



**FİZİKSEL HAREKETLİLİK İÇEREN OYUNLARIN 11-14 YAŞ GRUBU
ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞINA
ETKİSİ**

Zekihan HAZAR

**DOKTORA TEZİ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

ARALIK, 2016

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren bir (1) yıl sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı : Zekihan
Soyadı : HAZAR
Bölümü : Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı
İmza :
Teslim tarihi : 12/12/2016

TEZİN

Türkçe Adı : Fiziksel Hareketlilik İçeren Oyunların 11-14 Yaş Grubu Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığına Etkisi
İngilizce Adı : Effect of Games Including Physical Activity On Digital Game Addiction of 11-14 Age Group Middle-School Students

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı : Zekihan HAZAR

İmza :

JÜRİ ONAY SAYFASI

Zekihan HAZAR tarafından hazırlanan “Fiziksel Hareketlilik İçeren Oyunların 11-14 Yaş Grubu Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığına Etkisi ” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalında Doktora tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Doç. Dr. Muhsin HAZAR

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi



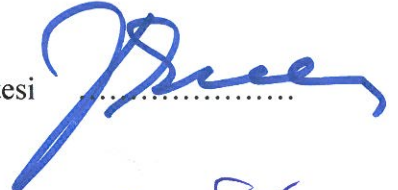
Başkan: Prof. Dr. Ali Ahmet DOĞAN

Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Kırıkkale Üniversitesi



Üye: Prof. Dr. İbrahim YILDIRAN

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi



Üye: Doç. Dr. Metin KAYA

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi



Üye: Doç. Dr. Hakan SUNAY

Spor Yönetim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara Üniversitesi



Tez Savunma Tarihi: 12/12/2016

Bu tezin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda Doktora Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Ülkü ESER ÜNALDI

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü



TEŞEKKÜR

Doktora sürecimde tez danışmanlığımı üstlenerek, bilgi ve deneyimlerinden faydalanmamı sağlayan, tezimin her aşamasında görüş ve önerilerini esirgemeyen değerli hocam Sayın Doç. Dr. Muhsin HAZAR'a sonsuz teşekkür ederim. Çalışma konusunun şekillenmesinde destek ve önerilerini esirgemeyen Sayın Doç. Dr. Serkan HAZAR ve Yrd. Doç. Dr. Ünal KARLI'ya, tez izleme komitesi üyelerinden değerli hocam Sayın Doç. Dr. Metin KAYA ve Sayın Doç. Dr. Hakan SUNAY'a teşekkürlerimi sunarım.

Tez yazımı süresince karşılaştığım zorlukların üstesinden gelme konusunda manevi desteğini esirgemeyen, tezimle ilgili konularda bilimsel katkı sağlayan değerli arkadaşlarım Arş. Gör. Aynur YILMAZ'a, Arş. Gör. Gönül TEKKURŞUN DEMİR'e, Arş. Gör. Anıl TÜRKELİ'ye teşekkür ederim.

Doktora tezimin uygulamasını yaptığım Kızılcahamam İmamhatip Ortaokulu'nda görev yapan okul müdürü Sayın Ahmet ÇAKIROĞLU ve müdür yardımcısı Sayın Arif BOSTANCI'ya ve Kızılcahamam İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü Şube Müdürü Sayın Gürkan HAZAR'a yapmış oldukları katkılardan dolayı teşekkür borç bilirim. Son olarak, doktora tezimin uygulama sürecinde zaman ve emeklerini harcayan öğrencilerim ve velilerine teşekkür ederim.

FİZİKSEL HAREKETLİLİK İÇEREN OYUNLARIN 11-14 YAŞ GRUBU ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞINA ETKİSİ

(Doktora Tezi)

Zekihan HAZAR

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

Aralık 2016

ÖZ

Bu araştırmada, fiziksel hareketlilik içeren oyunların 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisi araştırılmıştır. Dijital oyun bağımlılığının tespiti ile birlikte bu sorunun çözümüne yönelik uygulamalı-deneysel bir çalışmanın yapılması, sorunun çözümüne yönelik teorik bilgilerin beraberinde uygulamanın nasıl bir sonuç vereceğinin görülmesi açısından önemlidir. Bu kapsamda, dijital oyun bağımlılığı düzeyini azaltmada “fiziksel hareketlilik içeren oyunların” önemli bir araç olacağı düşünülmektedir. Nicel Araştırma modelinin benimsendiği araştırmada Deneysel Desen yönteminden yararlanılmıştır. Araştırmanın evrenini 11-14 yaş grubundaki dijital oyun bağımlılığı olan öğrenciler oluştururken, örneklemini Ankara ili Kızılcahamam İmam Hatip Ortaokulu’nda öğrenim gören ve dijital oyun bağımlılığı belirlenen 29 kız, 51 erkek öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada ölçme aracı olarak kişisel bilgi formu ve araştırmacı tarafından geliştirilen dijital oyun bağımlılığı ölçeği kullanılmıştır. Verilerin toplanması sürecinde; öğrencilere uygulanan ön-test aynı zamanda ölçüt örnekleme aşaması olarak kabul edilerek, bağımlılık düzeyi yüksek olan (Ölçek toplam puanı 49 ve üzeri) öğrenciler tespit edilmiş ve yansız atama yöntemi ile kontrol (n=40) ve deney (n=40) grupları oluşturulmuştur. Yapılan 12 haftalık “fiziksel hareketlilik içeren oyun” eğitimi sonrasında, kontrol ve deney guruplarından son-test verileri toplanarak elde edilen veriler SPSS 20. Paket programında değerlendirilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde parametrik ve nonparametrik testlerden yararlanılmıştır. Araştırma bulgularına göre; deney grubunun gerek alt boyutlarda, gerekse toplam bağımlılık ön test-son

test puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu ve son-test puanlarının ön-test puanlarından düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kontrol grubunun bağımlılık son-test puanlarının ön-test puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Kontrol ve deney gruplarının bağımlılık son-test puanları incelendiğinde deney grubunun bağımlılık düzeyinin kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde azaldığı görülmüştür. Deney grubu öğrencilerinin bağımlılık ön-test/son-test puanlarının cinsiyete, yaşa, anne-eğitim düzeyine, baba-eğitim düzeyine ve kardeş sayısına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Deney ve Kontrol gruplarının bağımlılık ön-test/son-test puanlarının, dijital oyun oynama sürelerine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Deney grubunda dijital oyun oynama süresi azalırken, kontrol grubunda oyun oynama süresi artmıştır. Sonuç olarak; dijital oyun bağımlısı olan öğrencilerin, fiziksel hareketlilik içeren oyunlara yönelmeleri sonucunda bağımlılık düzeylerinin azaldığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler : Oyun, Dijital oyun, Bağımlılık

Sayfa Adedi : 154

Danışman : Doç. Dr. Muhsin HAZAR

**EFFECT OF GAMES INCLUDING PHYSICAL ACTIVITY ON
DIGITAL GAME ADDICTION OF 11-14 AGE GROUP MIDDLE-
SCHOOL STUDENTS**

(Ph.D. Thesis)

Zekihan HAZAR

**GAZI UNIVERSITY
INSTITUTE OF EDUCATIONAL SCIENCES**

December 2016

ABSTRACT

In this study, it was investigated that effect of games including physical activity on digital game addiction of 11-14 age group middle-school students. Along with the determination of digital game addiction, conducting applied experimental study is important regarding showing results of application with theoretical knowledge towards solving problem. Within this framework, it was thought that “games including physical activity” will be important tool for decreasing the level of digital game addiction. Experimental Design method was used in the study in which was adopted Quantitative Research model. When 11-14 age group students who addicted digital games consisted of the population of the study, the sample of the study consisted of 29 girls and 51 boys who have studied Kızılcahamam İmam Hatip Middle-School in Ankara and reported digital game addiction. In the study, personal information form and digital game addiction scale that was developed by the researcher were used as measurement tools. During data collection period, by accepting applied pre-test to students as criterion sample process, students who have high addiction level (total scale score is 49 and above) were detected and control (n = 40) and experimental (n = 40) groups were created with unbiased assignment method. After the 12-weeks period “games including physical activity” training, the data which was collected from the control and experimental groups by taking post-test data was evaluated with SPSS 20 packaged software. Parametric and nonparametric tests were used for analyzing data. According to research findings, it was found that there was a significant difference between pre-test and post-test of both sub-dimensions and total

addiction scores and post-test scores were lower than pre-test scores. It was shown that post-test addiction scores were significantly higher than pre-test addiction scores in control group. When investigating post-test addiction scores of control and experiment groups, it was shown that addiction level of experimental group significantly decrease comparing control group. It was determined that pre-test/post-test scores of experimental group students did not show significant differences in terms of gender, age, education level of mothers, education level of fathers, number of siblings. It was also found that pre-test/post-test addiction scores of experimental and control groups showed significant differences regarding playing digital game duration. When playing digital game duration decreased in experimental group, playing game duration increased in control group. Therefore, it was concluded that addiction levels of students who are digital game addict decreased because of interesting games including physical activity.

Key Words : Game, Digital game, Addiction
Page Number : 154
Supervisor : Associate Professor Muhsin HAZAR

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	iv
ÖZ.....	v
ABSTRACT.....	vii
İÇİNDEKİLER	ix
TABLolar LİSTESİ.....	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ	xiv
BÖLÜM I. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	9
1.2.1. Alt Amaçlar.....	9
1.3. Araştırmanın Önemi.....	10
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	11
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	12
1.6. Tanımlar	12
BÖLÜM II. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	15
2.1. Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar	15
2.2. Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar	21
2.3. İlgili Haberler	29
BÖLÜM III. GENEL BİLGİLER.....	33
3.1. Oyun Kavramı.....	33
3.2. Oyun Tarihi	37
3.3. Oyun Kuramları.....	38
3.4. Dijital Oyun	46
3.4.1. Dijital Oyunun Tarihsel Gelişimi.....	49
3.4.2. Dijital Oyunun Sınıflandırması.....	52

3.4.3. Dijital Oyunun Özellikleri	53
3.5. Bağımlılık	55
3.5.1. Madde Bağımlılığı	57
3.5.2. Süreç Bağımlılığı-Davranışsal Bağımlılık	59
3.5.3. Teknoloji Bağımlılığı.....	62
3.5.4. Dijital Oyun Bağımlılığı.....	65
BÖLÜM IV.YÖNTEM	79
4.1. Araştırmanın Modeli	79
4.2. Ölçme Aracının Geliştirilmesi.....	81
4.3. Evren	90
4.4. Örneklem	90
BÖLÜM V. BULGULAR.....	95
BÖLÜM VI. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER.....	117
6.1. Sonuç	117
6.2. Tartışma	118
6.3. Öneriler	131
KAYNAKLAR	133
EKLER.....	147
EK-1. İzin Belgesi.....	148
EK-2. Kişisel Bilgi Formu	149
EK-3. Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği	150
EK-4. Veli Davet Mektubu	151
EK-5. Tez Uygulama-Deneysel Planı.....	152
EK-6. Çalışma Örnekleri.....	153

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Öntest-Sontest Kontrol Gruplu Desen	80
Tablo 2. KMO Bartlett's Küresellik Testi Tablosu	82
Tablo 3. Faktör Yükleri, Ortak Varyans Değerleri ve Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	83
Tablo 4. Madde Analizi Sonuçları	85
Tablo 5. Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları	87
Tablo 6. Faktörlerin korelasyon (r) ve güvenirlik (α) değerleri.....	88
Tablo 7. Ölçeğin Cronbach Alpha İç Tutarlık ve Test-Tekrar Test Korelasyon Katsayıları ...	89
Tablo 8. Kişisel Bilgi Formu.....	89
Tablo 9. Kontrol ve Deney Gruplarının Yaş Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri.....	95
Tablo 10. Kontrol ve Deney Gruplarının Cinsiyet Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri.....	95
Tablo 11. Kontrol ve Deney Gruplarının Anne Eğitim Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri.....	96
Tablo 12. Kontrol ve Deney Gruplarının Baba Eğitim Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri.....	96
Tablo 13. Kontrol ve Deney Gruplarının Kardeş Sayısı Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri.....	97
Tablo 14. Kontrol ve Deney Gruplarının Ön-Test Puanlarının Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör Puanları Farklarına İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları	98
Tablo 15. Kontrol ve Deney Gruplarının İkinci Alt Faktör İçin Ön-Test Puan Farklarına İlişkin T-Testi Sonuçları	98

Tablo 16. <i>Deney Grubuna Ait Ön-Test/Son-Test Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan Wilcoxon İşaretli-Sıralar Testi Sonuçları</i>	99
Tablo 17. <i>Deney Grubuna Ait İkinci Alt Faktör Ön-Test / Son-Test Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan T-Testi Sonuçları</i>	100
Tablo 18. <i>Kontrol Grubuna Ait Toplam Puan ve Üçüncü Alt Faktör İçin Ön-Test / Son-Test Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan Wilcoxon İşaretli – Sıralar Testi Sonuçları</i>	101
Tablo 19. <i>Kontrol Grubuna Ait Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör İçin Ön-Test / Son-Test Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan T-Testi Sonuçları</i>	102
Tablo 20. <i>Kontrol ve Deney Guruplarının Son-Test Toplam Puan, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör, Dördüncü Alt Faktör Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan Mann-Whitney U Testi Sonuçları</i>	103
Tablo 21. <i>Kontrol ve Deney Guruplarının Birinci Alt Faktör İçin Son Test Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan T-Testi Sonuçları</i>	104
Tablo 22. <i>Deney Grubunun Cinsiyete İlişkin Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan T-Testi Sonuçları</i>	105
Tablo 23. <i>Yaş Değişkenine Ait Fark Puanı Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör One-Way ANOVA Analiz Sonuçları</i>	106
Tablo 24. <i>Yaş Değişkenine Ait Toplam Puan Fark Puanı Kruskal Wallis Testi Analiz Sonuçları</i>	107
Tablo 25. <i>Deney Grubu Öğrencilerinin Anne Eğitim Düzeyine İlişkin Fark Puanı Toplam Puan, İkinci Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör İçin One-Way ANOVA Testi Analiz Sonuçları</i>	108
Tablo 26. <i>Deney Grubu Öğrencilerinin Anne Eğitim Düzeyine İlişkin Fark Puanı Birinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör İçin Kruskal-Wallis Testi Analiz Sonuçları</i>	109

