

T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



ERGENLERDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLIĞI  
(GAZİOSMANPAŞA ATABEK KOLEJİ ÖRNEĞİ)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Arzu KAYA

Yeni Medya ve İletişim Ana Bilim Dalı  
Yeni Medya Programı

MAYIS, 2021



**T.C.**  
**İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**ERGENLERDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLIĞI**  
**(GAZİOSMANPAŞA ATABEK KOLEJİ ÖRNEĞİ)**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Arzu KAYA**

**(Y1712.400004)**

**Yeni Medya ve İletişim Ana Bilim Dalı**

**Yeni Medya Programı**

**Tez Danışmanı: Prof. Dr. Deniz YENGİN**

**MAYIS 2021**



## ONAYFORMU



## ONUR SÖZÜ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlığı (Gaziosmanpaşa Atabek Koleji Örneği)” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadar bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Kaynakça’da gösterilenlerden olduğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (05/05/2021)

Arzu KAYA





## ÖNSÖZ

Tez konumun belirlenmesinde ve yürütülmesi aşamasında benden desteğini esirgemeyen, kendime örnek aldığım ve çalışmaktan onur duyduğum tez danışmanım Sayın Prof. Dr. Deniz YENĞİN'e, sonsuz saygı ve teşekkürlerimi sunarım.

Tez çalışmam süresince; desteğini esirgemeyen bilgi ve birikimlerini benimle paylaşarak düzeltmelerimde bana yardımcı olan Aylın ATASOY hocama yorulduğum ve pes etmeyi düşündüğüm zamanlarda motivasyon kaynağım olan rahmetli Zafer ÖZDEMİR hocama ve ismini sayamadığım birçok öğretmen arkadaşşıma yardıma ihtiyacım olduğunda beni geri çevirmeyen ve elinden geleni yapmaya çalışan kızım Zeynep Safır KAYA'ya teşekkür ederim.

Tüm hayatım boyunca her zaman arkamda olan, bu süreçte maddi ve manevi desteğini esirgemeyen eşim Kazım KAYA'ya teşekkürlerimi sunarım.

Mayıs, 2021

Arzu KAYA



# ERGENLERDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLIĞI (GAZİOSMANPAŞA ATABEK KOLEJİ ÖRNEĞİ)

## ÖZET

Bu çalışmanın amacı; ergenlerde dijital oyun bağımlılığını araştırmaktır. Araştırmada İstanbul ili Gaziosmanpaşa İlçesindeki bir özel okulun orta ve lise kademesindeki öğrencilerin arasından seçilen 500 kişiye anket uygulanarak veriler toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Hazar ve Hazar (2017) tarafından geliştirilen dijital oyun bağımlılığı ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 22 programına girilerek değerlendirilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Dijital, Oyun, Bağımlılık, Öğrenci, İnternet.



**DIGITAL GAME ADDICTION IN ADOLESCENTS (GAZİOSMANPAŞA  
ATABEK COLLEGE EXAMPLE)**

**ABSTRACT**

This construction purpose; is to investigate digital game addiction in adolescents. In the research, middle and high school level presentations of a private school in Gaziosmanpaşa district of Istanbul province were collected by applying a questionnaire according to 500 people. The digital game addiction scale used by Hazar and Hazar (2017) was used as a data collection tool in the study. It was evaluated by entering the SPSS 22 program.

**Keywords:** Digital, Game, Dependency, Student, Internet



## İÇİNDEKİLER

ONUR SÖZÜ .....	iii
ÖNSÖZ.....	v
ÖZET.....	vii
ABSTRACT .....	ix
İÇİNDEKİLER .....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
ÇİZELGELER LİSTESİ.....	xv
<b>I. GİRİŞ.....</b>	<b>1</b>
<b>II. DİJİTAL OYUN KAVRAMI.....</b>	<b>7</b>
A. Oyun Kavramı .....	7
1. Oyunun Tarihsel Gelişimi.....	9
B. Dijital Oyun Kavramı .....	10
1. Dijital Oyunun Tarihçesi.....	12
2. Dijital Oyun Oynama Nedenleri .....	14
C. İnternet Kavramı.....	14
1. İnternet Kavramı ve İnternetin Özellikleri.....	15
2. İnternetin Tarihçesi .....	16
3. İnternet Kullanım İstatistikleri.....	17
4. Günümüzde Sosyal Medya Kullanımı .....	19
<b>III. BAĞIMLILIK VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI.....</b>	<b>23</b>
A. Bağlanma Kuramı.....	23
1. İnsan Yaşamında Farklı Dönemlerde Bağlanma .....	26
a. Bebeklerde ve çocuklarda bağlanma .....	26
i. Güvenli bağlanma.....	27
ii. Kaygılı ve kararsız bağlanma .....	27
iii. Kaçınmacı bağlanma .....	28
b. Ergenlikte bağlanma.....	29
c. Yetişkinlerde bağlanma .....	31

2. Bağımlılıkla Bağlanma İlişkisi.....	33
3. Bağımlılık Kavramı.....	34
a. Bağımlılığın tanımı.....	34
b. Bağımlılığın nedenleri.....	37
c. Bağımlılığın sonuçları.....	38
C. Dijital Oyun Bağımlılığı Kavramı.....	38
1. Dijital Oyun Bağımlılığının Tanımı.....	38
2. Dijital Oyun Bağımlılığı Belirtileri.....	39
3. İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Etkileri.....	39
a. Fizyolojik gelişime etkisi.....	42
b. Bilişsel gelişime etkisi.....	43
c. Psikolojik ve sosyal gelişime etkisi.....	44
<b>IV. YÖNTEM.....</b>	<b>47</b>
A. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	47
B. Evren Örneklem.....	47
C. Verilerin Toplanması.....	48
1. Veri toplama Araçları.....	48
D. Verilerin Analizi.....	48
E. Bulgular.....	48
<b>V. SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>73</b>
<b>VI. KAYNAKÇA.....</b>	<b>81</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>93</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>99</b>



## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1 We Are Social 2020 Dünya İnternet Kullanım İstatistikleri – 2. Çeyrek .....	17
Şekil 2 We Are Social 2020 Farklı Kaynaklara Göre Dünya İnternet Kullanım İstatistikleri – 2. Çeyrek .....	17
Şekil 3 We Are Social 2020 – Dünya İnternet Kullanımı -Cihazlara Göre Oyun Oynama İstatistikleri – 2. Çeyrek .....	19
Şekil 4 Sosyal Medyada Kullanıcı Sayıları.....	20
Şekil 5 En Çok Kullanılan Sosyal Medya Platformları .....	20
Şekil 6 Kullanıcı Bazlı Sosyal Medya Kullanımı .....	21
Şekil 7 Ortaokul Öğrencileri İçin Teknoloji Bağımlılığı Broşürü-1 .....	42
Şekil 8 Ortaokul Öğrencileri İçin Teknoloji Bağımlılığı Broşürü-2 .....	42
Şekil 9 Cinsiyet .....	49
Şekil 10 Yaş .....	49
Şekil 11 ”Kendinize ait bilgisayarınız var mı?” Yüzde Dağılımları.....	50
Şekil 12 “Kendine ait cep telefonun var mı?” Yüzde Dağılımları.....	50
Şekil 13 “Haftanın kaç günü Dijital oyun oynarsınız?” Yüzde Dağılımları.....	51
Şekil 14 “Günde kaç saat dijital oyun oynarsınız?” yüzde dağılımları.....	51
Şekil 15 “Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?” Yüzde Dağılımları.....	52
Şekil 16 “Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?” yüzde dağılımları.....	53



## ÇİZELGELER LİSTESİ

Çizelge 1 “Cinsiyet” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	48
Çizelge 2.”Yaş” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	49
Çizelge 3 “Meslek” Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	49
Çizelge 4 “Kendinize ait bilgisayarınız var mı?” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	49
Çizelge 5 “Kendine ait cep telefonun var mı?” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	50
Çizelge 6 “Haftanın kaç günü Dijital oyun oynarsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	50
Çizelge 7 “Günde kaç saat dijital oyun oynarsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları 51	
Çizelge 8 Oynadığınız oyunların ne kadarında süre sınırı var?” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	51
Çizelge 9 “Çevrimiçi (internet gerektiren) mi yoksa çevrimdışı (internet gerektirmeyen)” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	52
Çizelge 10 “Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	52
Çizelge 11 “Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?” Yüzde Dağılımları .....	52
Çizelge 12 “Ev dışında kaç saat dijital oyun oynarsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	53
Çizelge 13 “Dijital oyunu bilgisayarda kaç saat oynarsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	53
Çizelge 14 “Cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla kaç saat oynarsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	53
Çizelge 15 “Spor, müzik ve benzeri aktivitelere kaç saat ayırırsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	54
Çizelge 16 “Babanızın gelir durumu?” Frekans ve Yüzde Dağılımları.....	54
Çizelge 17 “Annenizin gelir durumu?” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	54
Çizelge 18 “Babanızın eğitim durumu?” Frekans ve Yüzde Dağılımları .....	55
Çizelge 19 Dijital Oyun Bağımlılığı –Yaş - Anova Testi.....	55
Çizelge 20 Dijital Oyun Bağımlılığı –Yaş - Anova Testi.....	56

Çizelge 21 Dijital Oyun Bağımlılığı – Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı? - Bağımsız örneklem T Testi .....	57
Çizelge 22 Dijital Oyun Bağımlılığı – Kendinize ait bir cep telefonunuz var mı? - Bağımsız Örneklem T Testi .....	57
Çizelge 23 Dijital Oyun Bağımlılığı – Haftanın kaç günü Dijital oyun oynarsınız? - Anova Testi .....	58
Çizelge 24 Dijital Oyun Bağımlılığı – Günde kaç saat dijital oyun oynarsınız? - Anova Testi .....	59
Çizelge 25 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Oynadığınız oyunların ne kadarında süre sınırı var” - Anova Testi .....	60
Çizelge 26 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Çevrimiçi (internet gerektiren) mi yoksa çevrimdışı (internet gerektirmeyen) oyunları mı tercih edersiniz?” - T Testi .....	61
Çizelge 27 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?” - Anova Testi.....	62
Çizelge 28 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?” - Anova Testi .....	63
Çizelge 29 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Ev dışında kaç saat dijital oyun oynarsınız?” - Anova Testi .....	64
Çizelge 30 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Dijital oyunu bilgisayarda kaç saat oynarsınız?” - Anova Testi.....	65
Çizelge 31 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla kaç saat oynarsınız?” - Anova Testi .....	66
Çizelge 32 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Spor, müzik ve benzeri aktivitelere kaç saat ayırırsınız?” - Anova Testi .....	67
Çizelge 33 Dijital Oyun Bağımlılığı – Babanızın gelir durumu - Anova Testi .....	68
Çizelge 34 Dijital Oyun Bağımlılığı – Annenizin gelir durumu - Anova Testi.....	70
Çizelge 35 Dijital Oyun Bağımlılığı – Babanızın eğitim durumu - Anova Testi .....	71

## I. GİRİŞ

Oyun, çocukların gelişmesinde önemli rolü olan bir olgudur. Oyun, kişinin çocukluğunun başlangıç aşamalarında zihinsel bedensel gelişimine katkısı olan duygu, duygularını rahatça dışa vurabildiği ve kendini gösterebildiği faaliyetlerdir. Oyun, kişinin iradesiyle isteyerek gerçekleştirilen bir eylemdir. Oyunlar çocuğun yaratıcılık, karar alma, öz düzenleme gibi becerilerinin gelişmesinde katkı sağlar. Oyunlar belli kurallar dâhilinde ya da serbest biçimde oynanabilir. Oyunlar çocuğun, fiziki, ruhsal ve zekâ gelişimine pozitif olarak etki etmektedir Oyunların tarihi çok eski çağlara kadar gitmektedir. Mağara resimlerinden de saptandığı gibi, zar oyunları çok uzun bir süredir insanoğlu tarafından kullanılmaktadır. Kemiğe oyulmuş olsun ya da plastikten yapılmış olsun, küp şeklindeki zarlar şu an kumarhanelerdeki en popüler oyunların ana materyalini oluşturmaktadır. Çin'de ise domino taşı oyunları için birtakım referanslar vardır. Dominolar, Song Hanedanlığı döneminden (ayrıca Çin'de) 1.000 yıl sonra ortaya çıkmıştır. Ancak, Batı dominoları muhtemelen 18'inci yüzyılda kullanılmaya başladı ve 19. yüzyılın sonuna kadar Mahjong (dünyanın en popüler çini oyunu - Çin kökenli) ortaya çıkmamıştır. Tarihin farklı dönemlerinde farklı kültürlerde oyunlar hep oynanmıştır. Eski Yunan'da güreş müsabakaları, yarışlar gibi etkinlikler görülmektedir. Romalılar 'da amfi tiyatro içinde düzenlenen tiyatro gibi oyunlar görülmektedir. Mezopotamya'da "Asil Ur" oyunu gibi farklı oyunlar oynanırdır. İran'da tavla oyunu ve Hindistan'da ilkel satranç oyunu oynandığı görülmektedir (Kumar ve Herger, 2014: 21-26).

Teknoloji çağının gelişimiyle beraber eski geleneksel oyun oynama becerilerinin yerini dijital oyunlar almıştır. Dijital oyunlar çocuklar, gençler ve yetişkinler arasında yaygınlaşmıştır. Dijital oyunlar bilgisayar bileşenlerini kullanarak yazılımlar vasıtasıyla oynanan belli kuralları ve senaryosu olan görsel oyunlardır.

Teknolojideki gelişmelerle playstation gibi ekranlara oyun konsollarının bağlanmasıyla oynanan dijital oyunlar da bulunmaktadır. Bilgisayarların yaygınlaşmasıyla dijital dünyaya giren gençler dijital oyunlara ilgi duymaktadır.

Dijital oyunlar bilgisayarlarda, oyun konsollarında, tabletlerde vb. araçlar vasıtasıyla değişik türlerde oynanabilen oyunlardır.

Değişen ve gelişen oyun zihniyetinin bir sonucu olarak dijital oyunlar da sürekli gelişmektedir. Farklı ortamlarda internette, oyun konsollarında oyunlar oynanabilmektedir. Dijital oyunlar sürekli gelişmektedir. Oyunların gerçekçiliğinde, görselliğinde, etkileşiminde sürekli ilerlemeler görülmektedir. Oyun üreticileri farklı senaryolar üzerine gerçekçi görüntülerle stratejik oyunlar tasarlamaktadır. Eğitici, spor faaliyetlerini içeren oyunlar olduğu gibi çocukları şiddete özendirilen savaş oyunları da vardır.

İnsanlar dinlenmek, farklı bir uğraş edinmek, boş zamanlarını değerlendirmek, eğlenmek gibi nedenlerle dijital oyunlar oynamaktadır. Teknolojinin hızla gelişmesiyle birlikte çocukların hayatlarına birçok teknolojik yeni oyun çeşitleri girmiştir. Çok oynanan oyunlardan Minecraft oyunundaki sınırsız özellikler, birkaç kez ileri geri değiştirme ve oyun yapısının ve içeriğinin uzun süre dikkat çekilebileceği bir ortama sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Bu özellikler oyunu daha çekici hale getirir.

Bilgisayar ve video oyunlarında oyun ekran aracılığıyla görüntülenmektedir. Bu tür oyunlarda veri girişi ise klavye, joystick aracılığıyla gerçekleşmektedir. Bu sebeplerden dolayı bilgisayar ve video oyunları çoğu zaman aynı anlamı ifade eden terimler ile anılmaktadır. Bu bağlamda değerlendirdiğimizde bilgisayar ve internet aracılığıyla oynanan oyunların temelinde, video oyunlarına dayanmaktadır denilebilir. 1990'ların başlarında video oyunlarının en yaygın olduğu yıllardır. Ancak 2000'li yıllara gelindiğinde ise video oyunlarının yerini bilgisayar oyunları almıştır. Günümüze bakacak olursak bilgisayar oyunlarının kullanımı her geçen gün artış göstermektedir. Her yaştan birey bilgisayar oyunlarını yaygın bir şekilde kullanmaktadır.

Bağlanmayla ilgili kuram Bowlby tarafından ortaya atılmıştır. Bowlby'e bağlanmanın çocukla ilgilenen ve onun gereksinimlerini gideren bireylere yönelik olarak oluşan etkili hislerdir. Bu hisler sayesinde çocuklar bağlandığı kişinin himayesinde kalarak güvenli bir şekilde fiziksel ve duygusal gelişimini tamamlar.

Bağlanma teorisi, kişilerin başka insanlar hakkındaki düşüncelerini anlamak açısından bir yaklaşım ortaya koymaktadır. Bowlby'e (1973) göre bireylerin diğer

insanlarla iletişiminden doğan tecrübelerinden “içsel çalışma” modeli oluşturmaktadır.

Bağlanma yaklaşımı, bireylerin bebeklikteki deneyimlerin kişiliğin sağlıklı olarak gelişmesinde etkili rolünün bulunduğunu ortaya koyan bir yaklaşımdır. Bu yaklaşımın ana esasında yakın ilişkide bebekteki gelişmeyi teşvikleyen veya engelleyici şartları ve bağlanmayla ilgili tecrübelerinin duygu ve kişiliğin gelişmesine etkisinin açıklanabilmesi gayreti bulunmaktadır.

Madde bağımlılığının bağlanma teorisini incelemek için klinik düzeyde yapılan bir araştırmada güvensiz bağlanma ve bağımlılık arasında bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bağımlılıkla ilgili tedavide, bağlanma yaklaşımının başka tedavilerle birlikte kullanılmasının pozitif neticeleri olabileceği açıklanmıştır. Güvensiz bağlanma stiline bağımlılığı etkileyen bir değişken olduğu söylenebilir.

Grubac (2014) gerçekleştirdiği araştırmada katılımcıların elli bir kişiden yirmi üçü korkulu bağlanmaya sahiptir. Bu kişilerin yirmi üç tanesinde eroin bağımlılığı görülmüştür. Bu sonuçtan madde bağımlılığı görülen bireylerin büyük kısmında korkulu bağlanmanın olduğu görülmektedir. Korkulu bağlanmaya sahip kişiler sosyalleşme konusunda çekingen olduklarından bağımlı olmaya daha yatkın bir yaklaşım sergilemektedir.

Cömert ve Ögel (2014: 9) tarafından yapılan araştırmada bağlanma örüntüleriyle madde bağımlılığı ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir. Araştırmaya iki bin civarında öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin yaklaşık yüzde onunun yabancı bir veya birden madde kullandığı, yaklaşık yüzde dördünün devamlı esrar kullandığı tespit edilmiştir. Araştırmacılar bu kişilerin ebeveyn güvensiz bağlanan, negatif ebeveyn tutumuna maruz kalan, sosyal destek eksikliği olan kişiler olduğunu saptamıştır.

Sümer vd. (2015)'in yapılan bir araştırmada bağımlılık olgusu bağlanma stilleri bakımından değerlendirilmiştir. Araştırma neticesinde güvenli bağlanmanın bağımlılık konusunda koruyucu bir faktör olduğu bulunmuştur. Ayrıca güvensiz bağlanmanın kaçınma tutumundan dolayı bağımlılıkta bir risk unsuru olduğu saptanmıştır. Bağımlılık bir maddeyi kullanmaya yönelik gereksinim şeklinde ifade edilmektedir. Genel tanımla “bir maddeye veya bir varlığa karşı hissedilen önlenemeyen istekler ya da başka bir iradenin etkisi altına girmektir. Bağımlılık

kişinin özgür iradesiyle başlasa da bireyin özgürlüğü zamanla yok olmakta, kişinin iradesi dışında tutumlar ve davranışlar görülebilmektedir. Bu nedenle bu konuda problem bağımlı olan bireyle sınırlı değildir. Bağımlı insanların ailesine, topluma olumsuz etkileri olmaktadır. Bağımlılık olumsuz neticeleri olmasına karşın beyinden kaynaklanan bir hastalıktır.

Bağımlılığa neden olan maddeler, kişinin haz almasına rahatlmasına stresin azalmasına yol açsa da ilerleyen zamanlarda bağımlılık kişinin zevk almasını önleyerek ve acı duymasına sebep olmaktadır. Kişiler kimyasal olan zararları bulunan bu maddeleri keyif vermesi ve psikolojik olarak rahatlama durumunu tecrübe etmek istemektedir. Kişinin bağımlılık yaratan maddeyi kullanmasıyla anlık bir rahatlama oluşur. Bu hazzı tekrarlama isteği sonucunda tekrar kullanma durumunda kişi kontrolünü yitirir. Birey yaşadığı olumsuzluklara rağmen kullanmaya devam ederse kişi bağımlı hale gelir. Bağımlılık, süreklilik arz eden bir yapıdır. Bağımlılık, kişinin arzusuna göre oluşmakta fakat ilerleyen süreçte kişinin kontrolünün dışına çıkmaktadır. Bağımlılık ilk insanlardan itibaren yaşanan sorunlardan biridir.

Dijital ortamların geniş kitlelerle yayılması ile birlikte dijital oyunları internet ve kişisel bilgisayarlarda ergenler tarafından oynanır hale gelmiştir. Sürekli gelişen ve giderek gerçekçi bir hal alan dijital oyunlar özellikle çocukların ve gençlerin ilgisini çekmektedir. Dijital oyunların çekiciliği, belli bir stratejisinin olması gibi özellikler gençleri bu oyunları uzun süreli kullanmaya itmektedir. Dijital oyun bağımlılığı, çocuklarda oyun oynama süresinin uzun olması, oyunun çocuğu gerçek yaşamdan uzaklaştırması, oyun sebebiyle yükümlülüklerini yerine getirmemeleri ve dijital oyunları başka uğraşlara tercih etmesi biçiminde tanımlanmaktadır.

Cep telefonu, sosyal medya, internet vb. gibi dijital medya araçları, özellikle günümüz itibarıyla tamamen yaşamın dışında bırakılabilecek nitelikte değildir. Ancak bu durum, dijital medya araçları kullanımının doğru yönetilemediği durumlarda dijital bağımlılığa neden olmakta ve insanlar bu dijital medya araçlarını kullanma ile dijital bağımlı olmama arasında nasıl denge kurabileceklerini bilemediklerinden sorunlar yaşayabilmektedir.

Lemmens vd. (2009: 77-95)'nin yılında yaptığı çalışmada dijital oyun bağımlılığını “sosyal ve\veya duygusal problemlere rağmen bireyin bilgisayar ya da



video oyunlarını aşırı ve kompulsif düzeyde kullanması ve bireyin bu aşırı kullanımı kontrol edememesi” olarak tanımlamıştır. Dijital oyun bağımlılığı özellikle çocuklarda ve ergenlerde yetişkinlere göre daha fazla görülmektedir.

Bunun yanında dijital oyun bağımlılığının olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Ergenlik sürecinde pek çok değişiklik olacağı gibi internet bağımlısı adolesanlarda da birçok fiziksel rahatsızlık görülebilmektedir. İnternet ortamında fazla zaman geçirilmesiyle ergenler uyku problemiyle karşılaşmaktadır. Uykusuz kalan ergenlerde gün içinde yorgunluk belirtileri ortaya çıkmaktadır. Aşırı yorgunluk ergenlerin sağlık sistemini zayıflatarak hastalıklara yatkınlıklarını arttırabilmektedir. Bunlara ek olarak internet ve dijital oyun bağımlılığı açısından riskli ergenlerde az da olsa yemek yeme düzeninde değişme görülmekte ve ergenlerde obezite problemleri ortaya çıkmaktadır.

Bu araştırmanın amacı İstanbul ili Gaziosmanpaşa ilçesi özel Atabek Koleji öğrencileri örnekleminde ergenlerde dijital oyun bağımlılığını araştırmaktır. Türkiye’de dijital oyunlar ve bunların gençler üzerindeki etkileri ile ilgili çalışmalar sınırlıdır.

Araştırmanın birinci bölümünde oyun ve dijital oyun hakkında bilgi verilmiştir. İkinci bölümde bağımlılık ve dijital oyun bağımlılığı üzerinde durulmuştur. Son bölümde ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ile ilgili yapılan anketin değerlendirmesine yer verilmiştir



## II. DİJİTAL OYUN KAVRAMI

### A. Oyun Kavramı

Oyun, çocukların fiziki ve ruhi gelişiminde önemli etkisi olan bir araçtır. (Çoban ve Naçar, 2015: 261).Oyun, çocukların kendi arzusuyla gerçekleşen bir eylemdir. Oyunlar çocukların yaratıcılıklarını, karar alma becerisinin gelişiminde rol oynar (Altunay, 2004: 17). Oyunun çocuklara faydalarının olduğu söylenebilir.

Yavuzer (1987), çocuğun hayatındaki bazı problemlerin oyunla çözülebileceğini belirtmiştir. Örneğin, okulda el yazısı yazarken zorluk çeken bir çocuk, kullanması gereken beceriyi veya yazıyı, oyun gibi algılayarak daha hızlı kazanabilir. Oyun, çocuğun duygularının dışı vurulduğu bir sahnedir.

Çocuklar için kültüre geçişin bir yolu olan oyunlar, toplumun tarihini, müziğini, kıyafetlerini, gelenek göreneklerini, inançlarını, yaşam biçimlerini ve sözlü edebiyatını gelecek nesiller olan çocuklara aktarmaktadır (And, 2003: 43).

Nasıl Darwin insan hayvan ayrımı, Freud ise usçul-usdışı ayrımı gibi ikilikleri bozmuşlarsa İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra Hollandalı tarihçi Johan Huizinga da (1872-1945) Homo Ludens adlı incelemesi ile önemli bir ikiliğin dengesini bozmuş, insan kültürüne yeni bir boyut getirmiştir. Homo Faber (yapımcı insan), Homo Sapiens (düşünür insan) iklisinin karşısına üçüncü bir insan, Homo Ludens'i (oyuncu insan) çıkarmıştır.Huizinga, Batı Uygarlığında çağcıl bilimin ve felsefenin getirdiği önemli bir ikiliği değiştirmiştir. İş, ritüel, din önemli tarih olayları gibisinden önemli sonuç doğurucuların önceliği karşısında, oyunun bunlardan sonra gelen, bunların önemsiz bir uygulama olduğu görüşünü değiştirmiştir Huizinga'ya göre, oyun, kültürden öncedir, çeşitli kültürlerden çıkma ya da bir rastlantı sonucu değil, tersine çeşitli kültür biçimlerinin doğuşunda başlıca etkendir Bununla, kültürde oyun ögesi denince, uygar yaşamda çeşitli eylemlerde, oyuna önemli bir yer ayrıldığı ya da oynadıklarına bakarsak ve bunu yalnızca bir tepki ya da içgüdüyle yapmadıkları,kökeninde,oyundan kültüre bir dönüşüm olduğu söylenmek istenmektedir.

