) ilkokul, 117 katılımcı (%30.5) ortaokul, 117 katılımcı (%30.5) lise ve 58 katılımcı (%15.1) lisans mezunu olarak belirlenmiştir.

3.7. Veri Toplama Araçları

Çalışmada kullanılan veri araçlarının birinci kısmı araştırmacının oluşturduğu “kişisel bilgi formu” ve diğer kısımlar ise üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıkları ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimi düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik SSÖÖ ve DOBÖ formlarıdır.

3.7.1. Kişisel Bilgi Formu

Mevcut araştırmada araştırmacının belirlediği değişkenlerden oluşan kişisel bilgi formu; “cinsiyet, yaş, bölüm, sınıf, anne ve baba eğitim düzeyi, günde oynanan ortalama oyun süresi ve oynanan oyun türü” gibi değişkenlerden oluşmaktadır.

3.7.2. Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Bu çalışmada veri toplama aracı olarak, Hazar ve Hazar (2019) tarafından geliştirilen, 21 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşan "Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" kullanıldı. Bu çalışma kapsamında kullanılan ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları, aşırı odaklanma ve erteleme alt boyutu için $\alpha=0.90$, çatışma, yoksunluk ve arayış alt boyutu için $\alpha=0.90$, duygu değişimi ve dalma alt boyutu için ise $\alpha=0.79$ olarak tespit edildi. Toplam ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı ise $\alpha=0.94$ olarak hesaplandı. Ölçek, üç alt boyuttan oluşmaktadır: aşırı odaklanma ve erteleme alt boyutu (madde 1 ile 11), çatışma, yoksunluk ve arayış alt boyutu (madde 12 ile 17), ve duygu değişimi ve dalma alt boyutu (madde 18 ile 21) arası maddelerden oluşmaktadır. Ölçek, “Hiç Katılmıyorum (1)”, “Katılmıyorum (2)”, “Kararsızım (3)”, “Katılıyorum (4)” ve “Tamamen Katılıyorum (5)” şeklinde bir derecelendirme sistemi ile tasarlanmıştır. Bu ölçekten alınabilecek en düşük puan 21 iken, en yüksek puan 105’tir (Hazar ve Hazar, 2019).

3.7.3. Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ)

Araştırmada uygulanan “Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği” (SSÖÖ), Maxwell ve Moores (2007) tarafından geliştirilmiş olup, spor ortamında öfke ve saldırganlık düzeylerinin ölçülmesine yönelik bir araç olarak kullanılmaktadır. Gürbüz vd., (2019) tarafından Türk kültürüne uyarlaması yapılmıştır. Ölçeğin orijinal formu, toplamda 12 maddeden oluşmakta olup, bu maddeler “öfke” (6 madde) ve “saldırganlık” (6 madde) alt boyutları şeklinde yapılandırılmıştır. Bu yapısı sayesinde, ölçek, öfke ve saldırganlık düzeylerinin ayrıntılı bir şekilde değerlendirilmesine olanak tanımaktadır. Katılımcılar, ölçekte yer alan her bir ifadeyi "Hiç Katılmıyorum" (1) ile "Tamamen Katılıyorum" (5) arasında değişen bir Likert tipi 5 dereceli ölçek aracılığıyla değerlendirmiştir. Bu yöntem, katılımcıların düşüncelerini ve duygularını nicel olarak ifade etmelerine olanak sağlamaktadır. Bu ölçekten alınabilecek en düşük puan 12 iken, en yüksek puan 60'tır.

3.8. Veri Toplama Süreci

İlgili makamlardan ve ölçeğin Türkçeye uyarlamasını gerçekleştiren araştırmacılardan gerekli izinler alındıktan sonra, veri toplama süreci günümüzün modern yöntemlerinden biri olan Google Form kullanılarak dijital ortamda yürütüldü. Bu dijital araç, veri toplama sürecini hızlandırmak ve katılımcılara erişimi kolaylaştırmak amacıyla tercih edildi. Google formda hazırlanan ankette katılımın gönüllü olduğu, araştırmanın amacı ve anket kodlama bilgisi belirtilerek, Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda eğitim gören öğrenci grubuna uygulandı. Anketin belirlediği kriterlere uymayan, yanlış bilgi sağlayan ya da eksik kodlama yapan katılımcıların formları, çalışmanın dışında bırakıldı. Bu yöntem, verilerin güvenilirliğini ve analizlerin doğruluğunu sağlamak amacıyla uygulandı.

3.9. Verilerin Analizi

Araştırmamızda toplanan verilerin analizi, Google Formlar, Microsoft Excel ve SPSS 25 istatistiksel paket programı kullanılarak gerçekleştirildi. “DOBÖ” ve “SSÖÖ” ölçeklerinin normallik varsayımlarını değerlendirirken, çarpıklık ve basıklık değerleri dikkate alındı. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 arasında bulunması, verilerin normallik koşulunu sağladığını göstermektedir (Büyüköztürk, 2011; Tabachnick ve Fidell, 2015). Verilerin analizi için betimsel istatistikler, t-testi, ANOVA testi ve korelasyon testi gibi istatistiksel yöntemler uygulandı.

4. BULGULAR

Tablo 3. SSÖÖ ve DOBÖ puanları ile ilgili betimsel istatistikler

Anket	Madde sayısı	N	Min.	Mak.	Aritmetik Ortalama	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Öfke	6	384	1.00	5.00	2.83	.84	-.118	-.199
Saldırganlık	6	384	1.00	5.00	2.33	.89	.441	-.272
SSÖÖ Toplam	12	384	1.00	5.00	2.58	.78	.173	-.201
Duygu Değişimi ve Dalma	4	384	4.00	20.00	10.05	3.69	.231	-.521
Çatışma Yoksunluk ve Arayış	6	384	6.00	30.00	12.14	5.15	.679	-.135
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	11	384	11.00	55.00	22.61	9.79	.651	-.202
DOBÖ Toplam	21	384	21.00	105.00	44.80	17.26	.505	-.379

Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Tablo 3'te, SSÖÖ ve DOBÖ ölçeklerine ait katılımcıların betimsel istatistik sonuçları sunulmuştur. Tabloda madde sayısı, katılımcı sayısı (N), minimum ve maksimum puanlar, aritmetik ortalama, standart sapma (Ss), çarpıklık ve basıklık değerleri verilmiştir. Aritmetik ortalamalar incelendiğinde, SSÖÖ puanlarının aritmetik ortalamalarının altında olduğunu ($\bar{x} = 2.58 \pm 0.78$) ve katılımcıların öfke puanlarının ($\bar{x} = 2.83 \pm 0.84$) saldırganlık puanlarının ($\bar{x} = 2.33 \pm 0.89$) puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. DOBÖ puanlarına bakıldığında ise dijital oyun bağımlılıklarının ortalamasının altında olduğu ($\bar{x} = 44.80 \pm 17.26$), en yüksek puanı ise duygu değişimi ve dalma boyutunda ($\bar{x} = 10.05 \pm 3.69$) sergiledikleri görülmüştür. Ölçek puanlarının dağılım sonuçları incelendiğinde ise basıklık ve çarpıklık değerlerinin +1.5 ile -1.5 arasında olduğu ve verilerin parametrik test analizine uygun olduğu görülmüştür.

Tablo 4. SSÖÖ ve DOBÖ cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	Ss	sd	t	p
Öfke	Kadın	177	2.68	.75	382	-	0.00**
	Erkek	207	2.96	.90		3.381	
Saldırganlık	Kadın	177	2.00	.76	382	-	0.00**
	Erkek	207	2.60	.91		6.955	

Tablo 4. (Devamı).

SSÖÖ Toplam	Kadın	177	2.34	.65	382	-	0.00**
	Erkek	207	2.78	.82		5.793	
Duygu Değişimi ve Dalma	Kadın	177	9.43	3.59	382	-	0.00**
	Erkek	207	10.59	3.69		3.109	
Çatışma Yoksunluk ve Arayış	Kadın	177	11.18	4.73	382	-	0.00**
	Erkek	207	12.96	5.37		3.422	
Aşırı odaklanma ve Erteleme	Kadın	177	20.42	8.97	382	-	0.00**
	Erkek	207	24.48	10.06		4.136	
DOBÖ Toplam	Kadın	177	41.03	16.10	382	-	0.00**
	Erkek	207	48.03	17.59		4.038	

**p<0.01, Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Katılımcıların “cinsiyet” değişkenine göre SSÖÖ ve alt faktörleri ile DOBÖ ölçeği ve alt faktörleri puanlarına ilişkin uygulanan t-testi sonuçlarına göre özgüven SSÖÖ toplamda [$t_{(382)}=-5.793$, $p<0.01$], öfke [$t_{(382)}=-3.381$, $p<0.01$] ve saldırganlık [$t_{(382)}=-6.955$, $p<0.01$] boyutlarında cinsiyete bağlı erkeklerin lehine farklılaşma tespit edilmiştir. Katılımcıların DOBÖ toplamda [$t_{(382)}=-4.038$, $p<0.01$], duygu değişimi ve dalma [$t_{(382)}=-3.109$, $p<0.01$], çatışma, yoksunluk ve arayış [$t_{(382)}=-3.422$, $p<0.01$] ile aşırı odaklanma ve erteleme [$t_{(382)}=-4.136$, $p<0.01$] boyutlarında da cinsiyete bağlı erkeklerin lehine farklılaşma tespit edilmiştir. Başka bir ifade ile erkek sporcu öğrencilerin saldırganlık ve öfke düzeyleri ile dijital oyun bağımlılıkları, kadın katılımcıların saldırganlık ve öfke düzeyleri ile dijital oyun bağımlılıklarından daha yüksektir (Tablo 3).

Tablo 5. SSÖÖ ve DOBÖ yaş değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçek	Yaş	n	$\bar{x}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Öfke	^a 18-21 yaş	179	2.76	.85	2-381	1.308	.272	-
	^b 22-25	175	2.90	.86				-
	^c 26 yaş ve üzeri	30	2.86	.72				-
Saldırganlık	^a 18-21 yaş	179	2.30	.91	2-381	2.099	.124	-
	^b 22-25	175	2.40	.89				-
	^c 26 yaş ve üzeri	30	2.06	.78				-
SSÖÖ Toplam	^a 18-21 yaş	179	2.53	.79	2-381	1.524	.219	-
	^b 22-25	175	2.65	.78				-
	^c 26 yaş ve üzeri	30	2.46	.67				-
Duygu Değişimi ve Dalma	^a 18-21 yaş	179	9.64	3.46	2-381	3.858	.022*	-
	^b 22-25	175	10.61	3.82				b>a
	^c 26 yaş ve üzeri	30	9.27	3.89				-

Tablo 5. (Devamı).

Çatışma Yoksunluk ve Arayış	^a 18-21 yaş	179	11.78	4.84	2-381	.910	.403	-
	^b 22-25	175	12.52	5.23				-
	^c 26 yaş ve üzeri	30	12.07	6.42				-
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	^a 18-21 yaş	179	22.07	9.52	2-381	1.101	.334	-
	^b 22-25	175	23.39	9.83				-
	^c 26 yaş ve üzeri	30	21.30	10.94				-
DOBÖ Toplam	^a 18-21 yaş	179	43.49	16.53	2-381	1.626	.198	-
	^b 22-25	175	46.52	17.35				-
	^c 26 yaş ve üzeri	30	42.63	20.42				-

*p<0.05, Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Yaş değişkenine göre katılımcıların SSÖÖ ve alt faktörleri ile DOBÖ ölçeği ve alt faktörleri puanlarına ilişkin uygulanan ANAVO sonuçlarına göre katılımcıların SSÖÖ toplamda [$F_{(2,381)}=1.524$, $p>0.05$], öfke [$F_{(2,381)}=1.308$, $p>0.05$], saldırganlık [$F_{(2,381)}=2.099$, $p>0.05$] ve alt faktörlerinde yaş değişkenine bağlı anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Katılımcıların DOBÖ toplamda [$F_{(2,381)}=1.626$, $p>0.05$], çatışma, yoksunluk ve arayış [$F_{(2,381)}=0.910$, $p>0.05$] ile aşırı odaklanma ve erteleme [$F_{(2,381)}=1.101$, $p>0.05$] boyutlarında yaşa bağlı anlamlı farklılaşma tespit edilmezken; duygu değişimi ve dalma [$F_{(2,381)}=3.858$, $p<0.05$] boyutunda yaşa bağlı anlamlı farklılaşma görülmüştür. Farklılığın hangi yaş düzeyleri arasında olduğunu belirlemek için yapılan “Tukey” karşılaştırma testi sonuçlarına göre 22-25 yaş aralığında olan katılımcıların 18-21 yaş arası katılımcılardan duygu değişimi ve dalma puanları anlamlı farklılaşmıştır (Tablo 5).