Tablo 27. <i>Baba Eğitim Düzeyine İlişkin Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör Fark Puanları One-Way ANOVA Testi Analiz Sonuçları...</i>	110
Tablo 28. <i>Baba Eğitim Düzeyine İlişkin Toplam Puan ve İkinci Alt Faktör Fark Puanları Kruskal-Wallis Analiz Sonuçları</i>	111
Tablo 29. <i>Kardeş Sayısına İlişkin Fark Puanı Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör İçin One-Way ANOVA Testi Analiz Sonuçları</i>	112
Tablo 30. <i>Kardeş Sayısına İlişkin Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör İçin Kruskal-Wallis Testi Analiz Sonuçları.....</i>	113
Tablo 31. <i>Deney ve Kontrol Grupları Oyun Oynama Süresi Ön-Test Ölçümleri</i>	113
Tablo 32. <i>Kontrol Grubuna Ait Oyun Süreleri Ön-Test/Son-Test Ölçümlerin Karşılaştırması</i>	114
Tablo 33. <i>Deney Grubuna Ait Oyun Süreleri Ön-Test Son-Test Ölçümlerin Karşılaştırması</i>	114
Tablo 34. <i>Deney ve Kontrol Grupları Oyun Oynama Süresi Son-Test Ölçümleri</i>	115

ŞEKİLLER LİSTESİ

<i>Şekil 1.</i> Katot ışıın tüpü eğlence devresi	49
<i>Şekil 2.</i> Tic Tac Toe oyunu ara yüzü.....	49
<i>Şekil 3.</i> İki Kişilik tenis oyunu -Tennis For Two.....	50
<i>Şekil 4.</i> Spacewar	50
<i>Şekil 5.</i> Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları.....	87

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde problem durumu, araştırmanın amacı, önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve araştırma konusu ile ilgili bazı tanımlara yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

Gelişen teknolojinin insan yaşamına birçok pratikler sağladığı ve insanoğlunun eğitimden sağlığa, ulaşımdan iletişime ve eğlenceye varana kadar birçok temel yaşam alanını şekillendirdiği yadsınamaz bir gerçek olmakla birlikte bu temel yaşam alanlarından birisi olan oyunlar da aynı şekilde bu değişimden nasibini almıştır. İnsanoğlunun birtakım doğa olaylarını taklit etmesiyle başlayan oyun davranışı, bugün özel bilgisayar yazılımları ve oyun araçları ile oynanan hayali oyunlarla (dijital oyunlarla) ayrı bir boyut kazanmıştır. Gelişen bu teknolojinin insan yaşamına getirdiği pratiklerle birlikte, beraberinde birtakım olumsuz sonuçları doğurduğu da bilinen bir gerçektir. Yaşanan bu sorunların en önemlilerinden birisi teknoloji bağımlılığıdır. Teknoloji bağımlılığı çok geniş bir yelpazede değerlendirilen bir konu olmakla birlikte, en çok öne çıkan başlıklardan birisi de bilgisayar bağımlılığı ve bu başlık altında değerlendirilen “dijital oyun bağımlılığı” kavramıdır.

Teknoloji ilerledikçe bilgisayar kullanımı günlük hayatın içine daha çok girmekte, giderek daha fazla insan bilgisayar, internet, oyun gibi farklı türlerde kendilerini ifade etme yoluna gitmektedirler. Bu ifade etme yöntemi giderek bir neslin, iletişimin, yaşam tarzının ve sosyal yapının gelişmesine yol açmıştır. Dünya tarihinde yeni bir dönem olarak adlandırılacak kadar toplumların içine işlemiştir. 1900’lerin başında afyon, 1970’lerde yaşanan eroin, 1990’larda ekstazi bağımlılıklarının bazıları günümüzde devam ederken, bunlara ek olarak belki biraz farklılık göstermekle beraber teknolojik bağımlılıklar gelişmiştir. Telefonla konuşmak, SMS göndermek, İnternet, Bilgisayar, İpad gibi (Ögel, 2012, s.14-15).

Bilişim teknolojisinin hızlı yükselişi, kullanıcıların artışını ciddi anlamda hızlandırmıştır. Özellikle gençlerin çoğunluğu zamanlarını bilgisayar karşısında geçirmektedirler. Yaşanan bu etkileşim gençler üzerinde farklı biçimlerde ortaya çıkmaktadır (Yengin, 2010, s.106). 2000’li yıllarla birlikte bilgisayar oyunları toplumsal yaşamdaki etkisini giderek arttırmaya başlamış, en popüler eğlence araçları arasına girmeyi başarmıştır. 20. Yüzyılın başlarından itibaren özellikle gelişmiş ülkelerdeki insanların boş zamanının giderek artması, bu zamanı değerlendirmek için çok sayıda ürün ve ortamın rekabetini başlatmıştır. Önceleri sinema, tiyatro ve konserlerle başlayan bu rekabet, sonraları insanların evlerine ve hatta ceplerine girmiş, radyo, televizyon, video, bilgisayar, internet ve cep telefonu ile devam etmiştir. Bilgisayar, cep telefonu gibi cihazların etkileşimli olması, zamanla sadece iş değil, bir eğlence aracı olarak ta kullanılabilmelerinin önünü açmıştır (Binark, Bayraktutan-Sütçü ve Fidaner, 2009, s. 95).

Günümüz insanını her yaşta etkileyen bilgisayar sektörünün, özellikle çocuğun yaşamına getirdiği yeniliklerden birisi “dijital oyun” kavramıdır. Dijital oyunlar dünya üzerinde milyonlarca insanın içerisine dahil olduğu büyük bir pazar olarak da karşımızda çıkmaktadır. (Erboy ve Akar Vural, 2010, s. 38). Dijital oyun endüstrisi diğer eğlence endüstrilerine göre daha hızlı gelişmektedir ve gençlerden yetişkinlere varana kadar birçok insana hitap eden bir eğlence aracı haline gelmiştir (Wallenius ve Punamäki, 2008, s. 286). Dijital oyunlar 1980’lerin ortasından itibaren bilgisayar oyunları, video oyunları, elektronik oyunlar şeklinde tanımlanmaktadır. Türkiye’de yaygın olarak kullanılan tanımlama bilgisayar oyunlarıdır (Binark ve Bayraktutan-Sütçü, 2008. s, 42).

Oyun, çocukların dünyasının ayrılmaz bir parçasıdır. Bu yönü ile geleneksel anlamda sokak oyunları çocukların sosyal yaşamlarının bir parçasıdır. Fiziksel ve sosyal anlamda çocukların gelişimlerine katkıda bulunmaktadır. Diğer yandan, özellikle internet ve mobil teknolojilerin söz sahibi olduğu günümüz dijital dünyasındaki oyunlara özellikle fiziksel ve sosyal yönden eleştiriler getirilmektedir. Bağımlılık gibi çok önemli bir sorunu da beraberinde taşıyan bu tür oyunlara getirilen en önemli eleştirilerden bazıları da geleneksel oyunlara oranla bu oyunların çocukların fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimlerini olumsuz etkilemesidir (Torun, Akçay ve Çolaklar, 2015, s. 25).

Geçmişte oyunlar sıklıkla kapalı olmayan (oyun parkı, sokaklar vb.) mekanlarda arkadaşlarıyla etkileşim halinde gerçekleşirken, günümüzde teknolojinin gelişimiyle birlikte özellikle de bilgisayar ve internetle birlikte artık kapalı ve sanal ortamlarda, sanal ortamdaki kişilerle oynamaya başlanmıştır (Horzum, Ayas ve Çakır-Balta, 2008, s.8). Postman, eskiden sokaklarda görebildiğimiz çocuk oyunlarının artık ortadan kalktığını hatta çocuk oyunları düşüncesinin bile zihinlerden silindiğini belirtmektedir (Kıran, 2011, s. 16). Yakın geçmişe kadar park alanlarında, sahalarda, sokaklarda ve hatta kahvehanelerde oynanan hemen her türlü oyun, artık evlerde, ofislerde, internet cafelerde ve play station salonlarında oynanmaktadır. Pek çok alanda sanal hale gelen yaşantılarımızdan oyunlar da nasibini almıştır (Kaya, 2013, s. 73).

Dijital oyunların geleneksel oyunlardan farkı, yeni medyanın özelliklerini oyun oynama edimine dahil etmesidir. Özellikle, gerçek yaşam simülasyon oyunları ve yaşam platformları ile devasa çevrimiçi oyunlar, oyuncunun oyun zaman ve uzamına büyük bir ciddiyetle hem maddi hem manevi yatırım yapmasını gerektirir. Dijital oyunların geleneksel oyunlardan önemli bir farkı da, oyun üretim sürecine ilişkin profesyonel yapılanmadır. Dijital oyunun kendisi, oyun oynama edimi bir yana bırakılırsa, bizzatı meta değeri taşır, endüstriyel bir üretim sonucu ortaya çıkar. (Binark ve Bayraktutan Sütçü, 2008, s. 43).

İnsanlar bilgisayar ve video oyunlarının (dijital oyunların) çocukları için iyi mi yoksa kötü mü olduğu konusunda endişe ederler. Bunun cevabı karmaşıktır (Smith, 2004, s. 72). İnsanların, özellikle de anne babalar ve eğitimcilerin bilgisayar oyunlarının çocuklar için zararlı olabileceği konusunda endişeleri vardır. Bilgisayar oyunları, oyunun içeriğine, ne zaman, ne kadar oynandığına bağlı olarak hem iyi hem de kötü olabilir (Kars, 2010, s. 3). Bilgisayar, internet ve video oyunları ile hızla gelişen bir ekonomi sektörünün yarattığı sanal dünyanın çocuklar üzerindeki etkilerine ait tartışmalar giderek ülkemizde de yoğunlaşıyor. Aileler, psikologlar, sosyologlar, eğitimciler, iletişimciler, eğitim teknologları ve akademisyenler tartışmanın taraflarını oluşturmaktadır. Tartışmacıların bir grubu çocuklar üzerinde olumsuz etkileri savunurken, bir grubu faydaları üzerinde duruyor (İşçibaşı, 2011, s. 125).

Alan yazın incelendiğinde dijital oyunların, oyuncular üzerinde birçok olumlu ve olumsuz etkilerinin olduğu yapılan çalışmalarla ortaya konulmuştur. Özellikle gelişim döneminde bulunan çocukların bilişsel, duyuşsal, sosyal ve devinışsel açıdan bu dönemde daha kolay

etkilendiği ve dijital oyunların bu gelişim alanlarını doğrudan etkilediği yapılan araştırmalar sonucunda kanıtlanmıştır.

Yapılan bazı çalışmalarda bilgisayar oyunlarının öğrenmeyi geliştiren; psikomotor, fizyolojik, bilişsel, sosyal ve duyuşsal etkileri olan; zekayı geliştiren ve motive eden, eğlendiren araçlar olarak yararları ortaya konulurken; birçok çalışmada ise olumsuz etkisinden bahsetmek mümkün olabilir. (Şahin ve Tuğrul, 2012, s. 120). Çocukların erken yaşlarda bilgisayar ve internet ile vakit geçirmelerine karşı çıkan bilimsel görüş; bu teknolojilerin önemli gelişim etkinliklerinin yerini alacağı tehlikesine dikkat çekmektedir. Bu yaklaşıma göre bilgisayarın çocukları gerçek oyun kültüründen alıkoyarak kendileri için henüz çok erken olan bir dönemde kaldıracaklarının üzerinde uyarana maruz bırakabileceği tehlikesi söz konusudur. Bu teknolojilerle sağlanan sanal dünyanın gerçeği yansıtmaktan uzak olması, çocuğu gerçeklerden izole bir yaşama doğru çekmesi, farkındalığını ve yaratıcılığını azaltması gibi eleştiriler de dile getirilen görüşler arasındadır. (Arslan vd., 2014, s. 198).

Lieberman ve diğerlerine göre (2009), teknolojinin gelişmesiyle birlikte elektronik araçlar kolayca ulaşılabilen ve kolayca taşınabilen oyun araçlarına dönüşmüş ve bu sayede dijital oyunlar çocukların üç yaşından itibaren zamanlarının büyük bir kısmını giderek artan bir şekilde harcadıkları oyunlar halini almıştır. Gentile ve Anderson (2006), dijital oyunların çocuklar üzerine olabilecek zararlı etkilerinin araştırıldığı birçok bilimsel çalışmanın olduğunu ve özellikle şiddet içerikli dijital oyunların kısa ve uzun vadede saldırganlık düşüncesi, saldırganlık hissi, saldırgan davranışlar ve sosyal davranışlarda azalma gibi olumsuz psikolojik ve sosyal sonuçlara yol açabileceğini ifade etmektedirler.

Bilgi ve iletişim teknolojilerinin kullanım ortamlarından biri olan dijital oyunlar çocuklar tarafından ilgiyle takip edilmektedir. Bu oyunlar eğitici, bilgilendirici olmalarının yanı sıra, içerdiği şiddet öğeleri ile gençler ve çocuklar üzerinde zararlı etkilere de sahip olmaktadır. Şiddet oyunlarını oynayan çocuklar gerçek hayatta da şiddeti kanıksamakta bu davranışlara eğilim gösterebilmektedirler. Böylelikle çocuklar yeri geldiğinde şiddet davranışları sergileyebilmektedirler. Bu tür oyun yazılımlarının çocukların ve gençlerin bir boş zaman etkinliği olarak yaygın kullanımıyla toplumdaki şiddet eğilimi artmakta ve şiddet doğallaşabilmektedir. Hatta küçük yaşta başlayan bilgisayar bağımlılığının eğitimin ileri

aşamalarında da devam etmesiyle, dijital oyun oynama eylemi çocuğun haz edinimine ve rahatlama alanına dönüşebilmektedir (Aydoğdu-Karaaslan, 2015, s. 812).

Video oyunları ile ilgili çalışmalar yapan Provenzo, video oyunlarının (dijital oyunların) çocuklar üzerine olabilecek dört olumsuz etkisinden bahsetmektedir (İşçibaş, 2011, s. 125):

Video oyunları;

- a. Şiddet içerikli, agresif davranışa yöneltebilir.
- b. Tahrip edici cinsiyet rolü normlarını kullanmaktadır.
- c. “Sağlıksız birey” tutumlarını teşvik etmektedir.
- d. Yaratıcı oyunu engellemektedir.

