

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE
ALEKSİTİMİ VE ÜSTBİLİŞSEL SORUN ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Narmin NURULLAYEVA

**Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji Bilim Dalı**

Eylül, 2019

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE
ALEKSİTİMİ VE ÜSTBİLİŞSEL SORUN ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Narmin NURULLAYEVA

Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Mesut YAVUZ

Eylül, 2019

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ



YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Y1612.270020 numaralı öğrencisi NARMIN NURULLAYEVA'nın "ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE ALEKSİTİMİ VE ÜST BİLİŞSEL SORUNLAR ARASINDA İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ" adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 13.06.2019 tarih ve 2019/13 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği/oyçokluğu ile Tezli Yüksek Lisans tezi 23.09.2019 tarihinde kabul edilmiştir.

<u>Unvan</u>	<u>Adı Soyadı</u>	<u>Üniversite</u>	<u>İmza</u>
ASIL ÜYELER			
Danışman	Dr. Öğr. Üyesi	Mesut YAVUZ	İstanbul Aydın Üniversitesi
1. Üye	Doç. Dr.	Sinem GÖNENLİ TOKER	İstanbul Aydın Üniversitesi
2. Üye	Doç. Dr.	Muhammed Tayyib KADAK	İstanbul Üniversitesi

ONAY

Prof. Dr. Ragıp Kutay KARACA
Enstitü Müdürü

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Ortaokul Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı İle Aleksitimi Ve Üstbilişsel Sorun Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadar ki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve etik geleneklere aykırı düşecek bir davranışımın olmadığını, tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin bibliyografyada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yaparak yararlanmış olduğumu belirtir ve onurumla beyan ederim.

(...../...../2019)

Narmin NURULLAYEVA

ÖNSÖZ

Tez yazım sürecim boyunca tecrübesi ve bilgisiyle beni yönlendiren, her sıkıntıya düştüğümde yanımda olan, sabırla her sorduğum soruya cevap veren tez danışmanım sayın Dr. Öğr. Üyesi Mesut YAVUZ'a teşekkürlerimi sunmaktan onur duyarım.

Eğitim hayatıma başladığım günden bu yana emeklerini benden esirgemeyen değerli aileme çok teşekkür ederim.

Hayatıma girdiği andan itibaren bir an olsun desteğini esirgemeyen sevgili eşim, Behram SAHİBZADE'ye teşekkürlerimi iletirim.

Çalışmaya katılan ve bu tezin hazırlanmasında payı olan herkese ayrı ayrı teşekkür ederim.

Eylül, 2019

Narmin NURULLAYEVA

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÖNSÖZ.....	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	vii
ÇİZELGE LİSTESİ.....	viii
ŞEKİL LİSTESİ.....	ix
ÖZET.....	x
ABSTRACT.....	xi
1. GİRİŞ	1
1.1 Araştırmanın Amacı	3
1.2 Araştırmanın Önemi	3
1.3 Araştırmanın Hipotezi ve Alt Hipotez Cümleleri.....	3
1.4 Araştırmanın Sayıltıları	4
1.5 Araştırmanın Sınırlılıkları	4
1.6 Temel Kavramlar.....	4
2. ALEKSİTİMİ VE ÜSTBİLİŞSEL SORUN	5
2.1 Aleksitimi	5
2.1.1 Aleksitimi ve duygu ilişkisi	6
2.1.2 Aleksitimi ve hayaller arasındaki ilişki.....	6
2.1.3 İşlemsel Düşünme Eğilimi	7
2.1.4 Uyuma Yönelik Bilişsel yapı	7
2.1.4.1 Aleksitimide duygusal farkındalık	7
2.1.4.2 Aleksitimiye Eşlik Eden Ruhsal Sorunlar.....	8
2.2 Üstbiliş	8
2.2.1 Üstbiliş Modelleri	9
2.2.1.1 Flavell`in üstbiliş modeli	9
2.2.1.2 Brown`un üstbiliş modeli.....	10
2.2.1.3 Tobias ve Everson`un hiyerarşik modeli.....	10
2.3 Üstbiliş İşlevleri	11
2.3.1 Üstbiliş ve Ruhsal Sorunlar.....	11
3. DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞINDA ALEKSİTİMİ VE ÜST BİLİŞSEL SORUN	13
3.1 İnternet bağımlılığı	13
3.2 Dijital oyun bağımlılığı	14
3.2.1 Dijital oyun ve türleri	16
3.2.2 Dijital oyun bağımlılığı	16
3.2.3 Dijital oyun bağımlılığında etkili faktörler	18
3.2.4 Dijital oyunların etkileri.....	19
3.3 Dijital oyun bağımlılığı ve aleksitimi.....	20
3.4 Dijital oyun bağımlılığı ve üstbilişsel sorun	21
4. YÖNTEM.....	23

4.1 Araştırmanın Modeli	23
4.2 Evren , Örneklem ve İşlem.....	23
4.3 Veri Toplama Araçları	24
4.3.1 İstatistiksel Analiz.....	24
4.3.1.1 Kişisel bilgi formu	24
4.3.1.2 Toronto aleksitimi ölçeği (TAÖ-20).....	24
4.3.1.3 Üstbiliş ölçeği çocuk ve ergen formu (ÜBÖ-ÇE).....	25
4.3.1.4 Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği (ÇİDOBÖ)	25
4.4 Hipotezler	26
5. BULGULAR.....	27
6. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	33
6.1 Tartışma.....	33
6.2 Sonuçlar.....	35
6.2.1 Öneriler	36
7. KISITLILIKLAR.....	37
KAYNAKLAR	38
EKLER.....	48
ÖZGEÇMİŞ.....	67

KISALTMALAR

İB	: İnternet Bağımlılığı
min	: Minimum Değer
maks	: Maksimum Değer
20 soruluk TAÖ-20	: Toronto Aleksitimi Ölçeği
ÜBÖ-ÇE	: Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formu
ÇİDOBÖ	: Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği
f	: Dağılım, kişi sayısı (frekans)
t	: iki ilişkisiz örneklem ortalaması arasındaki farkın anlamlılık (Bağımsız örneklem testi için)
X	: ortalama puan
SS	: Katılımcıların Bağımsız Örneklem T-Testi için ölçeklerden aldıkları ortalama puanın standart sapması
Sd	: T testi puanı standart sapması
SH_x	: Ortalamalar arası fark için standart hata değeri
Çidobö toplam	: Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği toplam puan alt boyutu
Übö-çe f1	: Üstbiliş ölçeği çocuk ve ergen formu faktör 1
Übö-çe f2	: Üstbiliş ölçeği çocuk ve ergen formu faktör 2
Übö-çe f3	: Üstbiliş ölçeği çocuk ve ergen formu faktör 3
Übö-çe f4	: Üstbiliş ölçeği çocuk ve ergen formu faktör 4
20 soruluk Taö-20 f1	: Toronto Aleksitimi Ölçeği faktör 1
20 soruluk Taö-20 f2	: Toronto Aleksitimi Ölçeği faktör 2
20 soruluk Taö-20 f3	: Toronto Aleksitimi Ölçeği faktör 3

ÇİZELGE LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Çizelge 3.1: Oyun Türleri ve Nitelikleri.....	16
Çizelge 5.1: Katılımcıların Sosyodemografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri	27
Çizelge 5.2: Kız ve Erkek Katılımcıların ÇİDOBÖ, TAÖ-20 ve ÜBÖ-ÇE Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması için Uygulanan Bağımsız Örneklem T -Testi Sonuçları	29
Çizelge 5.3: Araştırmada Kullanılan Ölçek Puanlarına İlişkin Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Testi Sonuçları.....	30
Çizelge 5.4: Dijital Oyun Bağımlılığı Olma Durumunu Yordayan Faktörlerin Belirlenmesine Yönelik Yapılan İkili Durum Lojistik Regrasyon Analizi.....	32

ŞEKİL LİSTESİ

Sayfa

Şekil 2.1: Tobias & Everson'un Hiyerarşik Üstbilişsel Modeli. 11

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE ALEKSİTİMİ VE ÜSTBİLİŞSEL SORUN ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı, aleksitimi ve üstbiliş sorunları arasındaki ilişkiyi incelemektedir.

Yöntem: İstanbul'da 3 ortaokuldan 9-16 yaş aralığında 667 öğrenci (%51.1 erkek, s=341, % 48.7 kadın, s=325, %0.1 belirtmemiş, s=1) çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, 20 soruluk Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20), Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen (ÜBO-ÇE) ve Çocuklar için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (ÇİDOBÖ) uygulanmıştır. Araştırmanın istatistiksel analizinde ise SPSS 20 programından yararlanılmıştır. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Testi, Bağımsız Örneklem T Testi ve İkili Durum Lojistik Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Erkek katılımcıların Çidobö toplam puanları, kızlara oranla anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur. Übö-çe toplam puanları, TAÖ-20 toplam ve alt boyut puanları ile pozitif yönde anlamlı korelasyonlar göstermektedir. Çidobö toplam puanları ile Übö-çe faktör 1 puanları pozitif yönde anlamlı korelasyon göstermektedir. Cinsiyet, ÜBÖ-ÇE faktör 1, TAÖ-20 faktör 1ve TAÖ-20 faktör 3 faktörlerinin dijital oyun bağımlısı olma durumunu anlamlı ölçüde öngördüğü tespit edilmiştir.

Sonuç: Aleksitimi karakter özelliklerinin erken farkedilmesi ve tedavi planlanması ile üstbiliş sorunlarını hedefleyen terapötik müdahaleler dijital oyun bağımlılığı gelişim riskini azaltabilir.

Anahtar Kelimeler: *Dijital Oyun Bağımlılığı, Aleksitimi, Üstbiliş*

EXAMINATION OF THE ASSOCIATIONS BETWEEN DIGITAL GAME ADDICTION, ALEXITHYMIA PERSONALITY TRAITS AND METACOGNITIVE PROBLEMS AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS

ABSTRACT

Objective: The aim of this study is to examine the association between digital game addiction, alexithymia and metacognitive problems in secondary school students.

Method: 667 students aged 9-16 years (51.1% male, n=341; 48.7% female, n=325; 0.1% unchecked, n=1) from three secondary schools in Istanbul participated in this study. Personal Information Form, Toronto Alexithymia Scale (TAS-20), Metacognition Questionnaire For Children (MCQ-C) and Digital Game Addiction Scale for Children (DGASFC) were applied to participants. SPSS 20 was used for statistical data analysis. Also The Pearson Product Moment Correlation, Independent Samples T Test and Binary Logistic Regression Analysis were used for analysis.

Results: Total DGASFC scores of male participants were found to be significantly higher than the female participants. There were significant positive correlations between MCQ-C total scores, TAS- 20 total and sub-dimension scores. There was a significant positive correlation between DGASFC total scores and MCQ-C factor 1 scores. Gender, MCQ-C factor 1, TAS-20 factor 1 and TAS-20 factor 3 were found to predict the status of digital game addiction, significantly.

Conclusion: Early interventions about determining the alexithymia personality traits and establishing treatment plans, and therapeutic interventions addressing digital metacognition problems may decrease the risk of digital game addiction development.

Key Words: *Digital Game Addiction, Alexithymia, Metacognition*

1. GİRİŞ

Dijital oyun bağımlılığı (DOB), genellikle diğer oyuncularla oyun oynamak için internetin sürekli ve tekrarlayan kullanımını olarak tanımlanmaktadır (Griffits ve ark., 2014). Psikososyal problemlerle ilişkili olan ve işlevsellikte bozulmaya yol açan DOB 2013 yılında DSM-5'e dahil edilmiştir (Király ve ark., 2017). Her ne kadar bu fenomenin nozolojik olarak sınıflandırılması hala tartışma konusu olsa da DOB' nin madde ile ilgili olmayan "davranışsal" veya "kimyasal olmayan" bir bağımlılık olarak en iyi şekilde tanımlanabileceği düşünülmektedir (Tian ve ark., 2018). Çok sayıda ampirik çalışma tanı ölçütleri ve tarama araçlarının geliştirilmesi, epidemiyoloji nörobiyolojisi ve psikopatolojik korelasyonların araştırılması dahil olmak üzere bağımlılık yaratan davranışlar olarak kabul edilebileceğini göstermektedir (Tao ve ark., 2010) Epidemiyolojik araştırmalar, DOB'nin ergenlerin %8'ini etkilediğini bildirmektedir (King ve Delfabbro, 2014).

DOB artık halk sağlığıyla ilgili bir sorun olarak kabul edilmektedir ve giderek artan sayıda hasta, ilişkili sorunlu davranışları yönetmek için tedaviye başvurmaktadır (Kuss Lopez-Fernandez, 2016). DOB; düşük özyeterlilik, düşük benlik saygısı, yüksek kaygı düzeyi ve dürtüsellik ile ilişkili bulunmuştur (Gentile, 2009). Uykusuzluk, baş ağrısı, psikopatolojik semptomlar, sağlık problemleri, geleneksel olarak madde ile ilişkili bağımlılıklarla ilişkili semptomlar gibi olumsuz sonuçlarla bağlantılı olduğu saptanmıştır (Kuss ve Billieux, 2017; Mentzoni ve ark., 2011). Ancak henüz psikopatolojik sorunların DOB'nin nedeni veya sonuçları olup olmadığı henüz tam olarak açık değildir ve etiyolojisi üzerine çalışmalar yeterli değildir (King ve Defabbro, 2014). İlk kesitsel çalışmalardaki sonuçlar, yeni bu DSM-5 tanı kategorisi ile bozulmuş ergen ruh sağlığı (ör. anksiyete, depresyon ve hiperaktivite) arasındaki ilişkileri göstermiştir (Tian ve ark., 2018). Dijital oyun bağımlılığının depresyon, kaygı ve sosyal fobi gibi diğer bozuklukların bir sonucu olarak ortaya çıkabileceği gösterilmiştir (Pies, 2009). Buna paralel olarak, oyun bağımlılığı olan

öğrencilerde sosyal işlevsellikte azalma, diğer boş zaman aktivitelerine ilgi kaybı, sosyal ve psikolojik izolasyon, kaçış sorunları, saldırgan davranışlar, stres, okul performansının düşmesi, uyku kalitesinin bozulması, intihar düşüncesi, yaşamdan alınan keyfin azalması ve memnuniyetsizlik duygularında artış gibi belirtiler de görülmektedir (Orhan, 2004).

DOB ile ilişkilendirilen diğer bir ruhsal tablo, aleksitimi kişilik özelliğidir (Yu ve ark., 2013; Yates ve ark., 2012; Lesser, 1985; Sussman ve ark., 2017; Bonnaire ve Baptista, 2019; Fegert ve ark., 1999: 677-693). Aleksitimi yapısı, başlangıçta klasik psikosomatik rahatsızlıkları olan hastalarda ve daha sonra obsesif kompulsif spektrum bozukluklarına, madde bağımlılığına, davranışsal bağımlılıklara, yeme bozukluklarına, psikosomatik belirtilere, anksiyete bozuklukları ve depresyon gibi duygusal bozukluklarda bulunmuş (Nemiah ve Sifueos, 1970; Nemiah ve ark., 1976; Taylor ve ark., 1997; Taylor, 2000; Uzal ve ark., 2018) ve ergenlerde aleksitimi yaygınlığının %7-10 arasında olduğu belirtilmiştir (Uzal ve ark., 2018). Aleksitimi kavramı, hem duygu tepki sistemine ait bilişsel-deneyimsel bileşendeki eksiklikleri, hem de duyguların kişiler arasındaki düzenleme düzeylerindeki eksikleri ifade etmektedir. Bu kişilik özelliğine sahip bireyler, sadece duygu ifadesinde değil, aynı zamanda duygusal sorunları çevreye ifade etmekte de sorun yaşamaktadırlar (Taylor, 2000). Aleksitimi ile teknolojik bağımlılıklar arasındaki bağlantılar incelendiğinde aleksitimi kişilik özelliklerinin dijital oyunlarla ilişkili olduğu görülmektedir (Gaetan ve ark., 2016). Bireylerin aleksitimi kişilik özelliklerine sahip olması, bazı bilişsel yeteneklerin kullanılabilirliğini de etkilemektedir. Bu noktada, üstbilis kavramına değinmek gerekmektedir (Uzal Özgül, 2017).

Üstbilis kavramı hem bireysel hem de sosyal açıdan bakılması gereken derin ve anlamlı bir öğrenmeye ulaşmak için gerekli olan bir bilişsel yetenektir (Garrison ve Akyol, 2015). Üstbilis, bilis ile ilgili bilise sahip olma, düşünce hakkında düşünme, bilmeyi bilme, birinin farkındalığının farkında olma gibi üst düzey düşünme becerilerini kapsamaktadır (Hajare, 2018). Üstbilis, bireyin kendi bilişsel süreçleri ve işleyişi hakkında anlama yeteneğinin yanı sıra, duygu ve bilişsel düzenleme üzerinde daha sonra etkisi olan, düşünmeyi kontrol edebildiği, izleyebileceği veya değiştirebileceği stratejiler hakkında bilgi sahibi olduğunu göstermektedir (Cardoso ve ark., 2018). Üstbilisler ayrıca problem

özme konusunda önemli bir unsurdur (Flavell, 1979). Araştırmalar olumsuz duyguların problemlili internet kullanımı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Üstbilişlerin olumsuz duygularla DOB arasındaki ilişkide aracı olarak rolü olduğu öne sürölmektedir (Spada ve ark., 2008).

1.1 Araştırmanın Amacı

Araştırma, 9-16 yaş grubu ortaokul öğrencilerindeki DOB, aleksitimi ve üstbiliş sorunları arasındaki ilişkiyi amaçlamaktadır. Ayrıca, çalışmada öğrencilerin aleksitimi düzeylerinin sosyo-demografik özelliklerle ilişkisi de incelenmiştir.

1.2 Araştırmanın Önemi

Çalışmanın Türkiye’de yapılması ve 9-16 yaş grubunda aleksitimi, dijital bağımlılık ve üstbiliş özelliklerine odaklanan ilk çalışma olması açısından literatüre anlamlı bir katkı sağlayacağı düşünölmektedir. Bu nedenle çalışma sonucunda elde edilen bulguların hem akademik hem de klinik alanda yer alan ruh sağlığı profesyonellerine önemli bilimsel bir kaynak oluşturacaktır.

1.3 Araştırmanın Hipotezi ve Alt Hipotez Cümleleri

İstanbul’da öğrenim gören ortaokul öğrencilerinde görölen dijital oyun bağımlılığı sorunları ile üstbiliş sorunları ve aleksitimi kişilik özellikleri arasında anlamlı bir ilişki olması araştırmanın temel problemini oluşturmaktadır. Temel probleme bağlı olarak aşağıdaki alt problemlere cevap aranacaktır.