Kimine göre oyun, enerji fazlasını atmak; kimine göre, benzetmece içgüdüsünü doyurmak; kimine göre ise boşalma gereksinmesini karşılamaktır. Bir kurama göre oyun genç yaratıkları (insan ya da hayvan) ilerde yaşamın gerektirdiği ciddi iş ve uğraşlara hazırlamak, yetiştirmek içindir. Bir başka ilkeye göre oyunda doğuştan bir yeteneği geliştirme itkisigelme ve yarışma isteği, yitik enerjiyi tek yönlü canlılıkla, eylemle onarmayada üstün gelme ve yarışma isteği, yitik enerjiyi tek yönlü canlılıkla, eylemle onarma vb. gibi itkiler bulunmaktadır Huizinga'ya göre bütün bu görüşlerde birtek ortak nokta vardır: Oyunun, oyun olmayan bir amaca varmaya yaşadığı varsayımından hareket edilmesidir Dil, mithos ve ritüelin kökeninde hep oyun buluyor Huizinga; hukuk ve düzen, tecim ve kâr, zanaat ve sanat, bilgelik ve bilim gibi uygar yaşamın önemli içgüdüsel güçlerinin kökeninde mithos ve ritüel vardır ve hepsi oyundan çıkmıştır Oyun, çocuk oyunları, ayak topu, satranç tam bir ciddilik içinde oynanır. Huizinga'ya göre, oyun kavramının şu önemli nitelikleri vardır:

Oyun her şeyden önce isteğe bağlı, gönüllü bir eylemdir. Ismarlama ya da zorlama oyun, oyun değildir, olsa olsa oyunun zoraki bir benzeridir Bu bakımdan boş zamanlarda yapılır . Ancak oyun bir ritüel ya da bir tören olduğu zamandır ki bir görev, bir ödev kavramıyla birleşir. Böylece, oyunun bir önemli niteliği ortaya çıkıyor, bu da onun özgürlüğüdür.

İkinci bir niteliği, gene oyunun özgürlüğü ile ilgilidir, gerçek yaşamdan farklı özgürdür.

Üçüncü niteliği, oyunun, günlük yaşamdan yer ve süre bakımından ayrılmasıdır. Bu bakımdan kendine özgü yerle ve süreyle sınırlanmıştır. Oyun başlar ve belli bir noktada biter. Bir sonuca yöneliktir. Bir gelenek gibi sürekli, tekrarlanır. Yalnız süre bakımından değil fakat yer bakımından da sınırlanmıştır. Oyun alanı ritüel gibi, ya fizik bakımından ya da uygunluk ve oyun kuralları bakımından belirlenmiştir: Oyun yeri, oyun masası, tapınak, sahne, perde-gerelti, ayak topu alanı, vb. Bunlar bir çeşit yasak bölgelerdir, dışardan içeriye belli kurallarla girilir, içerde de belli kurallar geçerlidir. Buranın kendi düzeni vardır, bu düzen salttır ve bozulamaz; bozulması oyunbozanlıktır, cezaları vardır Bu düzenin nitelikleri sanki estetik değerler gibidir: Gerilim, denge, denklik, karşıtlık, çeşitleme, çözülme, karar vb. Oyunun büyüleyici bir etkisi vardı. Bu büyüde tartım ve uyum söz konusudur. Özellikle gerilim önemlidir Gerilim, belirsizlik, giderek rastlantıya

dayanmaktan çıkar; bu belli bir sonuca ulaşmak, onu elde etmek için bir çabalama, bir uğraşmadır, başarı için bu çabada bir gerilim vardır. Huizinga'nın sıraladığı nitelikler özetlendiğinde şu sonuçlara varabiliriz: Oyun özgür bir eylemdir, bilinçli olarak günlük yaşamın da dışında kalır, ciddi bir iş olarak benimsenmemekle birlikte,oyuncu yoğun olarak ve tümüyle kendini oyuna verir Bu eylemde maddî bir kazanç, bit kâr, bir çıkar beklenmez. Oluşumu, kendi zaman ve yer sınırlaması, saptanmış kuralları ve düzeni içindedir Çoğunlukla dış dünyadan kendilerini kılık değiştirme ve başka yollarla ayırır ve oyuncularını, aralarında gizli bağlarla birleştirir, toplumsal öbekleşmeyi kolaylaştırır.

Huizinga (2015), "Homo sapiens" ve "Farber" a (alet yapan insanlar) "oyun kullanıcıları" olarak önerdi çünkü "oyunlar" tüm davranışlardan ve hatta kültürden daha eskidir. Kültür yapıcıdır. Huizinga'nın "Homo Ludens" (Homo Ludens) da benzer mücadelelerin izlerini taşıyor. Çalışmalar, oyunları baş için eğitim, sağlık veya psikolojideki rolünü kullanmış olsa da, Huizinga (1995) oyun stillerini sohbet olmayan bir bakış açısıyla yorumlama eğilimindedir.

Huizinga, "homo sapiens" (bilge adamlar) ve "homo faber" (alet yapan adam) "homo ludens" (oyun oyuncularını / aktör insanlar) "homo ludens" (çünkü oyuncular / oyuncular) İnsan) ile yüzleşir, çünkü onun için, "oyun" tüm davranışlardan ve hatta kültürden daha eskidir. Kültür yaratıcısı (Huizinga, 1995: 16). Bu durumda Huizinga, avcılığın eski topluluklarda bir oyun biçimi ve bir kültür haline gelmeden önce avcılığın bir oyun göstermiş ve baştan beri bir şey bu tür faaliyetlerin daha sonrağına dikkat çekmiştir. yeniden "kültür" oldu. (Huizinga, 1995: 70). Huizinga'nın oyun tanımı şu şekildedir: "Oyunlar, gerginlik ve duygusu ile, sıradandan farklı olmalı, gerginlik ve neşe duygusu ile anlaşılmalı özgür olmalı, Ancak katı zorunlu şartlara göre belirli zaman ve mekan kısıtlamaları içinde oynanmalıdır. kurallar, bilinçle birlikte bir davranış veya faaliyettir "(Huizinga, 1995: 50).Kısacası oyun kurallar bütününden oluşmaktadır.

## **1. Oyunun Tarihsel Gelişimi**

Oyunlar tarihsel manada çok eskiden beri oynanmaktadır. Mağara resimlerinde görülmekte, farklı şekillerde insanlar tarafından oynanmaktadır. Kemiğe oyulan ya da plastikten yapılan küp biçimindeki zarların ilk örnekleri eskiden beri kullanılmaktadır. Çin'de ise domino taşı oyununun ilk örnekleri görülmüştür. Batıda

ise dominolar muhtemelen 18'inci yüzyılda kullanılmaya başlamıştır (Kumar ve Herger, 2014: 21-26). Görüldüğü üzere oyun tarihi çok eskilere dayanan bir olgudur.

Oyunun tarih sahnesinde boy göstermeye başlaması, insanlık tarihiyle aynı paralelliktedir. Oyunun tarihinin milattan önce yaklaşık 2500-3000'li yıllara kadar uzndığı tahmin edilmektedir. Oyunun, tarih sahnesine çıkma serüveni şu şekilde açıklanabilir: insanoğlu çevresinde görüp duyduklarını taklit etme yoluyla, oyun formu meydana gelmiştir (Sormaz ve Yüksel, 2012: 985-1008). Oyun insanlık tarihi kara eskidir.

Tarihin farklı dönemlerinde farklı kültürlerde oyunlar hep oynanmıştır. Eski Yunan'da güreş müsabakaları, yarışlar gibi etkinlikler görülmektedir. Romalılar 'da amfi tiyatro içinde düzenlenen tiyatro gibi oyunlar görülmektedir. Mezopotamya'da Asil Ur oyunu gibi farklı oyunlar oynanırdı. İran'da tavla oyunu ve Hindistan'da ilkel satranç oyunu oynandığı görülmektedir (Huizinga, 2010:30). Oyunlar, ilerleyen süreçte gelişen teknolojiye bağlı olarak farklı boyutlara evrilmiştir.

## **B. Dijital Oyun Kavramı**

Oyun ve oynamak fiili, Fransızca, Almanca ve Türkçe gibi birçok dilde birbirleri yerine kullanılırlar (Türkçedeki oyun ve oynamak, Fransızcada "jeu" ve "jouer" Almandada "spiel" ve "spielen" gibi). Ancak anlamsal olarak farklı olgu ve eylemleri ifade edebilirler. Oyunlar çevrelerindeki imaj ve ideolojileri yansıtır (And,2003).

Küreselleşme ve bilgi toplumunun ortaya çıkmasıyla gelişen teknolojik araçlarla oyun kavramı farklı bir boyut kazanmıştır.

Video oyunları ve bilgisayar oyunları genellikle birbirinin yerine kullanılacak kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadırlar (Kirriemuir, 2002). Bu kavramlara dijital oyunlar ve konsol oyunları gibi türler de eklenerek bu topluluk çeşitlendirilebilir. Dijital oyunlar bilgisayar, cep telefonu ve oyun konsolları gibi çeşitli teknolojik cihaz ve donanımlarla oynanabilen oyunlardır.

Teknoloji çağının gelişimiyle dijital oyunlar çocuklar ve gençler arasında yaygınlaşmıştır (Horzum vd., 2008). Dijital oyunlar bilgisayar bileşenlerini kullanarak yazılımlar vasıtasıyla oynanan belli kuralları ve senaryosu olan görsel oyunlardır (Kaya, 2013: 22). Dijital çağ ile birlikte oyunlar da dijitale evrilmiştir.

Dijital oyunlarla ilgili nitelikler üzerine çalışan bilim dalına “Ludoloji” “(oyun bilimi)” denmektedir (Juul, 2005: 15; Frasca, 2003: 221). “Ludoloji” adı genellikle oyunla ilgili araştırmalar için kullanılmaktadır. Fakat oyun araştırmaları açısından incelendiğinde bir yöntem Şeklinde kullanıldığı söylenebilir.

Teknolojideki gelişmelerle play/station gibi ekranlara oyun konsollarının bağlanmasıyla oynanan dijital oyunlar da bulunmaktadır. Bilgisayarların yaygınlaşmasıyla dijital dünyaya giren gençler dijital oyunlara ilgi duymaktadır (Kukul, 2013: 11). Bilgisayar kullanma oranlarının yükselmesi ve işletim sistemlerinin kullanımının da kolaylaşması dijital oyun kullanımını artırmıştır.

Dijital oyunlar bilgisayarlarda, oyun konsollarında, tabletlerde vb. araçlar vasıtasıyla değişik türlerde oynanabilen oyunlardır (Kirriemuir, 2002: 63). Değişen ve gelişen oyun zihniyetinin bir sonucu olarak dijital oyunlar da sürekli gelişmektedir. Farklı ortamlarda internette, oyun konsollarında oyunlar oynanabilmektedir. Dijital oyunlar sürekli gelişmektedir. Oyunların gerekiliğinde, grselliğinde, etkileşiminde sürekli ilerlemeler görülmektedir. Oyun üreticileri farklı senaryolar üzerine gerçekçi görüntülerle stratejik oyunlar tasarlamaktadır Eğitici, spor faaliyetlerini içeren oyunlar olduğu gibi çocukları şiddete özendiren savaş oyunları da vardır (Torun vd. 2015: 28). Oyunların gerçekçi ve sürükleyici senaryoları, sanki bir sinema izlemişesine gerçekçi ve üç boyutlu görüntüler, ergenleri dijital oyun oynamaya çekmektedir.

İnsanlar dinlenmek, farklı bir uğraş edinmek, boş zamanlarını değerlendirmek, eğlenmek gibi nedenlerle dijital oyunlar oynamaktadır (Griffiths ve Hunt, 1995: 189-193). Dijital oyunlar ergenler kadar ve büyüklerin de serbest geçirmek için oynadıkları bir araç haline gelmiştir.

Türkiye’de en çok oynanan oyunlar; “PUBG Mobile. Fortnite. FIFA serisi. Tom Clancy's Rainbow Six Siege. League of Legends (LOL), Football Manager serisi, World of Warcraft, Overwatch”dır (Digitalege, 2021).

Platform tabanlı oyunlarda 2 ya da 3 boyuttan oluşan grafik tasarımı üzerine kurgulanmış değişik ykseklilerdeki platformlar arasında hareket ettirilmesi, ilerletilmesine dayanan bir oyun türüdür (Wolf 2001: 128). İlk oyun konsollarından itibaren popüler olan bu türün en bilinen rneği Super Mario (1985)'dur.

Steam platformu, Valve (Half Life Game üreticisi) tarafından geliştirilen ve 12 Eylül 2013'te piyasaya sürülen bir oyun platformudur. Dijital haklar y ile sosyal medyayı içeren karmaşık bir yapıdır. Steam'de rekabet etmesini sağlayan faktörlerden biri, fazlaca oyunlara ev sahipliği yapar ve kullanıcıların performansını görmek ve değerlendirmek için bir sistem yapısına işlevine sahiptir. Bu, Steam'in kullanıcıların bilgisayarlarının işlevlerine erişmesine ve oyun için en iyi performansı sağlamasına izin verir. 2015 yılında Steam'de yaklaşık 130 milyon aktif kullanıcı / oyuncuya sahip 4.500'den fazla oyun bulunmaktadır (Steam, 2021).

## **1. Dijital Oyunun Tarihçesi**

Aarseth (2001), İngilizce akademik dergi Game Studies'de yayınladığı bir makale ile oyun araştırmalarının doğduğunu bildirmiştir. İlk akademik bilgisayar oyunu konferansının 2001 yılında üniversitede ilk oyun bölümünün açıldığını ve bu üniversitenin ilk kez oyunları ciddiye aldığını savundu.

Diğer yandan, epilogun oyun tarzını aradıkça Huizinga, Suits ve Callois gibi düşünürlerle bekledikleri akrabalık bağları gitgide koptu. Juul (2005: 36) oyunu tanımlamaya girdiğinde, oyunu kültürel anlamından ayıracak bir tanım ortaya çıktı. Lutheranistlerin bakış açısı, radikal enstrümantal müzik hala bir oyun olarak kabul edilmektedir. Bu durum, Huixinga'nın düşüncesine taban tabana zıttır. Ludologların tartıştığı Murray gibi araştırmacılar göstergebilim, edebiyat eleştirisi ve teorisi teorisyenlere yaklaşmaya çalışmadılar. Manovic'in filmi ile yeni medya (ve tabii ki dijital oyunlar) arasındaki ilişki ve benzerlik; Vertov, Baudry, Bazin, Benjamin ve Metz gibi düşünürlerin film sağlık derinliklerine inme ihtiyacını hissetmesine neden oluyor.

Dijital oyunlarla ilgili tarihsel gelişim incelendiğinde ilk örneklerin atari adı verilen cihazlar vasıtasıyla oynanan basit görselliği olan oyunlar olduğu görülmektedir (Saleem vd., 2012: 281-287). Atari firmasının geliştirdiği jetonlu oyun sistemleri bu konudaki ilk örneklerdendir. Yine seksenli yıllarda oynanan tetris oyunu dijital oyunların basit örneklerinden biridir. Doksanlı yıllarda oynanan Süper Mario adı verilen oyun da en fazla oynanan oyunlardan biri olmuştur. Dijital oyunlar giderek artan bir kullanıcı kitlesi oluşturmuştur. 1982 senesinde bu oyunlara dokuz milyar dolar para harcanmıştır (Provenzo, 1991: 5). Dijital oyunlarla ilgili artan müşteri potansiyeli oyunlarla ilgili çalışmaları hızlandırmıştır.



Oyun sanayi bir taraftan yenilikçi ve daha gerçekçi oyunları yapmaya çaba çalışırken, bir taraftan da oyunlardaki görsellerin problemsiz şekilde görünmesi için farklı hardware ve oyun konsolları geliştirmiştir. Bugünlerde en çok tercih edilen play station adı verilen oyun konsollarıdır (Dikmen, 2019).

Teknolojinin hızla gelişmesiyle birlikte çocukların hayatlarına birçok teknolojik yeni oyun çeşitleri girmiştir. Çok oynanan oyunlardan Minecraft oyunundaki sınırsız özellikler, birkaç kez ileri geri değiştirme ve oyun yapısının ve içeriğinin uzun süre dikkat çekilebileceği bir ortama sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Bu özellikler oyunu daha çekici hale getirir (Kirriemuir, 2002: 64). Oyunların bu çekici özelliklerinden dolayı çocuklar ve ergenler arasında oyun oynama oranları artmıştır.

Bilgisayar ve video oyunlarında oyun ekran aracılığıyla görüntülenmektedir. Bu tür oyunlarda veri girişi ise klavye, joystick aracılığıyla gerçekleşmektedir. Bu sebeplerden dolayı bilgisayar ve video oyunları çoğu zaman aynı anlamı ifade eden terimler ile anılmaktadır (Kirriemuir 2002: 65). Bu bağlamda değerlendirdiğimizde bilgisayar ve internet aracılığıyla oynanan oyunların temelinde, video oyunlarına dayanmaktadır denilebilir. 1990'ların başları video oyunlarının en yaygın olduğu yıllardır. Ancak 2000'li yıllara gelindiğinde ise video oyunlarının yerini bilgisayar oyunları almıştır. Günümüze bakacak olursak bilgisayar oyunlarının kullanımı her geçen gün artış göstermektedir. Her yaştan birey bilgisayar oyunlarını yaygın bir şekilde kullanmaktadır (Torun vd., 2015: 28). 2000'li yıllardan sonra bilgisayarların ve diğer dijital araçların yaygınlaşması bilgisayar oyun oynama oranlarını artırmıştır.

Türkiye'de yaşayan halk, bilgisayar oyunları ile batı dünyasından daha geç bir şekilde tanışmıştır. Fakat bu gecikmeyi kısa zamanda telafi etmiş, yakın kullanım seviyesine ulaşmışlardır. Türkiye'nin dijital oyunlarla tanışması 1980'li yıllara dayanmaktadır. 1980'lerde renkli televizyonlar, video oynatıcılar gibi benzer aletlerin ülkeye girmesiyle gerçekleşmiştir. Ancak bilindiği üzere bu teknoloji pahalıdır. Bu nedenle, bu teknolojiye o dönemde yalnızca küçük bir grup erişilebilmiştir (Yılmaz ve Çağıltay 2005: 74). Ayrıca o dönemde ülkedeki siyasi ortam, TV yayınlarının kısıtlılığı, gibi nedenler insanların dijital oyunlara yönelmesine zemin hazırlamıştır

Türkiye’de en çok oynanan oyunlar; ‘PUBG Mobile. Fortnite. FIFA serisi. Tom Clancy's Rainbow Six Siege. League of Legends (LOL), Football Manager serisi, World of Warcraft, Overwatch’’dır (Digitalage,2021)

## **2. Dijital Oyun Oynama Nedenleri**

Her geçen gün daha da popüler hale gelen, hayatımızda giderek yer kaplayan dijital oyunlar hızlı bir şekilde gelişmeye ve çeşitlenmeye devam etmektedir. Bu hızlı büyüme de artan talepten kaynaklanmaktadır. Pekki bireylerin dijital oyunlara olan bu yoğun ilgisi neden kaynaklanmaktadır? Yee (2006: 772-775), oyun oynama motivasyonunu kapsamlı bir şekilde incelemiş ve üç ana bileşen altında ele almıştır. Bunlardan ilki başarı bileşeni güç kazanma, hızlı ilerleme ve oyun içi statü ya da zenginlik kazanma arzusunu, diğer oyuncularla rekabet isteğini içermektedir. İkinci motivasyon bileşeni ise sosyalleşme, sohbet etme, uzun süreli ilişki kurma ve bir grubun parçası olma arzularını içeren sosyal bileşendir. Üçüncü ve son bileşen ise oyuna dalma/tutulma olarak adlandırılmakta ve diğer oyuncuların bilmedikleri detayları keşfetme, hikayesi olan bir karakter yaratma ve rol oynama, karakteri geliştirme arzularını içermektedir. Farklı birçok araştırmacının da benzer durumları vurguladığı görülmüştür. Griffiths ve Hunt (1995: 189-193), dijital oyunların eğlenceli olması, oyuncunun meydan okuma isteği (oyunu oynayan arkadaşlarına ve kendi kişisel skoruna), yapacak başka bir etkinliğin olmaması şeklinde açıklamıştır. Bunların yanı sıra bulunduğu ortam ve gerçek hayattan kaçma arzusu, sosyal uyum sağlamada zorlanma, gerçek hayatta elde edemediklerini sanal ortamda elde etme çabası kolay ulaşılabilir olması, karakteri güçlendirip satarak para kazanma şansı) sunması da dijital oyunları çekici kılan özellikler olarak literatüre geçmiştir (Demir ve Bozkurt, 2019: 1-18).Dijital çağda bilgisayar, tablet, cep telefonu gibi dijital cihazların çoğalması ve dijital oyunların cezbedici etkileri dijital oyunların yaygınlaşmasına sebep olmuştur.

## **C. İnternet Kavramı**

Teknolojinin hızlı ilerlemesi kişinin yaşamını kolaylaştırıp, tüketim kalıplarını değiştirmeye zorlarken, firmaların iş yapma yöntemlerinde de kritik farklılıklar gözlemlenmiştir. Ticaretteki iş yapma şekilleri ve pazarlama yöntemleri prensipleri

çok kapsamlı olarak değişiklik olmuştur. İnternet sayesinde ticareti farklı bir düzeye taşınmış geleneksel satış yöntemleri internet sayesinde yerini e-ticarete bırakmıştır.

## 1. İnternet Kavramı ve İnternetin Özellikleri

Sözcük anlamına bakıldığında Merriam Webster's Dictionary'de internet, “tüm dünyada bilgisayar ağlarını ve kurumsal bilgisayar tesislerini birbirine bağlayan elektronikbir iletişim ağı” olarak tanımlanmaktadır” (<https://learnersdictionary.com/>). “Genel ağ” kavramı, internetin özelliğini tam manasıyla anlatmaktadır. Çünkü internetin herhangi bir sahibi mevcut değildir ve ihtiyacı olan donanıma (bilgisayar, internet servis sağlayıcı, uygun protokol vb.) sahip herkes interneti kullanabilme imkânı mevcuttur. İnternet kavramı bugün günlük hayatın vazgeçilmez bir unsuru olmuştur. Bilgiye erişmeyi hızlandıran, dinamik, birden çok akıllı teknolojik araçlar sayesinde (pc, cep telefon, tablet, smart tv vs.) araçlarla internete bağlanmak mümkündür.

İnternet katkısıyla kişiler istediği bilgiye ucuz, kolay güvenilir biçimde erişebilmekte, ihtiyaç duyulan donanımlarla evinden alışveriş yapabilmekte, karşılıklı olarak iletişim kurabilmektedir. İnternetle ilgili bazı dezavantajlar da bulunmaktadır. Güvenlik problemleri ve internette olan bilgi kirliliği bu problem alanlarının başında gelmektedir. Mecbur olan güvenlik önlemlerini aldıktan sonra ve güvenilir bilgi kaynaklarına bakıldığı zaman bu problem alanları nispeten yok olacaktır.

İnternetin ana özelliklerini aşağıdaki biçimde belirtebiliriz (Akar, 2010: 25):

- Yazılı iletişim materyalleri, ses ve görüntüye bağlı iletişimi sağlayan uygulamalar gibi bütün iletişim yöntemlerini kullanan internet, kişilerin birbiriyle etkileşim oluşturduğu ve birbirine etki ettiği yazılı kuralları olmayan devasa bir ortamdır.
- İnternet, karşılıklı yazılı, görsel ve işitsel iletişimin yapıldığı, dinamik ve devamlı güncellenen bir alandır.
- İnternet, bilginin hızlı bir şekilde üretilmesine, dağıtılmasına ve bilgiye hızlı bir şekilde ulaşılmaktadır.

## 2. İnternetin Tarihçesi

İnternetin tarihini, 1950'li senelerde bilgisayarların ilerlemesiyle paralel bir şekilde ölçebiliriz. İnternetin meydana gelmesinin altında askeri hedefle ilerletilen projelerin etkisi vardır. ABD tarafından savunma alanında güvenli, hızlı, dayanıklı bir bilgi ağı oluşturmak amacıyla internet ortaya çıkmıştır (Aziz, 2008: 72-73). İnternetin ilk olarak savunma iletişimi alanında kullanılmak amacıyla geliştirildiği görülmektedir.

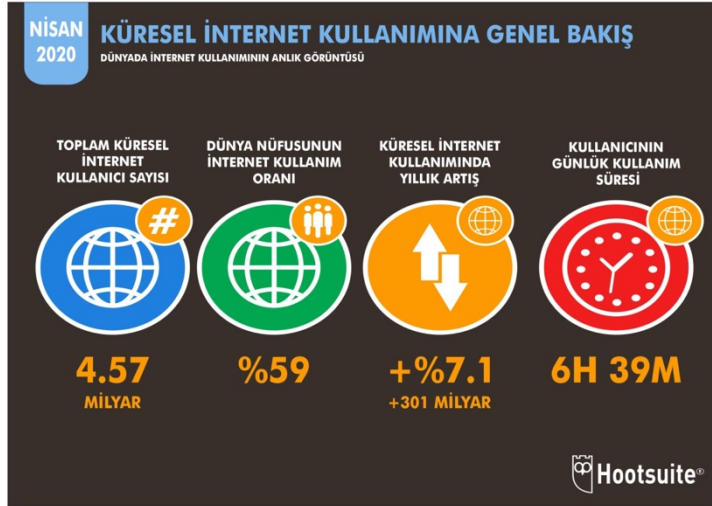
İnternet 1960'lı senelerin ilk döneminde ABD Savunma Bakanlığı tarafından ilk ağ olan ARPANET'in kurulmasıyla (Advanced Research Projects Agency Network) doğmuştur. Askeri manada bilgi akışını hızlı, güvenli şekilde sağlamak, için kurulan ARPANET, devlet ve araştırma kurumlarının da kullanma yetkisine açılarak sivil halkın da kullanımına sunulmuştur.1983 yılından beri ARPANET'in iletişim protokolü bilim çevrelerince "internet" şeklinde tanımlamaya karar verilmiştir. Birçok ağın birleşmesi ile oluşan bu ağ, 1990'lı senelerin başında uluslararası bir ağ şekline gelmiştir (Aydın, 2016: 21). Bu ağ internetin ilk örneği olmaktadır.

30 Nisan 1993'te CERN tarafından www (world wide web) ön eki ile internet, sivil kullanıcılarda kapsayan tüm kullanıcıların erişebileceği hale ulaşmıştır. Web terimi, CERN'de çalışan bilgisayar programcısı Tim Berners-Lee'nin HTML olarak adlandırılan metin işaretleme dilini güncellemesiyle meydana gelmiştir. Web'in tabanı internettir ve internet geliştirilerek www (world wide web) şekliyle başka bir biçimde kullanıma açmıştır. www sonrası birbiriyle alakalı ağların kullanımı çok hızlı çoğalmış ve resmi kurumlardan, özel sektöre, eğitim kurumlarından her dalın yer aldığı, ticaretin yapıldığı bir şekle dönmüştür. Türkiye'de ilk olarak 1987 senesinde Ege Üniversitesi'nin sayesinde oluşturulan

Türkiye Üniversite ve Araştırma Kurumları Ağı (TÜVAKA) oluşturulmuştur. Ülkemizde internet toplumun kullanımına açılması, 12 Nisan 1993'te ODTÜ bağlantılı şekilde başlamıştır. . Türkiye'nin ilk web sitesi ise ODTÜ ve Bilkent Üniversiteleri tarafından oluşturulmuştur. Türkiye'de kurum ve işletmelere 1994 senesinde ilk internet servis sağlayıcı olan Tr.net üzerinden internet hesapları dağıtılması amaçlanmıştır. 1993 senesinde yapılmış olan ilk internet bağlantısı sonrası ilk önce üniversiteler ve kamu kurumları sayesinde internet kullanımı artmış

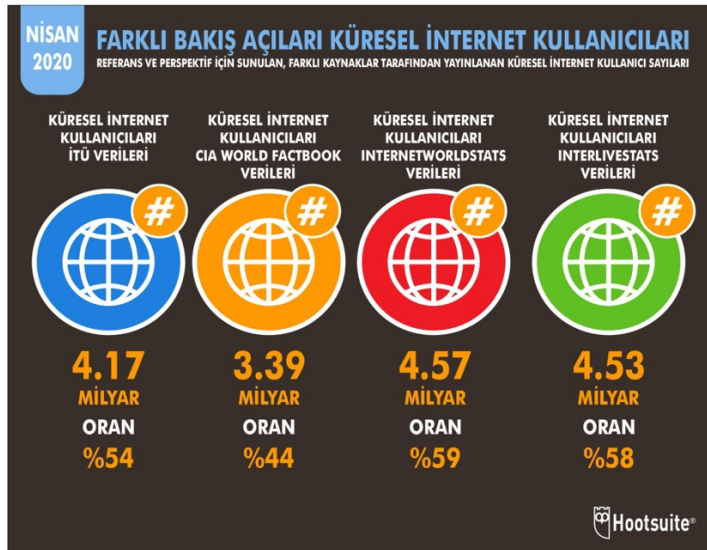
ve bugün vazgeçilmeyen bir teknolojik ürün haline gelmiştir (Aziz, 2008: 72-76). İnternet günümüzde her alanda kullanılan bir araç haline gelmiştir.