Şiddet içerikli oyunların kişide saldırgan tavırlarının yanında kötü madde kullanımını (sigara kullanımı, alkol tüketimi vb.) da arttırmaktadır. Bilgisayar oyunları özellikle 11-14 yaş grubundaki oyuncuları yetişkinlere oranla, erkek oyuncuları bayan oyunculara kıyasla daha fazla etkilemektedir. Aşırı düzeyde oyun oynamanın etkileri üzerine yapılan araştırmalarda saldırgan davranışlar, kişilik bozulmaları, bireylerde makineleşme, duyguların azalması, anti sosyal davranışlar, kişiler arası ilişkilerde bozulmalar gibi psikolojik problemler gözlenmiştir. Uzun süre bilgisayar başında oyun oynamanın fiziksel sağlık üzerinde birçok olumsuz etkileri vardır. Uzun süre hareketsiz kalınması ve gergin olunması boyunda ağrı ve tutulmaya sebep olmaktadır. Uzun süre sabit bir noktaya bakan gözlerde yorgunluk hissi, yanma ve kaşıntı ortaya çıkar. Bilgisayar başındayken oluşan duruş bozuklukları bel ve sırt ağrılarına da neden olmaktadır (Akçayır, 2013, s. 268).

Bilgisayar oyunları bireyleri hayal dünyasında yaşatır. Gerçek dünyada yapamadıkları veya imkansız hayal ürünlerini gerçekleştirebildikleri bir ortam sunar. Bireylerin duygularını harekete geçirir, heyecan ve merakını tahrik eder. Bireylere kazanma duygusunu tattırma ve oyuna hakim olabilme şansı verir. Bu oyunların sonu yoktur. Sürekli bir aşama (level) atlanmaktadır. Bu da oyuna olan bağlılığı artırır (Ögel, 2012, s. 49). Sakin (2007), dijital oyunların olumsuz etkilerinden bahsederken; oyun ortamının adam öldürerek puan alınan, hırsızlık yapılarak tur atlanılan, atılan yumrukla oyun kazanılan bir dünya olduğundan söz etmektedir. Yapılan hiçbir kötü davranışın bir cezasının olmadığı, gerçek hayatta çözülemeyecek birçok problemin bir tuşla çözüldüğü suç işleme özgürlüğünün neredeyse

sınırsız yaşandığı bir dünyadır burası. Saatlerce bu oyunları oynayan çocukların ise artık sanalla gerçeği karıştırmaları ise bu durumun gerçek hayata en olumsuz yansımasıdır.

Eskiden beri yaygın olan kanaat bilgisayar oyunlarının görsel-uzaysal dikkati ve göz-el koordinasyonunu geliştirdiği ve bilgisayar becerileri kazanmayı kolaylaştırdığı yönündeydi. Buna karşılık, son yıllarda yapılan araştırmalarda, bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynayan çocukların davranışları ve beyin aktiviteleri incelendiğinde, bu oyunların düşünüldüğü gibi masum olmadıkları, bağımlılık yarattıkları, çocukların hem davranışlarını hem de beyin gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebilecekleri ortaya çıkmıştır. Yapılan bu çalışmalar, video oyunlarının çocuklarımızın kültürel çevresini kirlettiğini, beyin gelişimini olumsuz yönde etkilediğini ve saldırgan davranışları teşvik ettiğine işaret etmektedir (Öztütüncü-Doğan, 2006, s. 163).

Zihinde sürekli oyunla meşgul olup, gündelik hayattaki görev ve sorumluluklarını bile ihmal ederek uzun saatler boyunca oyun oynamak oyun bağımlılığıdır. Oyun bağımlılığı, kişinin günlük hayatını ve sosyal yaşamını olumsuz etkileyen bir bağımlılıktır. Dolayısıyla bir kişinin oyun bağımlısı olduğunu söyleyebilmek için kişinin günlük hayattaki davranış değişiklikleri ile sosyal yaşamındaki etkileri gözlemlemek gerekir. Bir kişinin uzun süreler oyun oynaması onun oyun bağımlısı olduğunu göstermez. Örneğin günlerce sorumluluklarını ihmal edip uzun saatler oyun oynayan birisi geri kalan zamanda da günlük hayatına devam edip olumlu sosyal ilişkiler sürdürdüğünde oyun bağımlısı değildir (Akçayır, 2013, s. 264).

Oyun oynamanın neden olduğu olumsuz etkilerin temelinde memnuniyetin artışı ile birlikte aşırı oynama ve bağımlılığın olduğu görülmektedir. Aşırı oyun oynama ve bağımlılığın olumsuz yönlerine ilişkin yapılan araştırmalarda obsesif ve agresif davranışlar, oyuncularda makineleşme ve şiddet belirtileri, kişilik değişimleri, duyguların azalması, hiperaktivite, öğrenme bozuklukları, çocukların erken olgunlaşması, psikomotor bozukluklar, etkinlik ve hareket eksikliğinden kaynaklı sağlık problemleri, anti sosyal davranışlar, özgür düşünce ve istek kaybı, öğretmen ve arkadaşlarıyla tartışma eğilimi, düşmanca tavrın artış göstermesi, akademik başarının düşmesi, artan kaygı düzeyi, kişilerarası ilişkilerde kötüye gidiş, gerçeklerden ve hayattan kaçınma, fiziksel olarak kilo ve görme kaybı, zihinsel olarak olgunlaşmamış insan ilişkileri, hayal ve gerçek arasında karmaşa yasama, sıkılma, duyu kaybı, gibi birçok fiziksel ve psikolojik problemlere neden olduğu yer almaktadır. Araştırmalarda

olumsuz etkilerle ilgili ön plana çıkan unsur ise bağımlılıktır. Bu yüzden, oyun bağımlılığı üzerinde düşünülmesi gereken ve daha fazla araştırma yapılması gereken bir konu olarak karsımıza çıkmaktadır (Horzum vd., 2008, s. 7).

Lieberman vd. (2009) dijital oyunların; şiddet ve korkuya sevk etme, duygusuzlaşma ve saldırganlık davranışı sergileme, zamanın büyük bir bölümünü keşfedici oyunlar yerine dijital oyunlarla harcama, fiziksel ve sosyal aktivitelerden uzak kalma gibi olumsuz sonuçlar doğurabileceğini ifade etmektedirler.

Bilgisayarda fazla zaman geçirme, çocukların oyun oynama, spor yapma gibi etkinliklere daha az zaman ayırmalarına neden olarak enerji tüketiminde azalmaya yol açmaktadır. Bilgisayar önünde bir şeyler atıştırma alışkanlığı ise enerji alımını arttıran bir faktördür. Bu durumlar obezite gelişiminde rol oynayan önemli risk faktörleridir. Bilgisayar ve interneti fazla kullanmaktan dolayı çocuğun psikososyal gelişimi de olumsuz etkilenmektedir. Çocuğun tam bir iyilik hali içinde gelişimi için gerekli olan okul, aile ve arkadaş etkileşimi yerini elektronik arkadaşlığa bırakmakta, bu durum ise kişilerarası ilişki kurma ve sürdürme becerisini olumsuz yönde etkilemektedir. Bilgisayar oyunları, sanal sohbet ve internet bağımlılığı ders çalışma davranışına engel olarak akademik başarının düşmesine yol açabilmektedir. Uzun süre bilgisayar kullanmanın neden olduğu bir diğer bilişsel problem ise dikkat eksikliği-hiper aktivite semptomlarına yol açmasıdır (Karayağız-Muslu ve Bolışık, 2009, s. 148).

Video oyunları oynamanın tendon iltihabı, kısmi felç, epilepsi hastalarında görülen nöbetlere benzer genel ve kısmi kasıntılar, nörolojik rahatsızlıklar, metabolizmada ve kalp atışlarında hızlanma gibi geniş bir yelpazede yer alan sayısız biyolojik reaksiyona neden olduğu tespit edilmiştir (Dolu vd., 2010, s. 58). Griffiths ve Meredith'e göre (2009), yapılan bilimsel araştırmalar sonucunda, dijital oyun bağımlılığının bireyler üzerinde psikolojik ve fizyolojik birçok etkisinin olduğu görülmektedir. Psikolojik etkileri olarak; bireyin oyun esnasında kendisini mutlu ve zinde hissetmesi, oyun aktivitelerini bitirememesi, oyunu özleme ve oynama süresindeki artış, aile ve arkadaşları görmezden gelme, oyun oynayamama durumunda depresif ve yalnız hissetme, oyun oynama davranışı ile ilgili yakın çevresine yalan söyleme ve okul ve iş hayatında problemlere yol açma gibi sorunlar ortaya çıkarken fizyolojik olarak; karpal tünel sendromu, göz kuruluğu, baş ve sırt ağrısı, düzensiz beslenme, kişisel bakım ve temizliğin aksatılması ve uyku bozukluğu gibi sorunlar ortaya çıkmaktadır.

Dijital oyunların çocukların gelişim alanlarına yönelik etkileri genel olarak değerlendirilecek olursa özellikle bilişsel gelişime katkı anlamında stratejik düşünebilme, hızlı ve doğru karar verme, problem çözme, teknoloji kullanımını öğrenme gibi olumlu katkılarının olduğu bir gerçektir. Ancak bu oyunların yapısı gereği çocukları yalnızlaştırarak ve gerçek yaşamdan soyutlayarak sosyal hayattan kopardığı da bir gerçektir. Özellikle şiddet içerikli oyunların çocuklarda şiddet duygusunu ve şiddet davranışını içselleştirerek bu duyguyu zamanla normalleştirmesine ve şiddete yatkın bireylerin yetişmesine neden olduğu da bilinmektedir. Bu oyunların oynanış şekli ve süresi göz önüne alınacak olursa, çoğunlukla oturarak ve saatler süren bir oyun oynama şeklinde olduğu, bunun sonucu olarak oyuncuların beslenme, uyku, tuvalet gibi ihtiyaçlarını erteledikleri ve uzun süreli hareketsiz kalmaktan dolayı solunum, dolaşım, kas ve iskelet sistemleri gibi sistemlerin gelişimlerinin olumsuz etkilendiği göz önünde bulundurulması gereken en önemli noktalardandır.

Bütün bu tartışmalar kapsamında dikkat çeken en önemli kavram ise “bağımlılık” kavramıdır. Gelişim dönemleri içinde en kritik dönemlerden birisi olan 11-14 yaş dönemi, bireyin özellikle madde ve davranış bağımlılığı gibi eğilimleri gösterdiği dönemlerden birisi olarak karşımıza çıkmaktadır. Madde kullanım alışkanlığının beraberinde getirdiği bağımlılık sorunu gibi, aşırı ve kontrolsüz bir şekilde dijital oyun oynamanın da beraberinde getirdiği en ciddi sorunlardan birisi de “dijital oyun bağımlılığı” sorunudur. Özellikle gelişen teknolojinin beraberinde getirebileceği olumsuz etkilerinin neler olabileceğinin günümüzde yeterince bilinmemesi ve oyun araçlarının çeşitli yollarla (kişisel oyun araçları veya internet cafeler gibi) çocuklara temin edilerek kontrolsüz bir şekilde oynamalarına imkan tanınması, çocukların zaman içerisinde dijital oyun bağımlısı haline gelmelerine neden olmaktadır. Bununla birlikte, çocukların yaşamında her geçen gün spor ve hareketli oyunların (geleneksel oyunlar) yerinin azalması, dijital oyun bağımlılığına yol açan önemli nedenlerdendir. Dijital oyun bağımlılığı ile başa çıkmada çocuklara alternatif aktivite imkanları sunarak onları spora ve hareketli oyunlara yönlendirmenin bu sorunun çözümünde etkili bir yöntem olabileceği düşünülmektedir. Bu kapsamda 11-14 yaş grubundaki çocukların dijital oyun bağımlılık düzeylerinin tespit edilerek, fiziksel hareketlilik içeren oyunların dijital oyun bağımlılığı düzeyine etkisinin incelenmesi ile, bu çalışma alanına yeni bir bakış açısı kazandıracaktır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı; fiziksel hareketlilik içeren oyunların 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda araştırmada aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1.2.1. Alt Amaçlar

1. Fiziksel hareketlilik içeren oyunlar, 11-14 yaş grubundaki ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığını azaltmada etkili midir?
 - a. Deney grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyi ön-test/son-test puanları farklılık göstermekte midir?
 - b. Kontrol grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyi ön-test/son-test puanları farklılık göstermekte midir?
 - c. Kontrol ve deney gruplarının dijital oyun bağımlılık düzeyi son-test puanları farklılık göstermekte midir?
 - d. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
 - e. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları yaşa göre farklılık göstermekte midir?
 - f. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları anne eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
 - g. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları baba eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
 - h. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları kardeş sayısına göre farklılık göstermekte midir?
 - i. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları oyun oynama sürelerine göre farklılık göstermekte midir?

1.3. Araştırmanın Önemi

Oyun, insan yaşamının her döneminde farklı içerik ve şekilleriyle yer tutan önemli bir yaşam aktivitesidir. Özellikle çocukluk döneminin vazgeçilmez aktivitelerinden olan oyun, çocuğun kendisini, yakın ve uzak çevresini dolayısıyla da dünyayı tanımasını sağlayan önemli bir araçtır. Oyunların çocuklara sunmuş olduğu sınırsız dünya ve bu dünyadaki sınırsız fırsatlar, çocukların çok yönlü gelişimine katkı sağlayan en önemli yaşam kaynaklarından birisidir. Oyun dünyasındaki bu zengin çeşitlilik çocukların zihinsel, bedensel, ruhsal ve sosyal gelişimlerinin sağlıklı bir şekilde ilerlemesine olanak sağlamaktadır.

Oyunların çocuk gelişimindeki önemine dikkat çeken Horzum (2011), bir yandan oyunların çocukların sosyal, ruhsal, fiziksel ve bilişsel gelişim alanlarına önemli katkısı olduğunu ifade ederken diğer yandan, geçmişte oyun parkları ve bunun gibi alanlarda fiziksel etkinlikler olarak gerçekleştirilen oyunların yerini günümüzde daha çok evlerde bilgisayar başında sanal olarak oynanan oyunların aldığını ve bunun birtakım fiziksel, ruhsal, sosyal ve zihinsel sorunlara yol açtığını belirtmiştir.