H.1. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinin aleksitimi kişilik özellikleri dijital oyun bağımlılığı düzeyini arttırmaktadır.

H.2. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinin üstbiliş sorunları dijital oyun bağımlılığı düzeyini arttırmaktadır.

H.3. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı düzeyi, cinsiyet ve yaş durumuna göre farklılık göstermektedir.

H.3.1. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinde aleksitimi düzeyi, cinsiyet ve yaş durumuna göre farklılık göstermektedir.

H.3.2. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinde üstbiliş sorunu cinsiyet ve yaş durumuna göre farklılık göstermektedir.

1.4 Araştırmanın Sayıtları

Araştırmada, Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20), Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formu (ÜBO-ÇE), Çocuklar için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (ÇİDOBÖ) ve sosyo-demografik bilgiler için Kişisel Bilgi Formu kullanılarak veriler toplanmıştır. Katılımcıların bu form ve ölçeklerde yer alan maddeleri içtenlikle yanıtladıkları kabul edilmiştir.

1.5 Araştırmanın Sınırlılıkları

Örneklem grubundaki okulların tamamının İstanbul ilinde yer alması, çalışmanın genellenebilirlik konusunda sınırlılığa yol açmaktadır. Araştırmanın kesitsel niteliği nedensellik konusunda kesin bir yargıya varılmasını engellemektedir.

1.6 Temel Kavramlar

Dijital oyun bağımlılığı, aleksitimi, üstbiliş sorunları

2. ALEKSİTİMİ VE ÜSTBİLİŞSEL SORUN

2.1 Aleksitimi

Bir kişilik yapısı olarak aleksitimi, ilk olarak beş farklı faktör üzerinden tanımlanmıştır. Sifneos (1973), aleksitimiyi oluşturan beş faktörü (1) duyguları tanımlamakta güçlük, (2) duyguları tarif etmekte zorluk, (3) duygular ve bedensel uyarılar arasında ayırım yapma zorluğu, (4) zayıf hayal gücü ve (5) dış odaklı bir bilişsel stil olarak tanımlamıştır (Sifneos, 1973; Taylor, Parker ve Bagby, 1990).

Aleksitimi kelime anlamı olarak duyguları kelimelere dökememe durumu olarak da ifade edilebilmektedir (Taylor, Bagby ve Parker, 1997). Öncelikle bu durum, sözel olarak duyguların tanımlanmasında, fantezileri gerçeklerden ve zihinsel durumları bedensel durumlardan ayırmakta yaşanan zorluklarla ilişkilidir (Nemiah ve Sifneos, 1970). Aleksitimi kavramı ilk olarak psikosomatik araştırma bağlamında ortaya çıkmış fakat kullanımının psikosomatik alanın ötesine geçtiği açıkça görülmüştür.

Aleksitimi kişilik özelliklerine sahip bireyler, duyguların fark edilmesi, tanımlanması ve ifade edilmesi gibi alanlarda belirgin olarak zorluk yaşamaktadır (Grabe, 2008). Aleksitimi kavramı; düşlemede kısıtlılık, imgelemede sınırlılık ve empati duygusunda bozukluk gibi belirtiler göstermektedir. Lesser (1981), aleksitimi kişilik özelliği gösteren bireylerin duygularını ifade etmede yaşadıkları zorluğun yanında, bu kişilerin hayal kurmakta ya da fantezi üretmekte ve işlemsel düşünmekte de zorluk çektiğini belirtmiştir. Davranışları ve düşünceleri ile duygularını bağdaştırmakta zorluk çeken bu bireyler, duygusal olarak uyarılmanın somatik bileşeni üzerine odaklanmaktadır (Taylor, 1988; Vanheule, 2011). Aleksitimi sosyokültürel etmenler ile birlikte ele alındığında düşük eğitim seviyesi, düşük sosyal statü ve sözel kültürün zayıf gelişimi ile ilişkilendirilmektedir (Taylor, 2006; Shipko, 1983).

2.1.1 Aleksitimi ve duygu ilişkisi

Korku, hor görme, ilgi, öfke, sıkıntı, şaşkınlık ve sevinç duyguları ile ilgili yüz ifadelerini aleksitimi kişilik özellikleri gösteren bireyler, düşük aleksitimi kişilik özelliklerine sahip bireylere göre daha az tanıyabilmiştir. Aleksitimi ile temel duyguların (sevinç, üzüntü, korku, öfke, iğrenme ve şaşkınlık) yüz ifadesini tanıyabilme yeteneği arasında negatif korelasyon bulunmaktadır (Parker ve ark., 2005).

2.1.2 Aleksitimi ve hayaller arasındaki ilişki

Ortaokul dönemindeki aleksitimi kişilik özelliklerine sahip çocuklar, i dünyalarındaki duygu körlüğünden ötürü, son derece mekanik bir yaşantı sürdürmektedirler. Bu ocukların düşlem ve hayal kurma gibi yeteneklerinin kısıtlı olması onların detaylara daha çok dikkat etmelerine ve bilgi işlemsel düşünme yapısına sebep olmaktadır.

Dşlemleri kısıtlı olan aleksitimi kişilik özelliklerine sahip çocuklar nadiren rüya görmektedirler ve hayal kurmakta oldukça zayıf bir yeteneğe sahiptirler. Aleksitimi kişilik özelliklerine sahip çocukların hayalleri, canlı, yoğun veya duygu yüklü olmaktan çok uzaktır ve bu çocuklar duygularını ağrıştırabilecek hayallerden de kaçınmaktadırlar (Yurt, 2006). Hayal kurmakta yaşadıkları zorluklar yaratıcı fikirler üretmelerinde engelleyici bir faktördür. Aleksitimi kişilik özelliklerine sahip bireyler, genel olarak düşünmeden hareket eden, donuk, duygusuz, vurdumduymaz ve hassas olmayan bir yapıya sahiptirler. Aleksitimi kişilik özelliklerine sahip bireylerin eylemleri ve düşünceleri daha çok dış uyarıcılar doğrultusundadır. Aynı konu hakkında ısrarla ve tekrar tekrar konuşabilir ama sonuç olarak kendi bildiklerini yaparlar. Kendilerini sıradan, zayıf, aciz gösterme isteği içerisinde olmalarının yanı sıra, gergin ve katı kurallara sahip olabilirler (Sayar, 2001).

Sifenos (1988), aleksitimi kişilik özelliklerine sahip çocukların hayal yaratamamalarını ya da hayallerinde gerçeklik dışına ıkamamalarını yaşanan olaylara daha fazla dikkat etmeleri ve işlemsel düşünme yapısına sahip olmaları ile ilişkilendirmektedir. Bu işlemsel düşünce yapısı rüyaların da kısıtlanmasına sebep olmaktadır. Aleksitimi kişilik özelliklerine sahip çocuklar, çevresindeki

bireyler tarafından genel olarak sıkıcı, kaba ve duygusuz olarak tanımlanmaktadır.

2.1.3 İşlemsel Düşünme Eğilimi

İşlemsel düşünme eğilimine ve aleksitimi kişilik özelliklerine sahip olan çocuklar, sorunların kaynaklarını belirleyip ve nedenlerini inceleyerek çözüm bulmak yerine, daha kısa yoldan çözebilecekleri somut yolları belirlemektedirler (Koçak, 2002). Düşünme eğilimlerinin mekanik ve pragmatik olması, sorunların kaynağına inmek yerine yüzeysel çözüme girişimlerine yönelmektedir (McDougal, 1982).

2.1.4 Uyuma Yönelik Bilişsel yapı

Aleksitimi kişilik özelliklerine sahip çocuklar, genel olarak pragmatik ve mekanik düşünce tarzına sahip oldukları için uyumlu ve dışa dönük ilişkiler içerisinde yer alamamaktadırlar (Taylor, 1990). McDougal (1982), aleksitimideki uyum halini “yalancı normallik” (psedenormality) olarak adlandırmakta ve zekâ düzeyi yüksek olan aleksitimi kişilik özelliklerine sahip çocukların genel olarak kapasitelerini, duygularını gizlemek için kullandıklarını belirtmektedir.

Aleksitimi kişilik özelliklerine sahip bireylerin bilişsel eğilim tarzları genel olarak dış gerçekliklere yöneliktir (Franz vd., 2008). Taylor (2001), aleksitimi kişilik özelliklerine sahip çocuklarla yaptığı araştırmada kişiler arası iletişimlerini iç etkenli duyguların yerine daha çok dış etkenli duyguların yönlendirdiğini ortaya koymuştur.

2.1.4.1 Aleksitimide duygusal farkındalık

Aleksitimi, disiplinler arasında ve değerlendirme yöntemlerinde farklılık gösteren bir kavramdır. Güncel hayattaki çalışmalar, aleksitimi ile nöral aktivite ilişkisini araştırmak için fonksiyonel görüntüleme gibi fizyolojiyi kapsayan deneysel teknikler üzerinde yoğunlaşmaktadır (Taylor ve Bagby, 2004). Izard (1993), Crook ve Stein (1991), gibi araştırmacılar, duygunun açıklanmasının mümkünsüzlüğünü vurgulamakta ve ilk olarak duyguların bileşenlerinin kesinleştirilmesi gerektiğini belirtmektedir. Duygunun nöro-biyolojik-kimyasal,

motor-duyusal, davranısal-güdüsel ve bilişsel-öznel olmak üzere dört temel bileşeni mevcuttur.

Goleman (1996), duyguyu dar bir tanımlama ile sınırlandırmaya karşı çıkmıştır (Goleman, 1996). Duyguyu, bir hisse özgü düşünceler, psikolojik durumlar, biyolojik durumlar ve bir hareket eğilimi olarak ifade etmektedir. Nöro-fizyolojik anlamda duygu ve heyecanlarımız sempatik sinir sisteminin harekete geçmesiyle oluşan belirtileri ifade etmektedir. Bir başka deyişle, duygularımız ve heyecanlarımız fizyolojik, bilişsel ve davranışsal bileşenleri içeren, derin uykudan yoğun gerginliğe kadar değişebilen ve genel olarak uyarılma hallerine verilen adlardır (Cüceloğlu,1991).

2.1.4.2 Aleksitimiye Eşlik Eden Ruhsal Sorunlar

Leweke ve diğerleri (2012), Subic-Wrana ve diğerleri (2005), tarafından yapılan araştırmalarda kaygının, depresif belirtilerin, somatoform bozuklukların ve psikotik bozuklukların aleksitimi ile ilişkili olduğu açıklanmıştır. Bankier ve diğerleri (2001), ise aleksitimi kişilik özelliğine sahip çocuk ve ergenlerdeki somatoform bozukluk, panik bozukluk, obsesif-kompulsif bozukluk ve depresif sorunları, sağlıklı yaşıtlara oranla daha yüksek oranda bulmuştur (Martin ve Pihl, 1986).

2.2 Üstbiliş

Bilişsel psikoloji alanında çalışan araştırmacılar, üstbiliş kavramı için aşağıdaki tanımları sunmuşlardır:

- “Çocukların kendi düşünce ve öğrenme etkinlikleri üzerinde sahip oldukları bilgi ve kontrol” (Cross ve Paris, 1988).
- “Kişinin kendi düşüncesinin farkında olması, kişinin kavrayışlarının farkında olması, kişinin bilişsel süreçlerinin aktif olarak izlenmesi, kişinin bilişsel süreçlerini daha ileri düzeyde öğrenmeye yönelik olarak düzenlemesi ve bir dizi sezgisel yöntemin, etkili bir araç olarak uygulanması (Hennessey, 1999).
- “Kendi düşüncesinin farkındalığı ve yönetimi” (Kuhn ve Dean, 2004).
- “Düşüncenin izlenmesi ve kontrolü” (Martinez, 2006).

Üstbilişin algılanması ve izlenmesi olarak iki kurucu bölümü bulunmaktadır (Whitebread ve ark., 2009). Biliş ile ilgili bilgi türlerini sınıflandırmak için çeşitli çerçeveler geliştirilmiştir. Örneğin, Flavell (1979), bilişsel bilgiyi, kişinin kendi bilişsel güçleri ve sınırlamaları hakkındaki bilgi olarak tanımlamaktadır; bunlar arasında, bilişi etkilemek için etkileşimde bulunabilecek iç ve dış faktörler bulunmaktadır (Baron-Cohen, 1995; Baron-Cohen & Ring, 1994; Leslie, 1994).

Akıl araştırma teorisyenlerinin, çocukların sosyal bilişsel bilgi kapsamı konusundaki takdirini açıklarken kullandığı bilişsel bilgi kavramı, bir başkasının davranışını anlama ve öngörme yeteneğinin doğuştan gelen, biyolojik ve modüler bir temele sahip olduğunu öne sürmekteydi (Baron-Cohen, 1995; Leslie, 1994). Sonuç olarak, araştırmacılar, bilişsel bilgi anlayışını yansıtabilecek veya geliştirebilecek çocukların yeteneklerini incelemektedir. Akıl araştırma teorisinden elde edilen bu bakış açısı, bebek taklidi çalışmasını çocukluk döneminde bilişsel bilgi konulu literatürde daha merkezi bir konuma getirmiştir (Carey, 1985).

2.2.1 Üstbiliş Modelleri

Üstbilişsel teoriler bireylerin bilişlerini, diğerlerinin kavrayışlarını veya genel olarak kavrayışları tahmin etmelerine, kontrol etmelerine ve açıklamalarına izin veren inançları veya mitleri koordine etmektedir. Bir üstbilişsel kuramın bu özelliklerin her birine sahip olduğu derecesi ve bir bireyin bu özelliklerin farkında olma derecesi, kişiden kişiye değişmektedir. Üstbilişsel teorilerin kişisel deneyim ve kendini yansıtma özelliği ile zaman içinde kademeli olarak değiştiği düşünülmektedir (Montgomery, 1992).

2.2.1.1 Flavell'in üstbiliş modeli

Üstbiliş terimi bireyi, bireyin düşünme ve öğrenme bilincini ifade etmek için kullanmıştır. Flavell (1979), üstbilişi, kişinin kendi bilişsel süreçleri ve ürünleri ya da bunlarla ilgili herhangi bir olgu ile ilgili bilgileri ifade etme özelliği olarak tanımlamıştır. Ayrıca, üstbiliş diğer olguların yanı sıra, genellikle belirli bir somut hedefin hizmetinde olan bilişsel nesnelere veya verilerle ilgili olarak bu süreçlerin aktif olarak izlenmesi ve düzenlenmesi olarak açıklamıştır. Flavell (1979), üstbilişsel bilgi, üstbilişsel deneyimler, hedefler ve stratejiler interaktif

alt bölümlerini içeren bir bilişsel izleme modeli önermiştir (Flavell ve ark., 1993).

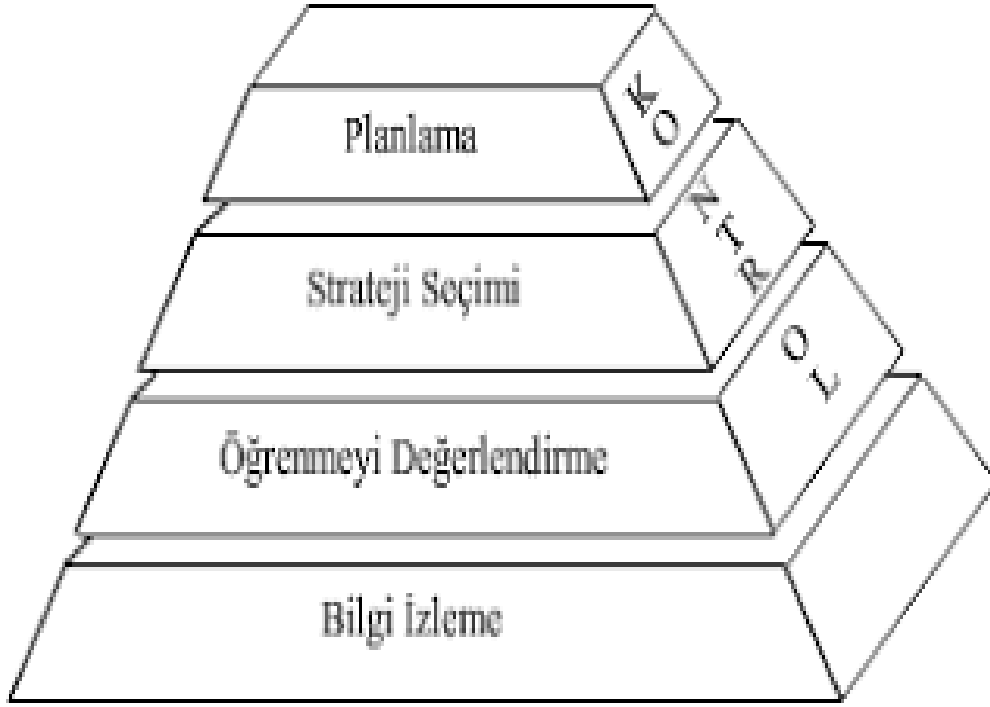
2.2.1.2 Brown'un üstbiliş modeli

Brown (1987), biliş ve bilişin düzenlenmesi hakkında bilgi sahibi olmak üzere üstbilişimin iki boyut modelini önermiştir. Biliş hakkında bilgi, bireylerin kendi bilişsel süreçleri hakkında bildiklerine değinerek üstbilişin yansıtıcı yönlerini kolaylaştırmıştır (Brown, 1987). Bilişin düzenlenmesi, öğrenmenin düzenlenmesine ve izlenmesine yardımcı olan ve öğrenmenin kontrolünü veya yürütme yönünü kolaylaştıran bir dizi faaliyete atıfta bulunmaktadır (Brown, 1987).

Brown (1987), biliş ile ilgili bilginin özelliklerinden farklı olarak bilişin düzenlenmesini, kararsız ve yaştan bağımsız olarak kabul edilmiştir. Yetişkinler basit bir problemi çözerken stratejilerini kullanamayabilir (kararsız) ve genç katılımcılar, yaştan bağımsız olarak stratejilerini izleme ve düzenleme yeteneğine sahip olamayabilir. Düzenleyici süreçler -planlama, izleme ve değerlendirme- birçok öğrenme durumunda bilinçli veya sabit kalamayabilir. Bunun birinci nedeni, bu işlemlerin çoğunun, en azından yetişkinler arasında aşırı derecede otomatikleştirilmesi, ikinci nedeni ise bu prosedürlerden bazılarının bilinçli bir yansıma olmaksızın geliştiği ve sonuç olarak başkalarına rapor vermede sorun oluşturmasıdır (Brown, 1987).