### 3. İnternet Kullanım İstatistikleri



Şekil 1 We Are Social 2020 Dünya İnternet Kullanım İstatistikleri – 2. Çeyrek (We Are Social, 2020)

Şekil 1’de görüldüğü üzere İnternet Kullanıcılarının sayısı 2020 yılında 4.57 milyar kişidir. Geçen yıla göre 301 milyon kişi artış olmuştur. Kullanıcılar günlük olarak ortalama altı saat otuz dokuz dakika internette zaman geçirmektedir (We Are Social 2020 Raporu). İnternet insanların hayatlarında önemli bir yer işgal etmektedir.



Şekil 2 We Are Social 2020 Farklı Kaynaklara Göre Dünya İnternet Kullanım İstatistikleri – 2. Çeyrek (We Are Social, 2020)

Farklı Kaynaklara Göre Dünya İnternet Kullanım İstatistikleri incelendiğinde; Şekil 2’de görüldüğü gibi ITU, CIA World Factbook, Internet World Stats ve InternetLiveStats verilerine göre dünya internet kullanım oranının farklılık gösterdiği görülmektedir.

ITU dünyadaki İnternet kullanıcılarının sayısını 4,17 milyar (Nüfusun %54’ü) olarak belirtmiştir. CIA World Factbook’a göre dünyadaki İnternet kullanıcılarının miktarı 3,39 milyar kişidir. InternetWorldStats’a göre dünyadaki internet kullanıcılarının sayısı: 4,57 milyardır. InternetLiveStats’a göre dünyadaki İnternet kullanıcı sayısı: 4,53 milyardır (We Are Social 2020 Raporu). Sayılardaki farklılıklar değişik bilgi kaynaklarından verilerin alınmasından ileri gelmektedir.

2020 istatistiklerine göre mobil kullanıcıların oranında artışlar görülmekte, diğer bilgi teknolojisi araçların kullanımında azalışlar sürmektedir. İnternet kullanımının yarısından fazlası mobil cihazlar üzerinden gerçekleşmektedir.

Dünyada en fazla ziyaret gerçekleştirilen web siteleri Similarweb’e göre ilk üç sırasıyla Google, YouTube ve Facebook olarak görülmektedir (Mobil internet kullanıcılarının sayısının dört milyar ikiyüz milyon olduğu, ortalama günlük mobil kullanım süresinin ise üç buçuk saat olduğu anlaşılmaktadır We Are Social 2020 Raporu). Küresel internet trafiği içerisindeki İnternet tarayıcısı kullanımı incelendiğinde; Google Chrome ve Safari tarayıcı kullanımının % 82’sini oluşturduğu anlaşılmaktadır. İnternet kullanıcılarının %90’ı İnternet’te video izlemekte, %51’i vlog yayınları ile vakit geçirmektedir. %72’si internet servisleri üzerinden müzik dinlemektedir. Dünyada sesli arama kullanım oranı %45, Türkiye’de sesli arama kullanım oranı ise %51 olarak karşımıza çıkmaktadır. Hindistan ise sesli aramaları en fazla kullanan ülkedir. Dünya sesli arama kullanımı yaş dağılımı incelediğinde gençlerin daha pratik olduğu görülmektedir. Dünyada görsel arama kullanım oranı %38, Türkiye’de sesli arama kullanım oranının yüzde kırk beş olduğu görülmektedir. Brezilya ise görsel aramaları en çok kullanan ülkedir. Dünya görsel arama kullanımı yaş dağılımı incelediğinde; 16-44 yaş aralığında daha yoğun şekilde kullanıldığını görülmektedir.



Şekil 3 We Are Social 2020 – Dünya İnternet Kullanımı -Cihazlara Göre Oyun Oynama İstatistikleri – 2. Çeyrek (We Are Social, 2020)

Şekil 3’te 16-64 yaş arasındaki kullanıcıların oyun oynama istatistiklerine baktığımızda akıllı telefonlardan oynanan oyunların laptop /desktop kullanımına göre daha yüksek olduğunu görmekteyiz. Bu istatistiklere bakarak oyun bilgisayarlarının geleceğinin pek parlak olmadığı ve mobil oyun üreticilerinin pazar payının giderek artacağı söylenebilmektedir.

Mail servislerinin kullanımına bakıldığında hemen her yaş grubu tarafından kullanıldığı görülmektedir. Dünya internet kullanıcılarının %65’i kişisel verilerinin güvenliği için kaygı duymaktadır. Türkiye’de kişisel veri güvenliği konusunda çekinceleri olan kullanıcı oranı ise %60’dır. Kişisel veri güvenliği konusunda endişesi olan ülkelerin başında ise Brezilya gelmektedir. Dünya genelinde reklam engelleyici kullanım oranı %46’dır. Türkiye’de ise bu oran %49’dur. Endonezya ise en fazla reklam engelleyici kullanan ülke olarak görülmektedir. 16-44 yaş grubunun reklam engelleyicileri daha yoğun olarak kullanıldığı görülmekle birlikte, 25-34 yaş arasındaki kadın kullanıcılar ile 16-34 yaş arasındaki erkek kullanıcılar daha fazla reklam engelleyici kullanmaktadır.

#### 4. Günümüzde Sosyal Medya Kullanımı

“We Are Social 2020” raporunda göre e-ticaret ile ilgili istatistikler bulunmaktadır. Aşağıda yeni medyada kullanıcı sayısına ait istatistikler bulunmaktadır.



Şekil 4 Sosyal Medyada Kullanıcı Sayıları (We Are Social, 2020)

Şekil 4’de görüldüğü yeni medyadaki kullanıcıların sayısı yaklaşık dört milyar civarındadır.



Şekil 5 En Çok Kullanılan Sosyal Medya Platformları (We Are Social, 2020)

Şekil 5’e göre; en çok kullanılan yeni medya platformları sıralamasında” Facebook” daha sonra “Youtube” ve “Instagram” gelmektedir. Mesajlaşmada ise “WhatsApp” ilk sırada gelmektedir. Yaklaşık iki milyar “Facebook” un kullanıcısının olduğu anlaşılmaktadır. “Facebook” kullananlar arasında “25-34” yaş aralığındakilerin oranının diğerlerinden yüksek oldukları anlaşılmaktadır. Yaştaki yükselmeye beraber “Facebook” kullanıcılarının oranı azalmaktadır. Mobil cihazlardan ve masaüstünden Facebook kullanıcılarının oranının yüzde yirmi olduğu anlaşılmaktadır. Facebook’taki beğeniler incelendiğinde 35-44 yaş arasındaki kadınlar ve 18-24 yaş arasındaki erkek kullanıcıların daha çok beğenide bulunduğu görülmektedir. Facebook reklamlarındaki tıklamalar incelendiğinde yaşın artmasıyla birlikte tıklama miktarının arttığı görülmektedir. 35-64 yaş aralığındakiler daha fazla



tıklamada bulunmaktadır. Instagram reklam kitlesi verilerine göre toplam kullanıcı sayısının 970 milyon ve kadın kullanıcı oranının nispeten daha yüksek olduğunu görmekteyiz. Aşağıdaki şekilde Instagram kullanıcı yaş dağılımı görülmektedir. Instagram kullanıcılarının %64'ü 18-34 yaşlarındadır. 35-44 yaş üstündeki kullanıcıların oranı ise yüzde on altı olarak görülmektedir. Instagramda işletmelere ait hesaplardan paylaşımlar genellikle fotoğrafla yapılmaktadır Video kullanılarak “viral yayılım” daha fazladır. LinkedIn 676 milyon kullanıcısının olduğu ve erkeklerin çoğunlukta bulunduğu görülmektedir. LinkedIn’in reklam kitlesinin yüzde altmış biri “25-34” yaş aralığındaki iş yaşamına yeni başlayan ve profesyonel insanlardan oluşmaktadır. Üçyüzdoksansekiz milyon Snapchat kullanıcısı vardır. Bu kullanıcılar içinde kadınların oranı daha yüksektir. Snapchat kullananların yaş aralığı arttıkça kullanma oranları düşmektedir. Twitter kullananların sayısı üç yüz seksen altı milyon kişidir.Şekil 32’ye göre; Twitteri kullanıcıları arasında erkeklerde“25-34” yaş aralığındakiler, kadınlarda ise “18-24” yaş aralığındakilerin oranı daha fazladır. Pinterest kullanıcılarının sayısı 170 milyondur. Pinterest kullananlar arasında 25-34 yaş aralığındakilerin oranı daha yüksektir.

**NİSAN 2020** **KULLANICI SOSYAL MEDYA PLATFORMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ**  
16-64 YAŞ ARASINDAKİ HER SOSYAL MEDYA PLATFORMUNU KULLANANLARIN ARASINDA DİĞER SOSYAL MEDYA PLATFORMLARINI KULLANAN KİŞİLERİN YÜZDESİ

	BAŞKA BİRİNİ KULLANAN	KİM FACEBOOK KULLANIYOR	KİM YOUTUBE KULLANIYOR	KİM INSTAGRAM KULLANIYOR	KİM REDDIT KULLANIYOR	KİM SNAPCHAT KULLANIYOR	KİM TWITTER KULLANIYOR	KİM TIKTOK KULLANIYOR	KİM PINTEREST KULLANIYOR
FACEBOOK USERS	%94	%100	%87	%67	%18	%28	%52	%22	%33
YOUTUBE USERS	%93	%79	%100	%66	%18	%27	%51	%21	%33
INSTAGRAM USERS	%97	%82	%89	%100	%22	%35	%60	%26	%39
REDDIT USERS	%99	%80	%88	%79	%100	%55	%73	%44	%62
SNAPCHAT USERS	%99	%83	%91	%86	%38	%100	%68	%41	%54
TWITTER USERS	%97	%82	%87	%76	%26	%35	%100	%26	%40
TIKTOK USERS	%99	%87	%93	%84	%40	%55	%67	%100	%53
PINTEREST USERS	%99	%83	%90	%79	%35	%45	%63	%33	%100

Hootsuite®

Şekil 6 Kullanıcı Bazlı Sosyal Medya Kullanımı (We Are Social, 2020)

Şekil 6’ya göre; kişilerin farklı yeni medya araçlarını birlikte kullandıkları görülmektedir. Facebook, youtube, istegram vb. sosyal medya araçlarının daha fazla kullanıldığını görülmektedir.



### III. BAĞIMLILIK VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI

#### A. Bağlanma Kuramı

Bağlanmayla ilgili kuram Bowlby tarafından ortaya atılmıştır. Bowlby'e bağlanma çocukla ilgilenen ve onun gereksinimlerini gideren bireylere yönelik olarak oluşan etkili hislerdir. Bu hisler sayesinde çocuklar bağlandığı kişinin himayesinde kalarak güvenli bir şekilde fiziksel ve duygusal gelişimini tamamlar (Sümer ve ark, 2005: 14). Bağlanma bebeklik ve çocukluk çağında önemlidir.

Bağlanma teorisi kişilerin başka insanlar hakkındaki düşüncelerini anlamak açısından bir yaklaşım ortaya koymaktadır. Bowlby (1973)'e göre bireylerin diğer insanlarla iletişiminden doğan tecrübelerinden "içsel çalışma" modeli oluşturmaktadır (Pietromonaco ve Barrett, 2006: 315).Bağlanma yaklaşımı bebeklikteki deneyimlerin kişiliğin sağlıklı olarak gelişmesinde etkili rolünün bulunduğunu ortaya atan bir yaklaşımdır. Bu yaklaşımın ana esasında yakın ilişkide bebekteki gelişmeyi teşvikleyen veya engelleyici şartları ve bağlanmayla ilgili tecrübelerinin duygu ve kişiliğin gelişmesine etkisinin açıklanabilmesi gayreti bulunmaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006: 24-39). Bağlanmanın bebeğin gelişiminde etkisi bulunmaktadır.

Bağlanma kişinin çevreden gelen tehdide karşılık muhafazasını temin eden uyumluluğu sağlayan bir sistem biçiminde açıklanmıştır (Bowlby, 1988: 6). Bağlanma figürü ile etkileşim kurulması bireyin ileriki duygusal ve davranışsal durumuna etkisinin olduğu belirtilmektedir. Bağlanma yaklaşımında, yaşamın ilk zamanlarında oluşan bağlanma ve ilişkiler yetişkinlikteki ilişkilere de kılavuzluk yapmaktadır (Kesebir vd. 2001: 321- 342). Bebeklikte başlayan bağlanma süreci yetişkinlik dönemi boyunca farklı bağlanma şekilleri ile devam etmektedir.

Bowlby'e göre bebekle annenin arasında gelişen ve her gün tekrar edilen olayların annenin içsel temsilini oluşturmaktadır (Bowlby, 1973: 21). Bakımı verenlerin çocuklara yönelik tepkiyle onların yakınlaşma arzusuna verilen cevap ve tutumlar bilişsel temsiller şeklinde kodlanmaktadır. Bağlanma Teorisinde içsel manada işlev gören model bulunmaktadır. Çocuklarda İçsel modeller kendisiyle ve

diğer kişilerle ilgili biliş mekanizmasını oluşturur. Bu bilinçlenme bakımı verenlerin tutumlarıyla doğrudan ilgilidir. Çocuğa ait gereksinimler bakımı üstlenen zamanında karşılanan pozitif desteklemeye yönelik davranışları gördüğünde bakımı üstlenen kişi ile ilgili güvenilirlik, ulaşılabilirlik, destekleme konusuna yönelik bilinç oluşturmaktadır. Bakımı üstlenen birey çocuğa karşı duyarsız olursa, gereksinimlerini karşılamazsa kendisini sevilecek ve desteklenecek bir varlık şeklinde değerlendirir ve reddedilme duygusu yaşar.

Bunların haricinde içsel çalışma modelleri kişinin dikkatinin nasıl bilgilere yöneltmesi gerektiği, etrafındaki hadiseleri algılama ve yorumlamayı nasıl yapacağı, bilgilerin hangilerinin unutulacağını veya hatırlanacağını konusunda etkili olmaktadır. Bağlanma kuramıyla ilgili önemli düzeyde katkısı bulunan Bowlby bebekle ve annenin ilişkisi üzerine kurguladığı kuramında, bağlanmanın hayat boyunca sürdüğünü belirtmektedir. Bağlanma Kuramında bebekle bakımını üstlenen aralarında davranışlar gerçekleşmektedir. Bunlar; yakınlığı arayıp devam ettirme ve ayrılıktan uzak durma davranışları, bebekte keşfetme aşamasında bakımı üstlenenin “güvenceli liman” şeklinde tutumlarıdır (Crockenberg, vd, 1993: 38-55). Bebeklik döneminde bakımını üstlenen kişiye karşı bağlanma gerçekleşmektedir.

Bakımı üstlenen kişiye ulaşamaması halinde bağlanma mekanizması kendiliğinden çalışmaktadır. Bu hallerde bakımı üstlenen bu halin farkında olarak bebekle tekrar temasta bulunmaya çalışıp pozitif davranırsa bebekte güvenlik hissi tekrar oluşur. Bakımı üstlenen onarmaya yönelik davranış sergilemezse bebekte huzursuz davranışlar görülmektedir. Bebekle bakımı üstlenen kişinin uzun zaman ayrı kalmaları halinde ise oluşan güçlü bağıllık duygusu azalarak çevresinden kendisini geriye çekme şeklinde yaklaşımlar görülebilmektedir. Bowlby bebekte ağlamanın huzursuzluk endişeli olma hali, bakımını üstlenenle tekrar yakınlık kurabilme arzusu, uyum gösterme gereksiniminden doğan yansımalarıdır. Bu tepkiyi sergilemesinin ana sebebi bakımı üstlenenin yanına gelerek kendisine ilgi göstermesidir. Çocuğun karşılaştığı sorunlar bakımı üstlenenin gelecekle ilgili inanç duygusu tükendiğinde fiziki manada tüketmesine neden olur. Çocukta beklentilerin bittiğinin göstergeleri çocuğun hareketsizlik ve sessizliğidir. Bu kopuş hali çocuğun farklı bağlanma figürlerini bulmaya yönlendirir. Bağlanmada ilişkinin fonksiyonelliği, yakınlığın korunması, ayrılığa tepkide bulunma davranışlarında

görülmektedir (Bowlby, 1988: 1-10). Bebeklik dönemindeki bağlanma çocukluk döneminde de şekil değiştirerek devam etmektedir.

Bağlanmayla ilgili nesnelere stres meydana getiren hallerde çocuğun duygusunun düzenlenmesinde ve etkili stratejilerin geliştirebilmesinde katkı sağlar. Bağlanmadaki nesnelere tutarlılığı, desteği ve duygusal varlığı çocuğun daha uyum içinde duygusunu düzenleyebilme stratejisi oluşturabilmesini temin eder. Bu sayede hayatın ilerleyen zamanlarında karşı karşıya kalınan stresle ve güç koşullarla daha etkili bir biçimde mücadele etme imkânı sağlar (Zimmermann ve Becker-Stoll, 2002; 254). Bağlanmayla ilgili nesnelere stres oluşturan durumlarda çocuğun duygusunun düzenlenmesinde fayda sağlar.

Bowlby (1988), bebekle-annen arasındaki bağlanma örüntüsünün özerk bir mekanizma şeklinde gerçekleştiğini belirtmektedir (Bowlby, 1988: 1-10). Bağlanma yaklaşımı psikanalitik teorinin nesneye ilişkin bir yaklaşımı şeklinde incelenmektedir. Bowlby, yaptığı çalışmalar sonucunda Mahler tarafından geliştirilen teorideki bulguların kendisinin kuramından çok farklılaşmadığını ifade etmektedir. Mesela Mahler tarafından "duygusal açıdan tekrar doldurulmak" güvenli üsse yeniden dönüş kavramına benzemektedir. Fakat Bowlby iki yaklaşımın oluşturulması ile ilgili aşamaların farklılık arz ettiğini belirtir. (Bowlby, 1988: 204). Bu farklılığın bağlanma teorisinde gözleme ve deneyle ortaya çıkmasıdır. Bağlanma teorisi çocuklukta yaşananların ileriki dönemde kişiliğin oluşumunda etkili olduğu söylemini psikanalizden esinlenmiş ancak deneye dayalı gözlemlerle biçimlenmiştir. Bu noktada nesne ilişkileriyle ilgili yaklaşımlardan farklılaşır. Bowlby'ye göre çocuklarda kendisinin bakımını üstlenen bireye yaklaşmasını ve uzaklaşıldığında bunun düzeltilmesini temin eden bir yapı bulunmaktadır.

Bağlanmada etkili olan davranışlar; tutunmak, emmek, ağlamak ve seslenmek, agulamak ve gülümsemek şeklinde açıklanabilir. Bu davranış örüntüleri bakımı üstlenen kişiyle yakınlık kurma ve onu izlemeye kullanılmaktadır. Bağlanma sistemi, bir tehdidin algılanması durumunda aktiflik kazanır ve rahatlığın aranması faaliyeti gerçekleşir. Bakımı üstlenme sistemi bu esnada aktif hale gelir. Tehdidin kalkması durumunda bile var olduğunu hissettirerek 'bağlanma figürü' şeklinde ifade edilen bakım üstlenen, çocuğun 'güven üssü' şekline dönüşür (Bowlby, 1988: 204). Bağlanma en çok katkısı olanlardan Allen vd. (2002) "yabancı durumu" deneylerini yapmıştır. Bu araştırmalarda bebeğin, annesi yanındayken, annesi

yanından uzaklaştığında ve geri geldiğinde verdiği tepkiye göre farklılaştığı tespit edilmiştir (Allen, vd.,2002: 56-66). Bebeklik çağında anne bebek için güvenli bir bağlanma limanıdır.

Bağlanma farklı konularla birlikte incelenen geniş bir kuramdır. Birtakım araştırmalarda çocukla-bakıcının arasındaki bağlanma ilişkisi üzerinde durulurken bir kısmında da yetişkinlerde bağlanma tarzlarına yoğunlaşmıştır. Bağlanma yaklaşımının yaşlılarla ve romantik ilişkinin yaşandığı partnerle ilişkisi üzerine de çalışmalar bulunmaktadır (Amado, 2005: 12). İnsan yaşamının farklı dönemlerinde farklı bağlanma çeşitleri bulunmaktadır.

## **1. İnsan Yaşamında Farklı Dönemlerde Bağlanma**

Bebeklikte anne ile bebeğin aralarındaki bağlanma stili bebeğin büyümesiyle farklılaşır. Bebeklik döneminden çocukluğa geçişte ergenlikte ve yetişkinlikte bağlanma stilleri farklılaşır. Okul döneminde akranlara bağlanmaya yetişkinlikte ise karşı cinsle romantik ilişki anlamında bağlanma örüntüsü gelişir.

### **a. Bebeklerde ve çocuklarda bağlanma**

Anneyle bebek arasındaki ilişki doğumla birlikte başlayıp farklı boyutlar şeklinde sürer. Bebeğin anneye ten teması kurması bağlanma davranışının gelişmesinde olumlu etkilere sahiptir (Troy, 1995: 59-72). Doğumun sonrasında bebekle annenin aralarındaki ten temasında kısa süre içinde bebeğin anneye uyum sağlaması gerçekleşir. Bebek anne karnından sonra kendisini güven içinde hisseder. Anneyi emme eyleminde bebeğin memeyi araması, emmesi gibi devamlı etkileşim ve iletişim sürecektir. Bu etkileşimin sağlıklı olarak sürmesi için bebeğin gereksinimlerinin istenilen sürede ve eksiksiz yerine getirilmesi bebeğin kendisini güvende hissetmesini sağlayacaktır (Soysal ve Bodur, 2005: 88-99). Annenin bebeğe yaklaşımı ve ilgisi bebekte güven hissi uyandırır.

Hayatlarını ilk haftalarında bebekler rahat ve huzurlu bir ortamda gereksinimlerini sağlayan annelerinin ya da bakım üstlenen kişinin yanında kalmaktadır. Aşına oldukları bireylerin yanında kendisini rahatsız hissetmezler. Bu bağlanmanın öncesindeki dönem olarak adlandırılır. Bunu bebeğin aşına olduğu ve olmadığı bireyleri ayırmaya başladığı “bağlanmanın meydana gelmesi safhası izler. Bu safhanın sonlarında bebekler tanımadığı bireylere veya nesnelere yönelik ihtiyatlı olma tutumu göstermeye başlar. Bağlanmanın “kesin bağlanma” aşamasında

bağlanma figürü odadan ayrıldığında üzülmeye biçiminde görülen ayrılma kaygısını deneyimlemeye başlar. Bu safhada bebekle bağlanma figürü, arasındaki uzaklık çoğaldığında bebek rahatsızlık hisseder. Bebek, bakımını üstlenen kişiyi “güvenli liman” şeklinde görür. Son aşamada “çift taraflı ilişkiler” aşamasına geçilir. Bu safhada çocuklar özgür bir şekilde hareket edebildiğinden bakımını üstlenen kişiden uzaklaşarak da zaman geçirebilir. Bu safha bir buçuk ile 2 yıl arasında bir sürede başlayıp yıllarca devam eder (Amado, 2005: 12-13). Bebek doğumundan itibaren annesini güvenli bir liman olarak görür ve ondan uzaklaştığında huzursuz olur.

Bebekler anneyi ağlayıp çağırmakta ve annenin haricinde kendisini sakinleştirmek isteyenleri reddetmektedir. Buna protesto denmektedir. Annenin bebek tarafından ağlayarak uzun zaman çağrılmasına duyarsız kalması bebeği üzmemektedir. Annenin geri gelmesinde bebeğin sakinleşip annesine ilgisiz davranarak annesinden kaçınması durumuna da kopma denmektedir (Bowlby, 2012: 295-297). Bebekler bakımını üstlenen kişiden ilgi beklemektedir.

Çocuklar ihtiyaçlarının karşılanması için bakımını üstlenecek kişiye yakınlık güdüsüyle biyolojik olarak hazır şekilde dünyaya gelir. Çocukla bağlandığı kişi arasındaki ilişkinin kalitesi çocuğun ileri yaşamı üzerinde de etkilidir.

Bebeklerde ve çocuklarda görülen bağlanma stilleri aşağıdadır:

### **i. Güvenli bağlanma**

Bebekler bağlandığı kişiden uzaklaştığında huzursuz olur. Bağlandığı kişi kendisine döndüğünde ise sakinleşip, neşelenmektedir. Güvenli biçimde bağlanma yaşayan bebekler bağlandığı kişi kendisinden uzaklaşsa da geriye geleceğini bilmektedir. Endişelendiğinde ve korktuğunda bağlandığı kişide sakinleşir. Bakım üstlenen kişi bebeğe ait gereksinimleri hızlı karşılayan ve bebekle daha çok ilgilenen kişilerdir. Güvenli bağlanma sergileyen çocuklar ilerleyen zamanlarda yetişkinlik döneminde toplumsal ve duygusal ilişkilerinde daha başarılıdırlar. Bu kişiler fikirlerini daha kolay şekilde açıklayabilirler (Atik, 2013: 11- 12).Çocuklarda güvenli bağlanmanın gelişmesi yetişkinlik dönemindeki ilişkiler açısından da önemlidir.

### **ii. Kaygılı ve kararsız bağlanma**

Kaygılı şekilde bağlanmaya sahip bebeklerde, bağlandığı kişiden ayrıldığında korkular görülür. Bu bebekler ayrıca streslidir. Bebekler bağlanma figürüyle yeniden

bir araya geldiğinde yaşadığı negatif hisleri azaltmak ve bebeği dingin hale getirmek zordur. Bu bağlanma stiline sahip bebeklerde tanımadığı bireylere yönelik şüphe görülür. Bebeğin kaygılı ve kararsız bağlanmasına sebep olan bağlandığı kişinin bebeğin gereksinimlerini gidermede tutarlı davranmamasıdır. Bebeğin bağlandığı kişiye kimi zaman ulaşım kimi zaman da ulaşmaması sonucunda kaygılı bağlanma yaşanır. “kaygılı ve kararsız bağlanma” şeklinde bağlandığı kişiye bağlanma hisseden bebekler ileriki zamanlarda toplumsal ve iş ilişkilerinde kendine ait kararları veremeyen başkasının etkisine kolay girebilen kişiler olurlar. Endişeli ve kararsız bağlanmaya sahip çocuklarda ileri çağlarda toplumsal ve duygusal ilişkilerinde sorunlar yaşanır (Uzun, 2017: 8). Çocuklarda ileride toplumsal ve duygusal ilişkilerinde sorunlar yaşanmaması için ebeveynler gerektiğinde profesyonel destek almalıdır.