Irmak (2016), sanal oyunların boş zamanları değerlendirmede, günlük stresin ve yorgunluğun azaltılmasında ve eğlence unsuru olarak kullanılmasında yararlanılan bir araç olduğunu ifade ederken, diğer taraftan aşırı ve bilinçsiz oyun oynama davranışının, bir süre sonra dürtü kontrol bozukluğu olarak değerlendirilen sanal oyun bağımlılığının, tartışılan bir konu haline gelmesine yol açmıştır. Kişi oyun oynama isteğini kontrol edemiyor ve duygu ve düşüncelerde, sosyal yaşamda birtakım olumsuzlukların yaşanmasına neden oluyorsa bu durum bir problem olarak değerlendirilmelidir. Aşırı sanal oyun oynamanın bir çeşit davranış bağımlılığına yol açacağı yapılan çalışmalarda belirtilmiştir.

Dijital oyun kavramının tarihsel sürecine bakıldığında ise, 1970’li yıllarda üretilen ilk ticari bilgisayar oyunlarından sonra grafik teknolojilerinin kaydettiği ilerlemeler sayesinde oyun kavramının yeni bir boyut kazandığı, gerçek dünyanın sanal ortama aktarılması ile daha farklı ekonomik ve sosyal boyutlara ulaştığı görülmektedir. Dijital oyun sektöründeki hızlı gelişmeye paralel olarak da oyun bağımlılığı artmış ve bu durum, özellikle çocukların günün önemli bir kısmını bilgisayar başında sanal bir dünyada geçirmesine neden olmuştur (Erboy ve Akar-Vural, 2010).

Birçok aile ve öğretmen çocukların ders çalışmadaki isteksizliği ve bilgisayar oyunları ile geçirilen vakitteki istekliliğine dair şikâyetle bulunmaktadır. Bu durum bilgisayar oyunlarının çocukların ilgilerini çekme ve onları motive etme açısından oldukça güçlü olduğunu ortaya çıkarmakta, bu da tekrar tekrar oyun oynama isteğini beraberinde getirmektedir. Bu yönüyle düşünüldüğünde bağımlı, oyunla bütünleşir ve tüm hayatında onu yaşamaya başlar. En önemli göstergesi çocukların oyunlardaki karakterlerle kendilerini aşırı ilişkilendirmeleridir. Bu ilişkilendirme de ölüme giden olayları ortaya çıkarmaktadır. Bu nedenle bilgisayar oyunlarının ve bağımlılığının araştırılması oldukça önemlidir (Horzum, 2011, s. 58).

Teknolojinin hızlı bir şekilde gelişmesi ile birlikte bilgisayar ve bilgisayar işlevine sahip birçok dijital araç (bilgisayar, cep telefonu, tablet vb) insanların rahatça ulaşabildiği ve kullanabildiği bir duruma gelmiştir. Farklı amaçlarla kullanılan bu araçların kullanım alanı olarak önemli bir bölümünü dijital oyunlar oluşturmaktadır. Birçok değişik yaş grubundan bireylerin oynadığı bu oyunların hedef kitlesinin büyük bir bölümünü ise çocuk ve gençler oluşturmaktadır. Bu oyunlar çok çeşitlilik göstermekle birlikte, içeriklerinde yer alan şiddet ve çatışma gibi unsurlar zaman içerisinde bireylerin birtakım ruhsal ve sosyal sorunlar yaşamalarına yol açmaktadır. Bu sorunların en önemlilerinden birisini de “ dijital oyun bağımlılığı” oluşturmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı, beraberinde zihinsel, ruhsal, sosyal, bedensel birçok olumsuzluğu da getirmektedir. Alan yazın incelendiğinde, yapılan çalışmaların daha çok bir problemi tespit etmeye yönelik (dijital oyun bağımlılığı) teorik çalışmalar olduğu görülmektedir. Bu çalışmada ise; dijital oyun bağımlılığının tespiti ile birlikte bu sorunun çözümüne yönelik uygulamalı-deneysel bir çalışmanın yapılması, sorunun çözümüne yönelik teorik bilgilerin beraberinde uygulamaya yönelik bir yöntem seçilmiştir. Dijital oyun bağımlılığını azaltmada/yok etmede “fiziksel hareketlilik içeren oyunların” önemli bir araç olacağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmada kabul edilecek varsayımlar aşağıda gösterilmiştir.

1. Araştırmaya katılan kontrol ve deney grubu öğrencilerinin “Dijital oyun bağımlılığı ölçeği” ön-test ve son-test ölçümlerinde gönüllü olarak doğru bir şekilde hiçbir etki altında kalmadan doldurdıkları kabul edilmiştir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmanın çalışma grubu, Ankara İli Kızılcahamam İlçesi Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı Kızılcahamam İmamhatip Ortaokulunda 2015-2016 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören 5., 6., 7. ve 8.sınıf öğrencileri ile sınırlıdır.
2. Araştırmada örneklem seçimi olarak” amaçlı örnekleme” ve “ölçüt örnekleme” yöntemi kullanılarak kontrol ve deney gurupları dijital oyun bağımlılık düzeyi yüksek olan öğrencilerden oluşturulmaya çalışılmış, dijital oyun bağımlılık düzeyi düşük olan öğrenciler çalışmaya dahil edilmemiştir.
3. Bu araştırma, araştırmacı tarafından geliştirilen “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” ve kişisel bilgi formunun verileri doğrultusunda elde edilen bilgilerle ile sınırlıdır.
4. Bu araştırmada elde edilen tüm bulgular, çalışma grubunda yer alan öğrencilerin araştırmada kullanılan ölçek ve kişisel bilgi formuna verdikleri yanıtlarla sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Araştırmada kullanılan terimler hakkında okuyuculara fikir ve bakış açısı kazandırmak amacıyla bazı tanımlara yer verilmiştir.

Oyun: Oyun, insanların günlük uğraşlarının dışında kalan zamanda, belirli bir amaca yönelik olarak (eğlence, eğitim, sağlık gibi) fiziksel ve zihinsel yeteneklerle, sınırlandırılmış yer ve zaman içerisinde, kendine özgü kurallarla yapılan, gönüllü katılım yoluyla grup oluşturan, sosyal uyum ve duygusal olgunluğu geliştiren, yetenek, zeka, dikkat, beceri ve rastlantıya dayanan, katılanları ve çoğunlukla izleyicileri de etkisi altında tutan, gerilim duygusunun eşlik ettiği, sonuçta maddi çıkar sağlamayan, zevk veren etkinliklerdir (Hazar, 2000, s. 7).

Geleneksel Oyun: Genellikle doğal oyun araçlarının kullanıldığı, çoğunlukla eşli-grup oyunlarının ön planda olduğu, fiziksel katılımı gerektiren, katılımcıların oyun kurallarına ve diğer oyun bileşenlerine (rakibe, oyun aracına vb.) müdahale edebildiği oyunlardır.

Dijital Oyun: Dijital oyun, monitör, fare, klavye ya da joystick gibi arabirimlerin bilgisayar yazılımları ile etkileşiminin sağlandığı, kuralları ve amaçları olan sistemler bütünüdür (Kaya, 2011,s.10). Dijital oyun, masa üstü ve diz üstü bilgisayar, oyun konsolu, mobil telefon vb. elektronik araç gereçlerle oynanan oyun biçiminde tanımlanabilir (Whitton’dan aktaran Erboy ve Akar-Vural, 2010,s.39-58).

Bağımlılık: Bağımlılık, zararlı sonuçlarına rağmen, dürtüsel olarak madde veya sanal alıştırıcı arayışı ve kullanımı ile karakterize, nüksedici, kronik bir beyin hastalığı olarak tanımlanır (Tarhan ve Nurmedov, 2001. s, 20).

Dijital Oyun Bağımlılığı: Lemmens, Valkenburg ve Peter (2009), dijital oyun bağımlılığını, ‘sosyal ve/veya duygusal sorunlara neden olduğu halde, kişinin bilgisayar veya video oyunlarını aşırı ve kompulsif düzeyde kullanmaya devam etmesidir’ şeklinde tanımlamışlardır.

Fiziksel Hareketlilik İçeren Oyunlar: Fiziksel aktivite, iskelet kasları vasıtasıyla vücudun hareketi sonucunda enerji harcanmasıdır. Her türlü fiziksel aktivite enerji harcamasını gerektirmektedir (Zorba ve Saygın, 2008,s.1). Fiziksel hareketlilik içeren oyunlar; oyuncuların oyun sırasında zihinsel, fiziksel ve duygusal olarak aktif olduğu, oyuncuların oyun kurallarına, oyun araç-gereçlerine ve diğer oyunculara müdahale edebildiği ve daha çok motor becerilerin ön plana çıktığı yarışma, çekişme, mücadele gerektiren oyunlardır.

BÖLÜM II

İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Araştırmanın bu bölümünde; dijital oyun bağımlılığı konusunda yapılmış olan yurt içi ve yurt dışı çalışmalara yer verilmiştir.

2.1. Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar

Anderson'ın, “Şiddet içerikli video oyunlarının saldırganlık davranışı, saldırganlık anlayışı, fizyolojik uyarılma ve sosyal davranışlara etkisi konulu bir meta-analiz çalışması”na göre (2001); şiddet içerikli video oyunlarının çocuk ve genç yetişkinlerde saldırganlık davranışını pozitif yönde etkilediği sonucuna varılmıştır. Kadın ve erkekler üzerinde yapılan laboratuvar ve alan çalışmaları bu sonucu desteklemektedir. Şiddet içerikli video oyunları, bir taraftan saldırganlık davranışlarını tetiklerken diğer taraftan sosyal ilişkilerin olumsuz yönde etkilenmesine yol açmaktadır.

Weber, Ritterfeld ve Mathiak (2006), yapmış oldukları “Şiddet içerikli video oyunları saldırganlığa teşvik ediyor mu? Deneysel bir fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme çalışması” konulu çalışmada, 12 yaşından itibaren haftalık ortalama 5 saat dijital oyun oynayan, yaşları 18-26 arasında değişen ve haftalık ortalama 15 saat oyun oynayan 13 erkek katılımcıyı çalışmaya dahil etmişlerdir. Deneysel süreçte; katılımcılara 12 dakikalık bölümlerden oluşan ve toplamda 60 dakika olan 5 bölümlük şiddet içerikli video oyunları oynatılmıştır. Katılımcıların şiddet oyunu oynadığı sırada beyin aktiviteleri ölçülmüştür. Yapılan ölçümler sonucunda; oyun içerisinde sergilenen saldırganlık davranışının, beynin sol bölümünde yer alan savunma mekanizmasını harekete geçirdiğini ve gerçek hayatta karşılaşılabilecek bir şiddet durumunda beynin verdiği tepkilere benzer tepkilerin ölçüldüğü görülmüştür.

Bartholov, Bushman ve Sestir (2006), “Kronik şiddet içeren video oyununa maruz kalma ve duyarsızlaşma” konulu çalışmada, yaş ortalaması 19,5 olan 34 gönüllü erkek katılımcıyı bir deney ortamında test etmişlerdir. Araştırmada, herhangi bir aktivite esnasında beyin fonksiyonlarını ölçmeye yarayan EEG (electroencephalogram) aracından yararlanılmıştır. Katılımcıların bir kısmına şiddet içermeyen video oyunları oynatılırken, diğer kısmına şiddet içerikli video oyunları oynatılmıştır. Yapılan ölçümler sonucunda şiddet içerikli video oyunu oynayanların saldırganlık ve şiddete duyarsızlaşma düzeyleri, şiddet içermeyen video oyunu oynayanlara göre anlamlı derecede yüksek çıkmıştır fazladır. Bu sonuca göre, şiddet içerikli oyunların bireylerin şiddeti benimseme, şiddete karşı duyarsızlaşma gibi tutum ve davranışlarını arttırırken, yardımseverlik ve hoşgörü gibi olumlu tutum ve davranışların azalmasına yol açmaktadır.

Wallenius ve Punamäki’nin (2008), “Dijital oyun şiddet ve ergenlik döneminde doğrudan saldırganlık: cinsiyet, yaş ve ebeveyn-çocuk iletişimi temelinde boylamsal bir çalışma” başlıklı araştırmaları yaş ortalamaları 10,7 olan dördüncü sınıf ve yaş ortalamaları 13,28 olan yedinci sınıf öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Çalışmaya 689 öğrenci katılmıştır. Araştırmada; “oyun içerikleri, çocuk-ebeveyn iletişimi ve doğrudan saldırganlık” ölçekleri kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre erkek öğrencilerin şiddet içerikli video oyunlarını kız çocuklara göre daha fazla oynadığı ve erkeklerin doğrudan saldırganlık ölçeğinden aldıkları puanların kızlardan daha yüksek çıktığı görülmüştür. Yaşça büyük olan öğrencilerin şiddet içerikli video oyunu oynama ve doğrudan saldırganlık düzeyleri de yaşça küçük olan öğrencilere göre yüksek bulunmuştur. Ebeveyn-çocuk iletişimi iyi olan hem kız hem erkek çocukların, şiddet içerikli video oyunu oynama ve doğrudan saldırganlık düzeyleri ebeveyn-çocuk iletişimi iyi olmayanlara göre daha düşük çıkmıştır.

Kneer, Glock, Beskes ve Bente, (2012), yapmış oldukları “Dijital oyunlar eğlence mi yoksa tehlike mi olarak algılanmalı? Farklı oyun içeriklerinin desteklenmesi ve bastırılması” konulu çalışma kapsamında, yaş ortalaması 23,28 olan 64 gönüllü katılımcıyı çalışmaya dahil etmişlerdir. Katılımcıların yarısı son 6 aydır günde en az 2 saat dijital oyun oynarken diğer yarısı ise dijital oyun oynamayanlardan oluşmaktadır. Katılımcılara, şiddet içerikli ve şiddet içerikli olmayan 30 farklı ekran görüntüsünden oluşan dijital oyun resmi gösterilmiş ve daha önce araştırmacılar tarafından hazırlanan toplamda 30 sıfatın yer aldığı bir form verilerek, katılımcıların gördükleri resimleri bu sıfatlar üzerinden en kısa sürede tanımlamaları

istenmiştir. Katılımcıların verdikleri cevaplar milisaniye üzerinden değerlendirilmiştir. Sıfatlar; sosyal etkileşim, başarı, daldırma-aşırı odaklanma, duygusal istikrarsızlık, saldırganlık ve nötr olmak üzere altı boyuttan oluşmuştur. Araştırma sonuçlarına göre, negatif içerikli oyunlar için saldırganlık ve duygusal istikrarsızlık boyutundaki tepkilerde hızlanma görülürken, pozitif içerikli oyunlarda sosyal etkileşim ve başarı boyutlarındaki tepki hızları daha yüksek çıkmıştır. Sadece daldırma-aşırı odaklanma boyutunda gerek negatif gerekse pozitif içerikli oyunlara göre verilen tepki hızında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bu sonuçlara göre oyun içeriğinin zihinsel aktivitelerin oluşma hızını, şiddetini ve yönünü etkilediği söylenebilir.