Tablo 6. SSÖÖ ve DOBÖ okuduğu bölüm değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçek	Okuduğu Bölüm	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Öfke	^a Antrenörlük	108	2.92	.81	2-381	1.260	.285	-
	^b Spor Yöneticiliği	179	2.76	.87				-
	^c Öğretmenlik	97	2.86	.83				-
Saldırganlık	^a Antrenörlük	108	2.34	.86	2-381	.513	.599	-
	^b Spor Yöneticiliği	179	2.36	.87				-
	^c Öğretmenlik	97	2.25	.97				-
SSÖÖ Toplam	^a Antrenörlük	108	2.63	.73	2-381	.308	.735	-
	^b Spor Yöneticiliği	179	2.56	.79				-
	^c Öğretmenlik	97	2.55	.82				-
Duygu Değişimi ve Dalma	^a Antrenörlük	108	9.81	3.67	2-381	.444	.642	-
	^b Spor Yöneticiliği	179	10.08	3.65				-
	^c Öğretmenlik	97	10.29	3.79				-
Çatışma Yoksunluk ve Arayış	^a Antrenörlük	108	11.62	4.87	2-381	.766	.466	-
	^b Spor Yöneticiliği	179	12.34	5.20				-
	^c Öğretmenlik	97	12.36	5.38				-

Tablo 6. (Devamı).

Aşırı odaklanma ve Erteleme	^a Antrenörlük	108	21.50	9.10	2-381	1.387	.251	-
	^b Spor Yöneticiliği	179	22.65	9.71				-
	^c Öğretmenlik	97	23.77	10.55				-
DOBÖ Toplam	^a Antrenörlük	108	42.93	16.51	2-381	1.087	.338	-
	^b Spor Yöneticiliği	179	45.06	17.06				-
	^c Öğretmenlik	97	46.42	18.39				-

*p<0.05, Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Okuduğu bölüm değişkenine göre katılımcıların SSÖÖ ve alt faktörleri ile DOBÖ ölçeği ve alt faktörleri puanlarına ilişkin uygulanan ANAVO sonuçlarına göre katılımcıların SSÖÖ toplamda [$F_{(2,381)}=0.308$, $p>0.05$], öfke [$F_{(2,381)}=1.260$, $p>0.05$] ve saldırganlık [$F_{(2,381)}=0.599$, $p>0.05$] ve alt faktörlerinde okuduğu bölüm değişkenine bağlı anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Katılımcıların DOBÖ toplamda [$F_{(2,381)}=1.087$, $p>0.05$], duygu değişimi ve dalma [$F_{(2,381)}=0.444$, $p>0.05$], çatışma, yoksunluk ve arayış [$F_{(2,381)}=0.766$, $p>0.05$], ile aşırı odaklanma ve erteleme [$F_{(2,381)}=1.387$, $p>0.05$] boyutlarında okuduğu bölüm değişkenine bağlı anlamlı farklılık saptanmamıştır (Tablo 6).

Tablo 7. SSÖÖ ve DOBÖ günlük oyun süresi değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçek	Günlük Oyun Süresi	n	$\bar{x}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Öfke	^a 1 saatten az	220	2.68	.87	2-381	8.886	.000**	-
	^b 2-3 saat	117	3.06	.72				b>a
	^c 4 saat ve üzeri	47	2.97	.86				-
Saldırganlık	^a 1 saatten az	220	2.20	.86	2-381	5.660	.004**	-
	^b 2-3 saat	117	2.48	.89				b>a
	^c 4 saat ve üzeri	47	2.56	.95				c>a
SSÖÖ Toplam	^a 1 saatten az	220	2.44	.78	2-381	8.682	.000**	-
	^b 2-3 saat	117	2.77	.72				b>a
	^c 4 saat ve üzeri	47	2.77	.82				c>a
Duygu Değişimi ve Dalma	^a 1 saatten az	220	8.65	3.34	2-381	49.869	.000**	-
	^b 2-3 saat	117	11.57	3.29				b>a
	^c 4 saat ve üzeri	47	12.87	3.02				c>a
Çatışma Yoksunluk ve Arayış	^a 1 saatten az	220	10.70	4.58	2-381	23.311	.000**	-
	^b 2-3 saat	117	13.79	5.38				b>a
	^c 4 saat ve üzeri	47	14.79	4.93				c>a
Aşırı odaklanma ve Erteleme	^a 1 saatten az	220	19.62	8.62	2-381	27.877	.000**	-
	^b 2-3 saat	117	26.18	10.18				b>a
	^c 4 saat ve üzeri	47	27.70	8.90				c>a
DOBÖ Toplam	^a 1 saatten az	220	38.96	15.44	2-381	35.848	.000**	-
	^b 2-3 saat	117	51.55	16.94				b>a
	^c 4 saat ve üzeri	47	55.36	15.12				c>a

**p<0.01, Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Günlük oyun süresi değişkenine göre katılımcıların SSÖÖ ve alt faktörleri ile DOBÖ ölçeği ve alt faktörleri puanlarına ilişkin uygulanan ANAVO sonuçlarına göre katılımcıların SSÖÖ toplamda [$F_{(2,381)}=8.682$, $p<0.01$], öfke [$F_{(2,381)}=8.886$, $p<0.01$] ve saldırganlık [$F_{(2,381)}=5.660$, $p<0.01$] alt faktörlerinde günlük oyun süresine bağlı anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcıların DOBÖ toplamda [$F_{(2,381)}=35.848$, $p<0.01$], duygu değişimi ve dalma [$F_{(2,381)}=49.869$, $p<0.01$], çatışma, yoksunluk ve arayış [$F_{(2,381)}=23.311$, $p<0.01$] ile aşırı odaklanma ve erteleme [$F_{(2,381)}=27.877$, $p<0.01$] boyutlarında günlük oyun süresi değişkenine bağlı anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Farkılığın hangi saatler arasında olduğunu tespit etmek amacıyla uygulanan çoklu karşılaştırma (Tukey HSD/Dunett C) analiz sonuçlarına göre SSÖÖ toplam ve saldırganlık alt boyutunda 2 ve üzeri saat dijital oyun bağımlılığına sahip katılımcıların 1 saatten az olanlardan, öfke boyutunda 2-3 saat arası dijital oyun bağımlılığına sahip katılımcıların 1 saatten az olanlardan daha yüksek saldırganlık ve öfke puanları sergilediği görülmüştür. Diğer taraftan DOBÖ ve alt boyutunda 2 ve üzeri saat dijital oyun bağımlılığına sahip katılımcıların 1 saatten az olanlardan daha yüksek dijital oyun bağımlılığına sahip olduğu görülmüştür (Tablo 7).

Tablo 8. SSÖÖ ve DOBÖ sınıf değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçek	Sınıf	n	$\bar{x}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Öfke	1.Sınıf	91	2.60	.87	3-380	3.971	.008*	-
	2.Sınıf	140	2.97	.88				2>1
	3.Sınıf	36	2.98	.55				3>1
	4.Sınıf	117	2.80	.82				-
Saldırganlık	1.Sınıf	91	2.07	.87	3-380	5.142	.002**	-
	2.Sınıf	140	2.49	.85				2>1
	3.Sınıf	36	2.56	.85				3>1
	4.Sınıf	117	2.26	.93				-
SSÖÖ Toplam	1.Sınıf	91	2.34	.77	3-380	5.663	.001**	-
	2.Sınıf	140	2.73	.78				2>1
	3.Sınıf	36	2.77	.58				3>1
	4.Sınıf	117	2.53	.80				-
Duygu Değişimi ve Dalma	1.Sınıf	91	9.08	3.37	3-380	3.266	.021*	-
	2.Sınıf	140	10.21	3.57				-
	3.Sınıf	36	10.97	3.60				3>1
	4.Sınıf	117	10.35	3.97				-
Çatışma Yoksunluk ve Arayış	1.Sınıf	91	10.15	3.93	3-380	6.379	.000**	-
	2.Sınıf	140	12.82	5.04				2>1
	3.Sınıf	36	13.28	5.00				3>1
	4.Sınıf	117	12.52	5.78				4>1
Aşırı odaklanma ve Erteleme	1.Sınıf	91	19.42	8.53	3-380	4.511	.004**	-
	2.Sınıf	140	23.54	9.33				2>1
	3.Sınıf	36	24.61	10.30				3>1
	4.Sınıf	117	23.37	10.58				4>1

Tablo 8. (Devamı).

	1.Sınıf	91	38.65	14.55				-
DOBÖ	2.Sınıf	140	46.56	16.48				2>1
Toplam	3.Sınıf	36	48.86	17.28				3>1
	4.Sınıf	117	46.24	19.05	3-380	5.463	.001**	4>1

*p<0.05, **p<0.01 Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Sınıf değişkenine göre katılımcıların SSÖÖ ve alt faktörleri ile DOBÖ ölçeği ve alt faktörleri puanlarına ilişkin uygulanan ANAVO sonuçlarına göre katılımcıların SSÖÖ toplamda [$F_{(2,380)}=5.663$, $p<0.01$], öfke [$F_{(2,380)}=3.971$, $p<0.05$] ve saldırganlık [$F_{(2,380)}=5.514$, $p<0.01$] ve alt faktörlerinde sınıf değişkenine bağlı anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcıların DOBÖ toplamda [$F_{(2,380)}=5.463$, $p<0.01$], duygu değişimi ve dalma [$F_{(2,380)}=3.266$, $p<0.05$], çatışma, yoksunluk ve arayış [$F_{(2,380)}=6.379$, $p<0.01$] ile aşırı odaklanma ve erteleme [$F_{(2,380)}=5.463$, $p<0.01$] boyutlarında sınıf değişkenine bağlı anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Farkılığın hangi sınıflar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla uygulanan çoklu karşılaştırma (Tukey HSD/Dunett C) analiz sonuçlarına göre SSÖÖ toplam, öfke ve saldırganlık alt boyutlarında 2. ve 3. sınıflarda okuyan öğrencilerin 1. sınıflarda okuyan öğrencilerden daha yüksek saldırganlık ve öfke puanları sergilediği görülmüştür. Diğer taraftan DOBÖ toplam, çatışma yoksunluk ve arayış ile aşırı odaklanma ve erteleme alt boyutlarında 2. 3. ve 4. sınıflarda okuyan öğrencilerin 1. sınıflarda okuyan öğrencilerden; duygu değişimi ve dalma boyutunda 3. sınıflarda okuyan öğrencilerin 1. sınıflarda okuyan öğrencilerden daha yüksek dijital oyun bağımlılığına sahip olduğu görülmüştür (Tablo 8).

Tablo 9. SSÖÖ ve DOBÖ oyun türü değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçek	Oyun Türü	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Öfke	^a Macera	51	2.80	.84	3-380	6.058	.000**	-
	^b Spor ve Yarış	115	2.92	.92				b>d
	^c Strateji ve Savaş	118	3.00	.84				c>d
	^d Bulmaca ve Zeka	100	2.55	.68				-
Saldırganlık	^a Macera	51	2.35	.92	3-380	12.628	.000**	-
	^b Spor ve Yarış	115	2.37	.91				b>d
	^c Strateji ve Savaş	118	2.63	.89				c>d
	^d Bulmaca ve Zeka	100	1.92	.70				-
SSÖÖ Toplam	^a Macera	51	2.58	.81	3-380	11.310	.000**	-
	^b Spor ve Yarış	115	2.64	.82				b>d
	^c Strateji ve Savaş	118	2.81	.78				c>d
	^d Bulmaca ve Zeka	100	2.23	.58				-
Duygu Değişimi ve Dalma	^a Macera	51	9.76	3.66	3-380	10.234	.000**	a>d
	^b Spor ve Yarış	115	10.11	3.62				b>d
	^c Strateji ve Savaş	118	11.31	3.59				c>d
	^d Bulmaca ve Zeka	100	8.65	3.39				-

Tablo 9. (Devamı).

Çatışma Yoksunluk ve Arayış	^a Macera	51	12.27	5.26	3-380	7.170	.000**	a>d
	^b Spor ve Yarış	115	12.99	5.49				b>d
	^c Strateji ve Savaş	118	12.92	4.95				c>d
	^d Bulmaca ve Zeka	100	10.17	4.43				-
Aşırı odaklanma ve Erteleme	^a Macera	51	23.14	10.50	3-380	7.852	.000**	a>d
	^b Spor ve Yarış	115	24.30	10.29				b>d
	^c Strateji ve Savaş	118	24.06	9.28				c>d
	^d Bulmaca ve Zeka	100	18.68	8.28				-
DOBÖ Toplam	^a Macera	51	45.18	18.09	3-380	8.994	.000**	a>d
	^b Spor ve Yarış	115	47.41	17.98				b>d
	^c Strateji ve Savaş	118	48.30	16.16				c>d
	^d Bulmaca ve Zeka	100	37.50	15.15				-

**p<0.01, Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Oyun türü değişkeni göre katılımcıların SSÖÖ ve alt faktörleri ile DOBÖ ve alt faktörleri puanlarına ilişkin uygulanan ANAVO sonuçları göre katılımcıların SSÖÖ toplamda [$F_{(2,380)}=11.310$, $p<0.01$], öfke [$F_{(2,380)}=6.058$, $p<0.01$] ve saldırganlık [$F_{(2,380)}=12.628$, $p<0.01$] alt faktörlerinde oynadığı oyun türüne bağlı anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Katılımcıların DOBÖ toplamda [$F_{(2,380)}=8.994$, $p<0.01$], duygu değişimi ve dalma [$F_{(2,380)}=10.234$, $p<0.01$], çatışma, yoksunluk ve arayış [$F_{(2,380)}=7.170$, $p<0.01$] ile aşırı odaklanma ve erteleme [$F_{(2,380)}=7.852$, $p<0.01$] boyutlarında sınıf değişkenine oyun türüne bağlı anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Farklılığın hangi sınıflar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla uygulanan çoklu karşılaştırma (Tukey HSD/Dunnett C) analiz sonuçlarına göre SSÖÖ toplam, öfke ve saldırganlık alt boyutlarında spor ve yarış ile strateji ve savaş oyunu oynayan öğrencilerin bulmaca ve zeka oyunu oynayan öğrencilerden daha yüksek saldırganlık ve öfke puanları sergilediği görülmüştür. Diğer taraftan DOBÖ toplam, duygu değişimi ve dalma, çatışma yoksunluk ve arayış ile aşırı odaklanma ve erteleme alt boyutlarında macera, spor ve yarış ile strateji ve savaş oyunu oynayan öğrencilerin bulmaca ve zeka oyunu oynayan öğrencilerden daha yüksek dijital oyun bağımlılığına sahip olduğu görülmüştür (Tablo 9).