### **iii. Kaçınmacı bağlanma**

Kaçınan bağlanmada bebekler, bağlandığı kişi ile yakın bir ilişkiye gereksinim hissetmez. Kişiler ilerleyen süreçte reddedilme endişesiyle toplumsal ve duygusal ilişkisinde yakın ilişkilerden kaçınır. Bakımını üstlenen bireylerce duygusal ve fiziki olarak istismara uğrayan bireylerin kaçınan bağlanmayı sergiledikleri görülmektedir. Bunun yanında bu bireylerin gereksinimleri karşılanmamıştır. Duyarlılık gösterilmeyen gereksinimler yalnızca maddi olmamaktadır. Psikolojik gereksinimler de karşılanmamıştır. Bu gereksinimler bireyin güven altında ve huzur içinde kendini hissetmesinde etkisi olan gereksinimlerdir (Grossman vd., 2008: 857-879). Çocuklar ileriki yaşlarında da bağlandığı kişinin yardımını ve desteğini arzu etmez. Kaçınmacı/ bağlanmacı çocuklarda ergenlikte ve yetişkinlikte de yakın ilişkiler kurmada zorluklar yaşanır. Kurduğu ilişkilerde duygularını ifade edemez ve duygusal manada bağlanmaktan kaçınır. Kişiler yakın ilişkisi sona erdiğinde ayrılıklarda görülen negatif psikolojik duygular görülmez. Bebeklik çağındaki anneyle bebeğin arasındaki güçlü ilişki, çocuklukta babayla ve çocuk arasındaki oyun temelli duygusal bir ilişkiye evrilir. Bu ilişkiler çocuktaki güveni artırır. Ebeveynler çocuğa ait gereksinimleri zamanında iyi bir biçimde karşılamayı sürdürürse çocukta çevresiyle yakın ilişkilerinde olumlu şekilde etkisi olur (Atak ve Taştan, 2012: 520). Görüldüğü üzere çocukluk döneminde bağlanma stillerinin ergenlik ve yetişkinlikteki toplumsal ve duygusal ilişkilerde farklı etkileri olmaktadır



## **b. Ergenlikte bağlanma**

Ergenlik dönemi cinsel manada değişimlerin yaşandığı büyümenin çok hızlı ilerlediği bir dönemdir (Kulaksızoğlu, 2002: 92). Bu dönemde çocuklar bağlanmaya ilişkin yönelimlerini ebeveynlerinden akranlarına yöneltmektedir. Bu nedenle bağlanma davranışlarında da değişimler yaşanır. Ergenler erken çocuklukta güvenli bağlanmaya sahipse ergenlik döneminde bunun faydaları görülmektedir. Bu safhada ebeveynler de çocuklardaki gelişimin fark ederek bu değişimlere verdiği esnek tutumlarla toplumsal davranışlarını teşvikleyen davranışlar görülür.

Ergenlerin bağlanmasında cinsel işlevlerde hormon kaynaklı değişim sonucunda değişim görülür. Bu süreçte ergende diğer cinse mensup akranlarına karşı cinsel kaynaklı ilişki arayışına girerler (Ainsworth, 1978: 19). Ergenlik dönemindeki hızlıca gelişen cinsel, toplumsal ve bilişsel değişimlerin sonucunda ergende psikolojik ikilemler yaşanabilir. Ergenler çevresiyle ilişkilerinde yeni ve değişik tecrübelerle karşılaşır. Bunlardan dolayı ergenin bağlanmayla ilgili yaklaşımında da ikilemler görülür. Ergenler yaşlılarıyla duygusal manada bağlanma ilişkisi oluştururken ailesinden uzaklaşıp farklı toplumsal rolleri keşfederken, anne baba ile bağlarını sürdürmektedir (Moretti and Holland, 2003: 28). Bu çağın başlangıcında ergenlerde, birincil bağlandığı kişiye daha düşük seviyede bağlanmak için oldukça çok gayret göstermektedir. Bağlanma davranışıyla ilgili bağlanma figürlerinde değişiklik görülmektedir. Ergenlik döneminde yaşlılarıyla bağlanma ilişkileri meydana gelmektedir (Allen vd., 2002: 59). Ergenlik döneminde gençler akranlarıyla daha fazla vakit geçirmektedir.

Ergenlik döneminde arkadaşlık ilişkisinin doğasında da değişimler görülür. Çocukluktan ergenlik dönemine geçişle birlikte arkadaşlarına daha fazla yakınlaşarak onlarla duygularını paylaşmayı ve sosyal desteği geliştirir (Buhrmester, 1990: 1101-1111). Ergenlik döneminde aileden uzaklaşıp yaşlılara yakınlaşma görülür. Ergenlik çağında kişi yeni bir kimlik kazanır.

Akranlık ergenlik döneminde genelde "yakınlık" şeklinde açıklanır. Fonksiyonel manada yakınlık anne babaya bağlanmanın dışında ergenlik döneminde gelişen davranış örüntülerini içerir. Ainsworth (1989) bağlanmadaki ilişkiyi toplumsal ilişkiden farklı olan niteliklerini belirtmiştir (Ainsworth, 1989 44). Bunlar; yakınlık arama, ayrılık halinde kaygı duyma, endişe, birlikte bulunmaktan

hoşlanmak ve memnuniyet, kaybetme halinde üzülmeye ve bağlandığı kişinin varlığını keşfetmek için güvenli dayanaklardır. Bu nitelikler ergenlik çağında bağlanmanın fonksiyonunun açıklanabilmesinde rol oynamaktadır. Ainsworth tarafından öne sürülen bu nitelikler oyun arkadaşlıklarındaki bağlanma biçimlerinden farklıdır (Allen vd., 2002: 38-39). Ergenlik döneminde kişiler akranlarıyla bağlanma ilişkileri geliştirmektedir.

Ergenlik döneminde gençler ebeveyne bağlanma figürün uzaklaşıp bağlanma figürüne kaymaktadır. Bağlanma figüründeki bu değişim her ergende yaşla birlikte farklı şekilde gerçekleşebilir (Hazan ve Shaver, 1994: 13). Ergenlerde bağlanma örüntüsü yakınlık aramaya başlamaktadır. Ergen ilişkilerinde yaklaşma sosyal destek aramanın bir sonucu olarak gelişir. (Zeifman ve Hazan, 2008: 29). Ergenlikte akranlar arasındaki ilişkilerde güvenin ve destek aramanın önemli bir yeri vardır.

Bağlanmadaki dönüşümle ilgili araştırmalar incelendiğinde orta çocukluk çağındakilerin erken ergenlik dönemindekiler göre anne babalarına daha güvenli bağlanma göstermektedir (Nickerson ve Nagle, 2005: 223-249). Fakat bu dönemde ergenler “güvenli sığınmak” şeklinde yaşlılarına yöneldikleri ancak anne babalarını da güvenli destek olarak algılamayı sürdürdükleri anlaşılmaktadır. Farklı bir araştırmada ergenlerin annesine babasına nazaran daha fazla bağlandığı ve yaşın artmasıyla akranlarına yaklaşma ve destek alınabilecek kişiler şeklinde gördükleri ortaya çıkmıştır (Paterson vd., 1994: 579-600). Genç yetişkinlik döneminde yaşlılarına yakınlık duyma ve güvenli üs olma konusunda ön planda oldukları anne babanın güvenilir dayanak olması sürmektedir (Fraleay ve Davis, 1997: 131-144). genç yetişkinlikte bağlanma hiyerarşik olarak sıralandığında romantik partner ilk başta ve onu diğer aile üyeleri ve akran bağlanması takip etmektedir. Ergenlikte akranlar güvenli bir sığınma aracı şeklinde görülmekte ve anne babaların güvenli desteğinin sürdürdüğü annelerin bağlanma hiyerarşik düzeninde önemli bir yerinin olduğu görülmektedir. Ayrıca romantik ilişkinin yaşandığı durumlarda kişilerin ilk olarak romantik eşini güvenilir sırtını yaslayacak ve güvenli sığınmak şeklinde algıladıkları saptanmıştır (Trinke ve Bartholomew, 1997: 603-625). Araştırmalarda anne babaya ve akranlara güvenli olarak bağlanmak ergenin uyumlu olmasında ve öznel iyi oluşuna etki ettiği tespit edilmiştir. Anne babaya ve akranlara güvenli şekilde bağlanmak sosyal beceriyle psikolojik sağlamlıkla, benlik saygısıyla pozitif yönlü anlamlı ilişkilidir. Güvenli bağlanma depresyon, anksiyete ve şiddet davranışları ile

negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur (Wilkinson, 2004: 479-493). Depresyon ve anksiyetenin önlenmesinde güvenli bağlanmaya sahip olmak ergenlikte önem taşımaktadır.

Waters ve Cummings'e göre çocukluktaki ve yetişkinlikteki bağlanma davranışları arasındaki köprünün kurulabilmesi için bağlanma güvenliğinin ergenlikteki gelişiminin anlaşılması gerekmektedir (Sümer vd., 2005: 14). Ergenlik döneminde, ergenler bağlanma davranışlarını ve ilgilerini ebeveynlerinden akranlarına yönelttikçe bağlanma stilleri değişir. Çalışmalar göstermektedir ki ergenlik döneminde, ebeveyn bağlanma figüründen akran bağlanma figürüne geçişte, erken çocukluktaki güvenli bağlanma deneyimleri bu dönemdeki değişime fayda sağlar. Ergenlik döneminde aileler, ergenlerde olan değişimleri fark ederek ve bu değişimlere uygun esnek karşılıklar vererek çocuklarının sosyal davranışlarını teşvik ederler. Böylelikle ebeveynler, çocuklarının olumlu akran grupları geliştirmelerine ve duygularını düzenlemek için düzenleme stratejileri kullanmalarına olanak sağlarlar (Weimer vd., 2004: 105). Ergenlik döneminden akranlar ve eşler etkili olsa bile anne babanın ergenler üstündeki etkileri sürmektedir. Ergenlik döneminde akranları ve anne babası ergenin psiko-sosyal manada iyi ve uyumlu olmasında etkili olmaktadır.

### **c. Yetişkinlerde bağlanma**

Bebeklik çağında anneyle bebeğin arasındaki bağlanma sürecinde bebek büyüdüğünde Bağlanma örüntüsü değişir. Bebeklikten çocukluğa, ergenliğe ve sonra da yetişkinliğe geçilmesi ile beraber bağlanmada romantik ilişkiye dayalı olarak şekillenir. Bebeklikte ve çocuklukta ebeveynler kişi için önem taşıyorken ergenlikte akranlık ilişkileri önem taşır. Yetişkinlikte ise bireyin romantik ilişkileri önem arz etmektedir. Eş bazen bir bağlanma figürü olabilmektedir Yetişkinlikteki bağlanma stilleri çocukluktaki bağlanma stilleri arasında ilişkilendirme vardır (Crowell, vd., 2009: 599-630). Bebeklikten yetişkinlik dönemine kadar bağlanma ilişkisi farklılaşmaktadır.

Hazan ve Shaver (1987: 521) yetişkinlik döneminde bağlanma türlerini ilk olarak romantik ilişkilerde ve çift bağlanması konusundaki araştırmaları ile ileri sürmüştür. Sonrasında bu araştırmalar geliştirilmiştir. Bartholomew ve Horowitz (1991: 227) 4 aşamalı yetişkinlikte bağlanma ile ilgili modeli geliştirmiştir. Bu

modele göre kişilerin kendisi ve başkası modelini esas almaktadır. Bu modelde güven odaklı, saplantılı bağlanan, korkulu bağlanan ve kayıtsız bağlanan kişilerin olduğu şeklinde sınıflandırma yapılmıştır. Birinci grupta güvenli bağlananlar bulunmaktadır. Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin kendisi ve başkası için pozitif görüşlerinin olduğu belirtilmektedir. İkinci grupta saplantılı bağlananlar bulunmaktadır. Saplantılı bağlanma stiline sahip kişilerin kendisi ile ilgili negatif, başkası ile ilgili ise pozitif görüşler taşıdıkları görülmüştür. Üçüncü grupta korkulu bağlananlar vardır. Korkulu bağlanan kişilerin hem kendisi hem de başkası ile ilgili negatif görüşlere sahip olduğu anlaşılmaktadır. Dördüncü grupta ise kayıtsız bağlanan yetişkinler bulunmaktadır. Kayıtsız bağlanan kişilerin kendisi ile ilgili pozitif, başkası içinse negatif görüş taşıdıkları belirtilmektedir (Bartholomew ve Horowitz 1991: 239-241; Bartholomew ve Shaver, 1998: 29-31). Yetişkinlikte bağlanma türleri aşağıdadır:

**Güvenli Bağlanma:** Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin yakın ilişkilerinde bağlanma konusunda rahat davrandıkları belirtilmektedir. Başkasına ileri düzey bağımlı olmadığı ve kendisinin bağlanma özerklik ve güvenlik hisleriyle hareket edebildiği görülmektedir. Bu kişilerin gereksinimlerinde başkalarından yardım talep ettikleri ve gerektiğinde başkasına destekte buldukları görülmektedir. Kendisine ve başkasına yönelik olumlu benlik yaklaşımı benimsemişlerdir (Collins, 2003: 20). Güvenli bağlanma stili olan kişilerde endişe ve kaçınma düşük seviyededir.

**Korkulu Bağlanma:** Bu kişilerin yakınlık arzuladığı fakat bu arzularını ifade edememelerinden dolayı ve başkasının kendisiyle yakın ilişkide bulunmada istekli olmayacağından korktuğu ifade edilmektedir. Özerklik hissine sahip olmadıkları, korkularından dolayı bağlanma ilişkisinde başarılı olmada zorlandıkları görülmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 225-228). Korkulu bağlanan kişilerin insanlarla yakınlaşmaktan çekindikleri belirtilmektedir

**Saplantılı Bağlanma:** Bu kişilerin başkasıyla ilişkisinde sıkıcı olan, problemli şekilde algılandıkları ifade edilmektedir. Bağlanmada başka biriden yakınlık arzuladıkları bilinmektedir. Bu kişiler bağlandığı kişiyle beraberlik arzulamaktadır. Bu kişiler güvensizlik hissedip ve devamlı uyanık kalma gereksinimi duymaktadır. Kendisine olumsuz benlik yaklaşımı, başkasına ise olumlu benlik yaklaşımı sergilemektedir (Collins, 2003: 20-22). Bu da değersizlik duygusuna neden

olmaktadır. Bu sebeple bu kişilerin başka bireylerin kabul etmesi için kendisini devamlı diğerlerine kabullendirme gereksinimi taşıdıkları görülmektedir. Saplantılı bağlananlarda anksiyete seviyesinin fazla olduğu belirtilmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 239-241). Saplantılı bağlanma kişide psikolojik sorunların sonucunda oluşmaktadır.

**Kayıtsız Bağlanma:** Kayıtsız bağlanma stiline sahip olan kişilerin yakın ilişkisi olmadığında kendisini huzurlu hissettiği görülmektedir. Başkasına bağlanmadan ihtiyaçlarını giderebilmenin önemine yoğunlaşmışlardır. Bu kişilerin toplumsal ya da romantik ilişkiden uzaklaşmak için mesleğinde başarılı olmaya odaklandığı dile getirilmektedir. Başkasıyla yakın olmayan iletişime giren bu kişiler sosyal faaliyetlerde rol alabilmektedir. Bu kişilerin ilişkisel gereksinimleriyle alakalı olarak kendisine güvenlik duygusu yüksektir (Collins, 2003: 20-22). Bu kişiler algıladıkları bağımsızlık hissini muhafaza için ilişkisinde mesafeli davranmaktadır. Kayıtsız bağlanma stiline sahip kişilerde anksiyete düzeyi düşüktür (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 239-241). Kendilerine pozitif benlik modeli, diğerlerine negatif model oluşturdukları ifade edilmektedir (Collins, 2003: 20-22). Bu bağlanma stiline sahip olan yetişkinler yakın ilişkisi olmadığında kendisini huzurlu hissetmektedir.

## **2. Bağımlılıkla Bağlanma İlişkisi**

Madde bağımlılığının bağlanma teorisi açısından klinik düzeyde yapılan bir araştırmada güvensiz bağlanmayla bağımlılığın aralarında bir korelasyon olduğu saptanmıştır. Bağımlılıkla ilgili tedavide bağlanma yaklaşımının başka tedavilerle birlikte kullanılmasının pozitif neticeleri olabileceği açıklanmıştır (Tate, 2013: 1). Güvensiz bağlanma stiline bağımlılığı etkileyen bir değişken olduğu söylenebilir.

Grubac (2014) gerçekleştirdiği araştırmada katılımcıların elli bir kişiden yirmi üçü korkulu bağlanmaya sahiptir. Bu kişilerin yirmi üç tanesinde eroin bağımlılığı görülmüştür. Bu sonuçtan madde bağımlılığı görülen bireylerin büyük kısmında korkulu bağlanmanın olduğu görülmektedir (Grubac vd., 2014: 1). Korkulu bağlanmaya sahip kişiler sosyalleşme konusunda çekingen olduklarından bağımlı olmaya daha yatkın bir yaklaşım sergilemektedir.

Cömert ve Ögel (2014: 9) tarafından yapılan araştırmada bağlanma örüntüleriyle madde bağımlılığı ilişkisinin tespit edilmiştir. Araştırmaya iki bin civarında öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin yaklaşık yüzde onunun yabancı bir veya

birden madde kullandığı, yaklaşık yüzde dördünün devamlı esrar kullandığı tespit edilmiştir. Araştırmacılar bu kişilerin ebeveyne güvensiz bağlanan, negatif ebeveyn tutumuna maruz kalan, sosyal destek eksikliği olan kişiler olduğunu saptamıştır.

Sümer vd. (2015: 192) yaptığı bir araştırmada bağımlılık olgusu bağlanma stilleri bakımından değerlendirilmiştir. Araştırma neticesinde güvenli bağlanmanın bağımlılık konusunda koruyucu bir faktör olduğu bulunmuştur. ayrıca güvensiz bağlanmanın kaçınma tutumundan dolayı bağımlılıkta bir risk unsuru olduğu saptanmıştır.

### **3. Bağımlılık Kavramı**

Bağımlılık bir maddeyi kullanmaya yönelik gereksinim şeklinde ifade edilmektedir (Holden, 2001:985). Genel tanımla “bir maddeye veya bir varlığa karşı hissedilen önlenemeyen istekler ya da başka bir iradenin etkisi altına girmektir. Bağımlılık kişinin özgür iradesiyle başlasa da bireyin özgürlüğü zamanla yok olmakta, kişinin iradesi dışında tutumlar ve davranışlar görülebilmektedir (Tarhan ve Nurmedov 2011: 36). Bu nedenle bu konuda problem bağımlı olan bireyle sınırlı değildir. Bağımlı insanların ailesine, topluma olumsuz etkileri olmaktadır. Bağımlılık olumsuz neticeleri olmasına karşın beyinden kaynaklanan bir hastalıktır.

Bağımlılık uyaran veya uyuşturan maddelerle sınırlandırılmaz. Kumar, teknoloji bağımlılığı gibi pek çok bağımlılık türü mevcuttur (Tarhan ve Nurmedov, 2011:36). Esrar gibi maddeler kimyasal uyarma özelliğinden ötürü beyni etkilemektedir. Davranış temelli bağımlılıklarda ise beyinde salgılanan kimyasal maddeler sonucunda bağımlılık gerçekleşmektedir (Tarhan ve Nurmedov 2011: 36). Görüldüğü üzere beyinle ilgili bir durumdur.

#### **a. Bağımlılığın tanımı**

Bağımlılık çok yönlü bir kavramdır. Bağımlılıkla alakalı çok sayıda tanım bulunmaktadır. Bu tanımlarda ortak nokta bağımlılık bir ilişki çeşidi şeklinde kendini göstermesidir. Bağımlılık genel ifadeyle bir nesne ile oluşturulan ilişki akabinde görülen bir durum şeklinde değerlendirilmektedir. Birbirleriyle ilişkisi olan davranışlar neticesinde ortaya çıkmaktadır (Young 1999: 17). Bağımlılık kompleks bir konudur.

DSM 5'te bağımlılık konusu bir madde bağımlılığıyla sınırlandırılrsa da klinik araştırmalarda akıllı telefon bağımlılığı, oyun bağımlılığı gibi bağımlılık çeşitlerinin de bağımlılık değerlendirileceği belirtilmektedir (Süler, 2016: 15). Bağımlılık; kişilerin bir maddeyi ya da hizmetleri uzun süreli kullanmasıyla kendisini kısa süreli iyi hissetmesi hali şeklinde ifade edilebilir (Seferoğlu ve Yıldız 2013: 172). Bu iyi hissetme hali geçici, fakat bağımlılığın sağlık üzerindeki etkileri uzun sürelidir.

Bağımlılığa neden olan maddeler, kişinin haz almasına, rahatlamasına, stresin azalmasına yol açsa da ilerleyen zamanlarda bağımlılık kişinin zevk almasını önleyerek ve acı duymasına sebep olmaktadır. Kişiler kimyasal olan zararları bulunan bu maddeleri keyif vermesi ve psikolojik olarak rahatlama durumunu tecrübe etmek istemektedir (Dinç, 2017: 23-24). Kişinin bağımlılık yaratan maddeyi kullanmasıyla anlık bir rahatlama oluşur. Bu hazzı tekrarlama isteği sonucunda tekrar kullanma durumunda kişi kontrolünü yitirir. Kişi yaşadığı olumsuzluklara rağmen kullanmaya devam ederse kişi bağımlı hale gelir (Günüç, 2009: 15). Bağımlılık, süreklilik arz eden bir yapıdır. Bağımlılık, kişinin arzusuna göre oluşmakta fakat ilerleyen süreçte kişinin kontrolünün dışına çıkmaktadır. Bağımlılık ilk insanlardan itibaren yaşanan sorunlardan biridir.

Dünya sağlık örgütüne göre bağımlılık türleri (Who, 2018):

- “Opiat Tipi Bağımlılık”
- “Alkol, Barbütürat, Benzodiazepin Tipi Bağımlılık”
- “Esrar Tipi Bağımlılık”
- “Kokain Tipi Bağımlılık”
- “Uyarıcı Tipi Bağımlılık”
- “Hallusinojen Tipi Bağımlılık”
- “Solunan Çözücü Tipi Bağımlılık”
- “Tütün Tipi Bağımlılık”

DSM-5'te 10 ayrı madde kümesi tanımlanmıştır:

- “Alkol”
- “Kafein”
- “Kenevir (esrar)”
- “Halüsinojenler (LSD, meskalin, fensiklidin vb.)”

- “Uçucular (tiner, benzin, gazolin, bali vb.)6)Opiyatlar (morfin, eroin, kodein, metadon vb.)”
- “Dinginleştirici, uyutucu ve kaygı gidericiler (diazepam, klorazepat vb.)”
- “Uyarıcılar (amfetamin, ekstazi, kokain vb.)”
- “Tütün”
- “Diğer bilinmeyen maddeler”

Ayrıca “Davranışsal bağımlılıklar” aşağıda sıralanmıştır

- “İnternet Bağımlılığı”
- “Kumar Bağımlılığı”
- “Alışveriş Bağımlılığı”
- “Seks (Sex) Bağımlılığı”
- “İlişki Bağımlılığı”
- “Yeme Bağımlılığı”

Dünya Sağlık Örgütü, Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırması yayınında oyun bağımlılığını da 2008 yılında listeye dahil etmiştir.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), bilgisayar oyunları bağımlılığının "ruhsal sağlık problemi" kategorisine alındığını duyurdu.

"Oyun rahatsızlığı" olarak isimlendirilen hastalık, DSÖ tarafından Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması (ICD) tanı kılavuzunun 11'inci versiyonunun listesine eklendi. Buna göre, pratisyen hekimlerin, dünya genelinde sağlık sorunlarını teşhis etmek için kullandığı ICD tanı kılavuzunun 11'inci yeni versiyonunda, bilgisayar oyunları bağımlılığı resmen "ruhsal sağlık problemi" olarak yer aldı. DSÖ, "oyun rahatsızlığını", kişinin ilgi alanı ve günlük aktivitelerini belirlemede sorun oluşturan ve sürekli tekrar eden ciddi bir bağımlılık ve şiddetli bir davranış modeli olarak nitelendirmiştir. Hastalığın belirtileri arasında ise oyun oynama sıklığı, yoğunluğu ve süresi, diğer aktiviteler arasında oyuna verilen önceliğin seviyesi ve tüm olumsuzluklara rağmen artan sıklıkla oyun oynamaya devam edilmesi gösterildi. DSÖ'nün bilimsel çalışmalarına göre, "oyun rahatsızlığı", dijital veya video oyun aktiviteleriyle uğraşan dünya nüfusunun sadece yüzde 2-3'ünü etkilemektedir. Bu orana rağmen DSÖ, video oyunlarından zevk alan kişilerin, oyun etkinliklerine harcadıkları süreye, fiziksel, psikolojik ve sosyal durumlarındaki değişikliklere karşı dikkatli olmaları konusunda uyarıda bulunmaktadır. DSÖ, "oyun rahatsızlığı" teşhisi



konusunda günlük veya haftalık limitler koymazken, en az 12 aylık süreçte yaşanan kişisel, aile, sosyal, eğitim, mesleki ve diğer alanlardaki anormallikler teşhis için gerekli veri ve belirti olarak kabul edilecektir (Anadolu Ajansı, 2021).

Oyun bağımlılığı ile ilgili üç gösterge vardır. Bunlar:

- Oyun üzerindeki kontrolün bozuk olması (örneğin; başlanması, sıklığı, yoğunluğu, süresi, sonlandırılması, bağlamı)
- Oyuna olan önceliğin artması ve bu önceliğin diğer hayatın içindeki ilgi alanlarına ve günlük aktivitelere karşı da yayılması
- Negatif sonuçlarına rağmen oyun oynamanın devamı veya artışıdır.

### **b. Bağımlılığın nedenleri**

Yapılan araştırmalarda bağımlılığa neden olanlar kişinin kişilik yapısı, sosyalleşme düzeyi, ruh hali, sağlık sorunları, maddi problemler gibi durumlardır. Kişi yaşadığı sorunlardan kaçmak ve geçici bir süreyle rahatlamak için bağımlı olduğu obje veya hizmeti kullanmaya başlamaktadır (Öztürk vd., 2007: 224). Fakat bağımlılık oluşturan obje ya da hizmeti kullanmayı sürdürdüğünde artık ondan kopması güçleşmekte ve bağımlılık haline gelmektedir.

Bireylerin teknolojinin getirdiği sorunlardan biri olan dijital ortamlara bağımlılık kullanma sürelerinin çok fazla olması ile ortaya çıkmaktadır. Özellikle ergenler dijital oyun oynama, sosyal medyayı kullanma gibi etkinliklerde çok uzun zamanlar geçirdiklerinde, bu sürede diğer işlerini aksattıklarında ya da ertelediklerinde bağımlılık oluşmaktadır (Chayko, 2018:208). Bu bağımlılık düzeyi arttıkça kişiye olan olumsuz etkileri de artmaktadır.