Blinka ve Mikuška (2014), “Sosyal motivasyon ve sosyalliğin çevrimiçi oyun bağımlılığındaki rolü” konulu araştırmada; sosyal faktörlerin-sosyal motivasyonların, sosyalliğin-öz-yeterlilik ve akran ilişkilerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkisini araştırmışlardır. Araştırmaya, yaklaşık olarak haftada 22 saatini çevrimiçi oyun oynamaya ayıran 11-54 yaş aralığında bulunan 667 kişi katılmıştır. Araştırmada ölçme aracı olarak “çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeği”, “sosyal motivasyon ölçeği”, sosyal öz-yeterlilik ölçeği” ve “oyun-içi arkadaşlık ilişkisi ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; çevrimiçi oyun bağımlılığı ile sosyal motivasyon ve oyun oynama süresi arasında yüksek düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmüşken, çevrimiçi oyun bağımlılığı ile öz-yeterlilik, yaş ve oyun-içi arkadaşlık ilişkisi arasında negatif bir ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca günlük-tesadüfi oyun oynayan, günlük yüksek düzeyde oyunla meşgul olan ve risk altındaki bağımlı gruplar arasında cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Müller vd. (2014), “Avrupa’daki gençlerde düzenli oyun davranışı ve internet oyun bozukluğu” konulu çalışmada; Almanya, Yunanistan, İzlanda, Hollanda, Polonya, Romanya ve İspanya’dan yaşları 14-17 arasında değişen 12,938 katılımcıyı araştırmaya dahil etmişlerdir. Araştırmada ölçme aracı olarak “İnternet ve bilgisayar oyunu (dijital oyun) bağımlılığı ölçeği” ve “Gençlik öz-değerlendirme ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre erkeklerin %84,7’si kızların %42,8 düzenli olarak çevrimiçi oyunlar oynamaktadır ve bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde erkek oyuncuların lehinedir. Toplam katılımcıların %1,6’sı ile 5,1’ , riskli grupta yer almaktadır. Düzenli olarak oyun oynayanlarda ise bu değerler %2,7 ile %8,4 olarak görülmektedir. Yaş değişkenine göre bağımlılık düzeyleri ile ilgili ülkeler arası karşılaştırmada sonuçlar Almanya lehine, Polonya

ve İspanya'dan çok az düzeyde farklılaşmaktadır. Bir diğer deyişle bağımlılık düzeyi ile yaş değişkeni arasında doğrusal bir ilişki vardır. Araştırmanın bir diğer sonucuna göre ise sosyal yeterlilik ve akademik performans düzeyleri ile bağımlılık düzeyleri arasında ters orantılı ilişki olduğu görülmüştür.

Kneer, Rieger, Ivory ve Ferguson (2014), "Dijital oyun bağımlılığı ile ilgili risk faktörleri farkındalığı" konulu araştırmada; yaşları 18 ile 25 arasında değişen, ortalama 9,95 yıldır oyun oynayan ve haftalık oyun oynama saati ortalama 12,61 saat olan 28 katılımcıyı araştırmaya dahil etmişlerdir. Görüşme yönteminin kullanıldığı araştırmada katılımcılara "oyun bağımlılığı için risk faktörlerinin neler olabileceği" sorusu yöneltilmiş ve risk faktörlerini, oyun bağımlılığını destekleyici olumlu ve olumsuz faktörler olarak açıklamaları istenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, katılımcılar oyunlarda yer alan "sosyal etkileşim", "başarı", "dalma-sürüklenme", "yüksek öz-saygı", "utangaçlık", gibi unsurların bireyleri oyun bağımlılığına yöneltmede olumlu risk faktörleri olduğunu ifade ederken, "düşük öz-saygı", "arkadaşsızlık", "kötü aile geçmişi", "başka hobi alışkanlığı olmaması", gibi faktörleri olumsuz risk faktörleri olarak ifade etmişlerdir.

Pallesen, Lørvik, Bu ve Molde (2015), "Video oyunu bağımlılığı için tedavi-kılavuzu etkilerinin araştırılması" konulu çalışmada, yaşları 14-18 arasında değişen ve son 6 aydır video oyunu oynamaya devam eden 12 erkek katılımcı ve bu katılımcıların annelerini çalışmaya dahil etmişlerdir. Tedavi kılavuzu; bilişsel-davranışsal terapisi, kısa dönem stratejik-aile terapisi, çözüm odaklı terapi ve motivasyonel görüşmeleri içermektedir. Çalışmanın başında 12 katılımcı 21 maddelik video oyunu bağımlılığı ölçeğini doldurmuş, katılımcıların anneleri ise 9 maddelik "sorunlu video oyunu oynama ölçeğini" çocuklarını değerlendirerek doldurmuşlardır. Çalışmada kullanılan bir diğer ölçek ise terapistler tarafından kullanılan 3 maddelik tanı ölçeğidir. Çalışma toplamda bir hafta sürmüş ve bu kapsamda katılımcılara bilişsel-davranışsal terapi, kısa dönem stratejik-aile terapisi, çözüm odaklı terapi ve motivasyonel görüşmeler uygulanmıştır. Araştırma sonucunda 12 katılımcının video oyunu bağımlılığı düzeylerinde azalma olduğu görülmüş ancak bu azalmanın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı rapor edilmiştir. Bu sonucun ise sürecin kısa olmasından kaynaklanabileceği belirtilmiştir. Ancak ailelerin ve terapistlerin son değerlendirme puanlarına göre çocuklarının bağımlılık düzeylerinde anlamlı derecede azalma olduğu yönünde sonuca ulaşılmıştır.

Donati, Chiesi, Ammannato ve Primi (2015), “Oyunlarda çeşitlilik ve bağımlılık: Erkek ergenlerde, video oyunu çeşitliliği ve bağımlılık ilişkisi” konulu araştırmada; 13-18 yaş aralığında bulunan 701 erkek ergeni araştırmaya dahil etmişlerdir. Araştırmada ölçme aracı olarak 7 maddelik video oyun bağımlılığı ölçeği ve 14 oyun çeşidinin yer aldığı bir liste verilerek bu oyunları son 6 ay içerisinde ne kadar oynadıkları ve en çok hangi oyunları tercih ettikleri sorulmuştur. Araştırma sonuçlarına göre katılımcıların video oyunu bağımlılık düzeyi ile oyun çeşitliliği ve oyun oynama süresi arasında yüksek düzeyde pozitif ilişki olduğu görülmüştür. Ancak yaş değişkeni ile diğer değişkenler arasında herhangi bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Irles ve Gomis (2015) “Dürtüsellik ve video oyunu bağımlılığı” konulu araştırmada; yaşları 12-16 arasında değişen 411 ergenin “dürtüsellik düzeyi” ve “video oyunu bağımlılığı” arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmada “dürtüsellik” kavramı, bireyin bir davranış sonucundaki ödül-ceza durumuna göre sergilediği öz-kontrol ve tepkiyi ifade etmektedir ve ayrıca bireyin bu tepkileri bir beyin süzgecinden geçirmeksizin, alternatif çözüm yolları aramaksızın hareket etmesi anlamında kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; erkek katılımcıların bilgisayar başında geçirdikleri süre ve sıklık düzeyi ile video bağımlılığı düzeyi kadınlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek çıkmıştır. Araştırmanın önemli bir diğer sonucu ise “dürtüsellik” düzeyi yüksek olan bireylerin, video oyunu bağımlılığı düzeyinin de yüksek çıkmasıdır.

Festl, Scharkow ve Quandt (2016), “Ergenler, gençler ve yetişkinlerde problemlili bilgisayar oyunu oynama (dijital oyun)” konulu araştırmada; 14-18 yaş aralığında 580 ergen, 19-39 yaş aralığında 1866 genç yetişkin ve 40 yaş üstü 1936 yetişkin araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmada veri toplama yöntemi olarak telefonla görüşme yöntemi kullanılmış, veri toplama aracı olarak da Lemmens tarafından geliştirilen 21 maddelik bilgisayar oyunu bağımlılığı ölçeğinin kısa formu olan 7 maddelik hali kullanılmıştır. Bununla birlikte 5 maddelik öz-yeterlilik ölçeği kullanılmıştır. Erkek katılımcıların günlük bilgisayar oyunu oynama süresi ortalama 1 saat iken, kadınların 40 dakika olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre video oyunu bağımlılık düzeyi ile yaş arasında ters orantılı bir ilişki vardır ve gençlerin daha fazla süreyle video oyunu oynadıkları sonucuna varılmıştır. Günlük oyun oynama süresi ile video oyunu bağımlılık düzeyi arasında anlamlı ve yüksek düzeyde ilişki olduğu görülmüştür. Erkeklerin video oyunu bağımlılık düzeylerinin kadınlarınkinden anlamlı düzeyde yüksek

olduğu sonucuna varılmıştır. Bir diğer araştırma sonucuna göre ise öz-yeterlilik düzeyi yüksek olan bireylerin video oyunu bağımlılık düzeylerinin düşük olmasıdır.

Park vd. (2016), “Çevrimiçi oyun bağımlılığı için sanal-gerçeklik programının etkileri” konulu araştırmada; Chung-Ang Üniversitesi psikiyatri bölümünde oyun bağımlılığı tedavisi görmekte olan 18 yaş üstü 24 yetişkin erkek araştırmaya katılmıştır. Katılımcılar 12’şer kişilik gruplar halinde bilişsel-davranışsal terapi grubu (kontrol grubu) ve sanal-gerçeklik terapi grubu (deney grubu) olmak üzere iki guruba ayrılmış ve bu gruplara dört haftalık süre ile terapiler uygulanmıştır. Araştırmacıların kontrol ve deney gruplarını bu şekilde sınıflandırmalarındaki temel neden, bilişsel-davranışsal terapi yönteminin güncel bir şekilde kullanılması ve bilimselliğinin kanıtlanmış olmasıdır ve araştırmacılar yeni bir yöntem geliştirerek “sanal-gerçeklik terapisi” bu yöntemin geçerliliğini test etmişlerdir. Araştırma öncesinde ve sonrasında katılımcılara internet bağımlılığı ölçeği uygulanmış ve her iki grubun da bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre dört haftalık uygulama sonucunda; hem bilişsel-davranışsal terapi grubunun (kontrol) hem de sanal-gerçeklik terapi grubunun (deney) bağımlılık puanları anlamlı düzeyde azalırken, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmemiştir ayrıca katılımcıların yaş ve eğitim düzeyine göre de herhangi bir farklılık görülmemiştir.

Fröolich vd. (2016), “Ergenlerde bilgisayar oyunu bağımlılığı-klinik çalışma örneği” konulu araştırmada; çeşitli psikiyatrik sorunlar nedeni ile Cologne üniversitesi psikiyatri servisinde tedavi görmekte olan 13-18 yaş aralığındaki 114 erkek, 69 kadın olmak üzere 183 kişiyi araştırmaya dahil etmişlerdir. Araştırmada ölçme aracı olarak 14 maddelik bir bilgisayar oyunu bağımlılık ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların ölçekten almış oldukları puanlara göre bağımlılık düzeyleri düşük, orta ve yüksek olarak belirlenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre erkeklerin %44,7’si yüksek düzeyde bilgisayar oyunu (dijital oyun) bağımlısı iken, kadınların %14,5’inin yüksek düzeyde bağımlı olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak yüksek düzeyde anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Katılımcıların günlük bilgisayar oyunu oynama sürelerine göre bağımlılık düzeylerinde anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmüştür ve bağımlılık düzeyi yüksek olanların günlük bilgisayar oyunu oynama süresinin dört saat ve üzeri olduğu görülmüştür. Katılımcıların bağımlılık düzeyleri yaş değişkenine göre ise anlamlı bir farklılık göstermemiştir.

2.2. Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Alantar (1999) “Video oyunlarının ergenlerin denetim odakları, öz-kavramları ve serbest zaman değerlendirme etkinlikleri üzerindeki etkileri” konulu betimsel çalışmada; video oyunu oynayan ve oynamayan gruplar arasında Nowicki- Strickland’ın ocuklar İçin Denetim Odağı leği’nden elde ettikleri puanlar bakımından farklılık olmadığı görülmüştür. Video oyunu oynayan ve video oyunu oynamayan gruplar arasında Piers-Harris ocuklar İçin z-kavramı leği’nden elde ettikleri puanlar bakımından anlamlı farklılık olduğu, video oyunu oynayanların genel öz-kavramı puanı ile "Mutluluk", "Kaygı" ve "Akademik durum" alt testlerinden elde ettikleri puanların video oyunu oynamayanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Video oyunu oynayan ve oynamayan gruplar arasında serbest zaman etkinliklerine katılma sıklığı bakımından, video oyunu oynayanların, video oyunu oynamayanlara göre sportif etkinliklere katılmaya, sinemaya gitmeye ve kitap okumaya daha fazla zaman ayırdıkları görülmüştür.