2.2.1.3 Tobias ve Everson'un hiyerarşik modeli

Tobias ve Everson (2002), üstbilişi bilişsel beceri ve bilgi birikimi, kişinin bilişsel ve öğrenme süreçlerinin izlenmesi ve bu süreçlerin kontrol edilmesi olarak tanımlamışlardır. Fakat, bu bileşenleri üstbilişsel bilgi becerisinin diğer üstbilişsel becerilerin aktif hale getirilmesi için bir ön koşul olduğu hiyerarşik bir model organize etmişler.



Şekil 2.1: Tobias & Everson'un Hiyerarşik Üstbilişsel Modeli.

Kaynak: Aktürk ve Şahin, 2011.

2.3 Üstbilis İşlevleri

Üstbilis işlevleri, yaşamsal görevleri yönetmek, içsel zihinsel süreçleri ve kişilerarası ilişkileri düzenlemek için zihinsel durumları anlama ve yansıtma becerisi olarak tanımlanmaktadır (Dimaggio ve Lysaker, 2010). Bu tanım, kendi zihinsel durumlarımızı ve başkalarının zihinsel durumlarını anlamamızı sağlayan bir dizi beceri olarak kabul edilen üstbilisin işlevsel anlamını vurgulamaktadır. Wells, 2000 yılında zihinsel durumların farkında olmamızı sağlayan bir işlevin aksine zihinsel içerikle ilgili bir dizi inanca atıfta bulunmak adına üstbilis kavramını kullanmıştır.

2.3.1 Üstbilis ve Ruhsal Sorunlar

Üstbilis ve ruhsal sorunlar, Yavuz ve arkadaşları tarafından (2019) şu şekilde aktarılmaktadır:

“Üst bilis, bireyin kendi düşünce süreçlerinin gelişimini, içeriğini ve yol açtığı sonuçları gözleyen ve denetleyen bilişsel bir yapı olarak tanımlanabilir. Üst bilişsel sorunlar, hatalı bilişsel süreçleri denetleme ve düzeltmede zorluk oluşturacağı için, depresyon ve kaygı bozuklukları gibi içselleştirme

problemlerine, dürtü kontrol bozuklukları gibi dışsallaştırma problemlerine yol açabilmektedir. Üst bilişsel sorunlar ek olarak kişiler arası etkileşimi ve sosyal ilişkileri olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Kişiler arası etkileşimi ve sosyal işlevselliği olumsuz etkilenen birey, zorba davranışlar sergileyen yaşlıları tarafından hedef seçilebilmektedir” (Yavuz ve ark., 2019).

Benzer şekilde Uzal ve arkadaşları (2018), üstbilişsel sorunlara ait ruhsal sorunları şu şekilde özetlemektedir:

“Üst bilişin, bilişsel süreçler üzerinde izleme ve kontrol işlevi ile birlikte, duyguları düzenleme görevi de vardır. Bilişsel çarpıtmaların düzenlenmesinin ilişkili olumsuz duyguları azalttığı bildirilmiştir. Yeterli olmayan üst bilişsel işlevler, yaygın anksiyete bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu ve depresyon gibi çeşitli ruhsal bozukluklar ile ilişkilidir. Babaei ve arkadaşları 16 lise öğrencilerinde aleksitimi ve üst biliş ilişkisini araştırmış ve olumsuz üst biliş işlevlerinin aleksitimi riskini artırdığını belirtmiştir. Literatür bilgilerine göre, üst biliş sorunlarının bilişsel hatalara ek olarak, duyguların düzenlenmesi ve anlaşılmasında da sorun yaratabileceği görülmektedir.” (Uzal ve ark., 2018).

3. DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞINDA ALEKSİTİMİ VE ÜST BİLİŞSEL SORUN

3.1 İnternet bağımlılığı

İnternet bağımlılığı üzerine çalışmalar, yirminci yüzyılın sonunda Kimberly S. Young tarafından başlatılmıştır (Young, 1998). Young, internet bağımlılığının patolojik kumar oynamaya benzer bir alışkanlık ve dürtü bozukluğu olarak görülmesi gerektiğine belirtmektedir. Ayrıca bu tür bir bağımlılığın, bir bireyin yaşamın her alanında işleyişini gözle görülür biçimde bozduğuna da dikkat çekmektedir (Shapira ve ark., 2003; Young, 1998). İnternet bağımlılığı; oyun, alışveriş, kumar veya sosyal ağ gibi potansiyel bir hastalık değerine sahip, heterojen bir internet aktivitesi spektrumudur (Kuss, 2012).

Yeni teknolojilerle birlikte internet, günlük deneyimlere entegre edilerek hayatımızın birçok yönünü yeniden şekillendirmekte ve geliştirmektedir. İnternet kullanımının sunduğu olanaklar, internet bağımlılığı (İB) sorununu gittikçe arttırmaktadır. İnternetin daha kullanılabilir hale gelmesi, daha fazla hizmet sunulması ve her yaş grubunda kullanımını arttırmaktadır. Özellikle son on yıl içinde, mobil teknolojilerdeki ilerlemeler, bireylerin çevrimiçi dünyaya kesintisiz ve her yerde ulaşılabilmesine olanak sağlamaktadır (Turel ve Serenko, 2010).

İnternetin sosyal ve profesyonel yaşamın ayrılmaz bir parçasını oluşturduğu varsayılırsa, kullanımının temel nedenlerinin anlaşılması gerekmektedir. Teknoloji genel olarak bilgi toplama, daha kolay iletişim ve öğrenmeyi içeren çeşitli faydalar sağlamaktadır. Alandaki çalışmalar, internet kullanımının, iyileştirilmesine ve genç insanlar arasında öğrenme motivasyonunun artmasına yardımcı olabileceğinin altını çizmektedir (Guan ve Subrahmanyam, 2009). Ayrıca internet erişiminin yokluğunda algılanan yaşam kalitesi de etkilenebilmektedir (Pontes ve ark. 2015; Charlton ve Danforth, 2007).

Aşırı internet kullanımı, geniş çaplı davranışsal tepkilere değinen bir teknolojik bağımlılık biçimi olarak görülmektedir (Marks, 1990). Bağımlılık incelendiğinde, IB göreceli olarak yeni ve hızlı büyüyen bir klinik olgu olarak göze çarpmaktadır (Saville ve ark., 2010). Hızlı büyümesi nedeniyle birçok ülkenin IB konusundaki tavrı halk sağlığı için potansiyel bir tehdit oluşturmaktadır (Blok, 2008; Recupero, 2010). Örneğin, Xin ve arkadaşlarının Çin'de yaşayan ergenler üzerinde yapmış olduğu araştırmada (2018), internet bağımlılığı yaygınlığı %26.5 olarak bulunmuştur (Akdeniz, 2018).

Davis (2001), teorik olarak bilişsel ve davranışsal çerçevede Patolojik İnternet Kullanımı (PIK) modeli önermektedir. Model, internetteki bağımlılıklar ile İB arasındaki ayrımı ifade eden iki ayrı kategoriden oluşmaktadır.

- Genelleştirilmiş Sorunlu İnternet Kullanımı (GSİK) - İnternet'in kendisinin herhangi bir çevrimiçi etkinliğiyle ilgili olmayan çok boyutlu aşırı kullanımı;
- Özel Sorunlu İnternet Kullanımı (ÖSİK)- belirli bir işlev ve / veya uygulama ile aşırı uğraş.

Bu sınıflandırma ile GSİK internete bağımlılık olarak düşünülebilirken, ÖSİK internette bağımlılık olarak kabul edilmektedir (Griffiths & Pontes 2014:124; Király ve ark., 2014). Buna ek olarak, Tsitsika ve Janikian (2014), eğitim ve araştırma amaçlı internet kullanan ortaokul öğrencilerinin bağımlılık geliştirme olasılığının düşük olduğu sonucuna varmışlardır (Vejmelka ve ark. 2017).

3.2 Dijital oyun bağımlılığı

Young (1998), dijital bağımlılığı heterojen ve karmaşık bir süreç olarak belirtmektedir (Young, 1998). Bir maddeye fiziksel olarak bağımlılık hissetmek, uykusuzluk, yorgunluk, kötü beslenme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite eksiklikleri şeklinde görülmektedir (Douglas ve arkadaşları, 2008; Çam ve Nur, 2015).

Dijital oyun bağımlılığının, kaygı, depresyon, asosyallik gibi psikolojik yapı ve semptomlar ile bağlantılı olduğu bilinmektedir (Usta ve Aygün, 2019). Video oyunu bağımlılığı gibi teknolojik bağımlılıklardan muzdarip olan ergenler, suskun kalma, içe kapanık olma, çevreden kopma, sıkılmak, aile dahilinde

anlaşmazlık, arkadaş çevresiyle problemler, çevre dahilinde beğenilmeme endişesi, kendi geleceği hakkında kaygılı olma ve kötümserlik gibi zorlayıcı psikolojik ve sosyolojik süreçlerle karşılaşabilmektedir (Kıran, 2009).

Ivanov ve arkadaşlarına (2010) göre, dijital oyun bağımlılığı diğer aktivitelerde keskin bir azalmaya yol açabilmektedir. Bağımlı ergen, sanal bir aleme dahil olmakta ve o bu sanal dünyadan bağımlı hale gelebilmektedir. Çoğu zaman, sanal dünya, çocukları etrafı çevreleyen insanlardan daha çok çekmektedir (Usta ve Aygün, 2019) Çocukların dijital oyunlar dışında hobilerinin ve ilgi alanlarının olmamasıdır. Çocuk, evden çıkmadan bilgisayar başında oturarak kendine Switch ortamlarında (Switch: çevrimiçi oyunlarda, oyuncuların iletişim kurabildiği çevrimiçi ortamlar), oyun arkadaşı bulabileceğinin farkındadır ve istemediği zaman karşısındaki ile ilişkisini kesebilmektedir. Böyle bir beklentide, çocuğu dijital oyunlara çekebilmektedir (Dubrovin, 2009). Dolayısıyla çocuk, renkli bir dijital oyunu, dış dünyanın karmaşasına tercih ederek daha asosyal bir çerçeveyi gündemine getirebilmektedir (Usta ve Aygün, 2019).

Dijital oyun bağımlılığı, akademik performansı olumsuz etkileyebilmektedir. Çocuklar okulda lider özellikleri gösteremeyebilir ve evde ebeveynleriyle ilişkileri iyi seyretemeyebilir. Bu tür problemlerin varlığı, çocukların bağımlılık potansiyellerini arttırmaktadır. Oyunda her zaman ana karakter başarıların en üstünde, kazanan, lider olmakta ve bu durum çocuklara gerçek hayattan daha fazla fırsat ve korunaklı bir ortam sunmaktadır. Çocuklar ağlarda gerçek olandan farklı bir görüntü de oluşturabilmektedir. Başka bir isimde, görünümde, başarılı yeteneklerde ve kişinin kendisinin daha başarılı bir sunumu olarak var olabilmektedir (Avetisova, 2011).

Çocuk, bir bilgisayar oyunu oynamaya başladıktan kısa süre sonra tadını almaya ve keyif duymaya başlayabilmektedir. Bilgisayar grafiklerini, sesleri, gerçek hayattan taklitleri veya bazı fantastik hikayelerden etkilenmektedir. Olumlu duyguların eşlik ettiği bir bilgisayar oyunu, çocukların dikkatini önemli ölçüde çekmektedir (Usta ve Aygün, 2019).

3.2.1 Dijital oyun ve türleri

Bilgisayar oyunları ergenler ve yetişkinler arasında son derece popüler bir boş zaman aktivitesi haline gelmiştir. Dijital oyunlar, Mangır'a göre (1993), ebeveynler tarafından ders çalışmak gibi daha uygun aktivitelerin yapılamamasına sebep olan zaman kaybı olarak nitelendirilmektedir. Fakat çocuk bu oyunlar ile kendi yeteneklerini geliştirebilir, duygularını ifade edebilir, sosyal ve duygusal becerilerini geliştirebilir ve aktif öğrenme ortamları yaratabilir.

Oyun yazılımcıları ve oyuncular oynadıkları oyunları "3 boyutlu", "aksiyon", "kitlesele çevrimiçi", "platform" ve "eğitici" gibi oyun türleri (Usta ve Aygün, 2019), olarak sınıflandırmaktalar. Demirbaş (2015), dijital oyun türlerini tablo 1'de gösterildiği gibi tanımlamıştır.

Çizelge 3.1: Oyun Türleri ve Nitelikleri

Oyun Türü	Nitelikleri
3 boyutlu	Oyunun dünyasının niteliği.
Grupla çevrimiçi oyunlar	Oyuncu sayısına göre farklıdır.
Platform oyunları	Oyun mekanizmaları ve oyun dünyası
Eğitici oyunlar	Oyuncuyu belirli konularda bilgilendirir
Birinci şahıs aksiyon	Kamera açıları, temalar
Gerçek zamanlı strateji oyunları	Zamanın işleyişi ve oynanışı
Macera oyunları	Oyunda anlatının işleniş biçimi

Kaynak: Demirbaş, 2015.

3.2.2 Dijital oyun bağımlılığı

Sanal ortamlar üzerinden oynatılan dijital oyunların oranı çocuk ve ergenlerde oyun bağımlılığı açısından tehlike oluşturmaktadır. Sanal ortamlarda sürekli olarak dijital oyunlarla zihinleri meşgul eden öğrenciler, günlük yaşamda görev ve sorumluluklarını ihmal edebilmektedir (Akçayır, 2013).

Oyuna bağımlı hale gelen çocuklar oyuna entegre olup sanal hayatta yaşamaya başlamaktadırlar. Çocukların kendilerini oyundaki karakterlerle aşırı ilişkilendirmeleri, psikolojik açıdan göze çarpan özellikler arasında yer almaktadır (Horzum ve ark., 2008). Araştırmacılar, problemlili video oyunu oynama, problemlili online oyun oynama, video oyunu bağımlılığı, çevrimiçi oyun bağımlılığı ve internet oyun bağımlılığı için çeşitli terminolojiler kullanmışlardır (Griffiths, 2012).

Ortaokul öğrencileri, dijital oyun bağımlılığında kayda değer miktarda zaman harcamaktadırlar (Young, 1999). Çalışmalar, aşırı dijital oyun oynama ve hareketsiz yaşamın ortaokul öğrencilerinde saldırgan davranışlar ve azalan akademik performans gibi belirtilerin ortaya çıktığına neden olduğunu göstermektedir (Hastings ve diğ., 2009). Ma ve Jones (2003), tarafından yapılan bir çalışmada her iki cinste bilgisayarla el bileği ve önkol kırığı riski arasında bir ilişki olduğu saptanmıştır (Mentzoni ve diğ., 2011).

Son on yılda, aşırı video oyunu oynamanın davranışsal bir bağımlılığın gelişmesine yol açabileceğini gösteren araştırmalar birikmektedir (Young, 1999; Tao ve diğ., 2010; Beutel, 2011). Bu bağımlılık da tükenme, duygudurum modifikasyonu, tolerans, yoksunluk belirtileri, çatışma ve nüksü gibi madde bağımlılıklarına benzer semptomları içermektedir (Griffiths, 2005).

Dijital oyunla ilgili olarak, araştırmalar özellikle depresyon, zorlama, intihar eğilimleri, dikkat eksikliği, hiperaktivite ve düşük kendini kabullenme üzerine odaklanmıştır (Montag ve ark., 2011). Oyun bağımlılığı için bu risk faktörleri üzerine yapılan araştırmalar, bireysel özelliklerle ilişkili faktörleri ve sosyal ortamları, örneğin düşük benlik saygısı (Colwell ve Payne 2000; Niemi ve ark. 2005), veya yüksek düzeyde yalnızlık (Lemmens ve ark. 2011), ile ilgili faktörleri tanımlamıştır. Kendini belirleme teorisi üzerine yapılan son araştırmalar, oyunların sosyal bağıllık, özerklik ve yetkinlik gibi temel insan ihtiyaçlarını karşılama olasılığını sunduğunu göstermektedir (Reinecke ve ark. 2011).

Bilgisayar oyunları üzerine yapılan ilk araştırmaların çoğu, özellikle şiddet içeren eğlence oyunlarının saldırganlık üzerindeki etkisine bağlı olarak, dijital oyun oynamanın olumsuz etkilerine odaklanmaktadır. Anderson ve Bushman'ın meta analizleri, şiddet içeren video oyunlarının saldırgan düşünceler, agresif

duygulanma ve fizyolojik uyarılmalarda artışa, şiddetin daha sonraki şiddet tasvirlerine ve sosyal davranışlarda azalmaya neden olduğunu ortaya çıkarmıştır (Anderson & Bushman, 2001).

3.2.3 Dijital oyun bağımlılığında etkili faktörler

Dijital ortamlarda oynanan oyunlarda bulunan bazı özellikler ve oyun zamanı yaşanan duygular çocuklarda bağımlılığın gelişmesini destekleyen unsurlar olarak bilinmektedir. Bu özellikler ve yaşanan duygular çocukların dijital oyunlar oynayarak uzun zaman kaybetmesine ve bağımlı olmalarına sebep olabilmektedir. Yee (2006), çocukları bağımlı yapan özellikleri “başarı”, “sosyal” ve “oyuna dalma” başlıkları altında gruplandırılmaktadır:

Başarı özelliği

- Güç, ödül, hızlı ilerleme, servet ya da statü kazanma hissi
- Karakter geliştirme ve haz yeteneği
- Rekabet edebilmesi ve kazanma sonucu üstünlük deneyimi olasılığı

Sosyal özellik

- Diğer çocuklarla sohbet etme ve yardımlaşma olanağının mümkün olması
- Farklı şehir veya ülkelerden olan çocuklarla oyun aracılığı ile ilişkiler kurabilmek
- Oyuncuların oyun dahilinde bir grup çalışması yapabilmeleri
- Oyuna dalma özelliği
- Belirsizlik durumu sonucu daha fazla oynama isteği
- İsteddiği gibi bir karakter yaratabilme ihtimali
- Kendi isteklerine göre özelleştirme şansı
- Hayatın günlük problemleri ve stresinden kaçınma isteği

Ögel (2012), Kuss ve Griffiths (2012), erişim kolaylığından ve gençlerin oyunlara, yer, zaman, mekâna bağlı olmadan ulaşabilme şanslarının artmasından bahsetmektedir. Problemler oyun oynama davranışlarına katkıda bulunan çeşitli faktörler bulunmaktadır (Chak ve Leung, 2004). Çocuklar dijital oyun oynamaya daha eğilimlidirler (Greenberg ve ark., 2008). Çocuk ve ergenlerin

bir oyuna bağımlı hale geldiklerinde yetişkinlere göre görevlerini (okul / iş) daha yüksek ihmal etme olasılıklarına sahiptirler (Gentile, 2009). Ayrıca, ebeveynlerle kötü ilişkilerin, problemlı oyun davranışları ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Niemz ve ark., 2005).