Tablo 10. SSÖÖ ve DOBÖ anne eğitim durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçek	Anne Eğitim	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Öfke	^a İlkokul	151	2.86	.85	3-380	1.794	.148	-
	^b Ortaokul	94	2.68	.84				-
	^c Lise	77	2.97	.85				-
	^d Lisans	62	2.84	.82				-

Tablo 10. (Devamı).

Saldırganlık	^a İlkokul	151	2.25	.90	3-380	2.369	.070	-
	^b Ortaokul	94	2.28	.84				-
	^c Lise	77	2.57	.90				-
	^d Lisans	62	2.30	.92				-
SSÖÖ Toplam	^a İlkokul	151	2.55	.78	3-380	2.115	.098	-
	^b Ortaokul	94	2.48	.75				-
	^c Lise	77	2.77	.80				-
	^d Lisans	62	2.57	.79				-
Duygu Değişimi ve Dalma	^a İlkokul	151	9.70	3.81	3-380	1.370	.251	-
	^b Ortaokul	94	9.93	3.67				-
	^c Lise	77	10.66	3.52				-
	^d Lisans	62	10.37	3.57				-
Çatışma Yoksunluk ve Arayış	^a İlkokul	151	11.37	5.15	3-380	2.218	.086	-
	^b Ortaokul	94	12.41	4.99				-
	^c Lise	77	12.45	5.13				-
	^d Lisans	62	13.21	5.29				-
Aşırı odaklanma ve Erteleme	^a İlkokul	151	21.11	9.44	3-380	3.042	.029*	-
	^b Ortaokul	94	22.38	9.52				-
	^c Lise	77	23.73	9.91				-
	^d Lisans	62	25.21	10.31				d>a
DOBÖ Toplam	^a İlkokul	151	42.18	17.18	3-380	2.661	.051	-
	^b Ortaokul	94	44.72	16.38				-
	^c Lise	77	46.84	17.19				-
	^d Lisans	62	48.79	18.12				-

*p<0.05, Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Anne eğitim durumu değişkeni göre katılımcıların SSÖÖ ve alt faktörleri ile DOBÖ ölçeği ve alt faktörleri puanlarına ilişkin uygulanan ANAVO sonuçları göre katılımcıların SSÖÖ toplamda [$F_{(2,381)}=0.308$, $p>0.05$], öfke [$F_{(2,381)}=1.260$, $p>0.05$] ve saldırganlık [$F_{(2,381)}=0.599$, $p>0.05$] alt faktörlerinde anne eğitim durumuna bağlı anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Katılımcıların DOBÖ toplamda [$F_{(2,381)}=1.087$, $p>0.05$], duygu değişimi ve dalma [$F_{(2,381)}=0.444$, $p>0.05$] ile çatışma, yoksunluk ve arayış [$F_{(2,381)}=0.766$, $p>0.05$] boyutlarında anne eğitim durumu değişkenine bağlı anlamlı farklılık saptanmazken; aşırı odaklanma ve erteleme [$F_{(2,381)}=1.387$, $p>0.05$] boyutunda çoklu karşılaştırma sonuçlarına göre anne eğitim düzeyi lisans olanların ilkokul olanlardan anlamlı farklılaştığı tespit edilmiştir (Tablo 10).

Tablo 11. SSÖÖ ve DOBÖ baba eğitim durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçek	Baba Eğitim	n	$\bar{X}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Öfke	^a İlkokul	92	2.87	.88	3-380	.695	.556	-
	^b Ortaokul	117	2.74	.84				-
	^c Lise	117	2.89	.85				-
	^d Lisans	58	2.85	.78				-

Tablo 11. (Devamı).

Saldırganlık	^a İlkokul	92	2.28	.98	3-380	1.363	.254	-
	^b Ortaokul	117	2.24	.79				-
	^c Lise	117	2.35	.92				-
	^d Lisans	58	2.52	.87				-
SSÖÖ Toplam	^a İlkokul	92	2.58	.82	3-380	.968	.408	-
	^b Ortaokul	117	2.49	.72				-
	^c Lise	117	2.62	.80				-
	^d Lisans	58	2.69	.78				-
Duygu Değişimi ve Dalma	^a İlkokul	92	9.45	3.75	3-380	1.218	.303	-
	^b Ortaokul	117	10.11	3.89				-
	^c Lise	117	10.39	3.63				-
	^d Lisans	58	10.22	3.21				-
Çatışma Yoksunluk ve Arayış	^a İlkokul	92	11.43	5.10	3-380	1.137	.334	-
	^b Ortaokul	117	12.00	5.28				-
	^c Lise	117	12.72	5.27				-
	^d Lisans	58	12.38	4.68				-
Aşırı odaklanma ve Erteleme	^a İlkokul	92	21.12	9.38	3-380	1.993	.115	-
	^b Ortaokul	117	22.00	9.52				-
	^c Lise	117	23.35	9.85				-
	^d Lisans	58	24.71	10.48				-
DOBÖ Toplam	^a İlkokul	92	42.00	17.02	3-380	1.649	.178	-
	^b Ortaokul	117	44.11	17.09				-
	^c Lise	117	46.46	17.58				-
	^d Lisans	58	47.31	17.02				-

Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)

Baba eğitim durumu değişkeni göre katılımcıların SSÖÖ ve alt faktörleri ile DOBÖ ölçeği ve alt faktörleri puanlarına ilişkin uygulanan ANAVO sonuçları göre katılımcıların SSÖÖ toplamda [$F_{(2,381)}=0.308$, $p>0.05$], öfke [$F_{(2,381)}=1.260$, $p>0.05$] ve saldırganlık [$F_{(2,381)}=0.599$, $p>0.05$] alt faktörlerinde baba eğitim durumuna bağlı anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Katılımcıların DOBÖ toplamda [$F_{(2,381)}=1.087$, $p>0.05$], duygu değişimi ve dalma [$F_{(2,381)}=0.444$, $p>0.05$], çatışma, yoksunluk ve arayış [$F_{(2,381)}=0.766$, $p>0.05$], ile aşırı odaklanma ve erteleme [$F_{(2,381)}=1.387$, $p>0.05$] boyutlarında baba eğitim durumu değişkenine bağlı anlamlı farklılık saptanmamıştır (Tablo 11).

Tablo 12. SSÖÖ ve DOBÖ arasındaki korelasyon sonuçları

	SSÖÖ		Öfke	Saldırganlık	
	N	r	r	r	p
DOBÖ	384	.463	.350	.477	0.00**
Duygu Değişimi ve Dalma	384	.353	.282	.350	0.00**
Çatışma Yoksunluk ve Arayış	384	.449	.463	.339	0.00**
Aşırı odaklanma ve Erteleme	384	.333	.333	.466	0.00**

** $p<0.01$

Tablo 12’de, SSÖÖ (Saldırganlık ve Öfke Ölçeği) ile DOBÖ (Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği), $[r=-0.463, p<0.01]$ arasında orta düzeyde anlamlı pozitif korelasyon bulunmuştur. Alt boyutlar arasında korelasyon sonuçları incelendiğinde ise yine orta düzeyde anlamlı ilişkiler görülürken; duygu değişimi ve dalma ile öfke boyutları arasında düşük düzeyde pozitif anlamlı ilişki görülmüştür ($p<0.01$).

Tablo 13. SSÖÖ ile DOBÖ Arasındaki Regresyon Sonuçları

	B	Standart Hata	β	t	P
Sabit	18.401	2.703		6.807	.000
DOBÖ	10.235	1.003	.463	10.203	.000

$R=.463, R^2=.214, F_{(1,382)}= 104.104$

Tablo 13’te, SSÖÖ (Saldırganlık ve Öfke Ölçeği) ile DOBÖ (Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği) arasında regresyon sonuçları incelendiğinde, orta düzeyde anlamlı pozitif ilişki olup $[r=0.463, p<0.01]$, katılımcıların saldırganlık ve öfke düzeylerinde dijital oyun bağımlılığının %21 oranında etkili olduğu görülmüştür ($r^2=0.214, p<0.01$).

5. TARTIŞMA

Bu bölümde, üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıkları ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimi düzeyleri arasındaki ilişkinin istatistiksel verilerle incelenmesi, alanda yapılan benzer çalışmalarla karşılaştırılması ve sonuçlarının tartışılması amaçlanmıştır.

Yapılan araştırmada elde edilen bulgular, cinsiyetin dijital oyun bağımlılığı, öfke ve saldırganlık üzerindeki etkisinin anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır. Erkeklerin dijital oyun bağımlılığı ölçeği (DOBÖ) ve sporda saldırganlık ve öfke ölçeği (SSÖÖ) puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar, saldırganlık ve öfke ile ilgili önceki çalışmalarla uyumludur. Anderson ve Bushman (2001) tarafından yapılan bir meta-analiz çalışmasında, erkeklerin kadınlara göre dijital oyunlarda daha fazla saldırgan davranış sergilediği ve daha yüksek saldırganlık seviyelerine sahip olduğu bulunmuştur. (Erden ve Akbaş, 2019) tarafından yapılan bir çalışmada ise erkeklerin oyun oynama alışkanlıklarının daha agresif türlere yöneldiğini ve bu tür oyunların saldırganlık davranışlarını artırdığını göstermektedir. Ancak, bazı araştırmalar bu sonucun oyun türleri ile ilişkili olabileceğini de öne sürmektedir. Tekin (2016) tarafından yapılan çalışmada dijital oyunlarda erkeklerin daha çok strateji ve savaş oyunlarını tercih ettiğini, kadınların ise bulmaca ve sosyal oyunları tercih ettiğini bulmuştur. Bu durum, erkeklerin dijital oyunlar üzerinden daha fazla saldırganlık sergileme olasılıklarının, oynadıkları oyun türlerinden kaynaklanabileceğini göstermektedir. Ancak, kadınların da dijital oyunlara olan ilgisinin son yıllarda artması, bu dinamiklerin değişebileceğini göstermektedir. Özellikle genç kadınların sosyal medyanın ve çevrimiçi oyun topluluklarının etkisiyle daha agresif oyun türlerine yönelme eğilimi gösterdiği belirtilmektedir (Çelik, 2020). Bu bulgu, dijital oyun bağımlılığı ve cinsiyet arasındaki ilişkinin gelecekte daha kapsamlı araştırılmasını gerektiren bir konu olduğunu ortaya koymaktadır. Dijital oyun bağımlılığı üzerine yapılacak cinsiyet odaklı çalışmaların, oyun türleri ve içerikleriyle daha derinlemesine incelenmesi, toplumsal cinsiyet rollerinin bu bağlamda nasıl yeniden şekillendiğini anlamamıza da katkı sağlayacaktır. Bazı çalışmalar ise cinsiyetin dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık üzerindeki etkisinin anlamlı olmadığını bulmuştur. Örneğin, Durak ve Durak (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeylerinde cinsiyetler arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Araştırmada, her iki cinsiyetin de benzer düzeyde oyun oynadığı ve saldırganlık

seviyelerinin oyun türlerinden ziyade kişisel özellikler ve oyun oynama sıklığı ile daha çok ilişkili olduğu öne sürülmüştür. Benzer şekilde, Güngör ve Öztürk (2020) tarafından yürütülen bir çalışmada da cinsiyetin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinin sınırlı olduğu, bu etkinin daha çok sosyo-kültürel faktörlerle şekillendiği belirtilmiştir. Çalışmada, özellikle cinsiyetin tek başına belirleyici bir faktör olmadığı, bunun yanında bireylerin psikolojik özelliklerinin de bu süreçte kritik rol oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu çalışmalar, cinsiyetin dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık üzerindeki etkisinin daha geniş bir perspektifle ele alınması gerektiğini ve bu ilişkilerin sadece cinsiyet temelli olmadığını vurgulamaktadır. Sonuç olarak, erkeklerin daha yüksek saldırganlık ve öfke puanlarına sahip olmasının sadece oyun süresi ve oyun türleriyle açıklanamayacağı, toplumsal cinsiyet rollerinin ve bireysel psikolojik faktörlerin de bu ilişkide önemli bir paya sahip olduğu yorumu yapılabilir.