Pala ve Erdem (2011) “Dijital oyun tercihi ve oyun tercih nedeni ile cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenme stili arasındaki ilişkiler üzerine bir çalışma” konulu araştırmada, Bilgisayar ve ğretim Teknolojileri Eğitimi Bölümü’nde öğrenim gören ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıf düzeyinden 78 erkek, 21 kız ğrenci yer almıştır. Araştırmada “Gerçek zamanlı oyunlar” oyuncunun oyun içindeki olaylara aynı anda tepki vermesini gerektiren oyunlar olarak belirlenmiştir. Tüm zamanlı oyunlar ise, oyuncunun veya oyuncuların kendi kontrollerinde oynadıkları, istedikleri zaman kaydedip, istedikleri zaman baştan başladıkları, fiziksel eylemlerden çok zihinsel planlamaya dayanan, anlık kararlardan ziyade tüm oyun sürecine yansıyan stratejilerin kullanıldığı oyunlar olarak belirlenmiştir. Çalışma sonucunda cinsiyetle oyun tercihi arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Erkeler gerçek ve tüm zamanlı oyunları yakın oranlarda tercih ederken kızlar gerçek zamanlı oyunları tüm zamanlı oyunlara tercih etmişlerdir. Sınıf düzeyi ve öğrenme stili açısından ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Günay (2011), “şiddet İçerikli Online Bilgisayar Oyunlarının İlköğretim ğrencilerinin Saldırganlık Tepkileri zerine Etkisi” konulu yüksek lisans tezinde, deneysel bir çalışma yapılarak 10 kontrol ve 10 deney grubu olmak üzere toplam 20 ğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmada, deney grubuna 4 gün boyunca her gün 20 dakika şiddet içerikli kitlesel katılımlı online rol yapma oyunu oynatılmış, kontrol grubuna ise herhangi bir işlem

yapılmamıştır. Öğrencilerin saldırganlık tepkilerini ortaya çıkarmak için araştırmacı tarafından geliştirilen örnek olaylar kullanılmış ve öğrencilerden kendilerini örnek olaylarda yer alan ana karakterlerin yerlerine koymaları ve devamında: “Örnek olayda yer alan ana karakterin yerinde siz olsaydınız nasıl tepki verirdiniz?” sorusuna cevap vermeleri istenmiştir. Yanıtlar ise; fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık ve saldırganlık içermeyen tepki (alternatif tepki) biçiminde alt boyutlarda değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; şiddet içerikli online bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynamanın, öğrencilerin fiziksel ve sözel saldırganlık tepkileri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur. Alternatif tepkilerde ise, deney grubu lehine yalnızca birinci gün uygulaması sonucunda anlamlı bir farklılaşma meydana gelmiştir. Cinsiyet değişkeni açısından ise, şiddet içerikli online bilgisayar oyunu oynamanın, ancak dördüncü gün uygulamasından sonra kızların sözel saldırganlık tepkilerinde, erkeklere göre anlamlı bir farklılaşma meydana geldiği görülmüştür.

Demir (2011), “Bilgisayar Oyunları İle Çocuk ve Ergenlerdeki Psikopatoloji Arasındaki İlişkinin Araştırılması” konulu uzmanlık tezinde, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Polikliniği’ne başvuran ve son bir yıl içinde bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynadığını belirten, 8-16 yaş arasındaki 48 kız, 61 erkek olmak üzere toplam 109 çocuk ve ergen çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre haftada 4 ve daha fazla kez bilgisayar oyunu oynama oranı kızlarda %33.4, erkeklerde ise %72.1’dir. Haftada bilgisayar oyunu oynama sıklığı açısından cinsiyetler arasında erkekler lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır. Katılımcılar cinsiyetlerine göre hafta içi ve hafta sonu günlerde bilgisayar oyunu oynadıkları ortalama süreler açısından değerlendirildiğinde erkekler lehine anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Yaş gruplarına göre bilgisayar oyunu oynama sıklığına bakıldığında, haftada 4 ve daha fazla kez bilgisayar oyunu oynama oranı 8-11 yaş grubunda %51.4, 12-16 yaş grubunda ise %61.5 olarak gözlenmiştir ve haftada oyun oynama sıklığı açısından yaş grupları arasında 12-16 yaş grubu lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır. Denekler yaş gruplarına göre hafta içi ve hafta sonu günlerde bilgisayar oyunu oynadıkları ortalama süreler açısından değerlendirildiğinde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Horzum (2011), “İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi” ile ilgili yapmış olduğu çalışmada, Sakarya il merkezinde ilköğretim düzeyinde eğitim görmekte olan 444 kız, 445 erkek öğrenci araştırmaya dahil

edilerek çeşitli değişkenlere göre öğrencilerin bağımlılık düzeyleri incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; cinsiyet açısından erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre, sosyo-ekonomik düzey (SED) bakımından üst SED'deki öğrencilerin, orta ve alt SED'deki öğrencilere; sınıf düzeyi bakımından 4. sınıftaki öğrencilerin, 3. ve 5. sınıftakilere göre oyun bağımlılığı yüksek bulunmuştur. Bilgisayar sahibi olma açısından oyun bağımlılığında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Solak (2012), “Ortaöğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Tutumları İle Saldırganlık ve Yalnızlık Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” konulu yüksek lisans tezinde, 289’u erkek, 270’i kız olmak üzere toplam 559 ortaöğretim öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmada veri toplamak amacıyla; “Kişisel Bilgiler Formu”, “Bilgisayar Oyunu Tutum Ölçeği”, “Agresyon Ölçeği” ve “UCLA Yalnızlık Ölçeği”ni kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, ortaöğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu (dijital oyun) tutumları ile saldırganlık eğilimleri arasında anlamlı pozitif bir ilişki olduğu; buna karşın, bilgisayar oyunu tutumları ile yalnızlık eğilimleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Cinsiyet değişkenine göre yapılan analizlerde bilgisayar oyunu tutumu ve olumsuz kişilik tutumu değişkenlerinde erkekler lehine anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer sonuca göre ise ortaöğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu tutumlarının öğrencilerin anne ve baba eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermediğidir. Kardeş sayısı ile bilgisayar oyunu tutumu arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bilgisayar kullanma süresi ile bilgisayar oyunu tutumu arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Araştırmada ayrıca, bilgisayar oyunu oynama süresi arttıkça dolaylı saldırganlık eğiliminin de arttığı ortaya konulmuştur.

Şahin ve Tuğrul (2012) “İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi” ile ilgili yapmış oldukları çalışmada, Kırşehir il merkezinde 4. ve 5. sınıf düzeyinde eğitim görmekte olan 178 kız, 194 erkek ilköğretim öğrencisi çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmada “Çocuklar İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre, evde bilgisayarı olan öğrencilerin olmayanlara göre, annenin eğitim düzeyi yüksek olan öğrencilerin düşük olanlara göre bilgisayar oyunu (dijital oyun) bağımlılık düzeyleri yüksek bulunmuştur. Sınıf ve babanın eğitim düzeyi bakımından ise öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyleri anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Akçay ve Özcebe (2012), “Okul Öncesi Eğitim Alan Çocukların ve Ailelerinin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi” konulu araştırmalarında, okul öncesi eğitim kademesinde öğrenim gören 93 öğrenci ve bu öğrencilerin ebeveynlerini (n=135) çalışmaya dahil etmişlerdir. Çalışmada katılımcılara, araştırmacılar tarafından geliştirilen anket uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre anne veya babası bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynayan çocukların bilgisayar oyunu oynama düzeyleri anne veya babası video oyunu oynamayanlara göre daha yüksek çıkmıştır. Erkek çocukların bilgisayar oyunu oynama düzeyleri kız çocuklarından daha yüksek bulunmuştur. Araştırmanın bir diğer sonucu ise yaş grubu yüksek olan çocukların bilgisayar oyunu oynama sıklığının yaş grubu düşük olanlara göre daha fazla olmasıdır.

Burak (2013), “Bilgisayar Oyunlarının İlköğretim Birinci Kademe Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” konulu yüksek lisans tezinde, bilgisayar oyunlarının ilköğretim birinci kademe öğrencilerinin saldırganlık düzeylerine etkilerini araştırılmıştır. Araştırmanın örneklemi Edirne İl Müdürlüğü’ne bağlı 9 resmi ilköğretim okulunda öğrenim gören 4. sınıf ve 5. sınıf olmak üzere toplam 484 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada Genel bilgi formu ve “Saldırganlık Düzey Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; ilköğretim birinci kademedeki öğrencilerin saldırganlık düzeyleri; yaş, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, ebeveynlerinin birlikte yaşama ve/veya hayatta olma durumlarına, anne ve baba öğrenim durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılık bulunmazken, öğrencilerin cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılık saptanmış ve erkek öğrencilerin saldırganlık düzeyinin kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, ilköğretim öğrencilerinin şiddet içerikli bilgisayar oyunları oynama düzeyleri yükseldikçe saldırganlık düzeylerinin de arttığı belirlenmiştir.

Köse (2013), “13-14 Yaş Grubu Ergenlerin Bilgisayar Oyunlarını Oynama Alışkanlıklarının ve Sosyalleşme Durumlarının Araştırılması (Kütahya İli Örneği)” konulu yüksek lisans tezinde, ergenlerin bilgisayar oyunlarına ayırdıkları zamanla, sosyalleşmeleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya 2012-2013 eğitim-öğretim döneminde Kütahya ili merkezinde eğitim görmekte olan 365 7. ve 8. sınıf öğrencisi katılmıştır. Ölçme aracı olarak, araştırmacı tarafından geliştirilen ve 32 maddeden oluşan “Ergenlerin Bilgisayar Oyunlarını Oynama Alışkanlıkları ve Sosyalleşme Durumları Anketi” kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; katılımcıların %76’sının bireysel oynanan bilgisayar oyunlarını tercih ettikleri ve bilgisayar

oyunlarının ergenleri bireyselleştirdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Katılımcıların %45,4'ünün ders dışı etkinlik olarak zamanlarının neredeyse yarısını bilgisayar etkinlikleri (müzik dinlemek, oyun oynamak, internette gezinmek) ile geçirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Ergenlerin neredeyse yarısı (%48,5) bilgisayar oyunlarının aileleri ile aralarına giren bir durum olduğunu vurgulamışlardır.

Çakır (2013), “Bilgisayar Oyunlarına İlişkin Ailelerin Görüşleri ve Öğrenci Üzerindeki Etkilerin Belirlenmesi” konulu çalışmasında ailelerin bilgisayar oyunları ile ilgili görüşleri ve bu oyunların çocuklar üzerine etkilerinin neler olabileceği konusunu geliştirmiş olduğu anket üzerinden araştırmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 215 ebeveyn oluşturmuştur. Araştırmaya katılan ebeveynler genel olarak çocuklarının video oyunu oynamaya başlama yaşlarının oldukça düşük olduğunu belirtmişlerdir (%66,5'i 5-10 yaş arası). Katılımcıların çocuklarının %76,3'ü günlük ortalama 1-2 saat oyun oynadığını belirtmektedir. Çocukların genellikle eğitsel ve macera türlerinde oyunları tercih ettikleri görülmüştür. Araştırmacı, çocukların büyük bir kısmının bilgisayar oyunlarını zaman geçirme nedeniyle oynadığı ve çocukların zamanlarını geçirebilecek başka aktivitelerden yoksun olduğu sonucuna varmıştır. Ebeveynler genel olarak, dijital oyunların çocukları bilişsel, duyuşsal, sosyal ve psikomotor açıdan olumsuz etkilediği konusunda görüş bildirmişlerdir. Araştırmanın en dikkat çeken sonucu ise ebeveynlerin %63,7'si dijital oyunları bağımlılık yapıcı bir oyun olarak tanımlamalarıdır.

Çelik (2013), “Bilgisayarın ve bilgisayar oyunlarının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin seçilmiş bazı psikomotor gelişim profilleri üzerindeki etkisinin tespiti” konulu yüksek lisans tezinde Sakarya İlindeki ilköğretim okullarında okuyan 286 öğrenciyi araştırmaya dahil etmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Erdoğan ve Bacanlı (2003) tarafından Türkçeye çevrilen ve 47 maddeden oluşan Matson Çocuklarda Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği (MESSY) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırma sonucunda; ilköğretim öğrencilerinin baba mesleği durumlarına göre bilgisayar kullanma sıklığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş ve baba mesleği memur olan öğrencilerin bilgisayar kullanma sıklığının baba mesleği işçi, serbest ve diğer olarak tanımlanan öğrencilere göre daha fazla olduğu görülmüştür. Diğer alt boyutlar olan öğrencilerin bilgisayar kullanım sıklığıyla fiziksel gelişme arasında, sosyal ağlarda geçirdikleri zaman ile sosyal gelişimleri arasında, bilgisayar

oyunu (dijital oyun) oynama sıklığıyla fiziksel gelişimleri arasında ve bilgisayar oyunu oynama sıklığıyla sosyal gelişimleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Ergin vd. (2013), “Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler” konulu araştırmalarında, internet bağımlılığına etki eden değişkenleri incelemişlerdir. Yapılan çalışmada, erkeklerin kadınlara oranla riskli-bağımlı olma düzeyi daha yüksek çıkarken aradaki farkın anlamlı olmadığı görülmüştür. Herhangi bir sosyal kulübe gidenlerin riskli-bağımlı olma düzeyi gitmeyenlere göre anlamlı derecede düşük çıkmıştır. Araştırmanın ilginç sonuçlarından birisi ise düzenli spor yapanların riskli-bağımlı olma düzeyinin yapmayanlara göre anlamlı derecede yüksek çıkmış olmasıdır. Çalışmada sorgulanan yaş, sınıf, anne ve baba öğrenim düzeyi, anne ve baba çalışma durumu, sosyoekonomik düzey, öğrencinin barınma koşulları, günlük gazete okuma durumu, spor etkinliğine katılma durumu, kitap okuma alışkanlığı, interneti ödev için kullanma durumu kişinin internet bağımlılığını etkileyebilecek etkenler olarak bulunmamıştır.

Gökçearslan ve Durakoğlu (2014), “Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi” konusunda yaptıkları çalışmada, ortaokul kademesinde eğitim gören 84 kız, 62 erkek öğrenci olmak üzere toplam 146 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre erkek öğrencilerin oyun bağımlılığı düzeyi kız öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır. Dikkat çeken önemli bir diğer önemli sonuç ise, annesi ve babası yüksek lisans/doktora mezunu olanların, annesi ilkokul, ortaokul, lise mezunu ve üniversite/yüksekokul mezunu olanlara göre daha yüksek oyun bağımlılığı puanlarına sahip olduğu bulunmuştur. Günde 1 kere 3 saatten fazla bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynayanların bağımlılık düzeyi, günde 1 kere 1 saate kadar oynayanlardan daha yüksek iken, haftada birkaç kez oynayanların bağımlılık düzeyleri haftada bir kez oynayanlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.. Kişisel bilgisayara sahip olup olmama durumu ile bilgisayar oyunu bağımlılığı düzeyi arasında ise anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Yeşilyurt (2014), Ergenlerin Çevrim İçi Oyunlardaki Deneyimleri ve Oyuna İlişkin Tutumlarının İncelenmesi” konulu doktora tezinde, 2012-2013 öğretim yılında İstanbuldaki orta öğretim kurumlarında eğitim gören 426 öğrenci araştırmaya katılmıştır. Araştırmada ölçme aracı olarak “Çevrim İçi Oyun Deneyimi Anketi”, “Çevrim içi Oyun Motivasyon Ölçeği”, "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" ve "Rotter İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği"

kullanılmış ve 16 öğrenci ile de yarı yapılandırılmış görüşmeler yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; erkekler spor, araba yarışı, aksiyon ve strateji rol oynama oyunlarını, kızlar ise masa üstü oyunlarını daha çok tercih etmektedirler. En yüksek düzeydeki çevrim içi oyun oynama motivasyonu kaçış boyutu, en düşük düzeydeki çevrim içi oyun oynama motivasyonu sosyal ilişkiler boyutudur. Benlik saygısı ile simülasyon türü oyunları oynama arasında pozitif yönde, Kontrol odağı ile Sosyal Medya Oyunları oynama arasında negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Yapılan görüşmelerin analiz sonuçlarına göre katılımcılar, çevrim içi oyunlar oynamanın hem sanal ortamda hem de gerçek yaşamda sosyalleşmeye katkı sağladığını düşünmektedirler. Ergenler çevrim içi oyunların kendilerinde şiddete neden olduğu görüşüne katılmamaktadırlar. Bir diğer araştırma sonucuna göre, erkeklerin %76,7'si, kızların %50,0'ı çevrim içi oyunlar için para harcadığını belirtmektedir. Ergenler oyun bağımlılığı konusunda endişe duymaktadırlar, ancak oyun bağımlılığı yaygın değildir.