Kişilerarası faktörler açısından bakıldığında, düşük benlik saygısı, yüksek düzeyde yalnızlık ve utangaçlık problemlı oyun eğilimleri ile pozitif ilişkilidir (Caplan, 2002). Ek olarak patolojik oynama davranışı da gelecekteki yalnızlığı artırabilmektedir (Lemmens ve ark. 2011).

Ryan ve diğeri (2006), özerklik ve yetkinliğin özellikle oyun oynama deneyimlerine dalma duygusuyla ilişkili olduğunu belirtmektedir. Özellikle duygudurum sorunları için, dijital oyunların olumsuz durumları hafifletmek ve zararlı ruh hallerini onarmak için stratejiler sağlamaktadır (Bowman ve Tamborini, 2012).

3.2.4 Dijital oyunların etkileri

Dijital oyunların aşırı sık kullanımı üzerine yapılmış olan çalışmalar, bu durumun birçok yarar ve zararı ile ilgili bilgi elde edilmesini sağlamıştır. Dijital oyunlarda yer alan şiddet içeriği ile ilgili tartışmalar, 1976 yılında başlamış ve 1980'li yıllardan itibaren bu tür çalışmalarda önemli bir artış görülmüştür (Aydoğdu Karaaslan, 2015)

Dijital oyunların avantajları, Yalçın Irmak ve Erdoğan (2016), tarafından şu şekilde verilmiştir:

- Öğrenmeyi ve problem çözmeyi aktif ve deneysel olarak hayata geçirebilme
- Eleştiri yapabilme
- Daha önceden öğrendikleri bilgileri doğru biçimde kullanabilmeleri
- Kontrol, planlama ve hatırlatma gibi alanlarda beceri elde etmeleri
- Strateji oyunları ile aynı anda birçok işi yapma yeteneğini geliştirmesi
- Farklı alanlardaki oyunlarla öğrenci motivasyonunun artması
- Dijital oyunların genel olarak ortaokul öğrencilerinin matematik, dil ve okuma becerilerini geliştirmesi

- Dijital oyunların çocukların dış çevreyle ilgili merak duygusunu gidermesi ve yeniliklere yol açması
- Gerçek yaşantısında yapamadıklarını sanal hayatta oyunlar aracılığı ile yapabilmek
- Direksiyon simülasyonları gibi oyunlarda kendilerini sınaama imkânı kazanabilmesi
- Oyun oynarken bazı anlarda hızlı hareket etmeleri gerektiği için reaksiyon geliştirilmesi

Dijital oyunların dezavantajları, yine Yalçın Irmak ve Erdoğan (2016), tarafından şu şekilde verilmiştir:

- Oyunlara harcanan zamanın kontrol edilememesi
- Diğer aktivitelere karşı ilgini kaybolması
- Sonuçlar olumsuz olsa bile oyuna devam etmeleri
- Oynarken psikolojik yoksunluk hissini yaşanması ve sosyal becerilerin gelişmesine olumsuz etki etmesi
- Şiddet içerikli oyunların oynanması sonucunda çocuklarda depresyon, saldırganlık, şiddet eğilimi, kin, nefret duygularının artması gibi durumların gözlemlenmesi

3.3 Dijital oyun bağımlılığı ve aleksitimi

Aleksitimi, ergenlerde dijital oyun bağımlılığının gelişmesi için risk faktörlerinden biridir. Gençlerde aleksitimi ve bağımlılıklar arasındaki ilişki, duygusal-istemli alanın istikrarsızlığı ve düşük düzeyde bir öz-denetim ile kendini göstermektedir ve tersi şekilde, aşırı dijital oyun oynanması da aleksitimiye sebep olabilmektedir (Bonnaire ve Baptista, 2018; Gaetan, ve ark., 2016).

Fransa'da, Gaetan ve arkadaşları (2016), tarafından yürütülen bir çalışmada, aleksitimi unsuruna değinilmiştir. Bu araştırmaya göre video oyunu kullanıcıları, Fransız nüfusunun % 40'ını temsil etmekte ve ergenler, birincil kullanıcılar olarak göze çarpmaktadır. Duygusal düzenleme, duygu yoğunluğu,

duygu ifadesi ve aleksitimi gibi bazı duygusal işlevsellik boyutlarına dayanan bir video oyunu oynama anlayışını inceleyen bu çalışmaya toplam 159 ergen katılmıştır. Dijital oyun bağımlılarının aleksitimi düzeyi, diğer oyuncuların seviyesinden daha yüksek bulunmuştur. Özetle, bu çalışmadaki bağımlı ergenler, aleksitimideki duygusal olarak reaktif olma konusunda daha fazla zorluk çekmekteydi (Gaetan ve ark., 2016).

3.4 Dijital oyun bağımlılığı ve üstbilişsel sorun

Bilişsel stratejilerin bir konu alanı içinde kapsanması muhtemel iken bilişsel stratejiler, birden çok konu alanını kapsaması bakımından farklıdır; bu nedenle, meta-bilişsel olarak farkındalığı olan oyuncular, öğrenmede zorluklarla karşılaştıklarında ne yapmaları gerektiğini bilmektedirler. Üstbilişsel stratejiler, kişinin kendi düşüncesini ifade etmekte ve özellikle yazılı bağlamı anlamakta zorlanan öğrenciler arasında daha fazla öğrenmeyi ve gelişmiş performansı kolaylaştırabilmektedir ve bu durum, dijital oyun bağımlılığı olan öğrencilerde de geçerli olabilmektedir (Ahmadi ve diğ., 2013).

Üstbilişsel olarak yetenekli oyuncular, sadece anlam oluşturmakla kalmaz, aynı zamanda oynadığı oyunları izler ve değerlendirirler (İsrael, 2007). Oynadıkları oyunların anlamlandırmaları, kendi zihinsel süreçlerinin bilincinde olduklarını göstermektedir (Meijera, 2013). Flavell (1979), sistematik oyun yoluyla öğrencilerin üstbilişsel bilgisinin hem niceliğini hem de niteliğini arttırmanın fizibilitesine ve arzu edilebilirliğine inanmaktadır. Bilişsel stratejiler, herhangi bir düşünme eylemi öncesinde, sırasında ve sonrasında meydana gelen planlama, izleme ve düzenleme faaliyetlerini içermektedir ve bu süreçler, bireyin üstbilişsel davranışlarını etkilemektedir.

Gruplar arası ilişkiler göz önünde bulundurarak yapılan araştırmalarda, bilgi paylaşımı yoluyla oyuncuların rekabet yönlerini geliştirmeye çalıştıkları gözlemlenmiştir. Buna örnek olarak üstbilişsel unsurları araç olarak kullandıkları Meta Tutor oyunu verilebilir (Azevedo ve ark., 2009). Öğrenciler arasında spor benzeri rekabeti teşvik eden (giderek daha fazla “gamification” olarak tanımlanan bir yaklaşım) ödüllendirme sistemine dayanmakta ve bilgi alışverişi yoluyla yaratıcılığı teşvik etmeyi amaçlamaktadır (Romero ve ark., 2012).

Ke (2008), çeşitli sınıf durumlarında kullanılan eğitsel bilgisayar oyunlarının bir çalışmasına istinaden, bu tür oyunların üstbilişsel açıdan önemli bir farklılık göstermediğini vurgulayarak Romero ve ekibinden farklı bir bakış açısını okuyucularına sunmuştur. Araştırmada elde edilen bulgular, bilgisayar oyunlarının kağıt-kalem alıştırmaları ile karşılaştırıldığında, öğrenme motivasyonunu arttırmada anlamlı derecede daha etkili olduğunu, fakat bilişsel matematik testi performansını ve üstbilişsel farkındalığı kolaylaştırmada önemli ölçüde farklı olmadığını göstermiştir. Üstelik bu çalışmanın dijital oyun bağımlılığı olan öğrencilerde de değişkenlik göstermediği ve üstbilişsel farkındalığı kolaylaştırmadığı sonucuna varılmıştır (Ke, 2008).

Üstbilişsel farkındalığın etkisi, dijital oyun bağımlılığıyla ilgili olamayabilmektedir. Çevrimiçi oyunların kontrol edilemezliği ve internet bağımlılığı seviyelerine ilişkin olumsuz üstbilişler söz konusudur. Spada ve Caselli (2017), pozitif veya negatif bir üstbilişin dijital oyun bağımlılığıyla alakalı olduğunu savunmuştur (Spada ve Caselli, 2017).

4. YÖNTEM

Yöntem kısmında, araştırma içerisinde kullanılacak olan veri toplama araçlarına ve araştırmanın amacı doğrultusunda kullanılan analiz tekniklerine yer verilmektedir.

4.1 Araştırmanın Modeli

Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin aleksitimi ve üstbilişsel sorunlarla ilişkisini inceleyen ve bu bağımlılık düzeyinin cinsiyet, okul, aile ve eğitim gibi durumlarda farklılık gösterip göstermediğinin sınındığı bu araştırma, nicel verilere dayalı tarama modelleri arasından ilişkiyel tarama modelinde tasarlanmıştır.

4.2 Evren , Örneklem ve İşlem

T.C. İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne teslim edilen etik kurul raporunun onay süreci 2 hafta sürmüş ve etik kurul onayı alınmıştır. Araştırmanın katılımcılarını oluşturacak olan 9-16 yaş aralığında ortaokul öğrencileri için okul müdürleriyle iletişime geçildi. Bu noktada araştırma evrenini oluşturan ortaokul öğrencileri için İstanbul Avrupa Yakası, Küçükçekmece ilçesindeki 9-16 yaş arası ortaokul öğrencilerine erişilerek örneklem oluşturuldu. Oluşturulan bu örneklem sayesinde veriler evreni temsil edebilecek şekilde toplandı. Bu örneklem, Mustafa Ervutmuş Ortaokulu, İsmail Hukuk Uludağ İmam Hatip Ortaokulu ve Mustafa Pars Ortaokulu 9-16 yaş arası ortaokul öğrencileri ile oluşturuldu. Bahsi geçen okulların müdürleriyle görüşüldüğünde izin belgesinin fotokopisi müdürlere sunuldu. Müdürler, hocalardan izin alarak testin uygulanabileceğini söylediler. Sınıflara, ölçeklerin amaçları ve nasıl çözülmesi gerektiği anlatıldı. Olası sorular için araştırmacıyla iletişime geçilmesi önerildi. Testler, danışman önerileri doğrultusunda 700 öğrenciye uygulandı. SPSS programında bu verilerin yalnızca 667 tanesi

(%95.2) geçerli sayıldı. Geçerli sayılan öğrencilerin, 1'i (%0.1) belirtmemiş, 325'i (% 48.7) kız ve 341'i (%51.1) erkekti.

4.3 Veri Toplama Araçları

Araştırmanın istatistiksel analizinde SPSS 20 programı kullanılmıştır. Çalışmada Kişisel Bilgi Formu, Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20), Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formu (ÜBO-ÇE) ve Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (ÇİDOBÖ) uygulanmıştır.

4.3.1 İstatistiksel Analiz

İki değişkenin sürekli olduğu ve değişkenlerin ikili olarak hesaplandığı normalite testi sonucunda verilerin normal dağıldığı varsayılmıştır. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon uygulanmıştır. Grup ölçek ortalamaları, bağımsız örneklem t testi ile karşılaştırılmıştır.

4.3.1.1 Kişisel bilgi formu

Demografik soru formu araştırmaya katılan öğrencilerin kişisel bilgilerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

4.3.1.2 Toronto aleksitimi ölçeği (TAÖ-20)

Bagby ve arkadaşları (1994), tarafından duygularının farkında olamama, duygularını tanımlayamama ve aşırı dışa dönük bilişsel özellikler olarak bilinen aleksitimiye değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir (Bagby ve ark. 1994). Toronto Aleksitimi Ölçeği'nin 20 maddelik formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması Güleç ve arkadaşları (2009), tarafından yapılmış ve bu çalışmada Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.81 bulunmuştur. En son Türkçe uyarlaması Güleç ve arkadaşları (2009), tarafından yapılmıştır. Ölçeğin toplam sayısı, Cronbach alfa değeri 0.78, alt ölçeklerin ise 0.57-0.80 arasında bulunmuştur (Güleç ve Yenel, 2010).

1-5 arası puanlama sistemi olan Likert tipli özellikte 20 maddelik bir ölçektir. Bireyden, her madde için "Hiçbir zaman", "Nadiren", "Bazen", "Sık sık" ve "Her zaman" seçeneklerinden kendisi için en uygununu işaretlemesi istenmekte ve bazı maddeler ters puanlanmaktadır. Ters çevrilen bu maddeler 4, 5, 10, 18, ve 19. maddelerdir (Sayar, Güleç ve Ak, 2001). Ölçeğin, duygularını tanımada

güçlük, duyguları söze dökmede güçlük, dışa-dönük düşünme olmak üzere 3 alt boyutu bulunmaktadır.

- Duygularını tanımada güçlük (1, 3, 6, 7, 9, 13, 14 numaralı itemler), duygularını belirlemede ve duygularını bedensel duyumlardan ayırt etmekte güçlük şeklinde tanımlanır.
- Duyguları söze dökmede güçlük (2, 4, 11, 12, 17 numaralı itemler), duyguların başkalarına aktarılmasında güçlük şeklinde tanımlanır.
- Dışa-dönük düşünme (5, 8, 10, 15, 16, 18, 19, 20 numaralı itemler), dışa dönük bir bilişsel yapının varlığı, içe dönük düşünme ve imgelem gücünün zayıflığı olarak tanımlanır. Toplam puan tüm bu maddelerin puanlarının toplanmasıyla bulunur. Ölçekten alınan yüksek puanlar, aleksitimi düzeyinin yüksekliğini göstermektedir. Ölçeğin tamamından 59 ve üzerinde puan alan kişiler, aleksitimi kişilik özelliklerine sahip bireyler olarak kabul edilmektedir (Aktay, 2014; Güleç ve ark., 2009).

4.3.1.3 Üstbiliş ölçeği çocuk ve ergen formu (ÜBÖ-ÇE)

Bacow ve arkadaşları (2009), tarafından geliştirilen ölçeğin orijinal adı “Meta-Cognitions Questionnaire for Children (MCQ-C)” şeklindedir. ÜBÖ-ÇE’deki her madde, “(1) kesinlikle katılmıyorum” ile “(4) kesinlikle katılıyorum” uçlarına sahip dört birimli Likert tipi derecelendirme skalası üzerinden yanıtlanmaktadır (Irak, 2012). Ölçekten alınabilecek puanlar 24 ile 96 arasında değişmekte ve puanın yükselmesi olumsuz üstbilişsel faaliyetin arttığına işaret etmektedir (Irak, 2012). Alt faktörleri ve kapsadığı maddeler; olumlu üst endişeler (1, 7, 9, 16, 20, 23), olumsuz üst endişeler (2, 4, 8, 10, 13, 18), batıl inançlar, ceza ve sorumluluk inançları (6, 12, 17, 19, 21, 22) ile bilişsel izleme (3, 5, 11, 14, 15, 24) şeklindedir.

4.3.1.4 Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği (ÇİDOBÖ)

Çocuklar için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği’nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Hazar ve Hazar tarafından yapılmıştır (2017). Araştırmada, 152’si kız (%42), 212’si erkek (%58) toplam 364 kişilik çalışma grubu kullanılmış ve grubun yaş ortalaması 12 olarak belirlenmiştir. Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma alt faktörünü 7.,10.,12.,15.,19.,20.,30; Oyun Süresince Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer alt faktörünü

1.,3.,16.,22.,24.,28.,31; Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi alt faktörünü 17.,21.,23.,25.,27.,29; Yoksunluğun Psikolojik - Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma alt faktörünü 2.,4.,13.,14., maddeler oluşturmaktadır.

Ölçme aracının güvenilirliği, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı ve Test-tekrar test yöntemi ile test edilmiştir. Sonuç olarak yapılan analizler, “ÇİDOBÖ” nün çocukların dijital oyun bağımlılık durumunu ölçme ve değerlendirmede geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu ortaya koymuştur. Ölçeğin tamamı için Croanbach Alpha iç tutarlık katsayısı 0.90 iken, birinci alt faktör değeri 0.78, ikinci alt faktör değeri 0.81, üçüncü faktör 0.76 ve dördüncü faktör ise 0.67 olarak görülmektedir. Cronbach alfa katsayısı, 0 ile 1 arasında değişim gösterir (Hazar ve Hazar, 2017).

4.4 Hipotezler

Bu araştırmanın hipotezini, dijital oyun bağımlılığının, aleksitiminin ve üstbilis sorunlarının anlamlı yordayıcıları olması oluşturmaktadır.

H.1. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinin aleksitimi kişilik özellikleri dijital oyun bağımlılığı düzeyini arttırmaktadır.

H.2. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinin üstbilis sorunları dijital oyun bağımlılığı düzeyini arttırmaktadır.

H.3. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı, cinsiyet ve yaş durumuna göre farklılık göstermektedir.

H.3.1. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinde aleksitimi düzeyi, cinsiyet ve yaş durumuna göre farklılık göstermektedir.

H.3.2. 9-16 yaş ortaokul öğrencilerinde üstbilis sorunları, cinsiyet ve yaş durumuna göre farklılık göstermektedir.

5. BULGULAR

Tezin istatistiğinde SPSS 20 programı kullanılmıştır. Çalışmada Kişisel Bilgi Formu, Toronto Aleksitimi Ölçeği (TAÖ-20), Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formu (ÜBO-ÇE) ve Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği'ne (ÇİDOBÖ) yer verilmektedir.

Katılımcıların demografik bilgileri, Tablo 1'deki gibidir.