Teknoloji tabanlı sanal dünyada bağımlılığa sebep olan sebeplerden biri kişinin farklı kimliklere bürünme isteğidir. Dijital oyunlarda dijital dünyada sanal yaşam sürdüren kişilerde genelde iki kişilik görülmektedir. Bu kişiler sahip olmak istedikleri ya da hayalini kurup sahip olmak istedikleri vasıflara kavuşmak için sanal dünyada vakit geçirmektedir. Bu geçirdiği zamanda sanal dünyadaki kişiliğiyle kendini gerçekleştirme arzusu kişide sürekli sanal teknolojiyi kullanma arzusu uyandırmakta bu da bağımlılığa dönüşmektedir (Ögel, 2012: 15). Dijital oyun bağımlılığı çift taraflı kişilik bozukluğu gibi psikolojik sorunlara yol açabilmektedir.

### **c. Bağımlılığın sonuçları**

Bağımlılık hakkındaki araştırmalarda bağımlılık olgusunun birtakım fiziki ve psikolojik sorunlara neden olduğu belirtilmektedir. Fiziki manada hareketsizlikten kaynaklanan obezite, görme problemleri, sağlıksız beslenme sonucunda oluşan fiziksel hastalıklar görülebilmektedir. Psikolojik olarak ise gerçekle sanal dünya arasında yaşanan karmaşa, sosyal ilişkilerde azalma, içe kapanma, öğrenme güçlüğü dikkatsizlik ve okul başarısında azalma, kaygı gibi sorunlarla karşılaşmaktadır (Balak, 2016: 21). Bunların haricinde ailesiyle, yakın çevresiyle sorunlar yaşama gibi durumlar ortaya çıkmaktadır.

### **C. Dijital Oyun Bağımlılığı Kavramı**

Dijital ortamların geniş kitlelerle yayılması ile birlikte dijital oyunları internet ve kişisel bilgisayarlarda ergenler tarafından oynanır hale gelmiştir. Sürekli gelişen ve giderek gerçekçi bir hal alan dijital oyunlar özellikle çocukların ve gençlerin ilgisini çekmektedir. Dijital oyunların çekiciliği, belli bir stratejisinin olması gibi özellikler gençleri bu oyunları uzun süreli kullanmaya itmektir.

Dijital oyun bağımlılığı, çocuklarda oyun oynama süresinin uzun olması, oyunun çocuğu gerçek yaşamdan uzaklaştırması, oyun sebebiyle yükümlülüklerini yerine getirmemeleri ve dijital oyunları başka uğraşlara tercih etmesi biçiminde tanımlanmaktadır (Horzum 2011: 56).Dijital oyun bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, cep telefonu bağımlılığı vb. teknolojik araçlardan kaynaklanan bağımlılıklar davranışsal bağımlılık şeklinde biçiminde nitelendirilmektedir.

#### **1. Dijital Oyun Bağımlılığının Tanımı**

Dijital oyunların çocuklarda sürekli kazanma ya da birinci olma isteği uyandırması ve sosyal yaşamın içinde böyle bir algının olmaması, sosyal yaşamdan uzaklaşılmasına neden olmakta ve sosyal ilişkileri zedelemektedir.

Cep telefonu, sosyal medya, internet vb. gibi dijital medya araçları, özellikle günümüz itibariyle tamamen yaşamın dışında bırakılabilecek nitelikte değildir. Ancak bu durum, dijital medya araçları kullanımının doğru yönetilemediği durumlarda dijital bağımlılığa neden olmakta ve insanlar bu dijital medya araçlarını kullanma ile dijital bağımlı olmama arasında nasıl denge kurabileceklerini

bilemediklerinden sorunlara neden olabilmektedir (Hazar ve Hazar, 2017: 204). Ergenler dijital oyunların cazibesine kendilerini kaptırmakta ve oyun oynama süresini dengelemede genellikle sıkıntı yaşamaktadırlar.

## **2. Dijital Oyun Bağımlılığı Belirtileri**

Dijital oyun bağımlılığı, tıpkı diğer bağımlılık şekillerinde olduğu gibi süreç içinde gelişim göstermektedir. Bağımlılık olgusunun genel olarak süreç içerisinde görülen belirtileri Bass tarafından göze çarpma/barizlik, duygu durum değişimleri, tolerans, yoksunluk belirtileri, çatışma, relaps zinciri şeklinde açıklanmıştır (Griffiths ve Davies, 2004: 87). Ergenlerde bu belirtiler kişiye göre farklılaşabilmektedir.

Bass tarafından 2015'te yapılan çalışmanın yanı sıra Young da bireyin oyun bağımlısı olduğunu gösteren belirtileri sınıflandırmıştır. Bu belirtiler; bağımlılıkla ilgili uyarı işaretlerinin bilinmesi, oyunla ilgili endişelerin varlığının gözlemlenmesi, oyun kullanımını saklama ya da yalan söyleme davranışının sergilenmesi, oyun dışındaki diğer faaliyetlere ilginin kaybolduğunun gözlemlenmesi, sosyal açıdan içe kapanma davranışının sergilenmesi, savunuculuk ve öfkelenme gibi davranışların, psikolojik geri çekilme davranışının sergilenmesi, olumsuz etkilerine rağmen oyun oynamaya devam etme şeklindedir (Young 2009: 360). Dijital oyun bağımlılığıyla ilgili ailelerin tedbirli olması gereklidir.

## **3. İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Etkileri**

İnternet kullanımının yaygınlaşmasıyla internet üzerinden oynanan oyunların kullanımı da artmaktadır (Arıcak vd., 2018: 1). İnternet üzerinden oyun oynamanın adolesanların gelişimi üzerine pek çok olumlu etkisi olurken, “aşırı-kompulsif-patalojik” şekilde oyun oynamaya bağlı olarak olumsuz etkileri de görülmektedir. Aşırı oyun oynamaya bağlı olarak “patalojik oyun oynama davranışları”, “oyunların aşırı kullanımı”, “problemlili oyun oynama davranışları”, “obsesif ve kompulsif oyun oynama” ve “dijital oyun bağımlılığı” gibi tanımlar ortaya çıkmaktadır (Yalçın, 2014: 2). Lemmens vd. (2009: 77-95)'nin yılında yaptığı çalışmada *dijital oyun bağımlılığını* “sosyal ve/veya duygusal problemlere rağmen bireyin bilgisayar ya da video oyunlarını aşırı ve kompulsif düzeyde kullanması ve bireyin bu aşırı kullanımı kontrol edememesi” olarak tanımlamıştır. *Dijital oyun bağımlılığı* özellikle çocuklarda ve adolesanlarda yetişkinlere göre daha fazla görülmektedir.

“Amerikan Psikiyatri Birliği” (APA) tarafından 2013 yılında yayınlanıp geliştirilen DSM-V’ in ekinde *dijital oyun bağımlılığından* “internette oyun oynama bozuklukları” olarak tanımlanabileceğinden bahsedilmiştir. İnternette oyun oynama bozukluklarının, zihinsel ve davranışsal bozuklukların sınıflandırılmasında tanı kriterlerine dahil edilmesi önerilmiştir. DSÖ’nün hastalık sınıflandırmalarını kararlaştırdığı ICD-11 toplantısında “online oyun bağımlılığı” resmen hastalık olarak tanımlanmıştır. DSM-V’te *internette oyun oynama bozukluğu*, “önem atfetme, tolerans, yoksunluk belirtileri, devamlılık, yalana başvurma, bilincinde olmasına karşın uzun süre kullanmayı sürdürme, kaçma” şeklinde kriterler oluşmaktadır. Beş ve daha fazla kriterin son bir yıl içinde gözlenmesi halinde “internette oyun oynama bozukluğu” tanısı alınmaktadır ( Savcı ve Aysan, 2017: 204). Adolesanların dijital oyun bağımlılığı prevelansı ile ilgili yapılan çalışmalarda bağımlılık oranı 2014’te % 28,8’e yükseldiği tespit edilmiştir. (Yalçın, 2014: 69). *İnternet bağımlılığı* düzeyi arttıka dijital oyun bağımlılığı düzeyi de artmaktadır (Aktaş, 2018: 16). Dijital oyun bağımlılığının her geçen yıl arttığı görölmektedir.

Gentile (2009) çalışmalarında bilgisayar oyunları oynayan 8 ila 18 yaşlarındaki gençlerin yüzde 8,5’inin kolektif bağımlılığı gösterdiğini ortaya koydu. Video oyunları kumar oynamaya benzer, ancak kumarla tam olarak aynı değildir, Gentile video bağımlılığının okuldaki dikkat ve şiddete yol açtığını tespit etmiştir. Ayrıca, kötü duygulardan uzaklaşmak, oyun planlamak veya oyun oynamak hakkında daha fazla zaman harcamak, video oyunları oynamak için ev ödevlerini yapmamak ve oyun oynamaktan dolayı düşük notlar almak gibi sorunların olduğu durumlar da vardır. Erkeklerin bilgisayar oyunlarını kıızlardan daha uzun ve daha uzun süre oynadığı bulunmuştur. Günöç (2009: 229-231) tarafından yapılan çalışmada, bazı demografik değişkenlerle ilgili tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra bu değişkenler ile internet bağımlılık durumu arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; yaş, cinsiyet, sınıf, yaş, babanın mesleği, sigara içme durumu, aile geliri, internet kullanımı en sık, internetin yıllık ve günlük kullanım miktarları genç erkek ve üniversite düzeyindeki eğitim göstergeleri ile ilişkili veya risklidir. Depresyon, uyku ve diğer psikolojik bozuklukların bireylerin bağımlılık puanlarını arttırdığı bulunmuştur.

Çocukluktan yetişkinliğe geçiş döneminde gençler bir dizi sağlık riskiyle karşılaşmaktadır. Genellikle tütün, alkol bağımlılığı gibi riskler ön planda olmakla

birlikte internet kullanımına bağı internet ve dijital oyun bağımlılığı riski de görülebilmektedir. İnternet ve dijital oyun bağımlılığının sağık üzerinde olumlu ve olumsuz etkileri mevcuttur (WHO, 2018b, <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/gaming-disorder>). İnternet, çocukların ve adolesanların hem fiziksel hem bilişsel hem de sosyal yeteneklerinin gelişimine katkı sağlayabilecek kuvvetli bir araç olarak düşünölmektedir. İnternet adolesanların bilgiye kolay bir şekilde ulaşmasının, kritik düşünmesinin, yaratıcılık yeteneklerinin ve problem çözme gibi becerilerinin gelişimine yardımcı olan bir iletişim aracıdır (Kaplan, 2016: 55). Bu bilgiler ışığında bireylerin interneti bilişsel, sosyal ve fizyolojik becerilerini destekleyecek yönde kullanmaları ve internetin pozitif ve negatif etkilerini bilerek hareket etmeleri gerekmektedir.

Sağık Bakanlığı Sağılığın Geliştirilmesi Genel Müdürlüğü tarafından Kasım 2018'de Ankara'da düzenlenen "Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı Sonuç Raporu" açıklanmıştır (Sağık Bakanlığı, 2021).

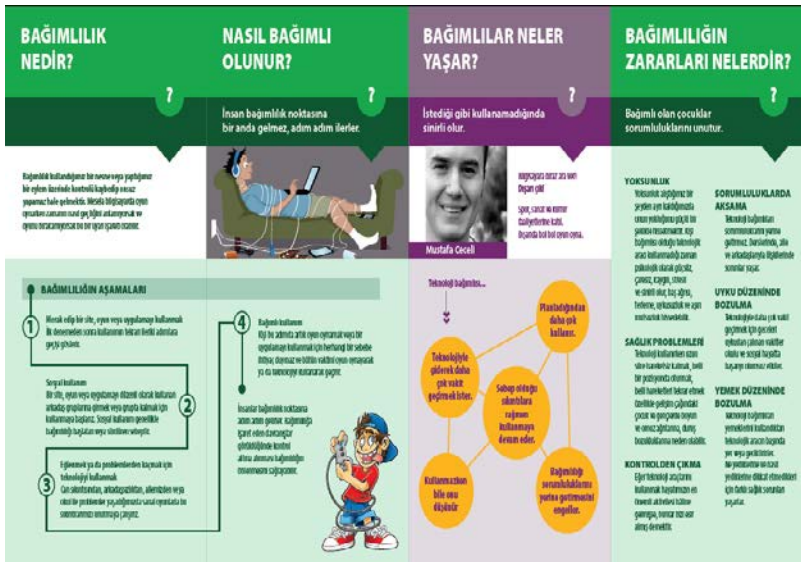
Raporda, şunlar kaydedildi:

*"Çocuk ve ergenlerin uygun olmayan oyunlarla oynaması, yaşına uygun olmayan görüntü ve bilgiler nedeniyle psikolojik travmaya, olumsuz kimlik gelişimine, kişilik bozukluklarına, yalnızlaşmaya, yabancılaşmaya, toplumsal olaylara karşı duyarsızlaşmaya, davranış bozukluklarına neden olabilmektedir. Bunun yanı sıra uzun süre hareketsiz bir şekilde oyun oynamaya bağı olarak solunum ve dolaşım sistemiyle ilgili problemler, obezite, ortopedik rahatsızlıklar, yeme bozuklukları, göz ve görme bozuklukları ile ilgili sağık sorunları ortaya çıkabilmektedir. Ayrıca akademik başarının düşmesine, uyku bozukluklarına ve kişisel hijyenle ilgili problemlere sebep olabilmektedir."*

Yeşilay teknolojik oyun bağımlılığıyla mücadele kapsamında dijital oyun bağımlılığını önlemeye yönelik çalışmalar yapmaktadır. Bu kapsamda dijital oyun bağımlılığının zararları, önlenmesi ve mücadele ile ilgili makaleler yayınlamakta, konferanslar düzenlemekte, web sayfasında yer verdiği bilgilendirme yazıları, broşür ve afişlerle gençler bilinçlendirilmeye çalışılmaktadır. Aşağıda Yeşilay tarafından hazırlanan ortaokul öğrencileri için teknoloji bağımlılığı broşürleri görölmektedir:



Şekil 7 Ortaokul Öğrencileri İçin Teknoloji Bağımlılığı Broşürü-1 (Yeşilay, 2021)



Şekil 8 Ortaokul Öğrencileri İçin Teknoloji Bağımlılığı Broşürü-2 (Yeşilay, 2021)

Bu broşürlerde bağımlılığın ne ve nasıl olduğu, bağımlıların neler yaptığı, bağımlılığın zararları gibi konulara yer verilerek öğrencilerin bilinçlendirilmesi sağlanmaktadır.

### a. Fizyolojik gelişime etkisi

İnternet ve teknolojik bir alet kullanımı el ve parmak gibi küçük kasların gelişimine destek olacağı gibi göz ile elin birlikte uyum içinde çalışmasına ve dopamin salgılanmasının artmasıyla motivasyonun güçlenmesine yardımcı olmaktadır. Çocuklar klavyeyi ve fareyi kullanarak göz ile el koordinasyonunun artmasını sağlamaktadır. Böylece motor becerileri gelişmektedir (Radesky vd., 2015: 1-3). Ayrıca dijital tabanlı oyun oynanması adolesanlarda stresin azalması sağlayarak

yorgunluklarının azalmasına yardımcı olmaktadır (Irmak ve İrmak, 2014: 24). İnternet ve dijital araçlar doğru şekilde kullanıldığında fizyolojik gelişime faydaları olabilmektedir.

Bunun yanında dijital oyun bağımlılığının olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Ergenlik sürecinde pek çok değişiklik olacağı gibi internet bağımlısı adolesanlarda da birçok fiziksel rahatsızlık görülebilmektedir. İnternet ortamında fazla zaman geçirilmesiyle adolesanlar uyku problemiyle karşılaşmaktadır. Uykusuz kalan adolesanlarda gün içinde yorgunluk belirtileri ortaya çıkmaktadır. Aşırı yorgunluk ergenlerin sağlık sistemini zayıflatarak hastalıklara yatkınlıklarını arttırabilmektedir. Bunlara ek olarak internet ve dijital oyun bağımlılığı açısından riskli adolesanlarda az da olsa yemek yeme düzeninde değişme görülmekte ve adolesanlarda obezite problemleri ortaya çıkmaktadır (Bozkurt vd., 2018: 12). Aynı zamanda bazı adolesanlarda tam tersi olarak kilo kaybı da görülebilmektedir. Ekran karşısında geçirilen vakitler göz problemlerine de neden olmaktadır. Gözlerde yorulma, kızarıklık, kuruluk ve görme kaybı bu problemlerden bir kaçıdır (Esen ve Siyez, 2011: 131). İnternet bağımlısı adolesanların bilgisayar karşısında çok fazla zaman geçirmeleri hareketsiz kalmalarına neden olmaktadır. Hareketsizlik baş- bel ağrısı, sırt- boyun ağrısı gibi pek çok eklem-kas ağrısına ve psikomotor beceri bozukluklarına neden olmaktadır. Video oyunları adolesanlarda çeşitli dolaşım problemlerine neden olabilmektedir (Chang vd., 2012: 306). Dijital oyun bağımlılığının artması ve uzun süre bilgisayar başında vakit geçirilmesi birtakım fizyolojik sorunlara yol açmaktadır.

## **b. Bilişsel gelişime etkisi**

Bilgisayar ve internet kullanımının bilişsel gelişime pek çok yararı bulunmaktadır. Adolesanların yaratıcılık becerilerinin gelişmesine katkı sağlarken aynı zamanda istenilen bilgiye kolayca ulaşma, olaylar arasında ilişki kurabilme, öğrenme, üç boyutlu düşünme, problem çözebilme, dikkat kapasitesinde artma, kritik düşünme, görsel becerileri geliştirme, dezavantajlı bireylere destek olma, şekillerin nedenlerini açıklayabilme, uzaydaki şekillerin bütünleşmesini sağlayabilme, kimya ve fizikle ilgili nesnelere göz önünde canlandırabilme gibi çeşitli avantajları da bulunmaktadır (Prot vd., 2014: 109-128). Aksiyon oyunlarının görsel-mekansal becerilerin gelişimi üzerine olumlu etkisi bulunmaktadır. Böylece hızlı bir şekilde görsel reaksiyon süreleri oluşmakta, daha iyi hedef lokalizasyonu ve zihinsel

rotasyon sağlanmaktadır. Lise öğrencileri üzerindeki araştırmada internete bağımlı olma seviyeleri ile sorunları çözebilme değişkenleri aralarında olumlu yönde bir korelasyon saptanmıştır (Yüksel ve Yılmaz, 2016: 1031-1042). Bilgisayar ve internet faydalı amaçlar için dengeli olarak kullanıldığında çocukların bilişsel gelişimine fayda sağlamaktadır.

İnternet kullanımı ve özellikle dijital oyun tabanlı öğrenme programları, gelişime ve eğitim sürecine pek çok yönden katkı sağlamakta ve adolesanların akademik başarısının ve dil becerilerinin gelişimine pozitif yönde etki etmektedir (Kim ve Smith, 2017). Adolesanlar teknolojiyi kullanarak zaman yönetimi konusunda da kendilerini geliştirmektedir (Doruk, 2007: 12).. Daha önceleri bilgiye erişim günümüzdeki kadar kolay olmamakla birlikte şuanda teknolojinin gelişmesi ve internet kullanmanın yaygınlaşmasıyla bilgiye sınırsızca ve kolayca erişilebilmektedir.

İnternet bağımlılığı açısından riskli adolesanlar, tüm günü hatta geceyi internette geçirdikleri için gün içinde dikkat dağınıklığı yaşamaktadır. Bu da derslerini çalışmakta güçlük çekmelerine, verilen ödevlerin zamanında yapamamalarına, düşük notlar almalarına sebep olmaktadır(Esen ve Siyez, 2011: 132). Böylelikle yaşanan tüm bu sorunların adolesanların akademik başarısının azalmasına yol açmaktadır.

### **c. Psikolojik ve sosyal gelişime etkisi**

İnternet kullanımı adolesanların sohbet etmelerine, mesajlaşmalarına, e- posta göndermelerine ve günlük tutarak psiko-sosyal etkileşimi arttırmalarına katkı sağlamaktadır (Li ve Wang, 2013: 1468-1475). İnternet kullanarak oynanan çevrimiçi oyunlar, yeni insanlarla tanışma olanaklarını sağlamaktadır. Ergenler internet ortamında kolaylıkla onay aldıkları için bu durumdan haz oranları yükselmektedir. Ayrıca ergenler interneti eğlence amaçlı kullanarak sosyal ilişkilerini geliştirmektedirler. Adolesanlar sosyal ağda kişisel bilgilerini rahatça saklayabildikleri için kaygı düzeyleri azalmakta ve internet kullanımı daha cazibeli hale gelmektedir (Esen ve Siyez, 2011: 134). Buna ek olarak, dijital oyun oynayan kişilerin dikkat ve duygusal duygu durum yönetimi daha iyi olmaktadır. Dijital tabanlı oyun oynamak adolesanları stresli yaşamdan uzak tutarak eğlenmelerine ve sınıf içindeki etkileşimlerinin artmasına olanak sağlamaktadır (Creighton ve



Szymkowiak, 2014: 155-163). Online dijital oyunlar ergenlerin sosyal gelişimine katkı sağlayabilmektedir.

İnternet ve dijital oyun bağımlılığı açısından riskli adolesanlar internette çok fazla vakit geçirdikleri için duygu durum bozukluğu ve algı bozukluğu ortaya çıkmaktadır (Kutlu vd., 2016: 72). Bağımlılık açısından riskli adolesanların internette fazla vakit geçirmeleri gün içinde uykusuzluk yaratıp, huzursuzluk, anksiyete yaşayarak aile ilişkilerinde de bozulmalara neden olabilmektedir (Esen ve Siyez, 2011: 134). Böylece bağımlılık açısından riskli adolesanlar yalnızlaşarak kendilerini sosyal hayattan soyutlamaktadırlar. Şiddet içerikli oyun oynayan adolesanlarda empati kaybı yaşama, şiddete karşı duyarsızlaşma, saldırganlık (Madran ve Çakılcı, 2014: 102), obsesif ve agresif davranışlar gösterme, düşük benlik saygı, düşük sosyal yeterlilik, oyuncularla makineleşme, kaygı düzeyi artışı, depresyon, sıkılma ve istek kaybı gibi psikolojik belirtiler görülmektedir (Prot vd., 2014: 112). Aynı zamanda bağımlılık açısından riskli adolesanlarda kişisel hijyen eksiklikleri de görülebilmekte ve bu da değişik sorunlara yol açabilmektedir (Horzum, 2011: 59). Dijital oyun bağımlılığı arttıkça psikolojik sorunların görülme olasılığı da artmaktadır.

Oyuncuların istekleri doğrultusunda kendilerine yakın hissettikleri karakterlerle özdeşleştiği dijital oyunlarda gerçek ve sanal ortam kurgusu iç içe olduğundan oyuncuda zamansızlık hissi oluşturur. Çevrimiçi oyunlarda kişi oyunda aktif olduğu süre içinde karakterini geliştirmeye uğraşır ve oyundan çıkış yaptığında yabancılaşma hissi ortaya çıkar. Bunun sebebi oyuncu aktif olmadığında bile oyunun devam ediyor olmasıdır (Karahisar 2013:17).Yapılan araştırmalarda aşırı dijital oyun oynamanın, ergenlerde ve genç erişkinlerde depresyon olasılığı ile ilişkili olduğu ayrıca aşırı oyun oynayan ergenlerin anksiyete, sigara, uyuşturucu kullanımı, şiddet ve intihar düşüncesi gibi diğer risk davranışlarına daha yatkın olduğu belirlenmiştir (Männikkö vd., 2014: 63). Dijital oyun bağımlılığı, dış dünyadan uzaklaşma, çift yönlü kişilik bozukluğu gibi psikolojik sorunlara sebep olabilmektedir.

Çocuk ve ergenlerde agresif davranışlara, kişilik değişimlerine, yüksek anksiyete ve psiko motor bozukluklara, özgür düşünce ve arzu-eğilim yitimine, oyunculara makineleşme ve şiddet belirtilerine, duyguların azalmasına, öğrenme bozukluklarına, çocukların erken olgunlaşmasına, dikkat sorunları, düşük akademik başarı, öğretmen ve arkadaşlarıyla tartışma eğilimine, düşmanca tavrın artış göstermesine neden olmaktadır (Şengül ve Büber 2016: 175-182). Dijital oyun

bağımlılığı ergenleri şiddet eğilimi, akran zorbalığı, depresyon, kaygı bozukluğu gibi psikolojik sorunlara sebep olabilmektedir.

Çocukların dijital oyundaki sosyal ortama ayırdıkları sürenin uzaması yüz yüze iletişimi azaltmakta, çocuğu yalnızlaştırmakta ve sosyal etkileşimde bozulmalara neden olmaktadır (Uz ve Çağıltay 2015: 1-12). Oyunlara aşırı zaman ayırmanın zararlı sosyal ilişkilere, okul-iş yaşamında aksamalara, bağımlılık davranışına neden olduğu düşünülmektedir (Karaca vd., 2016: 14-19). Ergenlerin yaşam memnuniyeti, sağlık sorumluluğu, sosyal destek ve egzersiz davranışı gibi sağlıkla ilgili belirleyicilerin asimilasyonuyla olumsuz şekilde bağlantılı olan bilgisayar kullanılarak önemli bir zaman harcaması olduğu savunulmaktadır (Männikkö vd., 2014: 64). Özellikle çaba sarf etmeden oynanan bireysel oyunlar çocukları pasif alıcı rolüne bürür ve ebeveyn çocuk arasında tartışmalara sebebiyet verir (Toran vd., 2016: 12-15). Dijital oyun bağımlılığı sonucunda ergenler dijital ortamdaki sanal dünyada kaybolup, dış dünyaya yabancılaşabilmektedir.

## **IV. YÖNTEM**

### **A. Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Günümüzde dijital oyun bağımlılığı giderek yaygınlaşmaktadır. İnsanlar cep telefonu, tablet gibi dijital cihazlar başında uzun süre vakit geçirmekte ve etkileyici ve sürükleyici oyunlar oynamaktadır. Bu oyunlar belli bir zaman sonra insanlarda bağımlılık yapmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı insanların sosyal hayattan veya günlük rutin işlerinden uzaklaşmasına varan sorunlara neden olmaktadır. Kişinin sosyal hayatı ve ruh sağlığı zarar görmektedir.

Bu araştırmanın amacı ergenlerde dijital oyun bağımlılığını araştırmaktır. Dijital oyun bağımlılığının pek çok etkileri bulunmaktadır. Bunun yanında dijital oyun bağımlılığının olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Dijital oyun bağımlısı adolesanlarda da birçok fiziksel rahatsızlık görülebilmektedir. İnternet ortamında dijital oyunlarla fazla zaman geçirilmesiyle ergenler uyku problemiyle karşılaşmaktadır. Uykusuz kalan ergenlerde gün içinde yorgunluk belirtileri ortaya çıkmaktadır. Aşırı yorgunluk ergenlerin sağlık sistemini zayıflatarak hastalıklara yatkınlıklarını arttırabilmektedir. Bunlara ek olarak internet ve dijital oyun bağımlılığı açısından riskli ergenlerde az da olsa yemek yeme düzeninde değişme görülmekte ve ergenlerde obezite problemleri ortaya çıkmaktadır. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar ergenlerde dijital oyun bağımlılığının düzeyini görmek ve olumsuz etkilerini azaltmak açısından önem taşımaktadır. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar ergenlerde dijital oyun bağımlılığının önlenmesine yönelik çalışmalara ışık tutacaktır.