Demirtaş Madran ve Ferligül Çakılcı (2014), “Çok oyunculu çevrimiçi video oyunu oynayan bireylerde video oyunu bağımlılığı ve saldırganlık” konulu çalışmada; bir yıldan uzun süredir şiddet içerikli çok oyunculu çevrimiçi video oyunu oynamakta olan 18-40 yaş aralığındaki 168'i erkek (%81.96) 37'si kadın (%18.04) olmak üzere toplam 205 katılımcı üzerinde yapmış oldukları araştırmanın analiz sonuçlarına göre; katılımcıların saldırganlık puanlarıyla çevrimiçi video oyunu bağımlılığı puanları arasında yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Erkeklerin fiziksel saldırganlık puanlarının kadınların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu, ancak bağımlılık puanları açısından anlamlı bir cinsiyet farklılığı bulunmadığı görülmüştür. Yaşla bağımlılık ve saldırganlık düzeyleri arasında ters yönde anlamlı ilişkiler olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca regresyon analizi sonucunda bağımlılık alt ölçeklerinden sosyal izolasyon ve kontrol güçlüğü'nün saldırganlık puanlarını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Zorbaz ve ark. (2014) “ İlkokul öğrencilerinin video oyunu bağımlılığı ve aile içi iletişim arasındaki ilişki” konulu çalışmada; 4., 5. ve 6. sınıf düzeyinde öğrenim gören 396 öğrencinin “engelleyici aile ilişkileri” “destekleyici aile ilişkileri” ve “bilgisayar başında geçirilen toplam süre” değişkenlerinin video oyunu bağımlılığına etkisini araştırmışlardır. Yapılan çalışma sonucunda; “engelleyici aile ilişkileri” ve “bilgisayar başında geçirilen toplam süre” puanı yüksek çıkan öğrencilerin video oyunu bağımlılık düzeyi anlamlı derecede yüksek çıkarken, “destekleyici aile ilişkileri” puanı yüksek çıkan öğrencilerin video bağımlılık düzeyi anlamlı

derecede düşük çıkmıştır. Araştırmacılar, engelleyici aile davranışlarının çocukları bilgisayar başında daha fazla vakit geçirmeye ittiğini ve bu nedenle çocukların video oyunu bağımlılık düzeyinin yüksek çıktığını belirtmişlerdir.

Ağaoğlu ve Metin (2015), Bilim ve Sanat Merkezi'ne (BİLSEM) giden ve gitmeyen 4.-8. sınıf öğrencilerinin şiddet içeren bilgisayar oyunlarını oynama durumlarının incelenmesi amacıyla yaptıkları çalışmada; BİLSEM'e giden katılımcıların gitmeyen katılımcılara göre daha fazla bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynadığını ve en çok macera ve zekâ-mantık oyunlarını tercih ettiklerini belirlemişlerdir. Ayrıca, sadece örgün eğitime devam eden öğrencilerin şiddet içeren oyunları daha sık oynadıkları sonucuna varmışlardır.

Burak ve Ahmetoğlu (2015), "Bilgisayar oyunlarının çocukların saldırganlık düzeylerine etkisinin incelenmesi" amacıyla yapmış oldukları çalışmalarında, ilkokul 4. ve 5. sınıf seviyesinde eğitim gören ve hepsi bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynayan 231 kız, 253 erkek olmak üzere toplamda 484 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin %37,8'i şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynadıklarını, %62,2'si şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynamadıklarını belirtmişlerdir. Ancak araştırmada öğrencilere şiddet içerikli olan/olmayan bilgisayar oyunlarının isimleri sunulup, oynadıkları oyunları işaretlemeleri istendiğinde, öğrencilerin 173'ünün (%35,75) şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynamadığı, 311'inin (%64,25) ise şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynadığı belirlenmiştir. Bu sonuç bilgisayar oyunu oynayan çocukların oyun içeriklerinin ne olduğunu algılama noktasında yetersiz olduklarını göstermektedir. Araştırmanın dikkat çeken bir diğer sonucu ise şiddet içerikli bilgisayar oyunun oynayan çocukların saldırganlık ölçeğinden almış oldukları puanın şiddet içermeyen bilgisayar oyunu oynayanlara göre daha yüksek çıkmış olmasıdır. Bu sonuca göre şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynamanın, saldırganlık eğilimini arttırdığı söylenebilir.

Torun, Akçay ve Çoklar (2015), "Bilgisayar Oyunlarının Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Davranış ve Sosyal Yaşam Üzerine Etkilerinin İncelenmesi" ile ilgili yapmış oldukları çalışmada; ortaokul kademesinde eğitim gören 330 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin en çok tercih ettikleri oyunlar sırası ile aksiyon, spor, zeka ve macera oyunları olarak görülmüştür. Araştırmanın dikkat çeken bir sonucu, bilgisayar oyunu(dijital oyun) oynamanın çocukların sosyal yaşamını anlamlı derecede etkilemediği yönündedir. Yine dikkat çeken bir diğer sonuca göre bilgisayar oyunu oynamanın akademik

başarı düzeyini etkilemediği yönündeki bulgudur. Elde edilen bu bulgular literatürde yer alan “dijital oyunların, sosyal yaşamı ve akademik başarıyı olumsuz etkilediği” yönündeki görüşlerle çelişmektedir.

Aydoğdu Karaaslan (2015), “Dijital oyunlar ve dijital şiddet farkındalığı: ebeveyn ve çocuklar üzerinde yapılan karşılaştırmalı bir analiz” konulu çalışmada ortaöğretim okullarında eğitim gören çocukların dijital oyunlardaki şiddete karşı göstermiş oldukları eğilimlerini ve ebeveynlerinin de bu davranışlar karşısındaki tepkilerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla 100 öğrenci ve bu öğrencilerin velilerine anket yoluyla uygulama yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre çalışmaya katılan çocukların %88’i her gün boş zamanlarının 2-5 saatlik dilimini internet ve bilgisayar başında geçirmektedir. Bu çocukların %71’bu süreyi oyun oynamak için kullanmaktadır. Erkek çocukların kız çocuklara göre daha fazla şiddet içerikli oyunları tercih ettikleri ve kendilerini oyun karakterleriyle daha fazla özdeşleştirdikleri sonucuna varılmıştır. Çocukların oyunlardaki şiddeti benimsedikleri ve bunun gerçek yaşamda bir sorunları çözmede bir yöntem olabileceği düşüncesi de ayrıca dikkat çekmektedir. Araştırmanın bir diğer önemli sonucu ise, şiddet içerikli oyunların çocuğu olumsuz etkilediği yönünde görüş belirtmiş olmalarına rağmen, ebeveynlerin %60’ının çocuklarına günde 4 saate kadar dijital oyun oynamalarına izin vermeleridir.

2.3. İlgili Haberler

Araştırmanın bu bölümünde, dijital oyunlarla ilgili yazılı basında yer alan dikkat çekici haberlere yer verilmiştir.

Dijital oyunlar, gerek dünya genelinde gerekse Türkiye’de her yaştan milyonlarca insanın yoğun bir biçimde oynadığı ve gündelik hayatın önemli bir parçası haline gelmiş olan bir etkinlik olmuştur. Yapılan araştırmalar dijital oyunların, hem bireysel hem de toplumsal olarak birçok etkisinden söz etmektedir. Bu araştırmaların bir bölümü dijital oyunların bireylere ve topluma olumlu yönde kazanımlar sağladığı yönünde iken, önemli bir bölümü ise olumsuz yansımalarından söz etmektedir. Nitekim bu olumsuz yansımaların örneklerini zaman zaman basında da görmek mümkündür.

İngiltere’de yaşayan 20 yaşındaki video oyunu bağımlısı, 12 saat boyunca durmadan oyun konsolunun başından kalkmayınca hayatını kaybetti. Uzaylılara saldırılan bilimkurgu oyunu

‘Halo’ başta olmak üzere birçok oyuna bağımlı olan Chris Stainfoth’un ölümü, çok uzun bir süre hiç hareket etmeden aynı pozisyonda oturmasına bağlandı. Stainfoth’a, hareketin uzun süre kısıtlandığı durumlar sonucunda ortaya çıkarak, toplardamarlarda pıhtı oluşumuna neden olan, derin ven trombozu teşhisi konuldu. Chris’in ölümü, oyun bağımlılığının zararları ile ilgili tartışmaları yeniden gündeme getirdi (Milliyet, 2011).

IŞİD militanlarının, Fransa’nın başkenti Paris’te düzenledikleri saldırıları PlayStation 4 üzerinden planladıkları konuşuluyor. Fransa’nın başkenti Paris’te 129 kişinin hayatını kaybettiği saldırıların nasıl planlandığı konusundaki tartışmalar sürüyor. IŞİD militanlarının, saldırıları oyun konsolu PlayStation 4 üzerinden planlamış olabileceği konuşuluyor. Forbes’un haberine göre, Belçika’nın başkenti Brüksel’de yapılan aramalarda bir oyun konsolu ele geçirildi. Belçika İçişleri Bakanı Jan Jambon, PS 4’ün IŞİD militanları tarafından haberleşmek amacıyla kullanıldığını ifade etti. Bunların yanı sıra, militanların sözlü iletişim kullanmayarak, yalnızca oyun içindeki hamlelerle de anlaşılabileceğine dikkat çekiliyor. Buna örnek olarak, Call of Duty adlı savaş oyununda mermilerle duvarlara kısa süre içinde silinen mesajlar yazılabileceği gösteriliyor (Radikal, 2015).

Esenlerde bir internet kafede oyun oynarken tartıştığı şahsı öldürüp olay yerinden kaçan zanlı, Bakırköy’de yakalandı. Edinilen bilgiye göre, Esenler İlçesi Fevzi Çakmak Mahallesinde bulunan bir kafede 41 yaşındaki Y.Ş. ile 43 yaşındaki M.D. isimli şahıs bulundukları kafede bilgisayarda oyun oynuyorlardı. Oyun esnasında yaşanan küfürlü tartışma kısa sürede kavgaya dönüştü. Bu esnada şüpheli Y.Ş., belindeki silahı çıkararak M.D.’ye doğru ateşledi. Yaralanan şahıs olay yerine gelen sağlık görevlileri tarafından hastaneye kaldırılırken, Y.Ş., olay yerinden kaçtı (İHA, 2015).

Dijital oyunlarla ilgili basında yer alan haberlerin bazı araştırmacılar tarafından kitaplarında konu edildiği de görülmektedir. Bunlardan bazıları şöyledir:

2009 yılının Mart ayında Almanya’daki bir lisede meydana gelen bir katliam haberi, tüm dünya ajanslarının bir numaralı haberi oldu. Henüz 17 yaşında olan Tim Krestchmer, mezun olduğu okula, Beratta marka 9 mm’lik bir silahla gitmiş ve yarım saat içinde üçü öğretmen on altı kişiyi öldürmüştü. En son kurşunu ise kendineydi... Polis için şaşırtıcı olan bu olayın 17 yaşındaki bir çocuk tarafından profesyonel olarak planlanmasıydı. Dünyanın şaşkınlığı ise Krestchmer’in bir gece önce arkadaşına sötlediği tek bir cümlede gizliydi: (Police say chilling

internet warning may have been faked, 2009). “Polise ihbarda bulunmayın, sadece oyun oynuyorum!” Tim Krestchmer, sadece dijital dünyanın en popüler oyunlarından Counter Strike oynuyordu (Terek Ünal ve Batı, 2011, s. 25).

Tayland hükümeti 2003 yazında servis sağlayıcıları ve internet kafeleri saat 10 ila 6 arası kapatarak bilgisayar oyununa (dijital oyuna) yasak getirmiştir (Tarhan ve Nurmedov, 2011, s. 80).

Çin’de 23 yaşındaki oğlunun çevrimiçi bir oyun bağımlısı olduğunu fark eden bir baba, oğlunun oyundaki karakterini öldürmesi için sanal bir kiralık katil tutmuştur (Akçayır, 2013, s. 264).

BÖLÜM III

GENEL BİLGİLER

Bu bölümde araştırmanın özünü oluşturan oyun, dijital oyun, bağımlılık ve dijital oyun bağımlılığı kavramları ele alınmıştır.

3.1. Oyun Kavramı

Tarihin ilk dönemlerinden bugüne kadar bütün insanlar benzer şekillerde oyunlar oynamışlar ve oynamaktadırlar. Oyun oynamak toplumun (çocuk-genç-yaşlı, kadın-erkek, idareci-tüccar, öğrenci-işsiz, zengin-fakir, köylü-kentli vb.) bütün kesimleri veya üyeleri tarafından zevk almak amacıyla gerçekleştirilen gönüllü bir eylemdir. Dünyada “*oyun*” kavramını ifade etmek için geçmişte olduğu gibi günümüzde de farklı kelime veya kelimeler kullanılmıştır. Bazı yabancı dillerde “*oyun, çocuk oyunu ve oyuncak*” anlamında kullanılan kelimeler şöyledir;

- Almanca: Spiel (oyun), Kinderspiel (çocuk oyunu), Kinderspielzeug (çocuk oyuncak)
- İngilizce: Play, Game (oyun, oyun oynamak), Toy (oyuncak)
- Fransızca: Jeu (oyun), Jeu d'enfant (çocuk oyunu), Jouet (oyuncak)
- İtalyanca: Gioco, Giocare (oyun; çocuk oyunu)
- Rusça: Игра (oyun), Игрушка (oyuncak). (Özdemir, 2006,s. 21).