Araştırma bulgularımıza göre, yaş değişkeni incelendiğinde özellikle 22-25 yaş grubunun daha yüksek düzeyde “Duygu Değişimi ve Dalma” yaşadığı ortaya çıkmıştır. Literatürde çalışmamızla aynı doğrultuda sonuçlara ulaşan çalışmalar mevcuttur. Gentile vd. (2011) tarafından yapılan araştırmada gençlerin dijital oyunlara daha fazla zaman ayırdığını ve bu oyunların onları gerçek dünyadan uzaklaştırma eğiliminde olduğunu belirtmektedir. Griffiths ve Hunt (1998) tarafından yapılan bir çalışmada da ortaya konulmuş; gençlerin oyun oynama sürelerinin yüksek olduğu, ancak yaş ilerledikçe bu sürelerin azaldığı ifade edilmiştir. Aynı şekilde, Kaya (2017) tarafından yapılan bir çalışmada, üniversite çağındaki gençlerin dijital oyun bağımlılığı riskinin diğer yaş gruplarına göre daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Kaya, üniversite dönemindeki bireylerin dijital oyunları bir tür rahatlama ve kaçış aracı olarak kullandıklarını ve bu durumun özellikle akademik ve sosyal baskılarla ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Bu bulgu, genç yetişkinlerin dijital oyunlarda daha fazla duygusal yoğunluk ve dalma yaşadıklarını göstermektedir. Bu yaş grubundaki bireylerin dijital oyunları yalnızca eğlence amacıyla değil, aynı zamanda duygusal bir kaçış ve stresle başa çıkma aracı olarak kullandıkları söylenebilir.

Ancak, yaş ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki her zaman doğrusal değildir. Bazı çalışmalar, yaş ilerledikçe dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeylerinde anlamlı bir azalma olduğunu belirtse de, bu ilişki her zaman tutarlı değildir. Çelik vd. (2020) ile Erden ve Akbaş (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırmalar, yaş ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığını ortaya koymaktadır. Valkenburg ve Peter (2013) tarafından yapılan bir araştırmada, yaşın dijital oyun bağımlılığı üzerinde tek başına belirleyici olmadığı, bireylerin sosyal

çevreleri, kişilik özellikleri ve yaşam koşullarının da bu ilişkide rol oynadığı vurgulanmıştır.

Sonuç olarak, dijital oyun bağımlılığı ve yaş arasındaki ilişki karmaşık ve çok yönlüdür. 22-25 yaş grubunda duygusal dalma ve oyun bağımlılığı seviyelerinin yüksek olması, bu dönemdeki bireylerin sosyal ve duygusal ihtiyaçlarını oyunlar aracılığıyla gidermeye çalıştıklarını göstermektedir. Yaş ilerledikçe bu bağımlılık düzeyinin azalması ise bireylerin sorumluluklarının artması, iş hayatına ve diğer sosyal rollere daha fazla odaklanmalarıyla açıklanabilir. Ancak, yaşı tek başına belirleyici olmadığı ve bireylerin yaşam koşulları, sosyal çevreleri ve psikolojik durumlarının da bu ilişkiyi etkilediği unutulmamalıdır.

Araştırmamızın bulgularına göre, farklı bölümler (antrenörlük, yöneticilik ve öğretmenlik) arasında öfke ve saldırganlık düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu durum, öğrencilerin benzer stres faktörlerine maruz kalmaları ve dijital oyunları bir kaçış mekanizması olarak kullanmalarıyla ilişkilendirilebilir. Karagöz ve Demirci (2019) de bu bulguyu destekler nitelikte olup, sporcu öğrencilerin akademik ve sosyal yaşamları arasında denge kurmakta zorlandıklarını ve dijital oyun bağımlılığı riskinin yüksek olduğunu vurgulamaktadır. Benzer şekilde, Gündüz (2017) öğretmenlik bölümü öğrencilerinin akademik stresle başa çıkmak amacıyla dijital oyunlara yöneldiklerini, ancak bu durumun oyun bağımlılığı düzeyini etkilemediğini bulmuştur. Yabancı literatürde de bu konuya ilişkin çeşitli bulgular bulunmaktadır. King ve Delfabbro (2019), bölüm değişkeninin dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını, bireylerin oyun oynama alışkanlıklarının daha çok kişisel tercihlerine ve yaşam tarzlarına bağlı olduğunu belirtmiştir. Reed ve Price (2018) ise öğretmenlik ve yöneticilik bölümlerindeki öğrencilerin dijital oyunları akademik stresten kaçış amacıyla kullandıklarını, ancak oyun süresinin akademik başarı üzerinde belirgin bir etkisinin olmadığını tespit etmişlerdir. Bu bulgular, bizim çalışmamızda da olduğu gibi, dijital oyun bağımlılığı açısından bölüm değişkenine göre anlamlı bir fark gözlenmemesini destekler niteliktedir.

Buna karşın, literatürde bölüm değişkenine göre anlamlı farklılıklar bulan çalışmalar da mevcuttur. Chiu ve Lee (2015), yöneticilik ve öğretmenlik bölümlerindeki öğrencilerin akademik stresin yoğun olduğu dönemlerde dijital oyunlara daha fazla yöneldiklerini saptamıştır. Ayrıca, Green vd. (2017), yönetim ve mühendislik bölümlerindeki öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı riskinin daha yüksek olduğunu öne sürmüş, özellikle mühendislik öğrencilerinin strateji ve savaş oyunlarına yönelme

eğilimlerinin akademik yoğunluk ve problem çözme becerilerine olan ilgileriyle bağlantılı olduğunu belirtmişlerdir.

Sonuç olarak, bölüm değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı farklılıkların gözlenip gözlenmemesi, öğrencilerin akademik stres düzeyleri, bireysel alışkanlıkları ve dijital oyunları hangi amaçla kullandıkları gibi çeşitli faktörlere bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Literatürdeki bazı çalışmalar bölüm değişkeniyle anlamlı farklılıklar bulurken, bazıları ise bu farkın olmadığını göstermiştir. Bu durum, dijital oyun bağımlılığı konusundaki çok yönlü etkilerin ve bireysel farklılıkların önemini vurgulamaktadır.

Araştırma bulgularımız, günlük oyun oynama süresi arttıkça dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeylerinin anlamlı şekilde yükseldiğini göstermektedir. Özellikle, 2-3 saat ve 4 saatten fazla oyun oynayan bireylerin, 1 saatten az oynayanlara kıyasla daha yüksek saldırganlık ve öfke seviyelerine sahip olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular, Gentile vd. (2011) ile Anderson ve Dill (2000) tarafından yapılan çalışmaları desteklemektedir. Özellikle şiddet içeren oyunların uzun süre oynanmasının, bağımlılık ve saldırganlık eğilimlerini artırdığı belirtilmiştir. Barlett vd. (2009) uzun süreli oyun oynamanın bireylerde öfke birikimine ve saldırganlık davranışlarına yol açtığını ifade etmişlerdir. Kuss ve Griffiths (2012) ile Green vd. (2017), uzun süreli oyun oynayan bireylerin özellikle strateji ve savaş türü oyunlara yönelme eğiliminde olduklarını ve bu durumun bağımlılık ve saldırganlık eğilimlerini pekiştirdiğini vurgulamıştır.

Diğer yandan, bazı çalışmalar oyun süresi ile saldırganlık arasındaki ilişkinin doğrudan olmadığını öne sürmektedir. Griffiths (2010) ve Toker vd. (2018), oyun süresiyle saldırganlık arasında anlamlı bir fark bulamamakla birlikte, bireyin kişilik özelliklerinin ve oyun oynama alışkanlıklarının bu ilişki üzerinde etkili olduğunu savunmuşlardır. Reed ve Price (2018) ise oyun süresi ve bağımlılık arasında anlamlı bir fark bulmamış, bireysel farklılıkların ve kişisel tercihlerin bu ilişkiyi belirleyici olduğunu ifade etmiştir.

Sonuç olarak, literatür genelinde uzun süreli oyun oynama alışkanlıklarının dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık eğilimlerini artırdığı yönünde bulgular yaygın olmakla birlikte, bireysel farklılıklar, oynanan oyun türü ve kişisel özelliklerin bu ilişkiyi etkileyebileceği vurgulanmaktadır.

Araştırmamızın bulgularına göre, sınıf düzeyine göre öğrencilerin öfke, saldırganlık, SSÖÖ (sosyal sorunlar ve öfke), duygusal dalma, çatışma yoksunluğu, aşırı odaklanma ve DOBÖ (dijital oyun bağımlılığı) düzeylerinde anlamlı farklar gözlemlenmiştir. Bu bulgular, öğrencilerin akademik süreçlerinin ilerleyen

aşamalarında stres, başa çıkma stratejileri ve duygusal durumların nasıl değiştiğine dair önemli ipuçları sunmaktadır. Ancak, literatürde bu konuda farklı sonuçlar ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur. Bazı araştırmalar sınıf düzeyine göre anlamlı farklar bulurken, bazıları ise bu farkların olmadığını göstermektedir.

Araştırmamızın bulgularıyla benzer şekilde, bazı çalışmalar da öğrencilerin sınıf düzeyine göre psikolojik özelliklerinde anlamlı farklar gözlemlemiştir. Özellikle akademik gelişimle birlikte öğrencilerin duygusal ve davranışsal durumlarının değişmesi, bazı araştırmalar tarafından vurgulanmıştır. Örneğin, Lazarus ve Folkman (1984) stres ve başa çıkma teorisine dayanarak, öğrencilerin akademik sürecin farklı aşamalarında karşılaştıkları zorlukların, onların duygusal ve davranışsal özelliklerini etkilediğini belirtmişlerdir. Araştırmamızda da, 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin 1. sınıf öğrencilerine kıyasla daha yüksek öfke, saldırganlık, SSÖÖ, çatışma yoksunluğu ve aşırı odaklanma düzeylerine sahip olduğu bulunmuştur. Bu durum, öğrencilerin daha fazla akademik baskı ve sorumluluk taşıdığı yıllarda başa çıkma stratejilerinin olumsuz yönde etkilendiğini düşündürmektedir. Green vd. (2017) da, benzer şekilde yönetim ve mühendislik bölümlerindeki öğrencilerin, akademik baskıların arttığı 2. ve 3. yıllarda dijital oyunlara olan yönelimlerinin arttığını tespit etmiştir. Buna ek olarak, Chiu ve Lee (2015) yöneticilik ve öğretmenlik bölümlerindeki öğrencilerin akademik stres dönemlerinde daha fazla dijital oyun oynadıklarını, ancak bu dönemin aynı zamanda öfke ve saldırganlık gibi psikolojik tepkileri de artırdığını belirtmiştir. Bu bulgu, bizim çalışmamızda da gözlemlenen 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin yüksek öfke ve saldırganlık düzeyleriyle paralellik göstermektedir.

Diğer taraftan, bazı çalışmalar ise sınıf düzeyine göre anlamlı farklar bulamamıştır. Karagöz ve Demirci (2019), sporcu öğrenciler arasında dijital oyun bağımlılığı ile akademik ve sosyal yaşamları arasındaki ilişkiyi inceledikleri bir çalışmada, bölüm değişkenine göre farklar tespit etmemiştir. Bu durum, bölüm ya da sınıf düzeyine bakılmaksızın, dijital oyunların genellikle öğrencilerin kişisel tercihlerine, stresle başa çıkma stratejilerine ve yaşam tarzlarına bağlı olarak farklılaştığını gösteriyor. Benzer şekilde, Gündüz (2017) öğretmenlik bölümü öğrencileri üzerinde yaptığı bir araştırmada, sınıf düzeyine bağlı olarak dijital oyun bağımlılığında anlamlı bir farklılık gözlememiştir. King ve Delfabbro (2019) da benzer şekilde, bölüm ya da sınıf düzeyinin dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığını, bireylerin oyun oynama alışkanlıklarının daha çok kişisel tercihlere ve yaşam tarzlarına bağlı olduğunu savunmuşlardır. Bu tür çalışmalar, oyun oynama davranışlarının sadece akademik yıl ve sınıf düzeyine bağlı olmadığını, öğrencilerin

bireysel ihtiyaçlarına ve baa çıkma stratejilerine daha fazla odaklandığını öne sürmektedir.

Bu bulgular, sınıf düzeyinin dijital oyun bağımlılığı, öfke, saldırganlık ve duygusal dalma gibi psikolojik özellikler üzerinde önemli bir etkisi olabileceğini gösterse de, literatürde bu konuda farklı bulgulara rastlanmaktadır. Anlamlı farklar bulan çalışmalar, öğrencilerin akademik stresle başa çıkma süreçlerinin, sınıf düzeyine göre farklılık gösterebileceğini öne sürerken, anlamlı fark bulamayan çalışmalar, bireysel tercihler ve baa çıkma stratejilerinin daha belirleyici olduğunu göstermektedir.