### **B. Evren Örneklem**

Araştırmada İstanbul ili Gaziosmanpaşa İlçesindeki bir özel okulun orta ve lise kademesindeki öğrencileri arasından seçilen 500 kişiye anket uygulanarak veriler toplanmıştır.

## C. Verilerin Toplanması

Araştırmadaki veriler bizzat araştırmacı tarafından okullarda dijital bağımlılık ölçeğinin uygulanmasıyla toplanmıştır.

### 1. Veri toplama Araçları

Bu çalışmada Hazar ve Hazar (2017) tarafından geliştirilen “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılacaktır.

## D. Verilerin Analizi

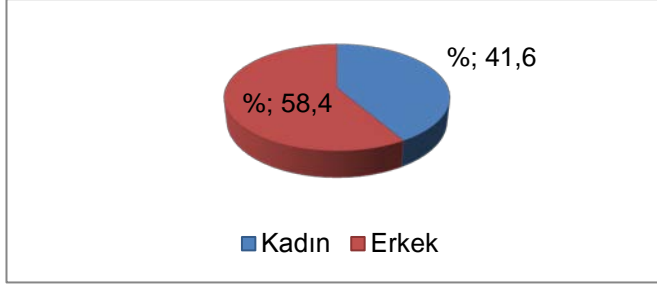
Tezin uygulama kısmında betimsel araştırma yöntem kullanılarak anket uygulanması sonucunda elde edilen veriler SPSS 22 programına girilerek kodlanacaktır.

Çalışmadaki kişiler bilgi verilerinin tanımlayıcı istatistikleri çıkarılacaktır. Ölçek boyutlarının cronbach alpha değerleri hesaplanacaktır. Ölçeğin normallik sınaması için çarpıklık ve basıklık değerlerine göre normallik dağılımına bakılacaktır. Ölçek alt boyutlarının kişisel bilgilerdeki değişkenlere göre farklılaşmasını test etmek için hipotez testlerinden yararlanılacaktır. Ölçek verilerinin normal dağılım gösterip göstermeme durumuna göre parametrik veya non parametrik testler kullanılacaktır. Ölçek boyutları arasındaki ilişkiyi incelemek için korelasyon testi yapılacaktır.

## E. Bulgular

Çizelge 1 “Cinsiyet” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
Kadın	208	41,6
Erkek	292	58,4
Total	500	100,0

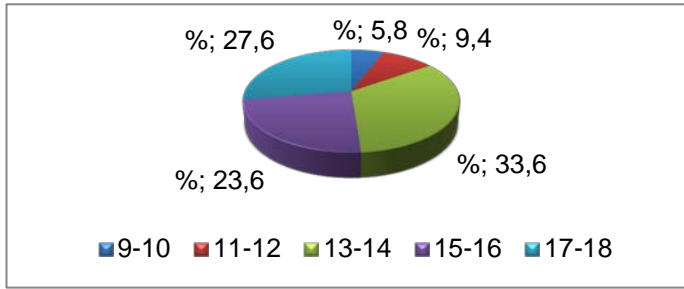


Şekil 9 Cinsiyet

Araştırmaya katılan öğrencilerin %41,6 sı kadın, %58,4 ü ise erkektir.

Çizelge 2.”Yaş” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
9-10	29	5,8
11-12	47	9,4
13-14	168	33,6
15-16	118	23,6
17-18	138	27,6
Total	500	100,0



Şekil 10 Yaş

Araştırmaya katılan öğrencilerin %5,8 i 9-10, %9,4 ü 11-12, %33,6 sı 13-14, %23,6 sı 15-16, %27,6 sı 17-18 yaşlarındadır.

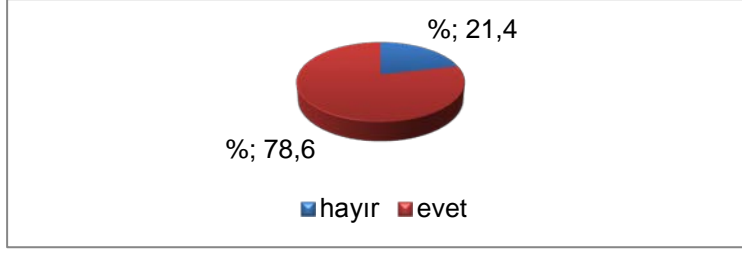
Çizelge 3 “Meslek” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
Öğrenci	500	100,0

Araştırmaya katılanların tamamı öğrencidir.

Çizelge 4 “Kendinize ait bilgisayarınız var mı?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
hayır	107	21,4
evet	393	78,6
Total	500	100,0

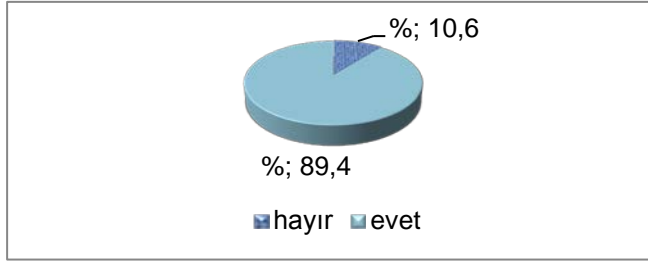


Şekil 11 "Kendinize ait bilgisayarınız var mı?" Yüzde Dağılımları

Araştırmaya katılan kişilerin %21,4 ünün bilgisayarı yokken, %78,6 sının ise bilgisayarı bulunmaktadır.

Çizelge 5 "Kendine ait cep telefonun var mı?" Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
hayır	53	10,6
evet	447	89,4
Total	500	100,0

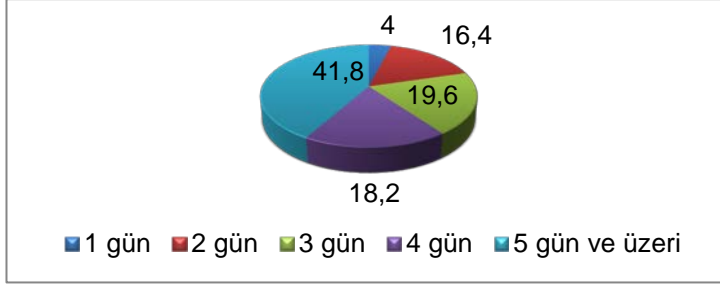


Şekil 12 "Kendine ait cep telefonun var mı?" Yüzde Dağılımları

Araştırmaya katılan kişilerin %10,6 sının cep telefonu bulunmamaktadır. %89,4 ünün ise cep telefonu vardır.

Çizelge 6 "Haftanın kaç günü Dijital oyun oynarsınız?" Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
1 gün	20	4,0
2 gün	82	16,4
3 gün	98	19,6
4 gün	91	18,2
5 gün ve üzeri	209	41,8
Total	500	100,0

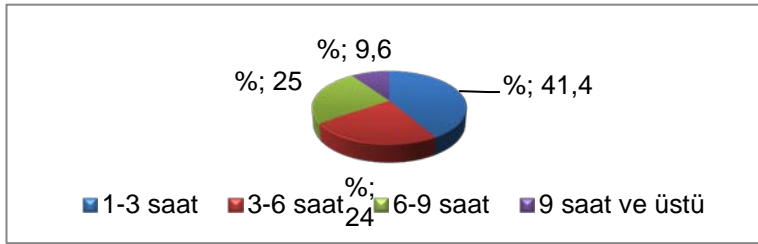


Şekil 13 “Haftanın kaç günü Dijital oyun oynarsınız?” Yüzde Dağılımları

Araştırmaya katılan kişilerin %4 ü haftada 1 gün, %16,4 ü haftada 2 gün, %19,6 sı haftada 3 gün, %18,2 si haftada 4 gün, %41,8 i haftada 5 gün ve üzerinde dijital oyun oynamaktadır.

Çizelge 7 “Günde kaç saat dijital oyun oynarsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
1-3 saat	207	41,4
3-6 saat	120	24,0
6-9 saat	125	25,0
9 saat ve üstü	48	9,6
Total	500	100,0



Şekil 14 “Günde kaç saat dijital oyun oynarsınız?” yüzde dağılımları

Araştırmaya katılan kişilerin %41,4 ü günde 1-3 saat, %24 ü günde 3-6 saat, %25 i günde 6-9 saat, %9,6 sı günde 9 saat üzerinde dijital oyun oynamaktadır.

Çizelge 8 Oynadığınız oyunların ne kadarında süre sınırı var?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
hiçbirinde	216	43,2
çok azında	138	27,6
çoğunluğunda	102	20,4
hepsinde	44	8,8
Total	500	100,0

Araştırmaya katılanların %43,2 si oynadıkları oyunların süre sınırının “hiçbirinde” olmadığını, %27,6 sı “çok azında”, %20,4 ü “çoğunluğunda”, %8,8 i “hepsinde” süre sınırı olduğunu belirtmektedir.

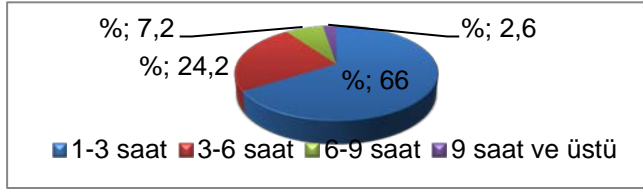
Çizelge 9 “Çevrimiçi (internet gerektiren) mi yoksa çevrimdışı (internet gerektirmeyen)” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
Çevrimiçi (internet gerektiren)	441	88,2
çevrimdışı (internet gerektirmeyen)	59	11,8
Total	500	100,0

Araştırmaya katılanların %88,2 si çevrimiçi, %11,8 çevrimdışı dijital oyunlar oynamaktadır.

Çizelge 10 “Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
1-3 saat	330	66,0
3-6 saat	121	24,2
6-9 saat	36	7,2
9 saat ve üstü	13	2,6
Total	500	100,0



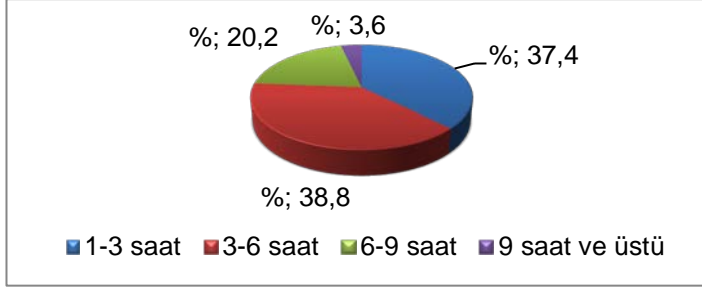
Şekil 15 “Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?” Yüzde Dağılımları

Araştırmaya katılanların %66 sı 1-3 saat, %24,2 si 3-6, %7,2 si 6-9 saat, %2,6 sı dijital oyun oynadığı günler 9 saat ve üstünde derslerine zaman ayırmaktadır.

Çizelge 11 “Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?” Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
1-3 saat	187	37,4
3-6 saat	194	38,8
6-9 saat	101	20,2
9 saat ve üstü	18	3,6
Total	500	100,0





Şekil 16 “Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?” yüzde dağılımları

Araştırmaya katılanların %37,4 ü 1-3 saat, %38,8 i 3-6 saat, %20,2 si 6-9 saat, %3,6 sı 9 saat ve üstünde dijital oyun oynamadığı günler ders için zaman ayırmaktadır.

Çizelge 12 “Ev dışında kaç saat dijital oyun oynarsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
1-3 saat	320	64,0
3-6 saat	115	23,0
6-9 saat	45	9,0
9 saat ve üstü	20	4,0
Total	500	100,0

Araştırmaya katılanların %64 ü 1-3 saat, %23 ü 3-6 saat, %9 u 6-9 saat, %4 ü 9 saat ve üstü evde olmadığı dijital oyun oynamaya zaman ayırmaktadır.

Çizelge 13 “Dijital oyunu bilgisayarda kaç saat oynarsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
1-3 saat	206	41,2
3-6 saat	123	24,6
6-9 saat	135	27,0
9 saat ve üstü	36	7,2
Total	500	100,0

Araştırmaya katılanların %41,2 si 1-3 saat, %24,6 sı 3-6 saat, %27 si 6-9 saat, %7,2 si 9 saat ve üstü bilgisayarda dijital oyun oynamaktadır.

Çizelge 14 “Cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla kaç saat oynarsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
1-3 saat	193	38,6
3-6 saat	171	34,2
6-9 saat	51	10,2
9 saat ve üstü	85	17,0
Total	500	100,0

Araştırmaya katılanların %38,6 sı 1-3 saat, %34,2 si 3-6 saat, %10,2 si 6-9 saat, %17 si 9 saat ve üstünde cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla oyun oynamaktadır.

Çizelge 15 “Spor, müzik ve benzeri aktivitelere kaç saat ayırırsınız?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
1-3 saat	376	75,2
3-6 saat	63	12,6
6-9 saat	38	7,6
9 saat ve üstü	23	4,6
Total	500	100,0

Araştırmaya katılanların %75,2 si 1-3 saat, %12,6 sı 3-6 saat, %7,6 sı 6-9 saat, %4,6 sı 9 saat ve üstü farklı aktivitelere zaman harcamaktadır.

Çizelge 16 “Babanızın gelir durumu?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
işsiz	68	13,6
0-2000 TL	30	6,0
2001-4000 TL	155	31,0
4001-6000 TL	143	28,6
6001 TL ve üzeri	104	20,8
Total	500	100,0

Araştırmaya katılanların %13,6 sı işsiz, %6 sı 0-2000 TL, %31 i 2001-4000 TL, %28,6 sı 4001-6000 TL, %20,8 6001 TL üzerinde geliri vardır.

Çizelge 17 “Annelerinizin gelir durumu?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
işsiz	78	15,6
0-2000 TL	184	36,8
2001-4000 TL	145	29,0
4001-6000 TL	62	12,4
6001 TL ve üzeri	31	6,2
Total	500	100,0

Araştırmaya katılanların annelerinin %15,6 sı işsiz, %36,8 i 0-2000 TL, %29 u 2001-4000 TL, %12,4 4001-6000 TL, %6,2 6001 TL üzeri geliri vardır.

Çizelge 18 “Babanızın eğitim durumu?” Frekans ve Yüzde Dağılımları

	<i>f</i>	%
okur-yazar değil	35	7,0
ilkokul mezunu	35	7,0
ortaokul mezunu	56	11,2
lise mezunu	156	31,2
üniversite mezunu	203	40,6
yüksek lisans ve üzeri mezunu	15	3,0
Total	500	100,0

Araştırmaya katılanların babalarının %7 si okur-yazar değil, %7 si ilkokul mezunu, %11,2 si ortaokul mezunu, %31,2 si lise mezunu, %40,6 sı üniversite mezunu, %3 ü yüksek lisans ve üzeri mezun durumuna sahiptir.

Çizelge 19 Dijital Oyun Bağımlılığı –Yaş - Anova Testi

Cinsiyet		N	Ortalama	Standart Sapma	T	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	Kadın	208	19,2837	8,72230	-5,375	,000
	Erkek	292	23,4692	8,48097		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	Kadın	208	21,9423	8,31950	-6,843	,000
	Erkek	292	26,9007	7,49206		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	Kadın	208	15,9567	7,21800	-2,773	,006
	Erkek	292	17,7226	6,72548		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	Kadın	208	10,3125	4,29734	-3,290	,001
	Erkek	292	11,5890	4,26070		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	Kadın	208	67,4952	27,39600	-5,142	,000
	Erkek	292	79,6815	25,17658		

Dijital oyun bağımlılığının cinsiyete göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Erkeklerin Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma , Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma, Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel) boyutları puan ortalaması kadınlardan daha yüksektir. Erkek öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının kızlara göre daha fazla olduğu söylenebilir.

Çizelge 20 Dijital Oyun Bağımlılığı –Yaş - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	9-10	29	32,6207	3,57984	30,581	,000
	11-12	47	21,3830	8,61130		
	13-14	168	18,2619	8,37321		
	15-16	118	25,7881	7,60100		
	17-	138	20,3043	8,05058		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	9-10	29	30,9310	4,11384	17,888	,000
	11-12	47	24,3617	7,94663		
	13-14	168	21,9821	8,11923		
	15-16	118	28,6186	7,59433		
	17-18	138	23,9638	7,76612		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	9-10	29	26,0345	2,09562	31,684	,000
	11-12	47	18,3617	7,03848		
	13-14	168	13,9226	6,60883		
	15-16	118	19,6102	6,17969		
	17-18	138	16,1087	6,16286		
	Total	500	16,9880	6,98207		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	9-10	29	14,9310	1,96271	20,878	,000
	11-12	47	12,0426	4,96929		
	13-14	168	9,4405	4,31222		
	15-16	118	12,8051	3,81015		
	17-18	138	10,3841	3,73643		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	9-10	29	104,5172	10,11230	28,001	,000
	11-12	47	76,1489	27,74729		
	13-14	168	63,6071	25,82855		
	15-16	118	86,8220	23,05164		
	17-18	138	70,7609	24,15961		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının yaşa göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). 9-10 yaş grubundakilerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. 9-10 yaş grubu öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğer yaş gruplarına göre daha fazla olduğu söylenebilir.

Çizelge 21 Dijital Oyun Bağımlılığı – Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı? - Bağımsız örneklem T Testi

Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı?		N	Ortalama	Standart Sapma	T	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	hayır	107	17,2056	7,68328	-6,666	,000
	evet	393	22,9593	8,71390		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer	hayır	107	20,7944	7,11594	-6,419	,000
	evet	393	25,9389	8,15265		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	hayır	107	14,1869	7,21650	-4,594	,000
	evet	393	17,7506	6,72673		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	hayır	107	9,4486	4,34206	-4,429	,000
	evet	393	11,4962	4,21133		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	hayır	107	61,6355	24,65819	-6,053	,000
	evet	393	78,1450	26,26789		

Dijital oyun bağımlılığının “Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Kendine ait bilgisayarı olan öğrencilerin Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma, Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel) boyutları puan ortalaması olmayanlardan daha yüksektir. Kendine ait bilgisayarı olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığının olmayanlardan daha yüksek olduğu yorumu yapılabilir.

Çizelge 22 Dijital Oyun Bağımlılığı – Kendinize ait bir cep telefonunuz var mı? - Bağımsız Örneklem T Testi

Kendinize ait bir cep telefonunuz var mı?		N	Ortalama	Standart Sapma	T	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	hayır	53	25,9057	9,08986	3,693	,000
	evet	447	21,2327	8,66359		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer	hayır	53	26,3774	7,42974	1,445	,149
	evet	447	24,6555	8,28811		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	hayır	53	22,4151	5,72590	7,138	,000
	evet	447	16,3445	6,84140		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	hayır	53	12,9623	4,02379	3,432	,001
	evet	447	10,8322	4,29997		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	hayır	53	87,6604	24,98457	3,802	,000
	evet	447	73,0649	26,58859		

Dijital oyun bağımlılığının “Kendinize ait bir cep telefonunuz var mı?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer boyutu dışındaki tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Kendine ait cep telefonunu olan öğrencilerin Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma, Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel) boyutları puan ortalaması olmayanlardan daha yüksektir. Kendine ait cep telefonunu olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığının kendine ait cep telefonu olmayanlardan daha yüksek olduğu yorumu yapılabilir. Öğrencilerin kendine ait cep telefonunun olması telefona kolay erişip oyunlarla fazla zaman geçirmesine sebep olabilmektedir.

Çizelge 23 Dijital Oyun Bağımlılığı – Haftanın kaç günü Dijital oyun oynarsınız? - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	1 gün	20	10,0500	4,55926	49,311	,000
	2 gün	82	15,1585	7,14656		
	3 gün	98	19,7755	6,75878		
	4 gün	91	21,7582	8,16135		
	5 gün ve üzeri	209	26,3254	7,84216		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	1 gün	20	12,6000	2,77963	53,290	,000
	2 gün	82	18,6341	6,87366		
	3 gün	98	23,5204	6,53181		
	4 gün	91	24,7363	8,83030		
	5 gün ve üzeri	209	29,1053	6,35099		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	1 gün	20	8,4500	3,63427	33,250	,000
	2 gün	82	12,8049	6,35073		
	3 gün	98	15,4490	5,83470		
	4 gün	91	17,1429	7,30079		
	5 gün ve üzeri	209	20,1005	6,02754		
	Total	500	16,9880	6,98207		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	1 gün	20	5,5000	2,52357	43,483	,000
	2 gün	82	8,4024	3,10658		
	3 gün	98	9,7041	3,89080		
	4 gün	91	11,0000	3,72976		
	5 gün ve üzeri	209	13,2919	3,95965		
	Total	500	11,0580	4,31786		

Çizelge 23 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – Haftanın kaç günü Dijital oyun oynarsınız? - Anova Testi

	1 gün	20	36,6000	12,19318		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	2 gün	82	55,0000	21,89255	52,341	,000
	3 gün	98	68,4490	20,97722		
	4 gün	91	74,6374	26,61892		
	5 gün ve üzeri	209	88,8230	22,29441		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının haftada kaç gün dijital oyun oynandığı değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Haftada 5 gün ve üzerinde dijital oyun oynayanların dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma , oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Haftada 5 gün ve üzerinde dijital oyun oynayan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu söylenebilir. Dijital oyun oynanan gün sayısı arttıkça dijital oyun bağımlılığının yükseldiği görülmektedir.

Çizelge 24 Dijital Oyun Bağımlılığı – Günde kaç saat dijital oyun oynarsınız? - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	1-3 saat	207	14,6763	6,94825	157,531	,000
	3-6 saat	120	24,1417	6,21505		
	6-9 saat	125	27,7440	5,91595		
	9 saat ve üstü	48	28,8333	4,59108		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	1-3 saat	207	18,0870	7,29824	163,939	,000
	3-6 saat	120	27,8167	4,80368		
	6-9 saat	125	30,1040	4,12393		
	9 saat ve üstü	48	30,7083	4,76672		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	1-3 saat	207	11,6039	5,81408	132,522	,000
	3-6 saat	120	19,3583	5,41364		
	6-9 saat	125	22,3920	4,21575		
	9 saat ve üstü	48	24,2083	4,24744		
	Total	500	16,9880	6,98207		

Çizelge 24 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – Günde kaç saat dijital oyun oynarsınız? - Anova Testi

Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	1-3 saat	207	7,6812	3,00239	140,668	,000
	3-6 saat	120	12,3417	3,82274		
	6-9 saat	125	14,1440	2,93671		
	9 saat ve üstü	48	14,3750	2,77239		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	1-3 saat	207	52,0483	21,21361	186,786	,000
	3-6 saat	120	83,6583	18,53386		
	6-9 saat	125	93,1840	14,53882		
	9 saat ve üstü	48	96,1250	13,23700		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının günde kaç saat dijital oyun oynandığı değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Günde 9 saat ve üzerinde dijital oyun oynayanların dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Günde 9 saat ve üzerinde dijital oyun oynayan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu söylenebilir. Öğrencilerde günlük dijital oyun oynama süresi arttıkça dijital oyun bağımlılığı da artmaktadır.

Çizelge 25 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Oynadığımız oyunların ne kadarında süre sınırı var” - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	hiçbirinde	216	22,1481	8,88407	16,543	,000
	çok azında	138	23,3696	7,18989		
	çoğunluğunda	102	21,4314	9,42139		
	hepsinde	44	13,4318	7,25098		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	hiçbirinde	216	26,0046	8,27183	31,482	,000
	çok azında	138	27,2319	6,08371		
	çoğunluğunda	102	23,2647	8,04188		
	hepsinde	44	15,2500	6,73804		
	Total	500	24,8380	8,21161		



Çizelge 25 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – “Oynadığınız oyunların ne kadarında süre sınırı var” - Anova Testi

Bireysel ve Sosyal Görevlerin/ Ödevlerin Ertelenmesi	hiçbirinde	216	17,1759	6,42354	13,007	,000
	çok azında	138	18,2899	5,95384		
	çoğunluğunda	102	17,3627	8,09815		
	hepsinde	44	11,1136	7,15352		
	Total	500	16,9880	6,98207		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	hiçbirinde	216	11,3769	4,49179	8,588	,000
	çok azında	138	11,4188	3,34181		
	çoğunluğunda	102	11,1373	4,84214		
	hepsinde	44	8,0000	3,76026		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	hiçbirinde	216	77,8056	26,37510	19,047	,000
	çok azında	138	79,2101	20,85244		
	çoğunluğunda	102	73,1961	29,41275		
	hepsinde	44	47,7955	23,80989		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının “Oynadığınız oyunların ne kadarında süre sınırı var?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). “Çok azında” cevabını verenlerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Dijital oyunların çok azında süre sınırı olduğunu düşünen öğrencilerin dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu söylenebilir. Dijital oyunlarda genellikle süre sınırlamasının olmaması ergenlerin dijital oyunlara kendilerini kaptırmalarına ve bağımlılığa yol açmaktadır.

Çizelge 26 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Çevrimiçi (internet gerektiren) mi yoksa çevrimdışı (internet gerektirmeyen) oyunları mı tercih edersiniz?” - T Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	T	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	Çevrimiçi (internet gerektiren)	441	22,09	8,87	2,528	,012
	çevrimdışı (internet gerektirmeyen)	59	19,01	7,94		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	Çevrimiçi (internet gerektiren)	441	25,06	8,24	1,699	,090
	çevrimdışı (internet gerektirmeyen)	59	23,13	7,81		

Çizelge 26 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – “Çevrimiçi (internet gerektiren) mi yoksa çevrimdışı (internet gerektirmeyen) oyunları mı tercih edersiniz?” - T Testi

	Çevrimiçi (internet gerektiren)			2,703	,007
	N	Ortalama	Standart Sapma		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	441	17,29	6,89		
	59	14,69	7,22		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	441	11,167	4,24	1,420	,160
	59	10,23	4,78		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	441	75,61	26,78	2,309	,021
	59	67,08	25,69		

Dijital oyun bağımlılığının “Çevrimiçi (internet gerektiren) mi yoksa çevrimdışı (internet gerektirmeyen) oyunları mı tercih edersiniz?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda “Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma”, “Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi”, “Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)” boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Çevrimiçi (internet gerektiren dijital oyun oynayanların öğrencilerin “Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma”, “Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi”, “Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma”, “Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)” boyutları puan ortalaması çevrimiçi oyun oynamayanlardan daha yüksektir. Çevrimiçi dijital oyun oynayanlarda çevrimiçi oynamayanlara göre daha fazla dijital oyun bağımlılığının geliştiği görülmektedir.

Çizelge 27 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?” - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
	3-6 saat	121	16,9587	7,10328		
	6-9 saat	36	13,8056	6,10770		
	9 saat ve üstü	13	16,5385	10,54052		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer	1-3 saat	330	27,5545	7,28731	50,911	,000
	3-6 saat	121	20,9091	6,60808		
	6-9 saat	36	16,3056	7,01761		
	9 saat ve üstü	13	16,0769	10,37193		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	1-3 saat	330	18,8515	6,58259	26,729	,000
	3-6 saat	121	13,5372	6,05673		
	6-9 saat	36	12,8056	6,78578		
	9 saat ve üstü	13	13,3846	7,47817		
	Total	500	16,9880	6,98207		

Çizelge 27 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – “Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?” - Anova Testi

Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	1-3 saat	330	12,0879	4,14863	22,541	,000
	3-6 saat	121	9,4628	3,85150		
	6-9 saat	36	7,6944	3,43777		
	9 saat ve üstü	13	9,0769	5,25137		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	1-3 saat	330	83,0394	24,65941	41,638	,000
	3-6 saat	121	60,8678	21,67369		
	6-9 saat	36	50,6111	21,41732		
	9 saat ve üstü	13	55,0769	33,38778		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının “Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Dijital oyun oynadığınız günler derslere 1-3 saat ayıranların verenlerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Dijital oyunlara ayrılan süre derslere ayrılan süreyi kısıtlamaktadır.