Çizelge 5.1: Katılımcıların Sosyodemografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Değişkenler	f	%
Cinsiyet		
Kız	325	48,7
Erkek	341	51,1
Belirtmemiş	1	0,1
Toplam	667	100,0
Yaş		
9	2	0,3
10	36	5,4
11	118	17,7
12	89	13,3
13	138	20,7
14	248	37,2
15	11	1,6
16	2	0,3
Belirtmemiş	23	3,4
Toplam	667	100,0
Kaçıncı sınıfta okudukları		
5	90	13,5
6	137	20,5
7	140	21,0
8	296	44,4
Belirtmemiş	4	0,6
Toplam	667	100
Sağ		
Hayatta değil	5	0,7
Belirtmemiş	1	0,1
Toplam	667	100,0

Çizelge 5.1: (devamı)Katılımcıların Sosyodemografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzde Değerleri

Değişkenler	f	%
Cinsiyet		
Babanın hayatta olup olmama durumu		
Sağ	657	98,5
Hayatta değil	7	1,0
Belirtmemiş	3	0,4
Toplam	667	100,0
Katılımcıların ebeveynlerinin medeni durumu		
Birlikte yaşayanlar	599	89,8
Boşanmış olanlar	61	9,1
Belirtmemiş	7	1,1
Toplam	667	100,0
Katılımcıların annelerinin eğitim durumu		
Okula gitmemiş	19	2,8
İlköğretim	242	36,3
Lise	286	42,9
Yükseköğretim	95	14,2
Yüksek lisans	19	2,8
Doktora	1	0,1
Belirtmemiş	5	0,7
Toplam	667	100,0
Katılımcıların babalarının eğitim durumu		
Okula gitmemiş	11	1,6
İlköğretim	183	27,4
Lise	295	44,2
Yükseköğretim	140	21,0
Yüksek lisans	27	4,0
Doktora	3	0,4
Belirtmemiş	8	1,2
Toplam	667	100,0
Katılımcıların ailelerinin aylık geliri		
0-2000 TL	206	30,9
2000-4000 TL	291	43,6
4000-6000 TL	74	11,1
6000- 8000 TL	33	4,9
8000 TL üstü	16	2,4
Belirtmemiş	47	7,1
Toplam	667	100,0

Çizelge 5.2: Kız ve Erkek Katılımcıların ÇİDOBÖ, TAÖ-20 ve ÜBÖ-ÇE Ölçeklerinin Puanlarının Karşılaştırılması için Uygulanan Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları

Ölçekler ve Alt Boyutları	Gruplar	X	SS	SHx	t testi		
					t	Sd	P
Çidobö	Kız	42,828	16,414	0,910	-6,897	662	<0,001*
Toplam	Erkek	52,295	18,815	1,022			
Taö-20 f1	Kız	15,935	5,947	0,330	-0,308	661,467	0,758
	Erkek	16,083	6,383	0,347			
Taö-20 f2	Kız	12,788	4,010	0,222	0,571	661,870	
	Erkek	12,605	4,242	0,230			0,568
Taö-20 f3	Kız	20,975	4,156	0,231	-2,801	650,201	0,05**
	Erkek	21,841	3,787	0,206			
Taö-20	Kız	49,698	10,085	0,559	-1,036	661,993	
Toplam	Erkek	50,528	10,554	0,573			0,301
Übö-çef1	Kız	10,532	3,671	0,204	-1,908	662	0,057
	Erkek	11,115	4,173	0,227			
Übö-çe f2	Kız	15,095	4,447	0,247	1,293	660,933	
	Erkek	14,642	4,579	0,249			0,196
Übö-çe f3	Kız	14,892	4,365	0,242	1,727	657,951	
	Erkek	14,292	4,566	0,249			0,085
Übö-çe f4	Kız	16,997	4,005	-	1,476	658,340	
	Erkek	16,515	4,394	0,239	0,223		0,140
Übö-çe	Kız	57,418	10,995	0,610	1,183	658,251	
Toplam	Erkek	56,345	12,372	0,672			0,237

*p<0, 001
**p<0 ,05

Erkek katılımcıların Çidobö toplam puanları (\bar{x} =52,295), kız katılımcıların (\bar{x} =42,828) Çidobö toplam puanlarından anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur (p =<0,001). Ek olarak; katılımcıların ortalama puanlarının standart sapması (S)

kız katılımcılar için 16,414 iken erkek katılımcılar için 18,815'dir. Katılımcıların ortalama puanlarının standart sapmasının sapması da (SHx) kız katılımcılar için 0,910 iken erkek katılımcılar için 1,022'dir. Katılımcıların t-testi (t) sonucu - 6,897 iken t- testi standart sapma puanı ise (Sd) 662'dir.

Erkek katılımcıların Taö-20 f3 puanları (\bar{x} =21,841), kız katılımcıların (\bar{x} = 20,975) Taö-20 f3 puanlarından anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Ek olarak; katılımcıların ortalama puanlarının standart sapması (S) kız katılımcılar için 4,156 iken erkek katılımcılar için 3,787'dir. Katılımcılara ait ortalama puanların standart sapmasının sapması da (SHx) kız katılımcılar için 0,231 iken erkek katılımcılar için 0,206'dir. Katılımcıların t-testi (t) sonucu - 2,801 iken t- testi standart sapma puanı ise (Sd) 660,201'dir.

Erkek ve kız katılımcılar arasında Taö-20 f1, Taö-20 f2 ve Taö-20 toplam (ölçekten alınan toplam puan) puanlarından alınan alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Erkek ve kız katılımcılar arasında Übö-çe f1, Übö-çe f2, Übö-çe f3, Übö-çe f4 ve Übö-çe toplam puanlarından alınan alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Çizelge 5.3: Araştırmada Kullanılan Ölçek Puanlarına İlişkin Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı Testi Sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Çidobö-Toplam Puan	1									
2. Übö-çef1	0,180*	1								
3. Übö-çef2	0,073	0,005	1							
4. Übö-çef3	0,068	0,105**	0,544*	1						
5. Übö-çef4	-0,014	0,074	0,286*	0,385*	1					
6. Übö-çe Toplam Puan	0,109*	0,390*	0,720*	0,796*	0,647*	1				
7. Taö-20 f1	0,250*	0,088**	0,206*	0,152*	0,038	0,179*	1			
8. Taö-20 f2	0,159*	0,022	0,187*	0,120*	0,029	0,131*	0,586*	1		
9. Taö-20 f3	0,175*	-0,022	-0,047	-0,053	-	0,178*	0,101*	0,034	0,051	1
10. Taö-20 Toplam Puan	0,275*	0,057	0,192*	0,125*	-0,040	0,129*	0,852*	0,771*	0,408*	1
* p<0,001	**p<0,01	***p<0,05								

Çidobö toplam ile Übö-çe f1 ($r = 0,180$; $p < 0,001$), Übö-çe toplam ($r = 0,109$; $p < 0,01$), Taö-20 f1 ($r = 0,250$; $p < 0,001$), Taö-20 f2 ($r = 0,159$; $p < 0,001$), Taö-20 f3 ($r = 0,175$; $p < 0,001$), Taö-20 toplam ($r = 0,275$; $p < 0,001$) arasında pozitif yönlü ve zayıf bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Çidobö, Übö-çe, Taö-20 ve alt boyutları arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 3'te sunulmuştur.

Yapılan analiz sonucunda ayrıca Übö-çe f3 alt boyutu ile Taö-20 f1 alt boyutundan alınan puan ($r = 0,088$; $p < 0,05$) arasında da pozitif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$).

Übö-çe f2 alt boyutu ile Taö-20 f1 alt boyutundan alınan puan ($r = 0,206$; $p < 0,001$), Taö-20 f2 alt boyutundan alınan puan ($r = 0,187$; $p < 0,001$) ve Taö-20 toplam puan ($r = 0,192$; $p < 0,001$) arasında da pozitif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p < 0,001$).

Übö-çe f3 alt boyutu ile Taö-20 f1 alınan puan ($r = 0,152$; $p < 0,001$), Taö-20 f2 alınan puan ($r = 0,120$; $p < 0,001$) ve Taö-20 toplam alınan puan ($r = 0,125$; $p < 0,001$) arasında da pozitif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p < 0,001$).

Übö-çe f4 alt boyutundan alınan puan ile Taö-20 f3 alt boyutundan alınan puan ($r = -0,178$; $p < 0,001$) arasında ise negatif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p < 0,001$).

Übö-çe toplam alt boyutundan alınan puan ile Taö-20 f1 alt boyutundan alınan puan ($r = 0,179$; $p < 0,001$), Taö-20 f2'den alınan puan ($r = 0,131$; $p < 0,001$), Taö-20'den alınan toplam puanlar ($r = 0,129$; $p < 0,001$), bu boyutlar arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki olduğunu göstermiştir ($p < 0,001$). Fakat Taö-20 f3 alt boyutundan alınan puan ($r = -0,101$; $p < 0,01$), Übö-çe toplam puan alt boyutu ile arasında olan negatif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki olduğunu göstermiştir ($p < 0,01$).

Übö-çe f1 ile Taö-20 f2, Taö-20 f3, Taö-20 toplam; Übö-çe f2 ile Taö-20 f3 alt boyutu arasında; Übö-çe f4 ile Taö-20 f1, Taö-20 f2, Taö-20 toplam alt boyutları arasında ise anlamlı bir ilişki saptanamamıştır.

Çizelge 5.4: Dijital Oyun Bağımlılığı Olma Durumunu Yordayan Faktörlerin Belirlenmesine Yönelik Yapılan İkili Durum Lojistik Regresyon Analizi

ÇİDOBÖ≥	DOB: n=73	B	Sh	P	Exp(B)
6	Cinsiyet	-0,907	0,307	0,003**	0,404
	Übö-çe f1	0,131	0,032	0,001*	1,139
	Taö-20 f1	0,077	0,022	0,001*	1,080
	Taö-20 f3	0,072	0,036	0,044***	1,075
	Sabit	-6,348	1,018	0,001*	0,002

-2 Log Likelihood = 355,557 Cox & Snell R Square= 0,071 Nagelkerke R Square= 0,151

p<0,001 * p<0 ,01** p<0 ,05***
dışlanmış değişkenler: Yaş, Übö-çe f2,
Übö-çe f3, ve Übö-çe f4

Bağımlı değişkenin dijital oyun bağımlısı olma durumu olduğu (ÇİDOBÖ ≥ 73, % 9.5, n=74; ÇİDOBÖ ≤ 73 % 91.5, n=593) İkili (Binary) Backward Stepwise Lojistik Regrasyon Analizi'nde 6. aşama sonucunda, katılımcıların cinsiyetlerinin (p = 0,003**; exp = 0,404), Übö-çe f1 (p = 0,001*; exp = 1,139), Taö-20 f1 (p = 0,001*; exp = 1,080) ve Taö-20 f3 (p = 0,044***; exp = 1,075) alt boyutlarının anlamlı olarak dijital oyun bağımlısı olma durumunu yordadığı görülmüştür. Yaş, Übö-çe f2, Übö-çe f3 ve Übö-çe f4 ile dijital oyun bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (p > 0.05).

6. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1 Tartışma

Bu araştırma, İstanbul iline bağlı Küçükçekmece ilçesinde, 3 devlet okulunda yürütülmüştür. Araştırmada, 9-16 yaş arası ortaokul öğrencilerindeki dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin, aleksitimi kişilik özellikleri ve üstbilişsel sorunlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda, aleksitiminin alt boyutları olan duyguları tanımada güçlük ve dışa dönük düşünmenin; üstbiliş sorunlarının alt boyutu olan olumlu üst endişelerin 9-16 yaş arası öğrencilerde dijital oyun bağımlılığı riskinde artış ile ilişkili olduğu görülmüştür. Ek olarak, 9-16 yaş ortaokul öğrencilerindeki yaş değişkeninin dijital oyun bağımlılığında anlamlı bir etkisi olmadığı saptanmıştır. Erkek katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeyleri kız katılımcılarının dijital oyun bağımlılığı düzeylerinden istatistiksel olarak anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur.

Ergenlik döneminde, duyguları düzenlemede güçlük, bireyin sağlıklı arkadaş ilişkisi geliştirmesinde ve sosyal etkileşimleri arttırmasında sorun yaşamasına yol açabilmektedir (Honkalampi ve ark., 2001; 2009). Arkadaşlar ile olumlu ilişkiler geliştiremeyen ergenler, sosyal izolasyon nedeni ile sosyal kaygı düzeyinde artma ve benlik saygısında düşme deneyimleyebilirler (Yelsma, 1995; Sasai ve ark., 2010; Dalbudak ve ark., 2013). Güncel olarak ergenler, çevrimiçi platformlarda çok sayıda yaşıtı ile aynı anda oyun oynayabilmektedir. Özellikle çevrimçi dijital oyunlarda ergenler çok sayıda sanal arkadaşlar edinebilmekte ve yalnızlık deneyimini azaltabilmektedir (Ferguson ve Olson, 2013).

Dijital oyunlar bireylerde kazanma, başarılı olma, güç sahibi olma gibi etmenler ile olumlu duygulanımları arttırabilmekte ve yoğun eğlence deneyimleri ortaya çıkarabilmektedir (Mekler ve ark., 2014). Bu durumda düşük benlik saygısına karşı bir savunma olarak sanal büyülenmeci bir deneyim yaşanabilmektedir. Bu olumlu deneyimler göz önüne alındığında ergen, düşük benlik saygısının ve

sosyal izolasyonun olumsuz etkilerini azaltmak için dijital oyunları aşırı oynamaya başlayabilir ve bu durum dijital oyun bağımlılığının gelişme riskini arttırabilir. Çalışma sonuçlarımız bu bilgiler ışığında açıklanabilir (Green ve Kaufman, 2015: 60-64).

Dışa dönük düşünme tarzı; bireyin deneyimlediği huzursuzluk, gerginlik, mutsuzluk gibi olumsuz duygulanımlarına karşı, yeterli bir içsel anlayış geliştirmesine engel olabilir (Dere ve ark., 2013). Buna örnek olarak arkadaşlarına karşı öfkeli ve saldırgan tutum içinde olan ergene, bu durumun nedeni sorulduğunda, arkadaşlarının çok ses çıkardığını ve onun başını ağrıttıklarını söylemesi verilebilir. Bu aşırı dışa dönük düşünme tarzı, ergenlerin olumsuz duygulanımını uygun şekilde yönetmesini engelleyebilecek ve de stres, huzursuzluk, mutsuzluk, gerginlik kazanmasına sebep olabilecektir. Dijital oyunların keyif verici ve rahatlatıcı etkileri göz önüne alındığında, aşırı dışa dönük düşünce tarzı olan ergenlerin içsel gerilimlerini yatıştırmak için bu oyunları bağımlılık seviyesinde oynayabilecekleri düşünülebilir (Chory ve Goodboy, 2011: 191-198). Bu durum da çalışmamızın sonuçlarını açıklayabilir.

Olumlu üst endişeler, bireyin kaygılı ve endişeli düşüncelerinin, hayatını devam ettirmesi için gerekli oldukları şeklinde algıladığı üst bilişsel sorunlara işaret etmektedir (Yavuz ve ark., 2019). Sosyal ortamda dışlanacağını, arkadaşlarının onu sevmeyeceğini düşünen ergenin bu düşünce tarzını, işe yarar bulması, sosyal kaygısının artmasına sebep olabilecek; arkadaş ilişkilerine ve sosyal etkileşimlerine olumsuz yönde etki edebilecektir.

Ek olarak, erkeklerin Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeğinden aldıkları ortalama puanlar, kız katılımcıların aldıkları puanlara göre daha yüksek çıkmıştır. Dijital oyunların erkekler arasında oldukça yaygın olarak kullanıldığı ve bağımlılık oranlarının yüksek olduğu çalışmalar bulunsa da (Cross, 2012) genel olarak her iki cinsiyet için benzer düzeyler bulunduğu bildirilmektedir (Cross, 2012; Usta ve Aygün, 2019: 42-43). Çalışmamızın sonucu da bu bilgiyle uyumludur.

6.2 Sonuçlar

* Erkek katılımcıların dijital oyun bağımlılığı toplam puanları ve aleksitimi dışı dönük düşünce puanları, kızlara göre anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur.

* Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı puanları ile olumlu üstbilişsel sorunlar ve üstbiliş toplam sorun puanları arasında pozitif yönde anlamlı zayıf bir korelasyon olduğu görülmüştür.

* Katılımcıların, Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği alt boyutlarından aldıkları toplam puan arttıkça Olumlu Üst Endişeler (Übö-çe f1), Übö-çe toplam, Taö-20 f1, Taö-20 f2 ve Dışa-dönük düşünme (Taö-20 f3) ve Taö-20 toplam alt boyut puanlarının da arttığı tespit edilmiştir. Bu aşamada dışı dönük düşünme çıkması, olumsuz bir etkiden ziyade olumlu bir etkiye işaret etmiştir. Diğer yandan üst endişelerin artması, dijital oyun bağımlılığına bağlı negatif bir olgu olarak görülebilir.

- Korelasyon analizi sonuçlarına göre olumlu üstbilişsel sorunlar ile duyguları ifade etmede güçlük puanları pozitif yönde ilişki göstermiştir. Olumsuz üst endişeler, ceza ve sorumluluk, batıl inanç puanları ise duyguları tanımada ve ifade etmede güçlük ile toplam aleksitimi puanları ile korelasyon göstermiştir.
- Üstbiliş toplam sorun puanları ise duyguları tanıma ve ifade etmede güçlük, dışı dönük düşünce ve toplam aleksitimi puanları ile anlamlı korelasyonlar göstermiştir.
- Lojistik regresyon analizi sonuçları, olumlu üstbilişsel sorunlar ile aleksitimide görülen duyguları tanımada güçlük ve aşırı dışı dönük düşünce yapısının, dijital oyun bağımlılığı durumunu öngördüğünü işaret etmiştir.
- Dijital oyun bağımlılığı olma üzerinde etkilerini incelemek ve yaş, cinsiyet, TAÖ-20 ve ÜBÖ-ÇE puanlarının etkilerini incelemek için İkili (Binary), Backward Stepwise metodu kullanılarak Lojistik Regresyon Analizi sonucunda tespit edilen diğer bir sonuç ise dijital oyun bağımlılığı toplam puan alt boyutu ile Übö-çe f2, Übö-çe f3 ve Übö-çe f4 alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığıdır. Başka bir

deyişle, Übö-çe f2, Übö-çe f3 ve Übö-çe f4 alt boyutları dijital oyun bağımlılığı toplam puan alt boyutunu yordamamaktadır.