Araştırmamızda elde edilen bulgular, 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin, 1. sınıf öğrencilerine kıyasla daha yüksek stres ve olumsuz duygusal durumlar yaşadığını ve bu dönemde dijital oyunlar gibi baa çıkma stratejilerine daha fazla yöneldiğini ortaya koymaktadır. Bu durum, öğrencilerin akademik hayatlarının erken dönemlerinde daha fazla stresle karşılaştıklarını ve bu stresin, baa çıkma mekanizmalarını daha olumsuz yönde etkilediğini göstermektedir. Ancak, 4. sınıf öğrencilerinin daha düşük öfke, saldırganlık ve dijital oyun bağımlılığı düzeylerine sahip olmaları, bu öğrencilerin daha olgunlaşmış baa çıkma stratejileri geliştirdiklerini ve dijital oyunları daha az bir kaçış yolu olarak kullandıklarını düşündürmektedir.

Araştırma bulgularımıza göre oyun türü ile dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Strateji ve savaş türü oyunları oynayan bireylerin, bulmaca ve zeka oyunları oynayan bireylere kıyasla daha yüksek bağımlılık ve saldırganlık seviyelerine sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgular, oyun türlerinin bireylerin psikolojik ve davranışsal dinamikleri üzerindeki etkilerini anlamak açısından önemlidir.

Literatürde, çalışmamızla aynı doğrultuda sonuçlar bulan çalışmalar mevcuttur. Anderson ve Dill (2000), şiddet içeren video oyunlarının saldırgan düşünceler ve davranışlar üzerinde etkili olduğunu ve bağımlılık riskini artırdığını bulmuşlardır. Kuss ve Griffiths (2012), uzun süreli oyun oynama alışkanlıklarının bireylerde psikolojik bağımlılık oluşturma potansiyelini vurgulamaktadır. Bu bağlamda, strateji ve savaş oyunları, oyuncuların rekabetçi ruhunu besleyerek bağımlılığı artırabilir. Strateji ve savaş türü oyunların bağımlılık üzerindeki etkisinin, diğer oyun türlerine göre daha belirgin olduğunu göstermektedir. Barlett vd. (2009), şiddet içeren video oyunlarının, oyuncuların agresif düşüncelerini ve davranışlarını artırdığını belirtmişlerdir. Bu tür oyunlar, oyuncuların şiddet içeren senaryolarla etkileşimde bulunmalarını sağlarken, aynı zamanda oyuncuların saldırganlık düzeylerini artırabilir. Fischer vd. (2010), strateji ve savaş oyunlarının, oyuncuların empati seviyelerini düşürme potansiyeli taşıdığını ve

bu durumun uzun süreli oyun oynamanın ardından ortaya çıkan saldırganlık eğilimlerini artırabileceğini belirtmektedir. Yerli literatürde de benzer sonuçlar bulunmaktadır. Demirci ve Uslu (2019), gençler arasında şiddet içeren oyunların oynanma sıklığının, dijital oyun bağımlılığı ile güçlü bir şekilde ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Bu durum, gençlerin özellikle strateji ve savaş türü oyunları tercih etmelerinin, bağımlılık eğilimlerini artırdığı anlamına gelmektedir. Karakaya ve Yalçın (2020) da yapmış olduğu araştırmada gençler arasında strateji ve savaş türü oyunların, oyunculardaki saldırganlık eğilimlerini artırdığı sonucuna ulaşmıştır.

Literatürde, anlamlı farklılık bulamayan çalışmalar da bulunmaktadır. Markey ve Scherer (2009), bazı bireylerin şiddet içeren oyunlardan etkilenmediğini ve saldırganlık seviyelerinde anlamlı bir artış gözlemlenmediğini belirtmiştir. Williams ve Skoric (2005), uzun süreli çevrimiçi oyun oynayan bireylerde saldırganlık seviyelerinde anlamlı bir artış olmadığını göstermiştir. Adachi ve Willoughby (2011), oyun türleri ile saldırganlık arasında her zaman doğrudan bir ilişki olmadığını ve bu ilişkinin bireylerin oyun oynama motivasyonlarına bağlı olabileceğini savunmuşlardır.

Oyun türlerinin bireylerin psikolojik ve davranışsal yapıları üzerinde farklı etkiler yaratabileceği açıktır. Şiddet içeren strateji ve savaş oyunlarının saldırganlık ve bağımlılık seviyelerini artırdığı birçok çalışmada vurgulanırken, bazı çalışmalar oyun türlerinin her bireyde aynı etkiye yol açmadığını, hatta bazı bireylerde anlamlı bir değişiklik oluşturmadığını göstermektedir. Bu durum, bireylerin oyun oynama alışkanlıkları ve kişisel özelliklerinin de önemli bir değişken olarak ele alınması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Araştırma sonuçlarımıza göre, anne eğitim düzeyinin dijital oyun bağımlılığı ve aşırı odaklanma ile erteleme gibi alt boyutlar üzerinde anlamlı farklar yarattığını göstermektedir. Ancak, öfke, saldırganlık ve diğer değişkenler üzerinde anlamlı farklar gözlenmemiştir. Araştırma bulgularına göre, aşırı odaklanma ve erteleme değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Lisans mezunu annelere sahip bireylerin bu puanlarının, ilkokul mezunu annelere sahip bireylerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu durum, eğitim düzeyi yüksek annelerin çocuklarına başarı odaklı bir yaklaşım kazandırarak odaklanma ve erteleme davranışlarını olumlu yönde etkileyebileceğini düşündürmektedir.

Öfke yönetimi açısından, anne eğitim düzeyinin etkisi bulunmamıştır. Bu sonuç, Kaya ve Çelik (2019) ile Kaynak ve Gökçe (2018) gibi araştırmalarla örtüşmektedir; ancak Gentile vd. (2011) yüksek eğitim düzeyinin öfke yönetiminde olumlu bir etki

yarattığını belirtmektedir. Bu çelişkili bulgular, konuya ilişkin karmaşık ilişkilerin etkili olabileceğini göstermektedir.

Anne eğitim düzeyinin saldırganlık üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür. Demirci ve Uslu (2020) bu durumu desteklerken, Shaw vd. (2013) eğitim düzeyi yüksek annelerin çocuklarının saldırganlık düzeylerini kontrol etme konusunda daha etkin olduğunu belirtmektedir. Bu durum, anne eğitim düzeyinin saldırganlık üzerinde tek başına belirleyici olmadığını ortaya koymaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı üzerinde ise anne eğitim düzeyinin anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Lisans mezunu annelere sahip bireylerin puanları, ilköğretim mezunu annelere sahip bireylerden belirgin şekilde daha yüksektir. Bu bulgu, Kuss ve Griffiths (2012) gibi çalışmaları desteklemekte; ancak Hastürk ve Akdoğan (2018) gibi araştırmalar, anne eğitim düzeyinin her zaman belirleyici olmadığını öne sürmektedir.

Sonuç olarak, anne eğitim düzeyinin bireylerin davranış ve duygusal gelişimleri üzerinde önemli etkileri olduğu; ancak bu etkilerin diğer sosyal ve çevresel faktörlerle karmaşık bir etkileşim içinde olduğu görülmektedir.

Araştırma sonuçlarımıza göre, baba eğitim düzeyi ile dijital oyun bağımlılığı (DOBÖ), saldırganlık ve öfke gibi psikolojik ve davranışsal değişkenler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu bulgu, baba eğitim düzeyinin çocukların dijital oyun oynama alışkanlıkları ve saldırganlık düzeyleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir. Ancak, literatürde bu konuya ilişkin farklı sonuçlar bulunabilmektedir.

Baba eğitim düzeyinin dijital oyun bağımlılığı, saldırganlık ve öfke üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmamızla aynı doğrultuda literatürde anlamlı fark bulamayan çalışmalar mevcuttur. Bu durum, Kaynak ve Gökçe (2018)'nin çalışmasıyla paralellik göstermektedir. Bu araştırmada da baba eğitim düzeyinin çocukların dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık gibi davranışsal sorunlar üzerinde doğrudan bir etkisi olmadığı, bunun daha çok bireyin kişisel özellikleri ve sosyal çevresiyle ilgili olduğu ifade edilmiştir. Benzer şekilde, Kaya ve Çelik (2019), baba eğitim düzeyinin çocukların öfke yönetimi üzerindeki etkisinin sınırlı olduğunu ve bu alanda anlamlı farkların bulunmadığını göstermiştir. Bu bulgular, baba eğitim düzeyinin, çocukların dijital oyun oynama alışkanlıklarını veya saldırganlık eğilimlerini belirlemede tek başına yeterli bir değişken olmadığını ortaya koymaktadır. Çocukların oyun bağımlılığı ve saldırganlık davranışları, çoğunlukla kişilik özellikleri, sosyal çevre ve medya tüketim alışkanlıkları gibi daha geniş faktörlerle ilişkili olabilir.

Öte yandan, literatürde baba eğitim düzeyinin dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık üzerinde anlamlı fark yarattığını öne süren araştırmalar da bulunmaktadır. Gentile vd. (2011), ebeveynlerin eğitim seviyesinin çocukların oyun alışkanlıkları ve saldırganlık eğilimleri üzerinde belirleyici bir rol oynadığını belirtmiştir. Yüksek eğitim düzeyine sahip babaların, çocuklarının dijital oyun oynama sürelerini daha iyi düzenlediği ve saldırganlık gibi olumsuz davranışları kontrol altına almada daha başarılı olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde, Shaw vd. (2013), baba eğitim seviyesinin çocukların medya tüketimini ve duygusal gelişimini şekillendirmede önemli bir rol oynadığını vurgulamaktadır.

Baba eğitim düzeyi ile “Duygu Değişimi ve Dalma”, “Çatışma Yoksunluk ve Arayış”, “Aşırı Odaklanma ve Erteleme” gibi dijital oyun bağımlılığı alt boyutları arasında da anlamlı fark bulunmamıştır. Bu sonuçlar, baba eğitim seviyesinin, bireylerin dijital oyunlar sırasında yaşadıkları duygusal değişimler veya odaklanma sorunları gibi faktörler üzerinde sınırlı bir etkisi olduğunu göstermektedir. Demirci ve Uslu (2020), baba eğitim seviyesinin çocukların dijital oyunlara dalma eğilimleri üzerinde belirleyici bir etkisi olmadığını öne sürmüşlerdir. Bu bulgu, bireylerin dijital oyunlara nasıl tepki verdiklerinin daha çok kişisel ve sosyal faktörlere bağlı olduğunu göstermektedir.

Korelasyon testi sonuçlarına göre araştırma bulguları, dijital oyun bağımlılığı (DOBÖ), duygu değişimi ve dalma, çatışma yoksunluğu ve arayış, aşırı odaklanma ve erteleme ile öfke ve saldırganlık arasında anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir. Özellikle, DOBÖ ile öfke ve saldırganlık arasında yüksek derecede pozitif bir ilişki saptanmıştır. Bu durum, dijital oyun bağımlılığının, bireylerin duygusal durumları üzerinde olumsuz etkiler yaratarak öfke ve saldırganlık gibi davranışların artmasına neden olabileceğini düşündürmektedir. Literatürde de dijital oyun bağımlılığının, bireylerde olumsuz duygusal tepkileri artırdığına dair bulgular mevcuttur. Gentile vd. (2011) oyun bağımlılığı ile duygusal sorunlar arasında bağlantılar kurarak, oyun oynama süresinin artmasının öfke ve saldırganlık üzerinde etkili olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca, Kuss ve Griffiths (2012) dijital oyunların bağımlılık yapıcı doğasının, bireylerin stres ve öfke yönetiminde yetersiz kalmasına yol açabileceğini vurgulamaktadır. Duygu değişimi ve dalma ile öfke ve saldırganlık arasındaki ilişkiler, bireylerin dijital oyun oynarken yaşadıkları duygusal değişimlerin, öfke ve saldırganlık düzeylerini etkilediğini göstermektedir. Çatışma yoksunluğu ve arayışın öfke ve saldırganlık ile yüksek ilişkiye sahip olması, bireylerin çatışma çözme becerilerinin yetersiz olmasının, olumsuz duygusal tepkilere ve saldırgan davranışlara yol açabileceğini ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak, dijital oyun bağımlılığı ve duygusal değişimlerin, bireylerin öfke ve saldırganlık düzeyleri üzerinde önemli bir etkisi olduğu görülmektedir. Bu bulgular, eğitilmiş ebeveynlerin çocuklarına duygusal yönetim becerilerini kazandırma konusunda daha etkili olabileceğini, dolayısıyla çocukların bu olumsuz davranışları minimize edebileceğini önermektedir.

Regresyon testi sonuçlarına göre çalışma bulguları, dijital oyun bağımlılığının (DOBÖ) bireylerin öfke düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğunu göstermektedir. DOBÖ'nün öfke üzerinde güçlü bir pozitif etki yarattığı ve bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu ortaya konmuştur.

Literatürde de, dijital oyun bağımlılığının bireylerde olumsuz duygusal tepkileri artırdığı ve öfke düzeylerini yükselttiği belirtilmektedir. Bu bağlamda, yüksek DOBÖ seviyelerinin bireylerin duygusal yönetim becerilerini olumsuz etkileyerek öfke kontrolünde zorluklara yol açabileceğini söylemek mümkündür. Sonuç olarak, DOBÖ'nün öfke düzeyleri üzerindeki etkisi, dijital oyun bağımlılığının bireylerin psikolojik sağlığına yönelik önemli bir risk faktörü olduğunu göstermektedir.