Çizelge 28 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?” - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	1-3 saat	187	24,6096	8,84773	21,585	0,000
	3-6 saat	194	19,0258	7,79693		
	6-9 saat	101	23,1089	8,51223		
	9 saat ve üstü	18	13,1667	6,80182		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	1-3 saat	187	26,7807	7,94403	17,181	,000
	3-6 saat	194	23,3196	7,98645		
	6-9 saat	101	25,9802	7,48329		
	9 saat ve üstü	18	14,6111	6,99696		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	1-3 saat	187	19,9037	7,33905	25,619	,000
	3-6 saat	194	14,9742	6,02966		
	6-9 saat	101	16,7030	6,06060		
	9 saat ve üstü	18	10,0000	4,56328		
	Total	500	16,9880	6,98207		

Çizelge 28 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – “Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?” - Anova Testi

Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	1-3 saat	187	12,7754	4,37402	22,518	,000
	3-6 saat	194	9,8557	3,62201		
	6-9 saat	101	10,8911	4,31486		
	9 saat ve üstü	18	7,1111	3,72415		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	1-3 saat	187	84,0695	27,15746	23,053	,000
	3-6 saat	194	67,1753	23,88119		
	6-9 saat	101	76,6832	24,41390		
	9 saat ve üstü	18	44,8889	20,59380		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının “Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

“1-3 saat” ve “6-9” saat cevabını verenlerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Çizelge 29 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Ev dışında kaç saat dijital oyun oynarsınız?” - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	1-3 saat	320	19,7594	8,57101	24,444	,000
	3-6 saat	115	25,0174	7,58690		
	6-9 saat	45	28,8444	8,11272		
	9 saat ve üstü	20	18,3000	6,94414		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	1-3 saat	320	22,9500	8,36683	18,832	,000
	3-6 saat	115	28,2087	6,68528		
	6-9 saat	45	29,5333	6,72039		
	9 saat ve üstü	20	25,1000	6,46366		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	1-3 saat	320	15,8938	7,00479	22,841	,000
	3-6 saat	115	18,2435	5,83485		
	6-9 saat	45	23,6000	5,75010		
	9 saat ve üstü	20	12,4000	4,50029		
	Total	500	16,9880	6,98207		

Çizelge 29 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – “Ev dışında kaç saat dijital oyun oynarsınız?” - Anova Testi

Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	1-3 saat	320	10,3094	4,42576	14,711	,000
	3-6 saat	115	12,4348	3,44157		
	6-9 saat	45	13,6444	3,42554		
	9 saat ve üstü	20	9,3000	4,74730		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	1-3 saat	320	68,9125	26,99237	21,984	,000
	3-6 saat	115	83,9043	21,78361		
	6-9 saat	45	95,6222	22,49777		
	9 saat ve üstü	20	65,1000	19,28976		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının “Ev dışında kaç saat dijital oyun oynarsınız?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

“6-9” saat ev dışında dijital oyun oynayanların; “dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma”, “oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer”, “bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi”, “yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma”, “dijital oyun bağımlılığı (genel)” boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Çizelge 30 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Dijital oyunu bilgisayarda kaç saat oynarsınız?” - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	1-3 saat	206	15,3350	7,32849	151,361	,000
	3-6 saat	123	21,7805	6,90870		
	6-9 saat	135	29,0296	4,69191		
	9 saat ve üstü	36	30,7500	3,69072		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	1-3 saat	206	18,8592	7,55045	138,259	,000
	3-6 saat	123	25,4065	5,89781		
	6-9 saat	135	31,4222	3,85070		
	9 saat ve üstü	36	32,4167	3,40902		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	1-3 saat	206	12,1748	6,22337	103,457	,000
	3-6 saat	123	17,9593	5,94014		
	6-9 saat	135	21,8815	3,93046		
	9 saat ve üstü	36	22,8611	4,30384		
	Total	500	16,9880	6,98207		

Çizelge 30 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – “Dijital oyunu bilgisayarda kaç saat oynarsınız?” - Anova Testi

Yoksunluğun Psikolojik Fiziyojik Yansıması ve Oyuna Dalma	1-3 saat	206	8,0583	3,34321	111,459	,000
	3-6 saat	123	11,7154	3,99081		
	6-9 saat	135	13,7111	2,64538		
	9 saat ve üstü	36	16,0278	3,31651		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	1-3 saat	206	54,4272	22,68258	155,909	,000
	3-6 saat	123	76,8618	21,24769		
	6-9 saat	135	96,0444	11,71672		
	9 saat ve üstü	36	102,0556	12,22397		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının “Ev dışında kaç saat dijital oyun oynarsınız?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

“6-9” saat ev dışında dijital oyun oynayanların; dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fiziyojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Çizelge 31 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla kaç saat oynarsınız?” - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	1-3 saat	193	16,2642	8,52005	82,385	,000
	3-6 saat	171	22,1462	7,11392		
	6-9 saat	51	29,6078	6,51791		
	9 saat ve üstü	85	28,1647	3,83545		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	1-3 saat	193	19,8705	8,02592	74,170	,000
	3-6 saat	171	25,3918	7,24153		
	6-9 saat	51	30,0000	4,88672		
	9 saat ve üstü	85	31,9059	2,99055		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	1-3 saat	193	13,1347	7,02173	56,246	,000
	3-6 saat	171	17,7661	6,32950		
	6-9 saat	51	23,8627	4,11349		
	9 saat ve üstü	85	20,0471	3,49798		
	Total	500	16,9880	6,98207		

Çizelge 31 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – “Cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla kaç saat oynarsınız?” - Anova Testi

Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	1-3 saat	193	8,9430	4,72933	35,143	,000
	3-6 saat	171	11,7310	3,63126		
	6-9 saat	51	14,0588	3,09459		
	9 saat ve üstü	85	12,7059	2,79806		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	1-3 saat	193	58,2124	26,63491	72,209	,000
	3-6 saat	171	77,0351	23,08345		
	6-9 saat	51	96,5294	16,10261		
	9 saat ve üstü	85	93,8235	10,53133		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının “Cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla kaç saat oynarsınız?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p < 0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ).

“6-9” saat cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla dijital oyun oynayanların; dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Çizelge 32 Dijital Oyun Bağımlılığı – “Spor, müzik ve benzeri aktivitelere kaç saat ayırırsınız?” - Anova Testi

	N	Ortalama	Standart Sapma	F	P	
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	1-3 saat	376	23,3059	8,56938	30,742	,000
	3-6 saat	63	13,1905	5,02528		
	6-9 saat	38	18,5789	7,68513		
	9 saat ve üstü	23	24,5217	8,07279		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	1-3 saat	376	26,5266	7,58239	46,499	,000
	3-6 saat	63	14,9048	5,45868		
	6-9 saat	38	23,7105	6,43852		
	9 saat ve üstü	23	26,3043	7,74852		
	Total	500	24,8380	8,21161		

Çizelge 32 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – “Spor, müzik ve benzeri aktivitelere kaç saat ayırırsınız?” - Anova Testi

Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	1-3 saat	376	18,3511	6,65245	33,109	,000
	3-6 saat	63	10,0317	4,18511		
	6-9 saat	38	14,2895	7,07836		
	9 saat ve üstü	23	18,2174	5,76791		
	Total	500	16,9880	6,98207		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	1-3 saat	376	11,8564	4,21244	27,128	,000
	3-6 saat	63	7,0635	2,40210		
	6-9 saat	38	9,7368	4,51834		
	9 saat ve üstü	23	11,1304	3,19523		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	1-3 saat	376	80,0399	25,42106	39,451	,000
	3-6 saat	63	45,1905	15,24621		
	6-9 saat	38	66,3158	23,23570		
	9 saat ve üstü	23	80,1739	23,54040		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının “Cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla kaç saat oynarsınız?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

“6-9” saat cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla dijital oyun oynayanların; “dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma”, “oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer”, “bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi”, “yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma”, “dijital oyun bağımlılığı (genel)” boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Çizelge 33 Dijital Oyun Bağımlılığı – Babanızın gelir durumu - Anova Testi

	N	Ortalama	Standart Sapma	F	P	
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	işsiz	68	19,6618	10,36298	1,883	,112
	0-2000 TL	30	20,9333	8,50936		
	2001-4000 TL	155	23,0000	8,20833		
	4001-6000 TL	143	21,3706	7,96266		
	6001 TL ve üzeri	104	21,9038	9,62957		
	Total	500	21,7280	8,81870		



Çizelge 33 (devamı) Dijital Oyun Bağımlılığı – Babanızın gelir durumu - Anova Testi

Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	işsiz	68	21,8971	9,24644	3,384	,010
	0-2000 TL	30	26,1667	7,59348		
	2001-4000 TL	155	26,0710	7,13789		
	4001-6000 TL	143	24,9231	7,89730		
	6001 TL ve üzeri	104	24,4231	9,16377		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	işsiz	68	14,5147	7,46233	4,465	,001
	0-2000 TL	30	17,4000	7,44914		
	2001-4000 TL	155	18,5613	6,37577		
	4001-6000 TL	143	16,8112	6,88226		
	6001 TL ve üzeri	104	16,3846	7,07286		
	Total	500	16,9880	6,98207		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	işsiz	68	9,5441	4,05350	3,612	,006
	0-2000 TL	30	11,5000	4,91830		
	2001-4000 TL	155	11,8516	4,08480		
	4001-6000 TL	143	10,9231	4,05608		
	6001 TL ve üzeri	104	10,9231	4,75760		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	işsiz	68	65,6176	30,13999	3,333	,010
	0-2000 TL	30	76,0000	26,78909		
	2001-4000 TL	155	79,4839	24,17720		
	4001-6000 TL	143	74,0280	25,14772		
	6001 TL ve üzeri	104	73,6346	29,05838		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının “Babanızın gelir durumu?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda “Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma boyutu” dışındaki tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

Babasının geliri “2001-4000 TL” olan öğrencilerin “bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi”, “yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma”, “dijital oyun bağımlılığı (genel)” boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Babasının geliri 0-2000 TL arasında olanların Oyun

Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Çizelge 34 Dijital Oyun Bağımlılığı – Annenizin gelir durumu - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	işsiz	78	21,7308	10,07333	8,630	,000
	0-2000 TL	184	19,6630	8,17671		
	2001-4000 TL	145	23,8138	8,33915		
	4001-6000 TL	62	24,9355	8,53128		
	6001 TL ve üzeri	31	17,8065	7,69164		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer	işsiz	78	24,0000	8,85232	6,382	,000
	0-2000 TL	184	23,2500	7,93777		
	2001-4000 TL	145	26,2759	8,38938		
	4001-6000 TL	62	28,2258	6,30227		
	6001 TL ve üzeri	31	22,8710	7,90671		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	işsiz	78	16,1923	7,34150	9,176	,000
	0-2000 TL	184	15,4565	6,76121		
	2001-4000 TL	145	18,1448	6,28684		
	4001-6000 TL	62	19,9839	6,63009		
	6001 TL ve üzeri	31	14,0000	6,80686		
	Total	500	16,9880	6,98207		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	işsiz	78	10,5769	4,29593	4,422	,002
	0-2000 TL	184	10,3315	4,25857		
	2001-4000 TL	145	12,0345	4,23349		
	4001-6000 TL	62	11,9355	4,08865		
	6001 TL ve üzeri	31	10,2581	4,62578		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	işsiz	78	72,5000	29,45291	7,974	,000
	0-2000 TL	184	68,7011	25,23491		
	2001-4000 TL	145	84,2690	23,58334		
	4001-6000 TL	62	81,0806	26,23988		
	6001 TL ve üzeri	31	64,9355	25,68130		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının anne gelirine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

Annesinin geliri “4001-6000” TL olan öğrencilerin “dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma”, “oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklene değer”, “bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi”,

“yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma”, “dijital oyun bağımlılığı (genel)” boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Çizelge 35 Dijital Oyun Bağımlılığı – Babanızın eğitim durumu - Anova Testi

		N	Ortalama	Standart Sapma	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	okur-yazar değil	35	21,5143	5,52200	3,514	,004
	ilkokul mezunu	35	21,4286	9,06605		
	ortaokul mezunu	56	26,2500	8,59016		
	lise mezunu	156	20,8269	7,78432		
	üniversite mezunu	203	21,2217	9,56195		
	yüksek lisans ve üzeri mezunu	15	22,2667	11,09354		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	okur-yazar değil	35	24,4286	6,05992	1,486	,193
	ilkokul mezunu	35	24,5714	7,14261		
	ortaokul mezunu	56	27,4821	8,15083		
	lise mezunu	156	24,8590	7,36640		
	üniversite mezunu	203	24,1626	9,11957		
	yüksek lisans ve üzeri mezunu	15	25,4667	9,64266		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertenilmesi	okur-yazar değil	35	18,0857	4,90721	5,335	,000
	ilkokul mezunu	35	18,8286	6,99363		
	ortaokul mezunu	56	20,6964	7,27866		
	lise mezunu	156	16,5769	6,78997		
	üniversite mezunu	203	15,7980	6,95342		
	yüksek lisans ve üzeri mezunu	15	16,6667	7,42262		
	Total	500	16,9880	6,98207		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	okur-yazar değil	35	12,4286	3,33683	3,945	,002
	ilkokul mezunu	35	12,0857	5,63796		
	ortaokul mezunu	56	12,7143	4,14604		
	lise mezunu	156	10,6154	3,63222		
	üniversite mezunu	203	10,6404	4,55698		
	yüksek lisans ve üzeri mezunu	15	9,5333	4,64245		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	okur-yazar değil	35	76,4571	17,76868	3,178	,008
	ilkokul mezunu	35	76,9143	26,18528		
	ortaokul mezunu	56	87,1429	26,74419		
	lise mezunu	156	72,8782	24,25997		
	üniversite mezunu	203	71,8227	28,80024		
	yüksek lisans ve üzeri mezunu	15	73,9333	32,22791		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının baba eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda “oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer” boyutu dışındaki tüm boyutlar için anlamlı farklılık

saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ).

Babasını eğitim düzeyi ortaokul mezunu olan öğrencilerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

## V. SONUÇ VE ÖNERİLER

Oyunların tarihi insanlık tarihi kadar eskiler dayanmaktadır. Mağara resimlerinde farklı şekillerde insanlar tarafından oynanan oyun figürlerine rastlanmaktadır. Kemiğe oyulan ya da taştan yapılan küp biçimindeki zarların ilk örnekleri eskiden beri oynanmaktadır. Çin'de ise domino taşı oyununun ilk örnekleri görülmüştür. Batıda ise dominolar muhtemelen 18'inci yüzyılda kullanılmaya başlamıştır. Görüldüğü üzere oyun tarihi çok eskilere dayanan bir olgudur. Eski Yunan'da güreş müsabakaları, yarışlar gibi etkinlikler yapılmıştır. Romalılar 'da amfi tiyatro içinde düzenlenen tiyatro gibi oyunlar görülmektedir. Mezopotamya'da Asil Ur oyunu gibi farklı oyunlar oynanırdı. İran'da tavlâ oyunu ve Hindistan'da ilkel satranç oyunu oynandığı görülmektedir. Oyunlar, ilerleyen süreçte gelişen teknolojiye bağlı olarak farklı boyutlara evrilmiştir.

Tarih boyunca farklı kültürlerde farklı oyunlar oynanmıştır. Bilgi teknolojilerinin yaygınlaşması ile birlikte insanların oyun anlayışında da farklılıklar görülmeye başlamıştır. İnsanlar dijital ortamdaki oyunlara yönelmiştir.

Dijital oyunlar dijital mecralarda oynan oyunlardır. Teknolojiyle birlikte dijital oyunlarda sürekli gelişmektedir. Oyun üreticileri sinemayı aratmayan üç boyutlu gerçek görüntülerle farklı senaryolara sahip oyunlar üreterek piyasaya sürmektedir. Bu oyunlar özellikle ergenlerin ilgisini çekmekte ve ergenler dijital oyunlar oynayarak vakit geçirmektedir. Oyunların bazıları eğitsel nitelikler taşıırken bazıları da çocukları şiddete hatta mavi balina örneğinde olduğu gibi ölüme sürükleyebilmektedir. balina gibi görüntüsünü aratmayan farklı senaryolar üzerine gerçekçi görüntülerle stratejik oyunlar tasarlanmaktadır Eğitici, spor faaliyetlerini içeren oyunlar olduğu gibi çocukları şiddete özendirilen savaş oyunları da vardır.

İnsanlar dijital oyunları dinlenmek, boş vakitlerini değerlendirmek, eğlenmek gibi sebeplerle oynamaktadır. Çocukluk döneminden ergenliğe geçişle birlikte internet kullanımının artmasıyla internet ve dijital oyun bağımlılığı riski de artmaktadır. İnternet ve dijital oyun bağımlılığı ergenler üzerinde olumlu ve olumsuz etkilere sebep olmaktadır.

İnternet çocuk ve ergenlerin fiziki, sosyal ve bilişsel gelişimine katkı sağlayabilmektedir. İnternet sayesinde ergenler bilgiye daha kolay erişebilmekte, yaratıcılıkları, araştırma ve problem çözme yetenekleri gelişmektedir.İnternet üzerinden oynana çevrimiçi oyunlar ergenlerin farklı insanlarla tanışmasına ve sosyalleşmesine imkan sağlamaktadır.Dijital oyun gruplarının etkinliklerine katılarak sosyal becerileri artmaktadır.

Dijital oyunların ergenler üzerinde olumlu etkilerinin yanında bazı olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Ergenlik sürecinde dijital oyun bağımlısı olarak bilgisayar başında uzun zaman geçiren kişilerde fitik, boyun düzleşmesi, kollarda sinir sıkışması de quarvein sendromu, duruş bozuklukları, bel ve sırt ağrısı gibi bedensel sorunlar gelişebilmektedir. İnternet ve dijital oyunlarda fazla zaman harcanmasıyla ergenlerde uyku problemleri olabilmektedir. Uykusuzluğun sebep olduğu bitkinlik, başı sıkışıklığı azaltarak hastalıkların bulaşmasını kolaylaştırmaktadır.Dijital oyun oynarken aşırı yemek yeme alışkanlığı ve obezite gelişebilmektedir. Obezite çağımızın en önemli sorunlarından biridir. Çocukluk ve gençlikte gelişen obezitenin tedavisi daha güç olmaktadır.Bazı ergenler ise dijital oyun oynamaya aşırı kendilerini kaptırdıklarından yemek yemeyi ertelemekte ve bünyeleri zayıflamaktadır. Ayrıca ekran başında geçirilen uzun süreler göz problemlerine de neden olmaktadır. Gözlerde yorulma, göz kuruluğu ve görme kaybı bu problemlerden bazılarıdır.

İnternet bağımlılığı açısından riskli adolesanlar, tüm günü hatta geceyi internette geçirdikleri için gün içinde dikkat dağınıklığı yaşamaktadır.Bu da derslerini çalışmakta güçlük çekmelerine, verilen ödevlerin zamanında yapamamalarına, düşük notlar almalarına sebep olmaktadır. Böylelikle yaşanan tüm bu sorunların adolesanların akademik başarısının azalmasına yol açmaktadır.

Oyuncuların istekleri doğrultusunda kendilerine yakın hissettikleri karakterlerle özdeşleştiği dijital oyunlarda gerçek ve sanal ortam kurgusu iç içe olduğundan oyuncuda zamansızlık hissi oluşturur. İnternet ve dijital oyun bağımlılığı açısından riskli adolesanlar internette çok fazla vakit geçirdikleri için duygu durum bozukluğu ve algı bozukluğu ortaya çıkmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı olan ergenlerde obsesif ve agresif davranışlar gösterme, düşük benlik saygı, düşük sosyal yeterlilik, oyuncularla makineleşme, kaygı düzeyi artışı, depresyon, sıkılma ve istek kaybı gibi psikolojik belirtiler görülmektedir.

Bu bilgiler ışığında bireylerin interneti bilişsel, sosyal ve fizyolojik becerilerini destekleyecek yönde kullanmaları ve internetin pozitif ve negatif etkilerini bilerek hareket etmeleri gerekmektedir.

Bu araştırmanın amacı; Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığını incelemektir. Araştırmada İstanbul ili Gaziosmanpaşa İlçesindeki bir özel okulun orta ve lise kademesindeki öğrencileri arasından seçilen 500 kişiye anket uygulanarak veriler toplanmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibi özetlenebilir:

Dijital oyun bağımlılığı boyutları ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Erkeklerin Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma, Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel) boyutları puan ortalaması kadınlardan daha yüksektir. Erkek öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının kızlara göre daha fazla olduğu söylenebilir.

Dijital oyun bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). 9-10 yaş grubundakilerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. 9-10 yaş grubu öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğer yaş gruplarına göre daha fazla olduğu söylenebilir.

Dijital oyun bağımlılığı boyutları ile “Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Kendine ait bilgisayarı olan öğrencilerin Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma , Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma, Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel) boyutları puan ortalaması kadınlardan daha yüksektir. Kendine ait bilgisayarı olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığının olmayanlardan daha yüksek olduğu yorumu yapılabilir.

Dijital oyun bağımlılığı ile haftada kaç gün dijital oyun oynandığı değişkeni arasında anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Haftada 5 gün ve üzerinde dijital

oyun oynayanların dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Haftada 5 gün ve üzerinde dijital oyun oynayan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu söylenebilir. Dijital oyun oynanan gün sayısı arttıkça dijital oyun bağımlılığının yükseldiği görülmektedir.

Dijital oyun bağımlılığı ile günde kaç saat dijital oyun oynandığı değişkeni tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Günde 9 saat ve üzerinde dijital oyun oynayanların dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Günde 9 saat ve üzerinde dijital oyun oynayan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu söylenebilir. Öğrencilerde günlük dijital oyun oynama süresi arttıkça dijital oyun bağımlılığı da artmaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı ile “Oynadığınız oyunların ne kadarında süre sınırı var?” değişkeni arasında tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). “Çok azında” cevabını verenlerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Dijital oyunların çok azında süre sınırı olduğunu düşünen öğrencilerin dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu söylenebilir. Dijital oyunlarda genellikle süre sınırlamasının olmaması ergenlerin dijital oyunlara kendilerini kaptırmalarına ve bağımlılığa yol açmaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı ile “Çevrimiçi (internet gerektiren) mi yoksa çevrimdışı (internet gerektirmeyen) oyunları mı tercih edersiniz?” değişkeni arasında Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel) boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Çevrimiçi (internet gerektiren dijital oyun oynayanların öğrencilerin Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Yoksunluğun



Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma, Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel) boyutları puan ortalaması çevrimiçi oyun oynamayanlardan daha yüksektir. Çevrimiçi dijital oyun oynayanlarda çevrimiçi oynamayanlara göre daha fazla dijital oyun bağımlılığının geliştiği görülmektedir.

Dijital oyun bağımlılığı ile “Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?” değişkeni arasında tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Dijital oyun oynadığınız günler derslere 1-3 saat ayıranların verenlerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Dijital oyunlara ayrılan süre derslere ayrılan süreyi kısıtlamaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı ile “Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?” değişkeni arasında tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). “1-3 saat” ve “6-9” saat cevabını verenlerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Dijital oyun bağımlılığı ile “Ev dışında kaç saat dijital oyun oynarsınız?” değişkeni arasında tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). “6-9” saat ev dışında dijital oyun oynayanların; dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Dijital oyun bağımlılığının “Cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla kaç saat oynarsınız?” değişkeni arasında anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). “6-9” saat cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla dijital oyun oynayanların; dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi,

yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Dijital oyun bağımlılığı ile “Babanızın gelir durumu?” değişkeni arasında “Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma” boyutu dışındaki tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Babasının geliri “2001-4000TL” olan öğrencilerin oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Dijital oyun bağımlılığı ile anne geliri arasında anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Annesinin geliri “4001-6000 TL”olan öğrencilerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Dijital oyun bağımlılığı ile baba eğitim düzeyi arasında “oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer” boyutu dışındaki tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ( $p<0,05$ ). Babasını eğitim düzeyi ortaokul mezunu olan öğrencilerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir.

Bu araştırma doğrultusunda aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

#### Devlete Yönelik Öneriler

- Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı konusunda aileleri bilinçlendirmek için kamu spotları yayınlanmalıdır.
- Çocukların mavi balina gibi oyunlar girmesini engellemek için BTK tarafından gereken tedbirler alınmalıdır.
- Teknoloji bağımlılığının önlenmesi konusunda okullarda rehberlik öğretmenleri tarafından çalışmalar yapılmalıdır.

- Okullarda oyun bağımlılığının zararları ile ilgili çocuklara ve ailelere eğitimler verilmelidir.
- Milli eğitim bakanlığı üniversitelerde dijital medya, sosyal medya okur yazarlığı öğretmeni yetiştirecek lisans programlarını açmalı. Orta okullarda medya okur yazarlığı dersi seçmeli değil zorunlu olmalıdır.
- Geleneksel medya ve sosyal medya dijital medyanın sağlıklı kullanılmasına yönelik belirlenmiş zamanlarda ortak yayın yaparak hem aileleri hem de çocukları bilgilendirici programlar yapmalıdır.

#### Ailelere Yönelik Öneriler

- Aileler çocuklarını sanal ortam yerine insanlarla etkileşime girerek sosyalleşmeye teşvik edilmelidir.
- Aileler aşırı oyun bağımlısı olan ergenler için psikolojik destek almalıdır.
- Aileler çocuklarıyla yakından ilgilenmeli onları bir sosyal faaliyete veya spora yönlendirmelidir.
- Aileler çocuklarının sosyal medya kullanmasına belirli saat sınırlaması getirmeli ara ara kontrol etmelidir.
- Ailelere sosyal medya kullanımı ile ilgili danışmalık hizmetleri veren birimler oluşturulmalı.

#### Ergenlere Yönelik Öneriler

- Boş zamanları değerlendirmek için spor gibi farklı etkinler yapılmalıdır.
- Dijital oyunların oynanma süresi dengeli bir şekilde olmalı, sorumluluklarını ve diğer ihtiyaçlarını yerine getirmeyi aksatmamalıdır.
- Ergenler en verimli oldukları dönemi dijital oyun yerine daha yaratıcı projelerle ve bilgi düzeyini artırmak için değerlendirmelidir.



## VI. KAYNAKÇA

### KİTAPLAR

AINSWORTH M. D. S., BLEHAR, M. C., WATERS, E. ve WALL S. (1978). **Patern Of Attachment: A Psychological Study Of The Strange Situation**, Hillsdale, Nj, Erlbaum.

AKAR, E. (2010). **Sosyal Medya Pazarlaması**, Ankara, Efil Yayınevi, 1. Baskı.

AND, M. (2003). **Oyun ve Būgū Türk Kūltūründe Oyun Kavramı**, İstanbul, Yapı Kredi Yayınları.

BARTHOLOMEW, K. ve SHAVER, P. R. (1998). Methods of Assessing Adult Attachment: Do They Converge? In J. A. SİMPSON ve W. S. RHOLES (Eds.), **Attachment theory and close relationships**, New York, NY, US, Guilford Press.