6.2.1 Öneriler

Dijital oyun oynamak amacıyla aşırı süre harcayan ve bu nedenle okulda ve sosyal hayatta sorunlar yaşayan ergenler arasında ruh ve sağlık kliniklerine başvuranlar için:

- Olumsuz duygulanımlarını rahatça ifade edebildiği terapötik ilişkinin bulunması olumsuz duygularını azaltabilecek, benlik saygısını yükseltebilecek ve sosyal ilişkilerini arttırabilecektir. Bu dijital oyunlara aşırı vakit harcama gereksinimini azaltabilecek ve dijital oyun bağımlılığı gelişimini engelleyebilecektir.
- Ek olarak, olumsuz duygulanım nedenini sürekli dış etmenlerde bulan ergenin, içsel deneyimlerine terapötik ortamda ulaşmasını sağlamak, dijital oyun bağımlılığı gelişimini engelleyebilir ve ruh sağlığına faydalı olabilir.
- Kaygılı bir ergenin, dijital oyun bağımlılığı gelişim riskini azaltmak için endişeli ve kaygılı düşüncelerine bakış açısı da değerlendirilmelidir. Bu düşünce tarzının gerekli olduğu şeklindeki bakış açısı, terapötik ortamda değerlendirilmeli, ergene tam zıttı olarak bu bakış açısının akademik ve sosyal alanda işlevselliğini düşürdüğüne dair içgörü kazandırılmalıdır. Bu içgörü, kaygılı yapısını azaltarak sosyal ilişkilerini arttırabilecek ve dijital oyun bağımlılığı gelişim riskini azaltabilecektir.
- Okullarda ve kliniklerde aleksitimi kişilik özellikleri ve üstbilişsel sorunlarla ilgili tarama ve bilgilendirme çalışmaları dijital oyun bağımlılığını önlemede faydalı olabilir ve benzer çalışmalara ışık tutabilir.

7. KISITLILIKLAR

Araştırmanın sonuçları, kısıtlılıkları göz önünde bulundurularak değerlendirilmelidir. Araştırmanın kesitsel niteliği neden sonuç ilişkisine dair kesin bir sonuç yapılmasını engellemektedir. Katılımcılar, İstanbul ilinin üç farklı ortaokulunda öğrenim görmekte olan ortaokul öğrencileri ile sabittir, bu nedenle sonuçların genelleştirilmesini kısıtlamaktadır. Bu noktadan çıkışla mevcut çalışma grubu evreninin farklı il, ilçe, sosyokültür, sosyoekonomik ve sosyodemografik bilgilere sahip olması ile sonuçların farklılaşabileceği ya da benzer sonuçların elde edilebileceği dikkate alınmalıdır. Ek olarak çalışmada, duyguları ifade etmede güçlük ve depresyon belirtileri incelenmemiştir. Bu konuda duyguları ifade etme ve depresif belirtileri kontrol eden envanterler ile ilerili araştırmalar literatüre katkıda bulunabilir.

KAYNAKLAR

- Ahmadi, M. R., Ismail, H. N. & Abdullah, M. K. K.** (2013). "The Importance of Metacognitive Reading Strategy Awareness in Reading Comprehension," *English Language Teaching*, vol. 6, no.10, Ss. 233-244, 2013.
- Akçayır, M.** (2013). Dijital Oyunlarda Şiddet. *Eğitsel Dijital Oyunlar*.
- Akdeniz, B.** (2018). *14 – 16 Yaş Aralığındaki Ergenlerin Bağlanma Stilleri, Gözlerden Zihin Okuma Becerileri Ve Ruhsal Sorunları İle İnternet Bağımlılığı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: İstanbul İli Örneği*, T. C. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.
- Aktay, M.** (2014). *Üniversite Öğrencilerinde Aleksitimi ve Depresyonun Yordayıcısı Olarak Bağlanma Stilleri*. İstanbul Arel Üniversitesi.
- Aktürk, A. O., Şahin, İ.** (2011). Üstbiliş ve bilgisayar öğretimi. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi* Sayı 31, Sayfa 383-407, https://www.researchgate.net/profile/Ahmet_Akturk3/publication/, Erişim Tarihi: 01.03.2019.
- Anderson, C.A., Bushman, B.J.** (2001). *Is it time to pull the plug on the hostile versus instrumental aggression dichotomy?* *Psychol. Rev.* 108:273–79
- Avetisova, A.A.** (2011) Bilgisayar oyunlarında oyuncuların psikolojik özellikleri. *Ekonomi Yüksek Okulu Dergisi*. - 2011. - T. 8. - № 4.
- Aydoğdu Karaaslan, İ.** (2015). Dijital Oyunlar ve Dijital Şiddet Farkındalığı: Ebeveyn ve Çocuklar Üzerinde Yapılan Karşılaştırmalı Bir Analiz. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(36).
- Azevedo, R., Witherspoon, A., Chauncey, A., Burkett, C., & Fike, A.** (2009). *Meta Tutor: A Meta Cognitive tool for enhancing self-regulated learning*. In R. Pirrone, R. Azevedo, & G. Biswas (Eds.), *Proceedings of the AAAI Fall Symposium on Cognitive and Metacognitive Educational Systems* (pp. 14-19). Menlo Park, CA: Association for the Advancement of Artificial Intelligence (AAAI) Press.
- Bacow, T. L., Ehrenreich-May, J., Brody, L. R., Pincus, D. B.** (2009). Are there metacognitive processes associated with anxiety disorders in youth?. *Psychology Research and Behavior Management* 3(default):81-90.
- Bagby, R. M., Parker, J. D., & Taylor, G. J.** (1994). Thetwenty-item Toronto Alexithymia Scale-I. Item selection and cross-validation of the factor structure. *Journal of Psychosomatic Research*, 38(1), 23-32.
- Bankier, B., Aigner, M., Bach, M.** (2001). Alexithymia in DSM-IV Disorder Comparative Evaluation of Somatoform Disorder, Panic Disorder,

Obsessive-Compulsive Disorder, and Depression. *Psychosomatics* 42:3.

- Baron-Cohen, S. & Ring, H.** (1994). A model of the mindreading system: Neuropsychological and neurobiological perspectives. In C. Lewis & P. Mitchell (Eds.), *Children's early understanding of mind: Origins and development* (pp. 183-207). Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Baron-Cohen, S.** (1995). *Learning, development, and conceptual change. Mindblindness: An essay on autism and theory of mind*. Cambridge, MA, US: The MIT Press.
- Beutel, M.E., Hoch, C., Woelfing, K. & Mueller, K.W.** (2011). Bilgisayar oyun bağımlılığı için bir poliklinikte tedavi görmek isteyen kişilerde bilgisayar oyunu ve internet bağımlılığının klinik özellikleri. *Z. Psikosom. Med. Psychother.* 2011, 57, 77-90.
- Block, J. J.** (2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *Am J Psychiatry*, 165(3), 306-307. Block J. J. (2008) Issues for DSM V: *Internet Addiction. AmPsychiatry*; 165:306–307.
- Bonnaire, C. ve Baptista, D.** (2019). Internet gaming disorder in male and female young adults: the role of alexithymia, depression, anxiety and gaming type. *Psychiatry Research*, 255, 104-110. IF : 2.528/ SCImago :1.206 doi: 10.1016/j.psychres.2018.12.158
- Bowman, N. D., & Tamborini, R.** (2012). *Task demand and mood repair: The intervention potential of computer games*. *New Media & Society*, 14(8), 1339–1357. doi:10.1177/1461444812450426
- Brown, A. L.** (1987). *Metacognition, executive control, self-regulation, and other more mysterious mechanisms*. In F. E. Weinert & R. H. Kluwe (Eds.), *Metacognition, motivation, and understanding* (ss. 65-116). Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Caplan, S. E.** (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553–575. doi:10.1016/S0747-5632(02)00004-3
- Cardoso, C. O., Dias, N. M., Senger, J. Colling, A. P. C., Seabra, A. G. & Fonseca, R. P.** (2018). Neuropsychological stimulation of executive functions in children with typical development: A systematic review. *Applied Neuropsychology Child*, 7. 1-21. doi.org/10.1080/21622965.2016.1241950
- Carey, S.** (1985). *Conceptual Change In Childhood*. ISBN: 9780262031103.
- Chak, K., & Leung, L.** (2004). Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use. *Cyber Psychology & Behavior*, 7(5), 559–570. doi:10.1111/j.1440 1819.2004.01290
- Charlton JP & Danforth IDW** (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Comput Human Behav* 2007; 23:1531–1548.
- Chory, R. M. ve Goodboy, A. K.** (2011). Is Basic Personality Related to Violent and Non-Violent Video Game Play and Preferences? *Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking* Volume 14, Number 4, Mary Ann Liebert, Inc. DOI: 10.1089/cyber.2010.0076

- Colwell, J., Payne, J.** (2000). Negative correlates of computer game play in adolescents. *Br J Psychol.* 2000 Aug;91 (Pt 3):295-310.
- Crooks, R. L. & Stein, J.** (1991). *Psychology Science, Behavior and Life. 2. Edition.* Florida: Holt, Rinehart and Winston Inc.
- Cross, D.R., & Paris, S.G.** (1988). Developmental and instructional analyses of children's metacognition and reading comprehension. *Journal of Educational Psychology* 80: 131– 142.
- Cross, T.** (2012). *Video Games All The World's A Game, A Special Report From The Economist,* Londra: Penguin Books Ltd.
- Cüceloğlu, D.** (1991). *İnsan ve Davranış: Psikolojinin Temel Kavramları.* İstanbul: Remzi Kitabevi. 2. Basım
- Çam, H., H., ve Nur, N.** (2015). Adölesanlarda internet bağımlılığı prevalansı ile psikopatolojik semptomlar ve obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi. *TAF Prev Med Bull,* 14(3), 181-189. doi:10.5455/pmb.20141016033204
- Dalbudak, E., Evren, C., Aldemir, S., Coskun, K. S., Yıldırım, F. G., Uğurlu, H.** (2013). Alexithymia and personality in relation to social anxiety among university students. *Psychiatry Res* 209(2):167-172.
- Davis R.A.** (2001) Cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Comput Human Behav* 2001; 17:187–195.
- Demirbaş Yavuz Kerem** (2015). Dijital Oyunlara "Oyun Türü" Yaklaşımlarının Sorunları: "Platform Oyunları" Türü Örneği. Marmara Üniversitesi İletişim Fakültesi. *Selçuk İletişim,* 2015, 9 (1): 363-387.
- Dere, J., Tang, Q., Zhu, X., Cai, L., Yao, S., Ryder, A. G.** (2013). The cultural shaping of alexithymia: values and externally oriented thinking in a Chinese clinical sample. *Compr Psychiatry* 54(4):362-8. doi: 10.1016/j.comppsy
- Dimaggio, G., & Lysaker, P. H.** (Eds.). (2010). *Metacognition and severe adult mental disorders: From basic research to treatment.* London: Routledge..
- Douglas, A. C., Mills, J. E., Niang, M., Stepchenkova, S., Byun, S., Ruffini, C., et al., & Lanton, M.** (2008). Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006. *Computers in Human Behavior,* 24 (6), 3027-3044. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2008.05.009>
- Dubrovin, I. V.** (2009) *Pratik psikoloji eğitimi: Ders kitabı. pos. saplama için üniversiteler,* I.V. Dubrovin. - St. Petersburg: Peter, S. 592.
- Fegert, J. M., Probst, M., Vierlböck, S.** (1999). Das an Neurodermitiser kranke Kind in der Familie–Eine qualitative Untersuchung zu Auswirkungen und zur Bewältigung der Erkrankung. *Praxis der Kinder psychologie und Kinderpsychiatrie* 48, S. 677-693.
- Ferguson, C. J. ve Olson, C. K.** (2013). Friends, fun, frustration and fantasy: Child motivations for video game play. *Motiv Emot* 37:154-164. DOI 10.1007/s11031-012-9284-7
- Flavell, J. H.** (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive development enquiry. *American Psychologist,* 34, 906-911.
- Flavell, J. H., Miller, P. H., and Miller, S. A.** (1993). *Cognitive Development (3rd Ed.),* Prentice Hall, Englewood Cliffs, NJ.

- Franz, M., Popp, K., Schäfer, R., Brähler, E.** (2008). Alexithymia in the German general population. *Article in Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 43(1):54-62. DOI: 10.1007/s00127-007-0265-1 · Source: PubMed.
- Gaetan, S., Bréjard, V., Bonnet, A.** (2016). Video games in adolescence and emotional functioning: Emotion regulation, emotion intensity, emotion expression, and alexithymia. *Computers in Human Behavior*, Elsevier, 61, ss.344-349. ff10.1016/j.chb.2016.03.027ff.
- Garrison, D. R., & Akyol, Z.** (2015). Toward the development of a metacognition construct for communities of inquiry. *The Internet and Higher Education*, 24, 66-71.
- Gentile, D. A.** (2009). Pathological video game use among youth 8 to 18: A national study. *Psychological Science*, 20, 594–602. doi:10.1111/j.1467-9280.2009.02340
- Goleman, D.** (1996). E.Q. Emotionale Intelligence (EQ. Duygusal Zeka).
- Grabe, S., Ward, L. M., & Hyde, J. S.** (2008). The role of the media in body image concerns among women: A meta-analysis of experimental and correlational studies. *Psychological Bulletin*, 134(3), 460-476. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.134.3.460>
- Green, G. P. ve Kaufman, J. C.** (2015). *Video Games and Creativity*. Academic Press: Elsevier.
- Greenberg, B., Sherry, J., & Lachlan, K.** (2008). Orientation to video games among gender and age groups. *Simulation & Gaming*, 41(2), 238–259. doi:10.1177/1046878108319930
- Griffiths, M. D. & Pontes, H. M.** (2014). Internet addiction disorder and internet gaming disorder are not the same. *J Addict Res Ther*; 5:124.
- Griffiths, M.D.** (2005) A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. *J. Subst. Use* 2005, 10, 191–197.
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., King, D. L.** (2012). Video game addiction: past, present and future. *Current Psychiatry Reviews*, 8, pp. 308-318.
- Guan S. S. A. & Subrahmanyam K.** (2009). Youth Internet use: risks and opportunities. *Curr Opin Psychiatry* 22: 351– 356.
- Güleç, M. Y., Kilic, A., Gül, U., Güleç, H.** (2009). Alexithymia and anger in patients with psoriasis/Psoriasis hastalarında aleksitimi ve ofke. *Archives of Neuropsychiatry* (Vol. 46, Issue 4.)
- Güleç, H., Yenel, A.** (2010). 20 Maddelik Toronto Aleksitimi Ölçeği Türkçe Uyarlamasının Kesme Noktalarına Göre Psikometrik Özellikleri. *Klinik Psikiyatri* 2010;13:108-112.
- Hajare, R.** (2018). Gender and Teaching Strategies on Pharmaceutical Chemistry Students B. *Pharm second Year Pune University Syllabus' Achievement in Organic Compounds Nomenclature. SF Pharma J*, 1(2).
- Hastings, E., Karas, T., Winsler, A., Way, E., Madigan, A. and Tyler, S.** (2009). Young children's video/computer game use: relations with school performance and behavior. *Issues Ment Health Nurs* 30(10): 638-649.
- Hazar, Z. & Hazar, M.** (2017). Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 203-216.

- Hennessey, M. G.** (1999). *Probing the dimensions of metacognition: Implications for conceptual change teaching-learning*. Paper presented at the annual meeting of the National Association for Research in Science Teaching, Boston, MA.
- Honkalampi, K., Hintikka, J., Laukkanen, E., Lehtonen, J., & Viinamäki, H.** (2001). Alexithymia and depression: A prospective study of patients with major depressive disorder. *Psychosomatics: Journal of Consultation Liaison Psychiatry*, 42(3), 229-234.
- Honkalampi, K., Tolmunen, T., Hintikka, J., Rissanen, M. L., Kylmä, J., Laukkanen, E.** (2009). The prevalence of alexithymia and its relationship with Youth Self-Report problem scales among Finnish adolescents. *Compr Psychiatry* 50(3):263-26
- Irak, M.** (2012). Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formunun Türkçe Standardizasyonu, Kaygı ve Obsesif-Kompulsif Belirtilerle İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi* 2012;23(1):47-54
- Israel, S. E.,** (2007). *Using Metacognitive Assessments to Create Individualized Reading Instruction*, Newark, Del: International Reading Association.
- Ivanov, I., Vajda, P., Jong-Seok, L., Ebrahimi, T.** (2010). Epitome – A Social Game for Photo Album Summarization. *CMM'10*, October 29, 2010, ACM 978-1-4503-0172-5/10/10 ...\$10.00.
- Izard, C. E.** (1993). Four Systems for Emotion Activation. Cognitive and Negative Processes, *Psychological Review*, 10081, 68-90.
- Ke, F.** (2008). Computer games application within alternative classroom goal structures: cognitive, metacognitive and affective evaluation. *Education Tech Research Dev* 56:539–556. DOI 10.1007/s11423-008-9086-5.
- Kıran, E. B.** (2009). Çeşitli değişkenlere göre ergenlerde internet bağımlılığının yordanması. *Journal of New World Sciences Academy*, 4(4), 1331-1340.
- King, D. L. & Delfabbro, P. H.** (2014a). The cognitive psychology of internet gaming disorder. *Clinical Psychology Review*, 34,298–308.
- King, D. L. & Delfabbro, P. H.** (2014b). Is preoccupation an oversimplification? a call to examine cognitive factors underlying internetgaming disorder. *Addiction*, 109,1566–1567.
- Király O, Griffiths MD, Urbán R, Farkas J, Kökönyi G, Elekes Z, Tamás D & Demetrovics Z.** (2014) Problematic internet use and problematic online gaming are not the same: findings from a large nationally representative adolescent sample. *Cyber psychology, Behav Soc Netw*, 17,749– 754
- Király, O., Slezka, P., Pontes, H. M., Urbán, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z.** (2017). Validation of the ten-item Internet Gaming Disorder Test (IGDT-10) and evaluation of the nine DSM-5 Internet Gaming Disorder criteria. *Addictive behaviors*, 64, 253-260.
- Koçak, R.** (2002). Aleksitimi: Kuramsal çerçeve tedavi yaklaşımları ve ilgili araştırmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 35 (1-2), 183-212
- Kuhn, D. & Dean, D.** (2004). A bridge between cognitive psychology and educational practice. *Theory into Practice*, 43(4), 268-273.