6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmanın bulguları doğrultusunda üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı, öfke ve saldırganlık arasındaki ilişkilerin incelenmesine yönelik sonuçlar ve gelecekteki araştırmalara dair öneriler sunulacaktır.

6.1. Sonuçlar

- Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin genel olarak orta düzeyde olduğu sonucuna ulaşıldı. Bu bulgu, dijital oyunların gençler üzerindeki etkisinin önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.
- Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri incelendiğinde, erkeklerin bağımlılık seviyelerinin kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu tespit edildi. Bu durum, erkek öğrencilerin daha rekabetçi ve şiddet içeren oyun türlerine yönelme eğilimleriyle ilişkilendirilebilir.
- Yaş ve oyun oynama süreleri arttıkça, öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinde artış gözlemlenmiştir. Özellikle, günde 2-3 saat ve daha fazla oyun oynayan bireylerin bağımlılık düzeyleri belirgin bir şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşıldı.
- Araştırma sonuçları, dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Şiddet içeren oyunları tercih eden öğrencilerin saldırganlık puanlarının daha yüksek olduğu tespit edildi.
- Üniversite öğrencilerinin öfke düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında olumlu yönde bir ilişki bulundu. Bu durum, dijital oyunların oyuncular üzerindeki psikolojik etkilerinin dikkate alınması gerektiğini göstermektedir.
- Yaş, cinsiyet, oyun süresi ve eğitim düzeyi gibi demografik değişkenlerin, dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık üzerindeki etkileri araştırılmış ve bu değişkenlerin önemli bir rol oynadığı sonucuna varılmıştır.

6.2. Öneriler

6.2.1. Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler

1. Üniversitelerin spor bölümlerinde ve psikoloji programlarında, dijital oyun bağımlılığı ve onun psikolojik etkileri konusunda öğrencilere yönelik eğitimler düzenlenmesi faydalı olacaktır.

2. Öğrencilerin oyun bağımlılığına yönelik psikolojik destek alabilecekleri bir sistem geliştirilmesi, stres ve öfke yönetimi becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabilir.
3. Üniversiteler, dijital oyun bağımlılığı konusunda öğrencilere bilgilendirici kampanyalar düzenleyerek, sosyal farkındalık yaratabilir.
4. Dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık ilişkisi üzerine daha fazla bilimsel araştırma yapılması, bu alandaki bilgi birikimini artıracaktır. Özellikle, farklı yaş grupları ve cinsiyetler üzerine yapılacak çalışmalar, daha kapsamlı veriler sağlayabilir.
5. Öğrencilerin sosyal etkileşimlerini artırmak için sosyal etkinlikler ve grup çalışmaları teşvik edilmelidir. Bu, oyun bağımlılığını azaltabilir.
6. Üniversite düzeyinde dijital oyun bağımlılığı konusunu inceleyen daha fazla bilimsel araştırma yapılması, bu alandaki bilgi birikimini artırıp literatüre katkı sağlayacaktır.
7. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı konusundaki farkındalıklarını artırmak için aileler de sürece dâhil edilmelidir.
8. Üniversiteler, öğrencilerin oyun oynama sürelerini yönetmelerine yardımcı olabilecek teknolojik çözümler geliştirebilir.

6.2.2. İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. Bu çalışma, yalnızca üniversite öğrencileri üzerine gerçekleştirilmiştir. Gelecekte, farklı yaş gruplarındaki bireyler veya farklı eğitim düzeylerindeki gruplar üzerine benzer çalışmalar yapılarak karşılaştırmalar yapılabilir.
2. Daha uzun süreli veya takip çalışmaları ile öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeylerinin zaman içindeki değişimi izlenebilir.
3. Üniversitelerde dijital oyun bağımlılığı konusunun ele alındığı eğitim programları ve çalıştaylar düzenlenmesi önerilebilir. Bu programlar, genç bireylerin bağımlılık geliştirmelerini önleyici stratejiler içerebilir.
4. Çalışmanın uluslararası düzeyde, farklı ülkelerdeki öğrencilerle yapılması, kültürel farklılıkların oyun bağımlılığı üzerindeki etkilerini ortaya koyabilir.
5. Dijital oyun bağımlılığını azaltmak ve saldırganlık düzeylerini kontrol etmek amacıyla fiziksel aktivitelerin etkileri daha kapsamlı şekilde araştırılabilir.
6. Spor ve egzersizin öğrencilerde öfke ve stres yönetimine katkı sağladığına dair bulgular genişletilmelidir.
7. Dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlığı önlemeye yönelik psikolojik terapi ve müdahale programlarının etkinliği araştırılmalıdır.

KAYNAKLAR

- Acet, M. (2005). *Sporda saldırganlık ve şiddet*. (1. Baskı). İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Açıkgöz, D. H. (2014). *Zonguldak il Merkezinde kadına yönelik aile içi şiddetin yaygınlığı, şiddet türleri, şiddet algısı ve kadınların şiddete yönelik tutumları*. Tıpta uzmanlık tezi, Bülent Ecevit Üniversitesi, Zonguldak.
- Adachi, P. J. C. ve Willoughby, T. (2011). The link between competitive video games, aggressive behavior, and aggression motivation. *Psychology of Violence*, 1(3), 259-274.
- Adak, N. (2004). Bir sosyalizasyon aracı olarak televizyon ve şiddet. *Türk Dünyası Sosyal Bilimler Dergisi*, 27-38.
- Adams, E. ve Rollings, A. (2006). *Oyun tasarımının temelleri (Oyun tasarımı ve geliştirme serisi)*. Prentice-Hall.
- Ağlamaz, T. (2006). *Lise öğrencilerinin saldırganlık puanlarının kendini açma davranışı, okul türü, cinsiyet, sınıf düzeyi, anne-baba öğrenim düzeyi ve ailenin aylık gelir düzeyi açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Aksoy, A. B. ve Dere Çiftçi, H. (2014). *Erken çocukluk döneminde oyun*. Ankara: Pegem Akademi.
- Aksoy, R., Bakış, M. ve Ünveren, M. (2012). *Spor sosyolojisi*. (3. Baskı). Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Aksu, Y. (2015). *şiddet içeren suçlardan kayıtları olan bireylerin bağlanma stilleri, sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Altuner, D., Engin, N., Gürer, C., Akyay, İ. ve Akgül, A. (2009). Madde kullanımı ve suç ilişkisi: Kesitsel bir araştırma. *Tıp Araştırmaları Dergisi*, 87-94.
- Anderson, C. A. ve Bushman, B. J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior. *Psychological Science*, 12(5), 353-359.
- Anderson, C. A. ve Dill, K. E. (2000). Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772-790.
- Arıkan, M. (2017). *Futbolda şiddet: Adana örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi, Mersin.

- Asma, M. (2008). *Okullar arası karşılaşmalara katılan sporcu öğrencilerin saldırganlık algılarının sosyal-bilişsel kuramı açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Atasaz, B. (2018). *Erkeklerde bağımlılık şiddetinin, hayatın anlam ve amacıyla ve travmatik yaşantılarla ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Averill, J. R. (1982). *Anger and Aggression: An Essay on Emotion*. New York: Springer-Verlag.
- Ayan, S. (2007). Aile içinde şiddete uğrayan çocukların saldırganlık eğilimleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 8(3), 206-214.
- Aydoğan, A. ve Özkan, B. (2018). Öfke kavramı ve sağlık çalışanı olmak. *Türkiye Sağlık Araştırma Dergisi*, 15-22.
- Bahadır, Z. (2006). *Futbol seyircisinin sosyo ekonomik kültürel yapısının şiddet eylemine etkisi (Konyaspor örneği)*. Yayınlanmış yüksek lisans tezi, Niğde Üniversitesi, Niğde.
- Balcıoğlu, İ. (2001). *Şiddet ve toplum*. (3. Baskı). İstanbul: Bilge Yayınları.
- Balcıoğlu, Y., Yıldırım, E. ve Balcıoğlu, İ. (2016). Spor Bilimleri alanında öfke duygusu ve saldırganlığın farklı açılardan değerlendirilmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-9.
- Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (2008). *Stres ve başa çıkma yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Baltaş, Z. (1984). Kavram olarak stres. *İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Pedagoji Dergisi*, 2, 211-220.
- Bandura, A., Ross, O. ve Ross, S. A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology*.
- Barlett, C. P., Anderson, C. A. ve Swing, E. L. (2009). Video game effects confirmed, suspected, and speculative: A review of the evidence. *Simulation & Gaming*, 40(3), 377-403.
- Baumann, S. (1994). *Uygulamalı spor psikolojisi*. (Çev. İkizler, H. C. ve Özcan, A. O.). İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.
- Baygöl, E. (1997). *Ergenin öfke tepkilerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Bayram, Y. (2012). *Spor yapan ve yapmayan 14-18 yaş grubu öğrencilerin saldırganlık tutumlarının incelenmesi*. Yayınlanmış yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- Berk, E. L. (2013). *Çocuk gelişimi*. (1. Baskı). Ankara: İmge Kitapevi Yayınları.

- Berkowitz, L. (1993). *Aggression*. New York: McGraw-Hill.
- Beyaz Aslan, T. (2012). *Öfke kontrol eğitiminin hipertansiyon tanısı alan hastaların öfke ve duygu kontrol durumlarına etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.
- Birinci, D. (2023). *Dijital oyun bağımlılığının aleksitimi ve bağlanma stilleri ile ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Bostan, G. ve Kılıcıgil, E. (2008). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencisi olan ve olmayan Ankara Üniversitesi öğrencilerinin saldırganlık boyutları. *Spormetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3, 133-140.
- Brunborg, G. S., Mentzoni, R. A. ve Frøyland, L. R. (2014). Is video gaming, or video game addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems? *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 27-32.
- Bryman, A. (2007). *Sosyal araştırmalarda temel yöntemler*. (Çev. M. K. Çiğdem). Ankara: Ekinoks Yayınları.
- Budak, S. (2003). *Psikoloji sözlüğü*. (2. Baskı). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burns, D. (2006). *İyi hissetmek: Yeni duygudurum tedavisi* (Bilişsel Davranışçı Terapiler Serisi-3). İstanbul: Psikonet Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. (15. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Can, H. (2006). Aristoteles'te katharsis kavramı. *FLSF Felsefe ve Sosyal Bilimler Dergisi*, 2, 63-70.
- Canpolat, M. ve Atıcı, M. (2017). Öfke kontrolü programının ortaokul öğrencilerinin öfke kontrolü becerilerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(47), 87-98.
- Cengiz, R. (2004). *Futbol antrenörlerinin saldırganlık türleri ve şiddet olaylarına bakış açıları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Chiu, S. I. ve Lee, J. (2015). The effect of academic stress on game addiction. *International Journal of Social Science and Education*, 5(4), 543-555.
- Cinel, N. Ö. (2006). *Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki 3-6 yaş grubu çocuğu olan anne-babaların oyuncak ve oyun materyalleri hakkındaki görüşlerinin ve bu yaş grubu çocukların sahip oldukları oyuncak ve oyun materyallerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Conroy, D. E., Silva, M. J., Newcomer, R., Walker, B. W. ve Johnson, M. S. (2001). Personal and participatory socializers of the perceived legitimacy of aggressive behavior in sport. *Aggressive Behavior*, 27, 405-418.
- Cüceloğlu, D. (2016). *İnsan ve davranışı*. (28. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çakır, H. (2013). Bilgisayar oyunlarına ilişkin ailelerin görüşleri ve öğrenci üzerindeki etkilerin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 138-150.
- Çelik, B. (2020). Dijital oyunlar ve cinsiyet: Kadınların oyun dünyasında artan rolü. *Toplumsal Cinsiyet Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 145-160.
- Çelik, E., Akbaş, E. ve Özdemir, Y. (2020). Dijital oyun bağımlılığı ve yaş ilişkisi: Bir meta-analiz çalışması. *İletişim Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 112-124.
- Çetinkaya, A. (2019). Dijital çağda oyun. *Eğitim Reformu Girişimi*. <https://www.egitimreformugirisimi.org/dijital-cagda-oyun/>. Erişim tarihi: 22.02.2023.
- Çobanoğlu, M. (2023). *Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı, yalnızlık ve fiziksel aktivite ilişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Kafkas Üniversitesi, Kars.
- Dalbudak, İ. (2012). *13-15 yaş arası görme engelli sporcuların stres ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Dautovic, G. (2020). The rise of the virtual empire: Video game industry statistics for 2020. <https://fortunly.com/statistics/video-game-industry-statistics>. Erişim tarihi: 20 Mayıs 2024.
- Dayıoğlu, İ. E. (2017). *Ebeveynlerde kişilik tipolojileri ile şiddet davranışı ve şiddet eğilimi arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Deffenbacher, K. A., Bornstein, B. H., Penrod, S. D. ve McGorty, E. K. (2004). A meta-analytic review of the effects of high stress on eyewitness memory. *Law and Human Behavior*, 28, 687-706.
- Demirci, T. ve Uslu, M. (2019). Dijital oyun bağımlılığı ve spor: Gençler üzerinde bir araştırma. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*, 11(4), 123-135.
- Deptula, D. R. ve Cohen, R. (2004). Aggressive, rejected, and delinquent children and adolescents: A comparison of their friendships. *Aggression and Violent Behavior*, 9, 75-104.