BOWLBY, J. (1973). **Attachment And Loss, Vol. II. Separation, Anxiety And Anger**, New York, Basic Books.

CHAYKO, M. (2018). **Sūper Baēlantılı: İnternet, Dijital Medya ve Tekno-Sosyal Hayat**, Çev. Bayındır, B. Yengin, D. ve Bayrak, T, İstanbul, Der Yayınları.

CROCKENBERG, S. (1993). **The Family Context of Infant Mental Health: II. Infant Development In Multiple Family Relationships**, Handbook of infant mental health, CH Zeanah (Ed.), New York, Guilford Press.

CROWELL, J. A., FRALEY, R. C. ve SHAVER, P. R. (2009). Measurement of Individual Differences In Adolescent and Adult Attachment. J. A. CASIDY ve P. R. SHAVER (Eds.), **Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications**, New York, Guilford Press.

ÇOBAN, B. ve NACAR, E. (2006). **Okul Öncesi Eğitimde Eğitsel Oyunlar**, Ankara, Nobel Basımevi.

- FRASCA, G. (2003). **Ludologists Love Stories, Too: Notes From A Debate That Never Took Place**, Proceedings for Digma University Utrecht.
- GRIFFITHS, M. D. ve DAVIES, M. N. O. (2005). **Videogame Addiction: Does It Exist? Handbook Of Computer Game Studies**. J. GOLDSTEIN, J. RAESSENS (Eds.), Boston, MIT Pres.
- GROSSMANN, K., GROSSMANN, K. E., KINDLER, H ve ZIMMERMANN, P. (2008). A wider view of attachment and exploration: The influence of mothers and fathers on the development of psychological security from infancy to young adulthood. J. A. CASIDY ve P. R. SHAVER (Eds.), **Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications**, New York, Guilford Press.
- GRUBAC, C., ALEKSANDAR, D. ve NATASA, H. (2014). **Attachment and Heroin Addiction**, Belgrade, Faculty of Philosophy.
- HERGER, M. ve KUMAR, J. (2013). **Gamification at Work, Designing engaging business Software**, Aarhus, Interaction Design Foundation.
- HUIZINGA, J. (1995). **Homo Ludens Oyunun Toplumsal İşlevi Üzerine Bir Deneme**, İstanbul, Ayrıntı Yayınları.
- HUIZINGA, J. (2015). **Homo Ludens Oyunun Toplumsal İşlevi Üzerine Bir Deneme**, İstanbul, Ayrıntı Yayınları.
- KAPLAN, Ö. D. (2016). Antropolojik Açıdan Oyun ve Spor İlişkisi. D. ÖCAL (Ed.), **Yaşam Pratikleriyle Değişen Oyun**, Ankara, Ütopya.
- KARAHİSAR, T. (2013). **Türkiye’de Dijital Oyun Sektörünün Durumu**, Sanat Tasarım ve Manipülasyon Sempozyumu Bildiri Kitabı.
- KUKUL, V. (2013). Eğitsel Dijital Oyunlar, M. A. OCAK (Ed.), **Oyunla ilgili tarihsel gelişimler ve yaklaşımlar**. Ankara, Pegem Akademi.
- KULAKSIZOĞLU, A. (2002). **Ergenlik Psikolojisi**, İstanbul, Remzi Kitabevi, 5. Baskı.

- MORETİ, M. ve HOLLAND, R. (2003). The Journey of Adolescence: Transitions In Self Within The Context of Attachment Relationships. S. M. Johnson ve V. E. Whiffen (Eds.), **Attachment Processes in Couple and Family Therapy** (ss. 234-257). New York, GuilfordPress.
- ÖGEL, K. (2012). **İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak**. İstanbul, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- PROT, S., ANDERSON, C. A. ve GENTİLE, D. A. (2014) The Positive And Negative Effects Of Video Game Play. A. JORDAN, D. ROMER (Eds.), **Children and Media**. New York, Oxford University Pres.
- PROVENZO, E. F. (1991). **Video Kids -Making Sense of Nintendo**, Harvard University Press.
- TARHAN, N. ve NURMEDOV, S. (2011). **Bağımlılık: Sanal veya Gerçek**, İstanbul, Timaş Yayınları.
- WOLF, M. J. P. (2001). **Genre and the Video Game, The Medium of the Videogame**, M. J. P. Wolf (Ed.), Texas, University of Texas Press.
- YAVUZER. H. (1987). *Çocuk psikolojisi*, İstanbul, Remzi Kitabevi.
- YILMAZ, E. ve ÇAĞILTAY, K. (2005). **History of digital games in Turkey**, Proceedings of DİGRA 2005 Conference, Changing Views-Worlds in Play.
- YOUNG, K. (1999). Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment Book chapter published. In L. VANDECREEK VE T. JACKSON (Eds.). **Innovations in Clinical Practice: A Source Book**. Sarasota, FL, Professional Resource Press.
- ZEIFMAN, D. ve HAZAN, C. (2008). J. CASSIDY ve P. R. SHAVER (Eds.), **Handbook Of Attachment: Theory, Research, and Clinical Application**. New York, NY, US, Guilford Press.

## MAKALELER

- Aarseth. E. (2001). "Computer Game Studies, Year One. Game Studies", **The International Journal of Computer Game Research**. Cilt 1, Sayı 1.

- ALLEN, J. P., MARSH, P., MCFARLAND, C., MCELHANEY, K. B., LAND, D. J., JODL, K. M. ve PECK, S. (2002). "Attachment and Autonomy As Predictors Of The Development Of Social Skills And Delinquency During Midadolescence", **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, Cilt 70, Sayı 1, ss.56-66.
- Arıcak, O. T., DİNÇ, M., YAY, M. ve GRIFFITHS, M. D. (2018). "İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu"nun (İOOBÖ9-KF) Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", **Addicta: The Turkish Journal on Addictions**, Cilt 5, ss.615-636.
- BARTHOLOMEW, K. ve HOROWITZ, L. M. (1991). "Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four-Category Model", **Journal of Personality and Social Psychology**, Cilt 61, Sayı 2, ss.226-244.
- BOWLBY, J. (1988). "Developmental Psychiatry Comes Of Age", **American Journal of Psychiatry**, Cilt 145, Sayı 1, ss.1-10.
- BOZKURT, H., ÖZER, S., ŞAHİN, S. ve SÖNMEZGÖZ, E. (2018). "Internet Use Paterns and Internet Addiction in Children and Adolescents with Obesity", **Pediatric Obesity**, Cilt 13, ss.301-306.
- BUHRMESTER, D. (1990). "Intimacy Of Friendship, Interpersonal Competence, And Adjustment During Pre Adolescence And Adolescence", **Child Development**, Cilt 61, Sayı 4, ss.1101-1111.
- CÖMERT, I. T. ve ÖGEL, K. (2014). "Madde Kullanan Ergenlerin Bağlanma Stilleri", **The Turkish Journal on Addictions**, Cilt 1, Sayı 1, ss.9-40.
- CREIGHTON, S. ve SZYMKOWIAK, A. (2014). "The Effects of Cooperative and Competitive Games on Classroom Interaction Frequencies", **Procedia - Social and Behavioral Sciences**, Cilt 140, ss.155-163.
- DEMİR, G. T. ve BOZKURT, T. M. (2019). "Dijital Oyun Oynama Tutumu Ölçeği (DOOTÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması", **Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi**, Cilt 6, Sayı 1, ss.1-18.



- DİKMEN, E. (2019). “1980-2017 Yılları Arasında Dijital Oyun Endüstrisinin Gelişimi ve Oluşturulan Yapay Yaşam Döngüleri”, Selçuk İletişim, Cilt 12, Sayı 1, ss.294-311.
- DOĞAN, T., ÇOBAN, K. ve ÇOK, F. (2012). “Ergenlerde Arkadaşlık İlişkilerinin Yordayıcısı Olarak Cinsiyet ve Aileye İlişkin Değişkenler”, **İlköğretim Online**, Cilt 11, Sayı 4, ss.1010-1020.
- ESEN, E. ve SİYEZ, D. (2011). “Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko - Sosyal Değişkenlerin İncelenmesi”, **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, Sayı 36, ss.127-138.
- FRALEY, C. ve DAVIS, K. (1997). “Attachment Formation and Transfer In Young Adults’ Close Friendships and Romantic Relationships”, **Personal Relationships**, Cilt 4, Sayı 2, ss.131-144 .
- GENTILE, D. A. (2009). “Pathological Video Game Use Among Youth 8 To 18: A National Study”, **Psychol Sci**, Cilt 20, ss. 594-602.
- GRIFFITHS, M. D. ve HUNT, N. (1995). “Computer Game Playing in Adolescence: Prevalence and Demographic Indicators”, **Journal of Community ve Applied Social Pyschology**, Cilt 5, ss.189-193.
- HAZAR, Z. ve HAZAR, M. (2017). “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği”, **International Journal of Human Sciences**, Cilt 14, Sayı 1, ss.204-216.
- HOLDEN, C. (2001). “Behavioral Addictions: Do They Exist?”, **Science**, Cilt 294, Sayı 5544, ss.980-982.
- HORZUM, M. B. (2011). “İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi”. **Eğitim ve Bilim**, Cilt 36, Sayı 159.
- HORZUM, M. B., AYAS, T. ve ÇAKIR-BALTA, Ö. (2008). “Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği”, **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, Cilt 3, Sayı 30, ss.76-88.

- HUIZINGA, R. ve SOLTYS, R., (2010). U.S. Patent No. 7,771,272. Washington, DC: U.S. Patent and Trademark Office.
- IRMAK, A. Y. ve ERDOĞAN, S. (2016). “Ergen ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, Cilt 27, Sayı 2, ss.128-137.
- JUUL, J. (2001). “Games Telling Stories?”, **Game Studies: The International Journal of Computer Game Research**, Cilt 1, Sayı 1.
- KARACA, S., GOK, C., KALAY, E., BAŞBUĞ, M., HEKİM, M., ONAN, N. ve BARLAS, G. U. (2016). “Ortaokul Öğrencilerinde Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Anksiyetenin İncelenmesi”, **Clinical And Experimental Health Sciences**, Cilt 6, Sayı 1, ss.14-19.
- KESEBİR, S., KAVZOĞLU, S. Ö. ve ÜSTÜNDAĞ, M. F. (2011). “Bağlanma ve Psikopatoloji”, **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, Cilt 3, Sayı 2, ss.321-342.
- KIRRIEMUIR, J. (2002). “Video Gaming, Education and Digital Learning Technologies”. **D-lib Magazine**, Cilt 8, Sayı 2, ss.7.
- KUTLU, M., SAVCI, M., DEMİR, Y. ve AYSAN, F. (2016). “Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun Türkçe Uyarlaması: Üniversite Öğrencileri ve Ergenlerde Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması”, **Anadolu Psikiyatri Dergisi**, Sayı 17, ss.69-76.
- LEMMENS, J. S., VALKENBURG, P. M. ve PETER, J. (2009). “Development and Validation Of A Game Addiction Scale For Adolescents”, **Media Psychol**, Cilt 12, Sayı Suppl.1, ss.77-95.
- LI, H. ve WANG, S. (2013). “The Role of Cognitivedistortion in Online Game Addiction Among Chinese Adolescents”, **Childrenand Youth Services Review**, Cilt 35, Sayı 9, ss.1468- 1475.
- MÄNNIKKÖ, N., MENDES, L., BARBOSA, F. ve REIS, L.P (2014). “Health Determinants Related to Digital Game Playing: A Systematic Review”, **Journal of Health Science**, Cilt 4, Sayı 3, ss.53-63.

- NICKERSON, A. ve NAGLE, R. (2005). "Parent and Peer Attachment In Late Childhood and Early Adolescence", **The Journal of Early Adolescence**, Cilt 25, Sayı 2, ss.223-249.
- ÖZTÜRK, Ö. ODABAŞOĞLU, G. ERASLAN, D. GENÇ, Y. ve KALYONCU, Ö. A. (2007). "İnternet Bağımlılığı: Kliniği ve Tedavisi", **Bağımlılık Dergisi**, Cilt 8, Sayı 1, ss.36-41.
- PATERSON, J. FIELD, J. ve PRYOR, J. (1994). "Adolescents' Perceptions Of Their Attachment Relationships With Their Mothers, Fathers, Andfriends", **Journal of Youth and Adolescence**, Cilt 23, Sayı 5, ss.579-600.
- PIETROMONACO, P. R. ve BARRET, L. F. (2000). "The Internal Working Models Concept: What Do We Really Know About The Self In Relation To Others?", **Review of General Psychology**, Cilt 4, pp.155-173.
- RADESKY, J. S., SCHUMACHER, J. ve ZUCKERMAN, B. (2015). "Mobile and Interactive Media Use by Young Children: The Good, the Bad, and the Unknown", **Pediatrics**, Cilt 135, Sayı 1, ss.1-3.
- SALEEM, M., ANDERSON, C. A. ve GENTILE, D. A. (2012). "Effects of Prosocial, Neutral, and Violent Video Games On Children's Helpful And Hurtful Behaviors", **Aggressive Behavior**, Cilt 38, Sayı 4, ss.281-287.
- SAVCI, M. ve AYSAN, F. (2017). "Teknolojik Bağımlılıklar ve Sosyal Bağlılık: İnternet Bağımlılığı, Sosyal Medya Bağımlılığı, Dijital Oyun Bağımlılığı ve Akıllı Telefon Bağımlılığının Sosyal Bağlılığı Yordayıcı Etkisi", **Düşünen Adam**, Sayı 30, ss.202-216.
- SEFEROĞLU, S. S. ve YILDIZ, H. (2013). "Dijital Çağın Çocukları: İlköğretim Öğrencilerinin Facebook Kullanımları ve İnternet Bağımlılıkları Üzerine Bir Araştırma", **İletişim ve Diplomasi**, Cilt 2, ss.31-48.
- SERMIN, K. (2001). "Bağlanma ve Psikopatoloji", **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, Cilt 3, Sayı 2, ss.321-342.

- SORMAZ, F. ve YÜKSEL, H. (2012). “Değişen Çocukluk, Oyun ve Oyuncanın Endüstrileşmesi ve Tüketim Kültürü”, **Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, Cilt 11, Sayı 3, ss.985-1008.
- SOYSAL, A. Ş., BODUR, Ş., İŞERİ, E. ve ŞENOL, S. (2005). “Bebeklik Dönemindeki Bağlanma Sürecine Genel Bir Bakış”, **Klinik Psikiyatri**, Cilt 8, Sayı 2, ss.88-99.
- SÜMER, N., ORUÇLULAR, Y. ve ÇAPAR, T. (2015). “Bağlanma ve Bağımlılık: Kuramsal Çerçeve ve Derleme Çalışması”, **Bağımlılık Dergisi**, Cilt 16, Sayı 4, ss.192-209.
- SÜMER, N., SELÇUK, E., GÜNAYDIN, G. ve UYSAL, A. (2005). “Yetişkin Bağlanma Boyutları İçin Yeni Bir Ölçüm: Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II'nin Türk Örneğinde Psikometrik Açından Değerlendirilmesi”, **Türk Psikoloji Yazıları Dergisi**, Cilt 8.
- ŞENGÜL, C. ve BÜBER, A. (2016). “Dijital Oyun Bağımlılığında Tanı ve Tedavi. Davranışsal Bağımlılıklar”, **Psikiyatride Güncel**, Cilt 6, Sayı 3, ss.175-182.
- TORUN, F., AKÇAY, A. ve ÇOKLAR, A. N. (2015). “Bilgisayar Oyunlarının Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Davranış ve Sosyal Yaşam Üzerine Etkilerinin İncelenmesi”, **Karaelmas Journal of Educational Sciences**, Cilt 3, Sayı 15, ss.25-35.
- TRINKE, S. ve BARTHOLOMEW, K. (1997) “Hierarchies of Attachment Relationships In Young Adulthood”, **Journal of Social and Personal Relationships**, Cilt 14, Sayı 5, ss.603-625.
- TROY, N. W. (1995). “The Time Of First Holding Of The Infant and Maternal Self-Esteem Related To Feelings Of Maternal Attachment”, **Women Health**, Cilt 22, Sayı 3, ss.59-72.
- TÜZÜN, O. ve SAYAR, K. (2006). “Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji”, **Düşünen Adam**, Cilt 19, Sayı 1, ss.24-39.

WEIMER, B. L., KERNS, K. A. ve OLDENBURG, C. M. (2004). “Adolescents’ Interactions with a Best Friend: Associations with Attachment Style”, **Journal of Experimental Child Psychology**, Cilt 88, Sayı 1, ss.102-120.

WILKINSON, R. (2004). “The Role Of Parental and Peerattachment In The Psychological Health And Self-Esteem Of Adolescents”, **Journal of Youth and Adolescence**, Cilt 33, Sayı 6, ss.479-493.

YEE, N. (2006). “Motivations for Play in Online Games”, **Cyber Psychology ve Behavior**, Cilt 9, ss.772-775.

YEN, J. Y., YEN, C. F., CHEN, C. S., WANG, P. W., CHANG, Y. H. ve KO, C. H. (2012). “Social Anxiety in Online Andreal-Life İnteraction and Their Associated Factors”, **Cyberpsychology, Behavior and Social Networking**, Cilt 15, ss.7-12.

YÜKSEL, M., ve YILMAZ, E. (2016). “Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, **Elementary Education Online**, Cilt 15, ss.1031-1042.

ZIMMERMANN, P. ve BECKER-STOLL, F. (2002). “Stability of Attachment Representations During Adolescence: The İnfluence Of Ego-Identity Status”, **Journal of Adolescence**, Cilt 25, Sayı 1, ss.107-124.

## **TEZLER**

AKTAŞ, B. (2018). “Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlık ve Saldırganlıkla İlişkisi”, (Yüksek lisans tezi), Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

ALTUNAY, D. (2004). “Oyunla Desteklenmiş Matematik Öğretiminin Öğrenci Erişisine ve Kalıcılığına Etkisi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

AMADO, S. (2005). “Üniversitede İlk Yılında Olan Öğrencilerin Duygusal Sağlığı: Aile İşlevselliği ve Bağlanma Stilleri”, (yüksek lisans tezi).

- ATİK, E. L. (2013). “Liseli Ergenlerde Bağlanma Stilleri ve Psikolojik Sağlık Düzeyleri Arasındaki İlişkide Öz-Yansıtma ve İçgörünün Rolü”, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Bilim Üniversitesi.
- BALAK, Z. İ. (2016). “Ergenlerde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ile Somatizasyon Bozukluğu ve Zihin Kuramı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi.
- COLLİNS, S. M. (2003). “Attachment, Social Support and Loneliness in Later Life”, (Retrospective theses and dissertations), Iowa State University.
- DİNÇ, M. (2017). “Lise Öğrencilerinde Özgül İnternet Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ve Mizaç Özellikleri Açısından İncelenmesi”, (doktora tezi), T. C. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı.
- GÜNÜÇ, S. (2009). “İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”, (yüksek lisans tezi), T. C. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitim Programları ve Öğretimi Bilim Dalı.
- KAYA, A. B. (2013). “Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, (yüksek lisans tezi), Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- SÜLER, M. (2016). “Akıllı Telefon Bağımlılığının Öznel Mutluluk Düzeyine Etkisinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, (Yüksek lisans tezi), Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- TATE, E. (2013). “Addiction and Attachment : Mental Health Clinicians' Use of Attachment Theory in The Treatment of Substance Use Disorders”, (Theses, dissertations and projects), Smith College.

UZUN, N. K. (2017). “Bağlanma Stilleri ile Evlilikte İlişki İstikrarı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yüksek lisans tezi), İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

## İNTERNET KAYNAKLARI

URL-1, “Digital 2020 Global Digital Overview”, We Are Social, <https://wearesocial.com/digital-2020>, (Erişim Tarihi: 10 Kasım 2020)

URL-2 “Sözlük”, Meriam Webster, <https://learnersdictionary.com/>, (Erişim Tarihi: 10 Kasım 2020)

URL-3 “Türkiye”de En Çok Oynanan Oyunlar”, Digitalage, <https://digitalage.com.tr/turkiyede-en-cok-oyanan-oyunlar/>, (Erişim Tarihi: 18 Mart 2021)

URL-4 “Steam Platformu Resmi Sitesi”, Steam, <http://store.steampowered.com/>, (Erişim Tarihi: 18 Mart 2021)

URL-5 Who, [https://www.who.int/news/item/18-06-2018-who-releases-new-international-classification-of-diseases-\(icd-11\)](https://www.who.int/news/item/18-06-2018-who-releases-new-international-classification-of-diseases-(icd-11)), (Erişim Tarihi: 18 Mart 2021)

URL-6 “Sağlık Bakanlığı Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı Sonuç Raporu”, Sağlık Bakanlığı, <https://sggm.saglik.gov.tr/Eklenti/39937/0/dijitaloyunbagimlilikipdf.pdf>, (Erişim Tarihi: 18 Mart 2021)

URL-7 “Yeşilay Bilgilendirici Broşürler”, Yeşilay, <https://yesilay.org.tr/tr/yayinlar/brosurler>, (Erişim Tarihi: 18 Mart 2021)





## **EKLER**

### **EK 1 SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU**

1. Cinsiyetiniz?

Kadın ( )

Erkek ( )

2. Yaş aralığınızınız?

9-10 ( )

11-12 ( )

13-14 ( )

15-16 ( )

17-18 ( )

3.Eğitim Durumunuz?

İlkokul Mezunu ( )

Ortaokul Mezunu ( )

Lise Mezunu ( )

4.Mesleğinizi İşaretleyiniz?

Öğrenci ( )

Ücretli çalışan ( )

Serbest çalışan ( )

İşsiz ( )

Diğer (..... )

5.Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı?

Evet ( )

Hayır ( )

6.Kendinize ait bir cep telefonunuz var mı?

Evet ( )

Hayır ( )

7.Haftanın kaç günü Dijital oyun oynarsınız?

hiç ( )

1 gün ( )

2 gün ( )

3 gün ( )

4 gün ( )

5 gün ve üzeri ( )

8.Günde kaç saat dijital oyun oynarsınız?

1-3 saat ( ) 3-6 saat ( ) 6-9 saat ( ) 9 saat ve üstü ( )

9.Oynadığınız oyunların ne kadarında süre sınırı var?

Hepsinde ( ) çoğunluğunda ( ) çok azında ( ) hiçbirinde ( )

10.Çevrimiçi (internet gerektiren) mi yoksa çevrimdışı (internet gerektirmeyen) oyunları mı tercih edersiniz?

Çevrimiçi (internet gerektiren) ( ) çevrimdışı (internet gerektirmeyen) ( )

11.Dijital oyun oynadığınız günler derslere kaç saat zaman ayırırsınız?

1-3 saat ( ) 3-6 saat ( ) 6-9 saat ( ) 9 saat ve üstü ( )

12.Dijital oyun oynamadığınız günler kaç saat derslere zaman ayırırsınız?

1-3 saat ( ) 3-6 saat ( ) 6-9 saat ( ) 9 saat ve üstü ( )

13.Ev dışında kaç saat dijital oyun oynarsınız?

1-3 saat ( ) 3-6 saat ( ) 6-9 saat ( ) 9 saat ve üstü ( )

14.Dijital oyunu bilgisayarda kaç saat oynarsınız?

1-3 saat ( ) 3-6 saat ( ) 6-9 saat ( ) 9 saat ve üstü ( )

15.Cep telefonu, tablet ve konsol gibi araçlarla kaç saat oynarsınız?

1-3 saat ( ) 3-6 saat ( ) 6-9 saat ( ) 9 saat ve üstü ( )

16.Spor, müzik ve benzeri aktivitelere kaç saat ayırırsınız?

1-3 saat ( ) 3-6 saat ( ) 6-9 saat ( ) 9 saat ve üstü ( )

17.Babanızın gelir durumu?

İşsiz ( ) 0-2000 ( ) 2001-4000 ( ) 4001-6000 ( ) 6001 ve üzeri ( )

18.Annenizin gelir durumu?

İşsiz ( ) 0-2000 ( ) 2001-4000 ( ) 4001-6000 ( ) 6001 ve üzeri ( )

19.Babanızın eğitim durumu?

okur-yazar değil ( ) ilkokul mezunu ( ) ortaokul mezunu ( ) lise mezunu  
( ) üniversite mezunu ( ) yüksek lisans ve üzeri mezunu”

20.Annenizin eğitim durumu ?

okur-yazar değil ( ) ilkokul mezunu ( ) ortaokul mezunu ( ) lise mezunu  
( ) üniversite mezunu ( ) yüksek lisans ve üzeri mezunu”

## EK 2 DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

**AÇIKLAMA:** Lütfen aşağıdaki sorularda belirtilen durumlara ne ölçüde katıldığınızı belirtiniz. Lütfen her soru için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir soruyu boş bırakmayınız.

1-Kesinlikle Katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3-Kararsızım, 4-Katılıyorum,  
5-Kesinlikle Katılıyorum

Maddeler	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır.	1	2	3	4	5
2. Dijital oyun oynarken acıktığımın farkına varmam.	1	2	3	4	5
3. Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim.	1	2	3	4	5
4. Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissederim.	1	2	3	4	5
5. Annem ve babam dijital oyun oynamamı engellerse onlara dijital oyun oynamak için ısrar ederim.	1	2	3	4	5
6. İstedğim zaman dijital oyun oynayamazsam sinirlenirim/öfkelenirim.	1	2	3	4	5
7. Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim.	1	2	3	4	5
8. Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçır.	1	2	3	4	5
9. Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm.	1	2	3	4	5
10. Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.	1	2	3	4	5
11. Gün içerisinde birden bire/aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur.	1	2	3	4	5
12. Dijital oyun oynadığım için arkadaşlarımla başka oyunlar oynamaya zamanım kalmaz.	1	2	3	4	5
13. Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakınırım.	1	2	3	4	5
14. Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
15. Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey	1	2	3	4	5

dijital oyun oynamak olur.					
16. Bilgisayar, telefon, tablet ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı istemem.	1	2	3	4	5
17. Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik gibi) zamanım kalmaz.	1	2	3	4	5
18. Dijital oyunlar benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
19. Dijital oyun oynamak için ev ödevlerimi aksattığım zamanlar olur.	1	2	3	4	5
20. Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur.	1	2	3	4	5
21. Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir.	1	2	3	4	5
22. Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
23. Başkalarına (aile, arkadaşlar, öğretmenler vb.) dijital oyun oynadığım süreyle ilgili yalan söylediyim olur.	1	2	3	4	5
24. Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir	1	2	3	4	5

## EK 3 ETİK KURUL ONAY FORMU

Evrak Tarih ve Sayısı: 09.02.2021-3576



T.C.  
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : E-88083623-020-3576  
Konu : Etik Onayı Hk.

Sayın Arzu KAYA

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğimiz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 01.02.2021 tarihli ve 2021/01 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur.  
Bilgilerinize rica ederim.

Dr. Öğr. Üyesi Alper FİDAN  
Müdür Yardımcısı

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu : BE5F3R69K Pin Kodu : 82302 Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-aydin-universitesi-obyv>  
Adres : Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Kağıtöğrenci / İSTANBUL Bilgi için : Tuğba SÜNNETÇİ  
Telefon : 444 1 428 Ünvanı : Yaz İşleri Uzmanı  
Web : <http://www.aydin.edu.tr/> Tel No : 31002  
Kep Adresi : [isu.yazisleri@im.hk03.kep.tr](mailto:isu.yazisleri@im.hk03.kep.tr)





## **ÖZGEÇMİŞ**