- Kuss, D.L, Griffiths M. D.** (2012) Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *Int J Ment Health Addict* 10:278–296.
- Kuss, D. J., & Lopez-Fernandez, O.** (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143-176.
- Kuss, D. J., & Billieux, J.** (2017). Technological addictions: Conceptualisation, measurement, etiology and treatment. *Addictive behaviors*, 64, 231-233.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., Peter, J.** (2011). The effects of pathological gaming on aggressive behavior. *J Youth Adolesc.* 2011 Jan;40(1):38-47. doi: 10.1007/s10964-010-9558-x.
- Leslie, A. M.** (1994). Pretending and believing: issues in the theory of ToMM, *Published in Cognition* DOI:10.1016/0010-0277(94)90029-9
- Lesser E.M.** (1981). A review of the alexithymia concept. *Psychosom Med* 1981; 43:531-543.
- Lesser, I. M.** (1985). A critique of contribution to the alexithymia symposium. *Psychoter Psychosom*, 44, 82-88.
- Leweke, F. M., Piomelli, D., Koethe, D.** (2012). Cannabidiol enhances anandamide signaling and alleviates psychotic symptoms of schizophrenia. *Transl Psychiatry.* 2012 Mar; 2(3): e94. doi: 10.1038/tp.2012.15
- Ma, D. ve Jones, G.** (2003) Television, computer, and video viewing; physical activity; and upper limb fracture risk in children: A population-based case control study. *Journal of Bone & Mineral Research*, 18(11), 1970–1977.
- Mangır Mine, Yaşare Aktaş** (1993). *Çocuğun Gelişiminde Oyunun Önemi*, Yaşadıkça Eğitim, 26.sayı.
- Marks I.** (1990) Behavioural (nonchemical) addictions. *Br J Addict* 1990.
- Martin, J. B. ve Pihl, R. O.** (1986). Influence of alexithymic characteristics on physiological and subjective stress responses in normal individuals. *Psychotherapy and psychosomatics* 45 (2), 66-77.
- Martinez, M. E.** (2006). What is Metacognition? *Sage Journals Research Article* <https://doi.org/10.1177/003172170608700916>
- McDougall, J.** (1982). *Alexithymia; A Psychoanalytic View point*, Psychotherapy Psychosomatics. 38, 81-90.
- Mekler, E. D., Bopp, J. A., Tuch, A. N., Opwis, K.** (2014). A systematic review of quantitative studies on the enjoyment of digital entertainment games. *CHI '14 Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, ss. 927-936, ISBN: 978-1-4503-2473-1 doi>10.1145/2556288.2557078
- Mentzoni, R., Brunborg, G., Molde, H., Myrseth, H., Skouvrøe, K., Hetland, J. et al.** (2011) Problematic Video Game Use: Estimated Prevalence and Associations with Mental and Physical Health. *Cyberpsychology, Behavior & Social Networking*, 14(10), 591-596.
- Meijera et al.,** (2013) “The development of a questionnaire on metacognition for students in higher education,” *Educational Research*, vol. 55, no. 1, pp. 31-52, 2013.

- Montgomery, D. E.** (1992). Young children's theory of knowing: The development of a folk epistemology. *Devel. Rev.* 12: 410–430.
- Montag, C., Flierl, M., Markett, S., Walter, N., Jurkiewicz, M., & Reuter, M.** (2011). Internet addiction and personality in First-Person Shooter video gamers. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 23(4), 163–173. doi:10.1027/1864-1105/a000049
- Nemiah, J. C., & Sifneos, P. E.** (1970). Psychosomatic illness: A problem in communication. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 18, 154–160.
- Nemiah, J. C. ve Sifneos, P. E.** (1970). Affect and fantasy in patients with psychosomatic disorders. In: Hill OW, editor. *Modern trends in psychosomatic medicine*. Volume 2. London: Butterworths; s. 26-34.
- Nemiah, J. C., Freyberger, H., Sifneos, P.E.** (1976). Alexithymia: a view of the psychosomatic process. In: Hill OW, editor. *Modern trends in psychosomatic medicine*. Volume 3. London: Butterworths; 1976. p 430-9.
- Niemz, K., Griffiths, M., Banyard, P.** (2005). Prevalence of pathological Internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *Cyberpsychol Behav.* 2005 Dec;8(6):562-70.
- Orhan, F. ve Akkoyunlu, B.** (2004). İlköğretim öğrencilerinin internet kullanımları üzerine bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26, 107-116.
- Ögel, K.** (2012). *İnternet Bağımlılığı, İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, s.47-60
- Parker, P. D., Prkachin, K. M., & Prkachin, G. C.** (2005). Processing of facial expressions of negative emotion in alexithymia: The influence of temporal constraint. *Journal of Personality*, 73(4), 1087-1107.
- Pies R.** (2009) Should DSM-V designate “internet addiction” a mental disorder? *Psychiatry* 2009; 6, 31–37. Kuss DJ, Griffiths MD. Internet gaming addiction. *Int J Ment Health Addiction* 2012; 10: 278-96.
- Pontes, H, Szabo A. & Griffiths, M.** (2015). *The impact of Internet based specific activities on the perceptions of Internet addiction, quality of life, and excessive usage: A cross sectional study*. Addict Behav Reports.
- Recupero, P.R:** (2010). The Mental Status Examination in the Age of the Internet. *J Am Acad Psychiatry*, 38.
- Reinecke, L., Klatt, J., Krämer, N.C.** (2011). Entertaining media use and the satisfaction of recovery needs: Recovery outcomes associated with the use of interactive and non-interactive entertaining media. *Media Psychology*, 14, 192–215.
- Romero, M., Usart, M., Ott, M., Earp, J.** (2012). Learning Through Playing For Or Against Each Other? Promoting Collaborative Learning In Digital Game Based Learning. *ECIS Proceedings*. Paper 93.
- Ryan, R. M., Rigby, C. S., & Przybylski, A.** (2006). The motivational pull of video games: a self-determination theory approach. *Motivation and Emotion*, 30(4), 344–360. doi:10.1007/s11031-006-9051-8
- Saville, B.K., Gisbert, A, Kopp., J. & Telesco, C.** (2010). Internet addiction and delay discounting in college students. *Psychol Rec*, 60,273–286.

- Sayar, K., Güleç, H., Ak, İ.** (2001). *Yirmi Soruluk Toronto Aleksitimi Ölçeği'nin Geçerlik Ve Güvenirliği*. 37. Ulusal Psikiyatri Kongresi Kitabı, İstanbul- 2001, ss: 130.
- Sasai, K., Tanaka, K., Hishimoto, A.** (2010). Alexithymia and its relationships with eating behavior, self esteem, and body esteem in college women. *Kobe J Med Sci* 56(6):E231-E238.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J.** (2003). Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17 (4), 207-216.
- Shipko, S., Alvarez, W. A., & Novello, N.** (1983). Towards a teleological model of alexithymia: Alexithymia and post-traumatic stress disorder. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 39(2), 122-126.
- Sifneos, P. E.** (1973). The prevalence of "alexithymic" characteristics in psychosomatic patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 22(2-6), 255-262.
- Sifneos, P.E.** (1988). Alexithymia and Its Relationship to Hemispheric Specialization Affect and Creativity”, *Psychiatric Clinics of North America*, 11(3),287-293.
- Spada, M. M. ve Caselli, G.** (2017). The Metacognitions about Online Gaming Scale: Development and psychometric properties. *Addict Behav.*;64:281-286. doi: 10.1016/j.addbeh.2015.07.007
- Spada, M. M., Langston, B., Moneta, G. B., Nikc, A. V.** (2008). The role of metacognitions in problematic Internet use. *Comput Human Behav.* 24:2325–35. doi: 10.1016/j.chb.2007.12.002
- Sussman, S., Rozgonjuk, D., Van Den Eijnden, R. J. J. M.** (2017). Substance and behavioral addictions may share a similar underlying process of dysregulation. Society for the Study of Addiction Addiction.
- Subic-Wrana, C., Bruder, S., Thomas, W., Lane, R. D., Köhle, K.** (2005). Emotional awareness deficits in inpatients of a psychosomatic ward: a comparison of two different measures of alexithymia. *Psychosom Med.* 2005 May-Jun;67(3):483-9.
- Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, H., Zhang, Y., & Li, M.** (2010). Proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Addiction*, 105(3), 556-564.
- Taylor, E. W.** (2006). New Directions for Adult and Continuing Education. Volume 2006, Issue 109 *The challenge of teaching for change*. <https://doi.org/10.1002/ace.211>
- Taylor, G. J.** (2000). Recent Developments in Alexithymia Theory and Research. *Can J Psychiatry* 2000;45:134-142.
- Taylor, G. J., & Bagby, R. M.** (2004). New trends in alexithymia research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 73, 68-77. doi: 10.1159/000075537.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., Parker, I. D. A.** (1997). *Disorders of affect regulation: alexithymia in medical and psychiatric illness*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Taylor, G. J.** (2001). *Low emotional intelligence and mental illness. Emotional intelligence in everyday life: A scientific inquiry* (2. Baskı) içinde (67-81). New York, NY, US: Psychology Press.

- Taylor, G. J., Bagby, R. M., Ryan, D. P., & Parker, J. D.** (1990). Validation of the alexithymia construct: A measurement-based approach. *The Canadian Journal of Psychiatry / La Revue Canadienne De Psychiatrie*, 35(4), 290-297.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, D. A.** (1997). *Disorders of affect regulation. Alexithymia in medical and psychiatric illness*. New York: Cambridge University Press.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M.** (1988). Measurement of alexithymia: recommendations for clinical practice and future research. *Psychiatr Clin North Am*, 11, 351-366
- Tian, M., Tao, R., Zheng, Y., Zhang, H., Yang, G., Li, Q., & Liu, X.** (2018). Internet gaming disorder in adolescents is linked to delay discounting but not probability discounting. *Computers in Human Behavior*, 80, 59-66.
- Tobias, S., & Everson, H.** (2002). *Knowing what you know and what you don't: Further research on metacognitive knowledge and monitoring*. College Board report No.2002-3. College Board, NY.
- Tsitsika, A. & Janikian, M.** (2014). Internet addictive behavior in adolescence: a cross-sectional study in seven European countries. *Cyberpsychology*
- Turel, O. & Serenko, A.** (2010.) Is Mobile Email Addiction Overlooked? *Commun ACM*, 53,41-43.
- Usta, M. & Aygün, D.** (2019). *Video oyunları endüstrisinde toplumsal cinsiyet sorunsalı*, İstanbul: Yeni İnsan Yayınevi.
- Uzal, G., Yavuz, M., Akdeniz, B., Çallı, S., Bolat, N.** (2018). İstanbul ilinde öğrenim gören lise öğrencilerinde aleksitimi karakter özellikleri ile üst biliş özellikleri ve ruhsal sorunlar arasındaki ilişkinin incelenmesi. DEHB'li çocuklarda NPY, leptin ve grelin düzeyleri: Metilfenidat tedavisinin etkisi. *Anadolu Psikiyatri Derg* 2018; 19(5):478-484.
- Uzal Özgül, G.** (2017). İstanbul ilinde öğrenim gören 15-17 yaş aralığındaki bir grup lise öğrencisinin aleksitimi, ruhsal ve davranışsal sorunlar ile üst biliş özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. T.C. İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Yalçın Irmak, A. & Erdoğan, S.** (2016). Ergen ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*,27(2):128-37
- Yates, C., Partridge, H., Bruce, C. S.** (2012). Exploring information experiences through phenomenography. *Research Gate*. https://www.researchgate.net/publication/284394388_Exploring_information_experiences_through_phenomenography.
- Yavuz, M., Önal Sönmez, A., Arslandoğdu, S., Aksoy, Y. G., Yentürk, Z.** (2019). Akran Zorbalığının, Aleksitimi, Üst Biliş ve Eşlik Eden Ruhsal Sorunlar ile İlişkisi. *ACU Sağlık Bil Derg*.
- Yavuz, M., Aluç, N., Tasa, H., Hamamcıoğlu, İ., Bolat, N.** (2019). The relationships between attachment quality, metacognition, and somatization in adolescents: The mediator role of metacognition. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs*. 32(1):33-39. doi: 10.1111/jcap.12224. Epub 2019 Jan 28.

- Yee, N.** (2006). Motivations for play in online games. *Cyberpsychol Behav*, 9,772- 775.
- Yelsma, P.** (1995). Self-esteem and alexithymia. *Psychol Rep* 77(3):735-738.
- Young, K. S.** (1998). *Caught in the net: how to recognize the signs of Internet addiction--and a winning strategy for recovery*. New York: J. Wiley.
- Young, K. S.** (1999). *Innovations in clinical practice*. USA: Professional Resource Exchange Inc.
- Yu, J. J., Kim, H., & Hay, I.** (2013). Understanding adolescents' problematic Internet use from a social/cognitive and addiction research framework. *Computers in Human Behavior*, 29, 2682–2689.
- Yurt, E.** (2006). *Şizofreni Hastalarında Aleksitimi; Negatif Belirtiler, İlaç Yan Etkileri, Depresyon ve İç Görü İle İlişkisi*.T.C. Sağlık Bakanlığı Bakırköy Ord. Prof. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 6. Psikiyatri Birimi, İstanbul.
- Vanheule, S., Verhaeghe, P., Desmet, M.** (2011). Insearch of a framework for the treatment of alexithymia. *Psychol Psychother* ,84,84-97
- Vejmelka, L., Strabic, N. & Jazvo, M.** (2017). *Online aktivnosti i rizičnaponašanjaadolescenata u virtualnomokruženju*. Društvenaistraživanja
- Wells, A.** (2000). *Emotional disorders and metacognition: Innovative cognitive therapy*. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Whitebread, D., Coltman, P., Pasternak, D. P., Sangster, C., Grau, V., Bingham, S., Almeqdad, Q., & Demetriou, D.** (2009). The development of two observational tools for assessing metacognition and self-regulated learning in young children. *Metacognition and Learning*, 4(1), 63-85.
- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W., Honga, Z.** (2018). Online activities, prevalence of Internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. *Addict Behav Rep*. 2018 Jun; 7: 14–18.

EKLER

EK – 1: Kullanılan Ölçek Soruları

EK – 2: Ölçek İzinleri

EK – 3: Kabul Dosyaları

EK – 4: Etik Kurul Kararı

EK – 1: Kullanılan Ölçek Soruları

Kişisel Bilgi Formu

1) Cinsiyetiniz:

Kız Erkek

2) Yaşınız:.....

3) Kaçmıcı sınıfta oluyorsunuz:

1 2 3 4

4) Anne Sağ Hayatta değil

Baba Sağ Hayatta değil

5) Anne ve Baba

Birlikte

Ayrı-Boşanmış

4) Annenizin eğitim düzeyi:

Okula Gitmemiş İlköğretim
Ortaöğretim Yükseköğretim

Yüksek lisans Doktora

5) Babanızın eğitim düzeyi:

Okula Gitmemiş İlköğretim

Lise Yükseköğretim

Yüksek lisans Doktora

6) Ailenizin ortalama aylık geliri ne kadardır?

0-2000 TL 2000-4000 TL

4000-6000 TL 6000-8000 TL

8000 TL ÜSTÜ

Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Maddeler	Hiç katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır	1	2	3	4	5
2. Dijital oyun oynarken acıktığımı 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. İstediğim 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	1	2	3	4	5

gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur					
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 bakınıyorum	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 dijital oyun oynamak olur	1	2	3	4	5
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 hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır (benim için çok önemlidir)	1	2	3	4	5
19. Dijital oyun oynamak için ev ödevlerimi aksattığım zamanlar	1	2	3	4	5

olur					
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 söylediğim olur	1	2	3	4	5
24. Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir	1	2	3	4	5

TAÖ-20
Toronto Aleksitimi Ölçeği

Lütfen aşağıdaki maddelerin sizi ne ölçüde tanımladığını işaretleyiniz.

Hiçbir zaman (1),....., **Her zaman (5)** olacak şekilde bu maddelere puan veriniz.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her zaman
1- Ne hissettiğimi çoğu kez tam olarak bilemem.....	1	2	3	4	5
2- Duygularım için uygun kelimeleri bulmak benim için zordur.....	1	2	3	4	5
3- Bedenimde doktorların dahi anlamadığı hisler oluyor.....	1	2	3	4	5
4- Duygularımı kolayca tarif edebilirim.....	1	2	3	4	5
5- Sorunları yalnızca tarif etmektense onları çözümlenmeyi yeğlerim.....	1	2	3	4	5
6- Keyfim kaçtığında, üzgün mü, korkmuş mu yoksa kızgın mı olduğumu bilemem.....	1	2	3	4	5
7- Bedenimdeki hisler kafamı karıştırır.....	1	2	3	4	5
8- Neden öyle sonuçlandığını anlamaya çalışmaksızın, işleri olurlarına bırakmayı yeğlerim	1	2	3	4	5
9- Tam olarak tanımlayamadığım duygularım var.....	1	2	3	4	5
10- İnsanların duygularını tanıması gerekir.....	1	2	3	4	5
11- İnsanlar hakkında ne hissettiği tarif etmek bana zor geliyor.	1	2	3	4	5
12- İnsanlar duygularımı kolayca tarif etmemi isterler.	1	2	3	4	5
13- İçimde ne olup bittiğini bilmiyorum.....	1	2	3	4	5
14- Çoğu zaman neden kızgın olduğumu bilmem.....	1	2	3	4	5
15- İnsanlarla, duygularından çok günlük uğraşları hakkında konuşmayı yeğlerim.....	1	2	3	4	5
16- Psikolojik dramalar yerine eğlendirici programlar izlemeyi yeğlerim.....	1	2	3	4	5
17- İçimdeki duyguları yakın arkadaşlarıma bile açıklamak bana zor gelir.....	1	2	3	4	5
18- Sessizlik anlarında dahi, kendimi birisine yakın hissedebilirim.....	1	2	3	4	5
19- Kişisel sorunlarımı çözerken duygularımı incelemeyi yararlı bulurum.....	1	2	3	4	5
20- Film veya oyunlarda gizli anlamlar aramak, onlardan alınacak hazzı azaltır.....	1	2	3	4	5

Copyright © 1994 Bagby, Parker, & Taylor
Türkçe TAS-20 © 2001 Kemal Sayar & Samet Köse

EK 1. ÜBÖ-ÇE Türkçe Formu

Aşağıda sizin gibi genç bireyler tarafından ifade edilmiş bazı cümleler listelenmiştir. Her bir maddeyi okuyarak her birinin sizin için **genellikle** ne kadar uygun olduğunu ilgili rakamı daire içine alarak belirtin. Bu ankette doğru ya da yanlış cevap bulunmamaktadır.