- Dervent, F. (2007). *Lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ve sportif aktivitelere katılımı ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Deryahanoğlu, G. (2014). *Kick boks hakemlerinin karar verme ve atılganlık düzeylerinin algılanan mesleki yeterlilik üzerine etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Dinç, M. (2017). *Lise öğrencilerinde özgül internet bağımlılığının bağlanma stilleri ve mizaç özellikleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Doğan, O. (2005). *Spor psikolojisi*. Adana: Nobel Kitapevi.
- Donahue, E. G., Rip, B. ve Vallerand, R. J. (2009). When winning is everything: On passion, identity, and aggression in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 526-534.
- Durak, H. ve Durak, A. (2019). Dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık ilişkisi: Cinsiyetin rolü üzerine bir inceleme. *Psikoloji Dergisi*, 14(3), 89-103.
- Durkin, K. ve Barber, B. (2002). Not so doomed: Computer game play and positive adolescent development. *Applied Developmental Psychology*, 23(4), 373-392.
- Dursunoğlu, A. S. (1998). *Sporda saldırganlık*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Erboy, E. ve Akar Vural, R. (2010). İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığını etkileyen faktörler. *Ege Eğitim Dergisi*, 11, 39-58.
- Ercengiz, M. ve Şar, A. H. (2017). Ergenlerde internet bağımlılığının yordayıcı olarak duygu düzenlemedeki rolü. *Sakarya University Journal of Education*, 7(1), 183-194.
- Erden, F. ve Akbaş, E. (2019). Gençlerde dijital oyun bağımlılığı: Demografik faktörlerin etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 45-58.
- Erden, S. ve Akbaş, M. (2019). Dijital oyun bağımlılığının gençler üzerindeki etkileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 23-35.
- Eripek, S. (1993). *Spor psikolojisi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayınları.
- Eroğlu, S. E. (2009). *Saldırganlık davranışının boyutları ve ilişkili olduğu faktörler: Lise ve üniversite öğrencileri üzerine karşılaştırmalı bir çalışma*. Yayınlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Erşen, E. (2000). Spor ortamında seyirci şiddetinin sergilenmesi bağlamında bazı özel durum değişkenleri. 1. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Kongresi Bildiriler Kitabı*. Ankara.

- Ertürk, Y. (1994). *Toplumsal-kültürel dinamikler ve aile, aile ve eğilim*. İstanbul: Türk Eğilim Derneği Yayınları.
- Etikan, I., Musa, S. A. ve Alkassim, R. S. (2016). Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1), 1-4.
- Gentile, D. A. (2009). Pathological video game use among youth 8 to 18: A national study. *Psychological Science*, 20, 594-602.
- Gentile, D. A. (2011). The effects of violent video game habits on adolescent aggressive attitudes and behaviors. *Developmental Psychology*, 47(2), 467-476.
- Gentile, D. A. ve Anderson, C. A. (2006). Video games. In *Encyclopedia of Human Development*, 3, 1303-1307.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D. ve Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), 319-329.
- Gentile, D. A., Lynch, P. J., Linder, J. R. ve Walsh, D. A. (2004). The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance. *Journal of Adolescence*, 27(1), 5-22.
- Green, A., Brown, J. ve Tan, Y. (2017). Video game addiction: Differences across academic majors. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), 431-438.
- Green, C. S. ve Bavelier, D. (2003). Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423, 534-537.
- Griffiths, M. D. (2010). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8(1), 119-125.
- Griffiths, M. D. ve Davies, M. N. O. (2005). Videogame addiction: Does it exist? içinde J. Goldstein ve J. Raessens (Eds.), *Handbook of Computer Game Studies*, 359-368. Boston: MIT Press.
- Griffiths, M. D. ve 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. ve Hunt, N. (1998). Dependence on computer games by adolescents. *Psychological Reports*, 82(2), 475-480.
- Grossard, C., Grynspan, O., Serret, S., Jouen, A. L., Bailly, K. ve Cohen, D. (2017). Serious games to teach social interactions and emotions to individuals with autism spectrum disorders (ASD). *Computers & Education*, 113, 195-211.

- Grüsser, S. M., Thalemann, R. ve Griffiths, M. D. (2007). Excessive computer game playing: evidence for addiction and aggression?. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 290-292.
- Gül, A. N. (2022). *Üniversite öğrencilerinin sporda şiddet ve holiganizm eğilimlerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- Güler, N., Tel, H. ve Özkan Tuncay, F. (2005). Kadının aile içinde yaşanan şiddete bakışı. *C. Ü. Tıp Fakültesi Dergisi*, 27(2), 51-56.
- Gülşen, B., Yavuz, A. U., Küçük, K. ve Oral, H. (2011). Sigara, alkol, uyuşturucu madde bağımlılığı. *Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Bildiri Kitabı*, 161-168.
- Gültekin, F. (2008). *Saldırganlık ve öfkeyi azaltma programının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin saldırganlık ve öfke düzeyleri üzerindeki etkisi*. Yayımlanmış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Gümüştül, O. (2016). *Futbol seyircilerinde saldırganlık, şiddet ve holiganizme yönelik davranışların önlenmesinde serbest zaman etkinliklerine katılım etkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- Günay, G. (2011). *Şiddet içerikli online bilgisayar oyunlarının ilköğretim öğrencilerinin saldırganlık tepkileri üzerindeki etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale.
- Gündüz, S. (2017). Öğretmen adaylarının dijital oyun bağımlılığı. *Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14(3), 123-137.
- Güner, B. Ç. (2006). *Takım sporları ve bireysel sporlar yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi, 19 Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Güngör, S. ve Öztürk, F. (2020). Sosyal ve psikolojik faktörlerin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisi: Cinsiyetin rolü. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 77-94.
- Gürbüz, B., Kural, S. ve Özbek, O. (2019). Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 206-217. <https://doi.org/10.33468/sbsebd.94>
- Hastürk, F. ve Akdoğan, Z. (2018). Ebeveyn eğitim düzeyinin çocukların dijital medya kullanım alışkanlıklarına etkisi. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 16(2), 78-89.
- Hazar, E. ve Hazar, Z. (2019). Üniversite öğrencileri için dijital oyun bağımlılığı ölçeği (uyarlama çalışması). *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 308-322.

- Hazar, Z. (2016). *Fiziksel hareketlilik içeren oyunların 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi.
- Hazar, Z. ve Hazar, M. (2017). Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği (Digital Game Addiction Scale for Children). *Journal of Human Sciences*, 14(1).
- Hazar, Z., Tekkurşun Demir, G. ve Dalkıran, H. (2017). Ortaokul öğrencilerinin geleneksel oyun ve dijital oyun algılarının incelenmesi: Karşılaştırmalı metafor çalışması. *Spormetre*, 15(4), 179-190.
- Horzum, M. B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(159), 56-68.
- İftar, M. (2016). *Üniversite öğrencilerinin flört şiddetine yönelik tutum ve davranışları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- İkizler, C., Balcıoğlu, İ. ve Atay, S. (1996). Birden fazla sakatlanma geçiren bireysel mücadele sporcularında sakatlığın saldırganlık ve düşmanlık duygularıyla ilişkisi. *Yeni Symposium*, 34(1-2), 40-42.
- İlhan, L. (2008). Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve sporun sosyalleşme düzeylerine etkisi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(2), 315-324.
- İnal, Y. ve Çağıltay, K. (2005). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihlerini etkileyen faktörler. *Ankara Özel Teyfik Fikret Okulları, Eğitimde Yeni Yönelimler II Eğitimde Oyun Sempozyumu*, 71-74.
- John, G. H. D., John, K. G., Janice, C. D. ve Daniel, G. S. (2006). Examining the relationship between perfectionism and trait anger in competitive sport. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*.
- Kalkan, N. (2016). 6222 sayılı kanun gereğince ceza almış futbol taraftarlarını şiddete yönelten faktörlerin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Karadal, F. (2009). *Öfke yönetimi ve Niğde Üniversitesinde bir araştırma*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Niğde Üniversitesi, Niğde.
- Karaduman, M. ve Aciyan, E. P. (2020). Baudrillard'ın simülasyon kuramı bağlamında dijital oyunlar ve bağımlılık üzerine bir değerlendirme. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(1), 453-472.
- Karagöz, G. ve Demirci, T. (2019). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığı ve akademik başarı arasındaki ilişki. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 11(2), 56-73.

- Karakoç, F. ve Akman, T. (2017). Sporcu gençlerde rekabetçi oyun bağımlılığı. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 5(3), 78-92.
- Karakoç, M. ve Yılmaz, O. (2017). Ebeveyn eğitimi ve çocukların öfke yönetimi becerileri arasındaki ilişki. *Türk Psikoloji Dergisi*, 32(4), 112-124.
- Karslı, N. (2011). *Öfke kontrolü ve dindarlık ilişkisi (Erzurum örneği)*. Yayımlanmamış doktora tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Kaya, A. B. (2013). *Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Kaya, B. (2017). Üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve psikolojik etkileri. *Psikoloji Dergisi*, 24(3), 112-130.
- Kaya, B. ve Çelik, M. (2019). Baba eğitim düzeyinin öfke yönetimi üzerindeki etkisi: Üniversite öğrencileri örneği. *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(3), 76-88.
- Kaynak, S. ve Gökçe, A. (2018). Ebeveyn eğitiminin dijital oyun bağımlılığına etkisi. *Eğitim ve Teknoloji Dergisi*, 12(1), 34-48.
- Kekeç, A. N. (2019). *Ergenlik dönemindeki bireylerde saldırganlık davranışları ve algılanan anne baba tutumları*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.
- Kennedy, H. G. (1992). Anger and irritability. *British Journal of Psychiatry*, 161, 145-153.
- Ker-Dinçer, M. (2005). *Kişilerarası iletişimde sorun çözücü bir iletişim becerisi olarak atılabilirlik*. (1. Baskı). İzmir: Nobel Basımevi.
- Kırbaş, Ş., Taşmektepligil, Y. ve Üstün, A. (2007). Ortaöğretimde gençleri şiddete yönelten nedenler ve şiddeti önlemede spor aktivitelerinin rolünün incelenmesi: Amasya ili örneği. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spormetre Dergisi*, 5(4), 177-185.
- Kısaç, İ. (2005). Gençlerin öfkelerini ifade ettikleri hedef kişiler. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(2), 71-81.
- King, D. ve Delfabbro, P. (2019). Video game addiction: The role of individual differences and the academic environment. *Addictive Behaviors*, 101, 105-112.
- Kiper, G. (1984). *Saldırganlık türlerinin çeşitli ekonomik, sosyal ve akademik değişkenlerle ilişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kiraly, O., Griffiths, M. D., Urbán, R., Farkas, J., Kökönyei, G., Elekes, Z. ve 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.
- Kirriemuir, J. (2002). Video gaming, education and digital learning technologies. *The Magazine of Digital Library Research*, 8(2).
- Koç, K. P. (2015). *Kadına yönelik cinsel şiddet: Aydın-Efeler Mahallesi örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.
- Kukul, V. (2013). Eğitsel dijital oyunlar içinde M. A. Ocak (Ed.), *Oyunla ilgili tarihsel gelişimler ve yaklaşımlar*. Ankara: Pegem Akademi.
- Kulaksızoğlu, A. (2016). *Ergenlik dönemi ve ilgiler, Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kurşun, H. (2017). *Medya ve şiddet: Medyadaki şiddet olgusunun toplumsal hayata yansımaları hakkında niceliksel araştırma: Gaziantep il örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Kuru, E. (2000). *Spor psikolojisi*. Ankara: Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi Yayınları.
- Kuss, D. J. ve Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278-296.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Madran, D. A. H. ve Çakılcı, F. E. (2014). Çok oyunculu çevrimiçi video oyunu oynayan bireylerde video oyunu bağımlılığı ve saldırganlık. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15, 99-107.
- Manap, A. ve Kış, A. (2019). Cinsiyete göre öfke düzeyinin incelenmesi: Türkiye’de yapılan tezler üzerine bir meta-analiz çalışması. *Turkish Journal of Educational Studies*, 6(3), 15-28.
- Markey, P. M. ve Scherer, K. (2009). Violent video games and aggression: A review of the literature. *Psychological Bulletin*, 135(5), 682-706.
- Maxwell, J. P. ve Moores, E. (2007). The development of a short scale measuring aggressiveness and anger in competitive athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(2), 179-193.
- Maxwell, J. P., Visek, A. J. ve Moores, E. (2009). Anger and perceived legitimacy of aggression in male Hong Kong Chinese athletes: Effects of type of sport and level of competition. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(2), 289-296.

- Miller, C. R., Eisner, W. ve Allport, C. (1994). Creative coping: A cognitive-behavioral group for borderline personality disorder. *Archives of Psychiatric Nursing*, 8(4), 280-285.
- Morgan, F. C. (2011). *Psikolojiye giriş*. (19. Baskı). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları.
- Mustafaoğlu, R. ve Yasacı, Z. (2018). Dijital oyun oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Bağımlılık Dergisi*, 19(3), 51-58.
- Müller, K. W., Janikian, M. ve Dreier, M. (2014). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 24, 565–574.
- Nabikoğlu, R. (2012). *Futbol seyircisinde şiddet eğiliminin MVQ ile değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.
- Nazik, B. (2001). *Çocuk ruh sağlığı*. İstanbul: Ya-Pa Yayıncılık.
- Novaco, R. W. (1975). *Anger control*. Lexington Book, London.
- Novaco, R. W. (1977). A stress-inoculation approach to anger management in the training of law enforcement officers. *American Journal of Community Psychology*, 5, 327-346.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Ögel, K., Canat, S. ve Yüksel, A. (2019). Ebeveynlerin eğitim düzeyinin çocuk ve gençlerde saldırganlık eğilimleri üzerindeki etkileri. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(3), 34-47.
- Özbey, S. ve Alisinanoğlu, F. (2009). Okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 60-72 aylık çocukların problem davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(6), 373-38.
- Özer, A. (1989). *Duygusal gerilimler bas edebilme*. (1. baskı). İstanbul: Varlık Yayınları, 196-230.
- Özerkan, K. N. (2004). *Spor psikolojisine giriş*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Öztürk, H. ve Yıldız, F. (2020). Sporcu öğrencilerde dijital oyun bağımlılığı. *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(4), 78-91.
- Pepe, K. ve Bozkurt, İ. (2006). Ortaöğretim kurumlarında spor alanı uygulamalarının nitelikli bireylerin seçimi ve yetiştirilmesi açısından değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15, 483-496.

- Prot, S., Anderson, C. A. ve Gentile, D. A. (2014). The positive and negative effects of video game play. içinde A. Jordan ve D. Romer (Eds.), *Children and Media* (109-128). New York: Oxford University Press.
- Pulur, A. (2001). Sporda şiddet ve saldırganlık. *Türkiye Üniversite Sporları Dergisi*, 1, 18-19.
- Reed, A. ve Price, J. (2018). Game addiction and academic performance: The role of coping strategies in higher education. *Psychology of Popular Media Culture*, 7(4), 314-325.
- Robazza, C., Bertollo, M. ve Bortoli, L. (2006). Frequency and direction of competitive anger in contact sports. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 46(3), 501-508.
- Sala, G. (1997). *Zonguldak Karaelmas Üniversitesi öğrencilerinin öfke ifade etme biçimlerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Shaw, L., Barrett, L. ve Wood, L. (2013). The role of parents in children's digital play: A review of the literature. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 40-48.
- Sherry, J. L., Lucas, K., Greenberg, B. S. ve Lachlan, K. (2006). Video game uses and gratifications as predictors of use and game preference. içinde P. Vorderer ve J. Bryant (Eds.), *Playing video games: Motives, responses, and consequences* (213-224). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Smith, M. D. (1979). Toward an explanation of hockey violence: A reference other approach. *Canadian Journal of Sociology*.
- Starnes, T. M. ve Peters, R. M. (2004). Anger expression and blood pressure in adolescents. *Journal of School Nursing*, 20(6), 335-342.
- Stephen, D. S. (2004). *Anger experiences in violent and non-violent male offenders*. Yayımlanmamış doktora tezi. Miami Üniversitesi, Florida.
- Sülün, Ö. (2013). *Futbol hakemlerinin öfke ve kızgınlık düzeyleri ile empatik eğilim düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman.
- Şahin, H. (2011). *Lise öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ve saldırganlık ilişkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Şahin, H. M. (2003). *Sporda şiddet ve saldırganlık*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı*. (M. Baloglu, Çev.). Ankara: Nobel Yayınevi.
- Tarhan, N. (2008). *Duyguların dili*. İstanbul: Timaş Yayınları.

- Tatlılıoğlu, K. ve Karaca, M. (2013). Öfke olgusu hakkında sosyal psikolojik bir değerlendirme. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 6, 1101-1123.
- Tekin, M. (2016). Oyun türleri ve gençler üzerindeki etkileri. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 77-89.
- Tekkurşun Demir, G. ve Mutlu Bozkurt, T. (2019). Dijital oyun oynama tutumu ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-18.
- Temizel, H. (2008). Kamuoyu kuramları ve kamuoyu oluşumunda kitle iletişim araçları. *Selçuk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 8(15), 127-146.
- Thalemann, C. (2010). *Pathologische computernutzung bei schülern verschiedener schultypen der 8. und 10. klassenstufe*. Dissertation, aus dem Institut für Medizinische Psychologie der Medizinischen Fakultät Charité, Universitätsmedizin Berlin.
- Tiryaki, S. (1996). *Spor yapan bireylerin saldırganlık düzeylerinin belirlenmesi: (Takım ve bireysel sporlar açısından bir inceleme)*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi: Kavramlar, kuramlar ve uygulama*. Mersin: Eylül Kitap ve Yayınevi.
- Toker, S., Çetin, S. ve Şahin, E. (2018). Dijital oyun bağımlılığı ve ergenlerde saldırganlık ilişkisi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(3), 45-60.
- Tutkun, E., Güner, B. Ç. ve Ağaoğlu, S. A. (2006). *Takım sporları ve bireysel sporlar yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sunulan bildiri, Muğla.
- URL-1. (2019). http://en.wikipedia.org/wiki/Video_game_genres#Strategy. Erişim tarihi: 20.05.2024.
- URL-2. (2024). <http://www.yesilay.org.tr>. Erişim tarihi: 21.05.2024.
- URL-3. (2024). <http://www.bilgiustam.com/saldirganlik-ve-cesitleri>. Erişim tarihi: 03.06.2024.
- Uzunoğlu, A. (2021). Dijital oyun ve bağımlılık. *Yeni Medya*, 11, 116-131.
- Üngören, Y. (2020). *Dijital oyun yayını izleyicilerinin kişilik yapıları ve kullanım davranışları ile yayın izleme motivasyonlarının incelenmesi: Twitch örneği*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

- Valkenburg, P. M. ve Peter, J. (2013). Adolescent's identity experiments on the Internet: Consequences for social competence and self-concept unity. *Communication Research*, 35(2), 208-231.
- Var, L. (2008). *Futbol seyircilerinin spor alanlarındaki saldırganlık davranışları hakkında betimsel bir çalışma*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Varhan, Ş. (2016). *Orta öğretim düzeyindeki tek ebeveynli sporcu öğrencilerin 12 haftalık sportif etkinliklerinin saldırganlık ve şiddet eğilimi düzeylerine etkilerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- Vatandaş, C. (2003). *Aile ve şiddet: Türkiye'de eşler arası şiddet*. (1. Baskı). Ankara: Uyum Ajans.
- Wan, C. S. ve Chiou, W. B. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming? An interview study in Taiwan. *Cyberpsychology and Behavior*, 9(6), 762-766.
- Wann, D. L. (2005). Aggression in sport. *Medicine and Sport*, 17(1), 2-7.
- Williams, D. ve Skoric, M. M. (2005). Internet fantasy violence: A test of aggression in an online game. *Communication Monographs*, 72(2), 217-233.
- Yalçın, S. ve Bertiz, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığının etkileri üzerine nitel bir çalışma. *Bilim Eğitim Sanat ve Teknoloji Dergisi*, 3(1), 27-34.
- Yalçın, Y. (2009). *Spor tatmininin sporcuların stres ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi: Antrenör cinsiyetinin rolünü belirlemeye yönelik Antalya ilinde bir uygulama*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Yeltepe Ercan, H. (2013). *Spor ve egzersiz psikolojisi*. (2. Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Yetim, A. (2005). *Sosyoloji ve spor*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Yetim, A. (2011). *Sosyoloji ve spor*. Ankara: Berikan Yayınevi.
- Yılmaz, E. ve Tuzgöl Dost, M. (2015). *Polislerin kişiler arası problem çözme becerileri, öfke ve öfke ifade tarzları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Young, K. S. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *American Journal of Family Therapy*, 37, 355-372.
- Zani, B. ve Kirchler, E. (1991). When violence overshadows the spirit of sporting competition: Italian football fans and their clubs. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 1(1), 5-21.

EKLER

Ek 1. Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcılar,

Bu çalışmanın amacı; Üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıkları ile saldırganlık, öfke ve şiddet eğilimi düzeyleri arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından karşılaştırılması ve aralarındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu anketlerden elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirmeniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koymanızdır.

En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.

Sevim TAŞKIN

Gümüşhane Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Yüksek Lisans Öğrencisi

KİŞİSEL BİLGİLER	
1	Cinsiyetiniz? Kadın () Erkek ()
2	Yaşınız? 18-21 () 22-25 () 26-29 () 30 ve üzeri ()
3	Bölümünüz? Antrenörlük Eğitimi () Spor Yöneticiliği () Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği ()
4	Sınıfınız? 1 () 2 () 3 () 4 ()
5	Anne eğitim düzeyiniz? İlkokul () Ortaokul () Lise () Lisans () Lisansüstü ()
6	Baba eğitim düzeyiniz? İlkokul () Ortaokul () Lise () Lisans () Lisansüstü ()
7	Günde Ortalama Kaç Saat Oyun Oynarsınız? 1 saatten az () 1-3 saat () 3 ve üzeri ()
8	Oynadığınız Oyun Türleri Nelerdir? Macera () Spor ve yarış () Strateji ve savaş () Bulmaca ve zeka ()

Ek 2. Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılık Ölçeği (DÖBÖ)

İFADELER		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır.					
2	Dijital oyun oynarken acıktığının farkına varmam.					
3	Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim.					
4	Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissedirim.					
5	İstediği zaman dijital oyun oynayamazsam sinirlenirim/öfkelenirim.					
6	Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim.					
7	Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçar.					
8	Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm.					
9	Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.					
10	Gün içerisinde birden bire/aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur.					
11	Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakınırım.					
12	Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.					
13	Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.					
14	Bilgisayar, telefon, tablet ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı istemem.					
15	Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik gibi) zamanım kalmaz.					
16	Dijital oyunlar hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır (benim içim çok önemlidir).					
17	Dijital oyun oynamak için derslerimi aksattığım zamanlar olur.					
18	Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur.					
19	Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir.					
20	Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.					
21	Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir.					

Ek 3. Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ)

	Lütfen her ifadeyi bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış hiçbir ifade bırakmayınız.	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Müsabaka sırasında dezavantajlı duruma düşersem hırçınlaşıyorum.	1	2	3	4	5
2	Müsabakayı kaybediyorsam rakibime karşı sertleşirim.	1	2	3	4	5
3	Sayı kaybettiğim zaman çılgına dönerim.	1	2	3	4	5
4	Müsabaka sırasında hayal kırıklığına uğradığımda öfkelenirim.	1	2	3	4	5
5	Müsabaka esnasında sinirlerimi kontrol etmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
6	Hakemlerin hataları beni kızdırır.	1	2	3	4	5
7	Rakibe karşı sergilenen şiddet içeren davranışlar kabul edilebilir.	1	2	3	4	5
8	Avantaj sağlamak için kural dışı fiziksel güç kullanmak kabul edilebilir.	1	2	3	4	5
9	Rakiplerimin konsantrasyonunu bozmak için onlarla alay ederim.	1	2	3	4	5
10	Rakibime karşı avantaj sağlamak için aşırı güç kullanırım.	1	2	3	4	5
11	Rakiplerimin dikkatini dağıtmak için onlara sözlü hakaretlerde bulunurum.	1	2	3	4	5
12	Rakipler bir dereceye kadar kötü davranışı kabul eder.	1	2	3	4	5

ETİK KURUL KARARI



T.C.
GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU



Sayı : E-95674917-108.99-253370

Konu : Etik Kurul Onay

Sayın Dr. Öğr. Üyesi Efekan TEZCAN

"ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIKLARI İLE SALDIRGANLIK, ÖFKE VE ŞİDDET EĞİLİMİ DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" konulu etik kurul başvurunuz; Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 30/05/2024 tarih ve 2024/5 sayılı toplantısında görüşülmüş olup; projenin yürürlükteki mevzuata uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.
Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Günay ÇAKIR
Kurul Başkanı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : 0T94-75N8-0SL2

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/gumushane-universitesi-ebys>

Adres:

Telefon No : Fax No :

e-Posta : [Internet Adresi : http://www.gumushane.edu.tr/](http://www.gumushane.edu.tr/)

Kep Adresi : gumushaneuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi İçin : Özge GÖKAY

Memur

Dahili No:



ÖZGEÇMİŞ

Sevim TAŞKIN, İlk ve orta öğretimini Tekke İlköğretim Okulu'nda, liseyi ise Gümüşhane Kız Teknik ve Meslek Lisesi'nde tamamladı. Lisans eğitimini 2014 yılında Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda tamamladı. Yüksek Lisans eğitimine 2024 yılı itibariyle Gümüşhane Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda devam etmektedir.

Araştırmacı, 1. kademe yüzme yardımcı antrenörlük ve cankurtaranlık belgelerine sahip olup, Gümüşhane Yarı Olimpik Yüzme Havuzu'nda cankurtaran olarak görev yapmaktadır.