	Kesinlikle katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Biraz katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
Faktör 1: Olumlu Üst Endişeler				
1. Bir şeyler hakkında şimdi endişelenirsem, gelecekte daha az sorun yaşarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
7. Endişelenmek, kendimi ve çevremi düzenli tutmama yardımcı olur.	(1)	(2)	(3)	(4)
9. Kafam karıştığında, endişelenmek bunları düzene sokmama yardım eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
16. Endişelenmek kendimi daha iyi hissetmemi sağlar.	(1)	(2)	(3)	(4)
20. Endişelenmek sorunları çözmeme yardım eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
23. İşlerimi bitirmek için endişelenmeye ihtiyacım var.	(1)	(2)	(3)	(4)
Faktör 2: Olumsuz Üst Endişeler				
2. Endişelenmek iyi bir şey değil çünkü bana hiç iyi gelmiyor.	(1)	(2)	(3)	(4)
4. Eğer çok endişelenirsem kendimi hasta edebilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
8. Engellemeye çalışsam da endişe verici düşüncelerim devam eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
10. Beni endişelendiren şeyleri düşünmeden duramıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)
13. Endişelenmek beni çıldırtabilir.	(1)	(2)	(3)	(4)
18. Endişelenmeye başladığımda bunu durduramam.	(1)	(2)	(3)	(4)
Faktör 3: Batıl İnançlar, Ceza ve Sorumluluk İnaçları				
6. Endişelendiğim bir düşünceyi durduramazsam ve sonra kötü bir şey olursa, benim hatam olur.	(1)	(2)	(3)	(4)
12. İstedikim zaman düşünmeye başlayabilmeli ya da düşünmeyi durdurabilmeliyim.	(1)	(2)	(3)	(4)
17. Düşüncelerimi durduramazsam, benim için hiç iyi olmaz.	(1)	(2)	(3)	(4)
19. Eğer düşüncelerimi durduramazsam kötü şeyler olacak.	(1)	(2)	(3)	(4)
21. Bazı şeyler hakkında düşünmek kötüdür.	(1)	(2)	(3)	(4)
22. Düşüncelerimi kontrol edemezsem, darmadağın olurum.	(1)	(2)	(3)	(4)
Faktör 4: Bilişsel İzleme				
3. Kafamdan geçenleri çoğu zaman fark ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
5. Bir sorunu düşünürken, kafamın nasıl çalıştığına dikkat ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
11. Kafamdaki düşünceleri takip edebilmek için çok çaba harcarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
14. Sürekli kafamdan geçenleri düşünürüm.	(1)	(2)	(3)	(4)
15. Nasıl düşündüğüme sürekli dikkat ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
24. Düşüncelerimi tekrar tekrar gözden geçiririm.	(1)	(2)	(3)	(4)

← **huseyingulec**

Kime: Nermin N-va

7.01.2019

[Ayrıntılar](#)



Sayın Nurullayeva,

Aydın Üniversitesinin Yüksek lisans tezinizde kullanılmak üzere 20-maddeli TAS-20 ölçeğinin Türkçe uyarlamasını kaynak göstermek kaydıyla kullanabilirsiniz.

Çalışmalarınızda basarılar diliyorum

Hüseyin Güleç
Erenköy Ruh ve Sinir Hast EAH

Samsung Galaxy akıllı telefonumdan gönderildi.

----- Orijinal mesaj -----

Başlangıç tarihi: Nermin N-va

<nvanermin@gmail.com>

Ölçeğ izni

 **zekihan hazar**

2.05.2019

ZH

 Kime: Nermin N-va

[Ayrıntılar](#)

değerli araştırmacı ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz. gerekli belgeleri ekte gönderiyor iyi çalışmalar diliyorum.

Nermin N-va <nvanermin@gmail.com>, 1 May 2019 Çar, 01:59 tarihinde şunu yazdı:

[İndirmek için](#)

[Dokunun](#)

ÖLÇEĞK.docx

25,5 KB

[İndirmek için](#)

[Dokunun](#)

ÖLÇEK.pdf

329 KB

[Diğer Nermin N-va İletilerini Gör](#)



EK – 3: Kabul Dosyaları

Evrak Tarih ve Sayısı: 28/03/2018-1983



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Personel Daire Başkanlığı

Sayı : 54167746-044
Konu : Narmin NURULLAYEVA'nın Anket
Uygulaması İzni Hk.

İSTANBUL İL MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜNE

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü **Y1612.270020** numaralı Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji Tezli Yüksek Lisans programı öğrencilerinden **Narmin NURULLAYEVA'nın, "Ortaokul Öğrencilerinde Digital Oyun Bağımlılığı İle Aleksitimi Ve Üst Bilişsel Sorunlar Arasında İlişkinin İncelenmesi"** adlı tez çalışması gereği "**Toronto Aleksitimi Ölçeği**", "**Üstbiliş Ölçeği**", "**Sosyodemografik Bilgi Formu**" ve "**Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği**" ile ilgili anketi İstanbul'da bulunan ortaokul öğrencilerine uygulamak istemektedir. İlgili öğrencinin anket uygulaması için gerekli izinlerin verilmesi hususunda,
Gereğini saygı ile arz ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. İbrahim Hakkı AYDIN
Rektör V.

Ek:Narmin NURULLAYEVA'nın Etik Kurul İzni Hk. (Elden Takip) (12 sayfa)

Evrakı Doğrulamak İçin : <https://evrakdogrula.aydin.edu.tr/enVision.Dogrula/BelgeDogrulama.aspx?V=BEL511F4>

Adres:Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL
Telefon:444 1 428
Elektronik Ağ:http://www.aydin.edu.tr/

Bilgi için: Hayri YATMAZ
Unvan: Uzman



Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 88083623-044-6814
Konu : Narmin NURULLAYEVA'nın Etik Kurul
İzni Hk. (Elden Takip)

27/03/2018

REKTÖRLÜK MAKAMINA

Enstitümüz Y1612.270020 numaralı Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden Narmin NURULLAYEVA'nın "ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE ALEKSİTİMİ VE ÜST BİLİŞSEL SORUNLAR ARASINDA İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ" adlı tez çalışması gereği "Toronto Aleksitimi Ölçeği", "Üstbiliş Ölçeği", "Sosyodemografik Bilgi Formu" ve "Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" ile ilgili anketi İstanbul'da bulunan ortaokul öğrencilerine uygulamak istemektedir. İlgili öğrencinin anket uygulaması hususunda T.C. İstanbul Valiliği İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli iznin sağlanması hususunda gereğini arz ederim.

Prof. Dr. Özer KANBUROĞLU
Müdür V.

Ek:

- 1- Narmin NURULLAYEVA_nın Etik Kurul İzni Hk._1 (9 sayfa)
- 2- Etik Komisyon Toplantı Kararı 2018-10 (2 sayfa)

Evrak Tarih ve Sayısı: 29/03/2018-6200



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 88083623-044-6200
Konu : Narmin NURULLAYEVA'nın Etik Kurul
İzni Hk.

19/03/2018

Sayın Yrd. Doç. Dr. PÜREN AKÇAY ÜZÜM

Enstitümüz Y1612.270020 numaralı Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden Narmin NURULLAYEVA'nın "ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE ALEKSİTİMİ VE ÜST BİLİŞSEL SORUNLAR ARASINDA İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" adlı tez çalışması gereği "Toronto Aleksitimi Ölçeği", "Üstbiliş Ölçeği", "Sosyodemografik Bilgi Formu" ve "Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" ile ilgili anketi İstanbul'da bulunan ortaokul öğrencilerine uygulamak istemektedir. İlgili öğrencinin anketinin etik kurul iznin sağlanması hususunda gereğini arz/rica ederim.

Prof. Dr. Özer KANBUROĞLU
Müdür V.

Ek:Narmin Nurullayeva Anket (8 sayfa)

Adres:Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL
Telefon:444 1 428

Bilgi için: NESLİHAN KUBAL
Unvanı: Enstitü Sekreteri

Bu belge, 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununa göre Güvenli Elektronik İmza ile imzalanmıştır

e-İden Takip

13.03/2018



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ANKET İZİN DİLEKÇESİ

I. Öğrenci Bilgileri

Adı:	Narmin	Anabilim Dalı:	Sosyal Bilimler Enstitüsü
Soyadı:	Narullayeva	Bilim Dalı:	Psikoloji
Numarası:	0544-808-54-38	Programı:	<input type="checkbox"/> Doktora <input checked="" type="checkbox"/> Yüksek Lisans
Danışmanı:	Mesut Yavuz	Tarih:	13.03.2018

II. Tez Bilgileri

Tez Konusu:	Orta okul öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı ile Aleksitimi ve Üst Bilişsel Sorunlar Arasında İlişkinin İncelenmesi
Uygulanacak Anketler	Toronto Aleksitimi Ölçeği, Üstbiliş Ölçeği, Çocuk ve Ergen Formu, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Sosyodemografik Bilgi Formu

Anketin Uygulanacağı Kişi veya Kurumlar: (Anket yapılacak yerler tek tek yazılmalıdır.)	
1	Orta okul öğrencileri 6
2	11-15 yaş 7
3	Orta okul 8
4	9
5	10

Narmin Narullayeva
Öğrencinin Adı-Soyadı

Mesut Yavuz
Tez Danışmanı Adı Soyadı

Engin Eker
Uygundur
Anabilim Dalı Başkanı
Adı Soyadı

Eki: 1 Adet Anket (Ölçek) Formu, 1 Adet Tez Önerisi.

Etiler Kuv
13/03/18
C

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
GELEN EVRAK
KAYIT TARİHİ: 13.03.2018
KAYIT NO: 2506



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ANKET BİLGİ FORMU

1) Öğrenci Bilgileri:

Adı Soyadı	Narmin Nurullayeva	Anabilim Dalı	Sosyal Bilimler Enstitüsü
Öğrenci No:	YIGIZ.270020	Program	Psikoloji
Danışmanı	Yrd. Doç. Dr. Mesut Yavuz	Türü	<input type="checkbox"/> Doktora <input checked="" type="checkbox"/> Yüksek Lisans

2) Tez Bilgileri:

Tez Konusu:	Orta Okul öğrencilerinde Dijital Oyun bağımlılığı ile Aleksi-timi ve üst Bilissel sorunlar arasında ilişkisinin incelenmesi
Uygulanacak Anketler:	Toronto Aleksi-timi Ölçeği, üstbilis Ölçeği Çocuk ve Ergen Formu, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği ve Sosyodemografik bilgi formu
Anketlerin Daha Önce Uygulandığı Çalışmalar	
Anketleri Daha Önce Uygulayan Kişi ya da Kurumdan İzin Belgesi Var mı?	
Anketlerin Uygulanacağı Kişi ya da Kurumlar	Orta Okul (11-15 yaş)

İmza
Öğrencinin Adı-Soyadı
Narmin Nurullayeva -

İmza
Tez Danışmanı Adı-Soyadı
Yrd. Doç. Dr. Mesut Yavuz

İmza
Uygundur
Anabilim Dalı Başkanı
Adı-Soyadı
Yrd. Doç. Dr. Engin Eke

TC
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI
PSİKOLOJİ BİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZ ÖNERİSİ

TEZ BAŞLIĞI: Orta Okul Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı ile Aleksitimi ve Üst Bilişsel Sorunlar Arasında İlişkisinin İncelenmesi

Öğrencinin,

Adı Soyadı: Narmin Nurullayeva

Tez Danışmanı : Yrd.Doç.Dr.Mesut YAVUZ

1-KONU

Araştırmanın konusu “Orta okul öğrencilerinde Dijital Oyun bağımlılığı ile Aleksitimi ve Üst Bilişsel sorunlar arasında ilişkisini incelemektir.

2-AMAÇ/ÖNEM

Bu çalışmada orta okul öğrencilerinde Dijital Oyun bağımlılığı ile Aleksitimi ve Üst Bilişsel sorunlar arasında ilişkisinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Önemli hipotezlerimiz

Aleksitimi karakter özelliklerine bağlı gösteren orta okul öğrenciler üst bilişsel sorunları nedeni ile daha fazla oyun bağımlılığı geliştirmiştir.

3.ALAN, VERİ KAYNAKLARI, YER- SÜRE VE DESTEK

Araştırma İstanbul’ da bir orta okulun tüm sınıflarında eğitimini sürdüren 600 kız ve erkek öğrencilerin katılımı ile gerçekleştirilecektir.Araştırma uygulamalı şekilde olacaktır. Spss programı ile analiz edilecektir.

4-YÖNTEM VE TEKNİKLER

Toronto Aleksitimi Ölçeği, Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formu ,Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu ile veriler toplanacaktır.Bağımsız örneklem T testi, Ki Kare testi, Çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılacaktır.

5-ÇALIŞMA TASLAK PLANI

Tez inananabşlıkları ve içindekiler :

1. Oyun Bağımlılığı
2. Aleksitimi Karakter Özelliği
3. Üst Bilişsel
4. Araştırma yöntemi ve bulguları
5. Tartışma ve öneriler

KAYNAKLAR VE EKLER

Araştırmada kullanılan kaynaklar farklı kitaplar, makaleler, gazete ve bilimsel dergilerdir.

NOT:

1. Bu belgenin bilgisayar ortamında doldurulması gerekmektedir. Aksi halde geçersiz sayılacaktır.
2. İçindekiler ve Kaynak listesi Tez Yazım Yönergesine uygun hazırlanmalıdır.

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
ETİK KOMİSYON KARARI

TOPLANTIYA KATILANLAR:

Prof. Dr. Ömer Özyılmaz	Etik Komisyon Başkanı
Prof. Dr. Hasan SAYGIN	Üye
Prof. Dr. Şuayip KARAKAŞ	Üye
Prof. Dr. Ahmet Nizamettin AKTAY	Üye
Prof. Dr. Uğur TEKİN	Üye

GÜNDEM:

1. Etik Komisyon Başkanlığı'na Sosyal Bilimler Enstitüsü tarafından iletilen dilekçenin görüşülmesi.
2. Dilek ve öneriler.

KARARLAR:

1. Sosyal Bilimleri Enstitüsü Y1512.130048 numaralı İşletme (İngilizce) Anabilim Dalı İşletme Yönetimi (İngilizce) tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden **MOHAMMAD HAMED MURAD**'ın "BIMPACT OF ONLINE ADVERTISEMENT ON NEW GENERATION CONSUMER'S BUYING BEHAVIOR IN THE CASE OF AFGHANISTAN" adlı tez çalışması gereği "ONLINE ADVERTISING EFFECT" ile ilgili anketi 15-30 yaş arası Afganistan vatandaşlarına uygulamasının etik olarak uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.
2. Sosyal Bilimleri Enstitüsü Y1612.270020 numaralı Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden **Narmin NURULLAYEVA**'nın "ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE ALEKSİTİMİ VE ÜST BİLİŞSEL SORUNLAR ARASINDA İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" adlı tez çalışması gereği "Toronto Aleksitimi Ölçeği", "Üstbiliş Ölçeği", "Sosyodemografik Bilgi Formu" ve "Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" ile ilgili anketi İstanbul'da bulunan ortaokul öğrencilerine uygulamasının etik olarak uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.
3. Sosyal Bilimleri Enstitüsü Y1312.043012 numaralı İşletme Anabilim Dalı İşletme Yönetimi tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden **Senar Devrim SARP**'ın "LİSE COĞRAFYA ÖĞRETMENLERİNİN MEKÂN BİLİNCİ VE YURTTAŞLIK BİLİNCİ ARASINDAKİ İLİŞKİ" adlı tez çalışması gereği "Mekan Bilincine Yönelik Tutum Ölçeği" ve "Yurttaşlık Bilinci Ölçeği" ile ilgili anketi Beşiktaş İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü'nde çalışan tüm coğrafya öğretmenlerine uygulamasının etik olarak uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.

1. Sosyal Hizmetler Meslek Yüksek Okulu öğretim görevlisi **Tezcan Zeynep ÖZKAN TILKI**'nin yürütücülüğünü yaptığı 'Mültecilere Yönelik Tutum Ölçeği'nin Geliştirilmesi' isimli araştırmasında veri toplama aracı olarak kullanılacak Kişisel Bilgi Formu, Suriyelilere Yönelik Tutum Ölçeği ve Mültecilere Yönelik Tutum Ölçeği'nin İstanbul Aydın Üniversitesi'nde Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerine uygulanmasının etik olarak uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.
2. Dilek ve öneriler kapsamında görüşülecek konu olmadığından toplantıya son verildi.

Prof. Dr. Ömer Özyılmaz
Komisyon Başkanı

Prof. Dr. Hasan SAYGIN
Üye

Prof. Dr. Şuayip KARAKAŞ
Üye

Prof. Dr. Ahmet Nizamettin AKTAY
Üye

Prof. Dr. Uğur TEKİN
Üye

EK – 4: Etik Kurul Kararı

Evrak Tarih ve Sayısı: 05/04/2018-2140



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 88083623-044-2140
Konu : Narmin NURULLAYEVA'nın Etik Onay
Hk.

05/04/2018

Sayın Narmin NURULLAYEVA

Enstitümüz Y1612.270020 numaralı Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden Narmin NURULLAYEVA'nın "ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE ALEKSİTİMİ VE ÜST BİLİŞSEL SORUNLAR ARASINDA İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" adlı tez çalışması gereği "Toronto Aleksitimi Ölçeği", "Üstbiliş Ölçeği", "Sosyodemografik Bilgi Formu" ve "Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" ile ilgili anketi 19.03.2018 tarihli ve 2018/10 sayılı İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyon Kararı ile etik olarak uygun olduğuna karar verilmiştir. Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Özer KANBUROĞLU
Müdür V.

Evrakı Doğrulamak İçin : <https://evrakdogrula.aydin.edu.tr/enVision.Dogrula/BelgeDogrulama.aspx?V=BENF1104>

Adres:Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL
Telefon:444 1 428
Elektronik Ağ:<http://www.aydin.edu.tr/>

Bilgi için: NESLİHAN KUBAL
Unvanı: Enstitü Sekreteri



ÖZGEÇMİŞ

Ad-Soyad: Narmin Nurullayeva

Doğum Tarihi ve Yeri: 03.05.1993 / Azerbaycan, Baku

E-posta: nva.nermin@inbox.ru

Öğrenim Durumu

Yüksek Lisans: : İstanbul Aydın Üniversitesi
Psikoloji 2017-2019

Lisans: : Khazar Üniversitesi
Psikoloji 2012-2016

Lise: : 239 sayılı
2000-2011

Mesleki Deneyim

Staj program:

-Mental Health and Neurological Diseases Education and Research Hospital named of Mazhar Osman, Bakirkoy

-The Republican Psychiatric Hospital № 1

- Doğan Hospital İstanbul-volunteer

- Moodist Psychiatrist and Neurological Hospital

Psychopathology Training, psychotherapeutic Interventions, Clinical Observations and Practice has successfully completed Clinical Psychology Intership Program (160hours in total)

Conferences & Seminar:

-Azerbaijan I International Psychology Conference

-Prof. Dr. Tulay Bozkurt, under the leadership of the "Positive Psychotherapy", "Mindfulness and strengths" training

-Expert Dr. Sevilay Zorlu, under the leadership of the "Cognitive Behavior Therapy", "Sexual Disorders and Sexual Therapy" training

-The "Mental Health Symposium" of the ENM Psychology and Counseling Center