Oyun sözcüğü geniş bir coğrafyada konuşulan Türk dilinin semantik, morfolojik, fonetik açılardan çok az değişikliğe (lehçe ve ağız özellikleri nedeniyle) uğramış ortak sözcüklerinden biri olarak kabul edilmektedir. Karşılaştırmalı Türk lehçeleri sözlüğünde Türkiye Türkçesi ve Türk lehçelerinde oyun kavramını ifade etmek için kullanılan kelimeler şöyledir;

- Türkiye Türkçesi: Oyun
- Azerbaycan, Özbek, Kırgız, Türkmen ve Uygur Türkçesi: Oyun
- Başkurt ve Tatar Türkçesi: Uyn, Uynav

- Kazak Türkçesi: Oyun, Oyunşık (Özdemir, 2006, s. 22).

Türk dünyasında “*oyun*” kavramını ifade etmek için eskiden olduğu gibi bu gün de “*oyun*” kelimesi kullanılmaktadır. Türk kültür tarihinin temel yazılı kaynaklarında da “*oyun*” kelimesine rastlamak mümkündür.

Kaşgarlı Mahmud’un *Divanı- Lugat-i Türk* kitabında *oyun/oyug* olarak geçen kelime “*eğlence, raks ve yarış*” anlamı ile tanımlanmıştır (Atalay, 2004, s.447). Yine Türk Dilinin Etimoloji Sözlüğü’nde de *oynamak* kelimesi; kök anlamı bir nesneyi çukurlaştırmak, oyarak, delerek çukur açmak. Anlam genişlemesiyle eğlenmek, karşılıklı oyun düzenlemek, devinmek, çok devinici olmak” şeklinde ifade edilmektedir (Eyuboğlu, 2004, s. 519).

Türk Dil Kurumu (TDK)- Büyük Türkçe Sözlükte ise “oyun” kavramı birçok anlamda açıklanmaktadır;

1. Yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence: *Tenis, tavla, dama, çelik çomak, bale oyundur.*
2. Tiyatro veya sinemada sanatçının rolünü yorumlama biçimi.
3. Müzik eşliğinde yapılan hareketlerin bütünü: *Zeybek oyunu.*
4. Seslendirilmek veya sahnede oynanmak için hazırlanmış eser, temsil, piyes.
5. Bedence ve kafaca yetenekleri geliştirmek amacıyla yapılan, çevikliğe dayanan her türlü yarışma: *Olimpiyat oyunları. Akdeniz oyunları.*
6. Şaşkınlık uyandırıcı hüner: *Hokkabazın oyunu. Cambazın oyunu.*
7. Kumar: *Bazıları oyun başından kalkar kalkmaz her şeyi unuturlar.*
8. Güreşte rakibini yenmek için yapılan türlü biçimlerde şaşırtıcı hareket.
9. Teniste, tavlada taraflardan birinin belirli sayı kazanmasıyla elde edilen sonuç.
10. Hile, düzen, desise, entrika (TDK, 2015).

Türkçe’de oyun sözcüğü eski bir anlam taşır. Şaman’ın çeşitli adları arasında, örneğin Yakut’ların kullandığı ad, “oyun, uyun” du. Kadın şamana ise Moğolca’da “Udahan”, orta şamana “Orta oyun”, yüce şamana “Uluhan-Oyun” deniliyordu. Asıl önemlisi oyun sözcüğü yalnız şaman için değil, (örneğin Türkistan’da) şaman töreninin tümü için de kullanılıyordu. Böylece oyun sözcüğüyle tiyatro, dans ve çeşitli seyirlik oyunların kökeni bir noktada toplanmış oluyordu (And, 1974, s. 305-306).

Huizinga (2013)'ya göre her oyun, her şeyden önce isteğe bağlı, gönüllü bir eylemdir. Emirlere bağlı oyun, oyun değildir, olsa olsa oyunun zoraki bir temsilidir. İkinci bir niteliği, yine onun özgürlüğü ile ilgilidir, bu da oyunun gerçek yaşamdan değişik oluşudur. Oyun, gerçek yaşamdan geçici olarak çıkarak kendi düzeninin, dünyasının içine girer. Çocuk oyun oynarken gerçeğin dışında olduğunun bilincindedir. Oyun günlük yaşamda bir ara veriş, bir dinlenme, günlük yaşamın bir süsü gibidir. Üçüncü niteliği oyunun günlük yaşamdan yer ve süre bakımından ayrılmasıdır. Bu bakımdan kendine özgü yer ve süreyle sınırlanmıştır. Oyun başlar ve belli bir noktada biter. Her oyunun kuralları vardır. Oyunun kuralları bağlayıcıdır ve kuşkuyla yer bırakmaz. Kurallar bozulunca bütün oyun çöker, biter.

Bütün bu tanımlamalarla birlikte “oyun” kavramını eğitim, sosyoloji, sağlık ve kültür gibi farklı açılardan değerlendirerek, bu kavramı açıklamaya çalışan birçok tanım bulunmaktadır. Yapılan bu tanımlamaların örtüşen ve ayrışan yönleri bulunmakla birlikte, ortaya çıkan farklılıklar bu konuda araştırma yapan bilim insanlarının konuyu kendi çalışma alanından ele almalarından kaynaklanmaktadır.

Oyun, insanların günlük uğraşlarının dışında kalan zamanda, belirli bir amaca yönelik olarak (eğlence, eğitim, sağlık gibi) fiziksel ve zihinsel yeteneklerle, sınırlandırılmış yer ve zaman içerisinde, kendine özgü kurallarla yapılan, gönüllü katılım yoluyla gurup oluşturan, sosyal uyum ve duygusal olgunluğu geliştiren, yetenek, zeka, dikkat, beceri ve rastlantıya dayanan, katılanları ve çoğunlukla izleyicileri de etkisi altında tutan, gerilim duygusunun eşlik ettiği, sonuçta maddi çıkar sağlamayan, zevk veren etkinliklerdir (Hazar, 2000, s.7).

Yetişkinler için oyun, pratik uğraşları bittiği zaman yaptıkları bir şeydir. Oyun bir rahatlama biçimidir. Çocuklar için oyun, tüm gün yaptıkları bir şeydir. Oyun yaşamdır ve yaşam oyundur. Çocuklar için oyun, öğrenme ve uğraş arasında farklılık yoktur. Çocuklar doğuştan oyuncudur. Oyun oynamaktan zevk alır ve her zaman oyun oynayabilirler. Onlar için oyun; doğal, kendiliğinden olan, zevk alınan, sonunda ne olduğuna değil anlamına odaklanmadır (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2014, s. 2).

Yetişkinler tarafından boşa geçen zaman olarak görülebilen oyun, çocuğun kendini, duygularını ifade edebildiği, yeteneklerini geliştirebildiği, yaratıcı potansiyelini kullandığı dil, zihin, sosyal, duygusal ve motor becerilerini geliştirebildiği en önemli fırsattır. Kısaca oyun çocuk için en doğal ve en aktif öğrenme ortamıdır (Mangır ve Aktaş, 1993, s. 14).

Oyun, antropolojiden psikolojiye, pedagojiden iletişim bilimlerine dek çeşitli disiplinlerin ilgi alanına giren bir alandır. Ludoloji ise bu disiplinlerarasılık içinde çalışan, çoğunlukla video oyunlarını inceleyen, oyun çalışmaları alanını karakterize eden disiplinin adıdır. Oyunlar, saklambaç, körebe, yakar top, dalya gibi geleneksel çocuk oyunlarından tavla, dama, satranç gibi masa oyunlarına, tetris, mayın tarlası gibi ‘arkaik’ bilgisayar oyunlarından kitlesel/devasa çevrimiçi oyunlara dek çeşitlilik gösterdiği için, oyuna ilişkin tanımlarda oldukça çeşitlidir (Binark vd., 2009, s. 25).

Oyun, salt bir israf fırsattır: zamanın, enerjinin, yaratıcılığın ve çoğu zaman oyun araçlarını satın alırken ya da firmaya doğal olarak ödenen paranın israfı. Yaşamlarını ringde, kulvarda ya da sahnede kazanan profesyoneller ise, ödül ücret ve sıfatlar üzerinden düşünmek zorundadır ve şüphesiz oyuncu değil işçidirler...oyun özgür ve gönüllü bir etkinlik, bir eğlence kaynağı olarak tanımlanmalıdır. Kişiyi oynamaya zorladığınız bir oyun, oyun olmaktan çıkar. Bir zorunluluk yada sadece bir emir olduğunda oyun temel özelliğini; oyuncunun oyuna kendini kendiliğinden, özgür iradesiyle ve keyif için, her seferinde uzaklaşma, meditasyonu, aylakça yalnızlığı ya da yaratıcı etkinliği seçmekte tamamen özgür olarak adıyor olduğu gerçeğini kaybeder. Sadece oyuncuların oynama arzusu kaybolduğunda ve sorumluluk ve rutinden kaçmak, eğlence bulmak için en sürükleyici, yorucu oyunu oynadıklarında ortaya çıkar (Caillois’ tan akt. Binark vd. 2009, s. 28).

Oyun içten güdümlü bir süreçtir ve oyunda her şey mümkündür. Dışarıdan yönlendirilen bir etkinlik değildir. Çok dinamik, yaratıcı ve esnek bir ortamdır. Oyunun belirli kuralları vardır fakat katılımcılar isterlerse bu kuralları değiştirebilirler. Oyuna aktif katılım şarttır ve oynayanlar üzerinde olumlu etkiler bırakır. Oyun oynanan mekân, oyunda kullanılan araç gereçler, oyuna katılanlar ve oyunda ortaya çıkan davranışlar çok önemlidir. Oyun bazı hallerde yoğun dikkat gerektirir. Oyunlar el-göz koordinasyonunun gelişmesine katkıda bulunur, yeteneklerin ve kavramların olgunlaşmasına zemin oluşturur. Farklı ilişkilerle sosyal kaynaşmayı sağlar. Oyun, görüldüğünden çok daha karmaşık bir olgudur ve çok boyutlu soyutlama gerektirir. Değişik rollere girebilme olanağı, iç çatışmayı çözümlemeye ve kaygıyı azaltmaya yardımcı olur (Kaya, 2013, s. 23).

3.2. Oyun Tarihi

İnsanlık, var olduğu ilk günden bu güne yaşamın her alanında sürekli bir değişim ve gelişim içerisinde olmuştur. Bu değişim ve gelişimin temelinde yatan nedenler ise çeşitli ihtiyaç ve zorunluluklardan kaynaklanmıştır. Birtakım doğa olayları, savaşlar ve göçler gibi nedenlerle birlikte insanda var olan merak, keşfetme ve bilme arzusu da bu değişimin hareket kaynaklarından en önemlileridir. Bütün bu değişkenler insanı, doğayla ve kendisiyle sürekli bir mücadele halinde olmasına ve bu süreçte karşılaşılan güçlüklerin üstesinden gelebileceği bir takım çözüm yolları aramasına sevk etmiştir.

İlk insan doğadaki olayları, özellikle mücadele etmek istediği, güçlü gördüğü olayları ve özellikleri taklit ederek avantajlı duruma geçmeye çalışmıştır. Bu, insanın çevreye uyum ihtiyacından kaynaklanmıştır. İnsanın doğayla savaşında kullanacağı ilk silah, kendisine çevrilmiş olan doğanın silahıydı. Öyleyse insanın savunma ya da saldırı amacıyla yaptığı davranışlar, çevresinden gördüklerine benzer bir uygunluk içerisinde ortaya koyduğu canlı hareketlerinden başkası olmamalıydı. Savaşa yönelik bu davranışların içerisinde doğanın taklidi de yer alıyor, sık sık yenilenmesinden oyuna varılıyordu. Doğanın bir parçası olan hayvanlar, yakın ve çekici olarak ilk insanın taklit dürtüsünü kamçılıyordu. Bu bakımdan insan, ilk önce hayvan hareketlerine yöneldi. Duygu ve düşüncelerini ifade etmek için tabiat ve hayvan sesleriyle, jest ve mimiklerinden yararlanarak “taklit”i meydana getiriyordu (Hazar, 2000, s. 4-5).

İnsanoğlu çevresinde gördüklerini taklit ederek, yaptıkları hareketlerle birbirine anlatarak farkında olmadan canlıların var olmasıyla başlayan oyun aksiyonunu yaratmışlardır. Avlanan insanoğlu avlanma sistemlerini hareketlerle ve seslerle anlatarak oyun anlayışının başlangıcını sağlamışlardır. Bu avlanma hareketlerini izleyen çocuklar, büyüklerini taklit ederek kendi aralarında oyunlar yaratmış, nesilden nesle geliştirerek aktarmış ve bugünkü oyunları oluşturmuşlardır. Sopalarla ve taşlarla hedefi vurmak, saklambaç oyunlarında saklanan oyuncuyu arayan ebenin, sakladığı yerden ebeden önce kaleye gelmeye çalışan oyuncunun hal ve hareketleri ilkel insanların avcılık sırasında yaptığı hareketlerin benzeri gibidir (Yengin, 2010, s. 86).

Nasıl Darwin, insan-hayvan ayrımını, Freud ise usçul-usdışı ayrımı gibi ilkeleri bozmuşlarsa, İkinci Dünya Savaşı’ndan sonra Hollandalı tarihçi Johan Huizinga da (1872-1945) Homo

Ludens adlı incelemesi ile önemli bir ikiliğin dengesini bozmuş, insan kültürüne yeni bir boyut getirmiştir. Homo Faber (yapımcı insan), Homo Sapiens (düşünür insan) ikilisinin karşısına üçüncü bir insan, Homo Ludens'i (oyuncu insan) çıkarmıştır. Huizinga'ya göre oyun, kültürden öncedir, çeşitli kültürlerden çıkma ya da bir rastlantı sonucu değil, tersine çeşitli kültür biçimlerinin doğuşunda başlıca etkindir (And, 2012, s. 27).

Oyunlar, türlerin gelişiminde evrimsel bir role sahip olmanın yanı sıra, her zaman sosyal bir fonksiyon ifa etmiştir. Toles, bu konudaki görüşünü şu şekilde ifade eder: "Oyunlar, kültürün gerçeklik algısının farklı yollardan dışavurumunu sağlayan dünyalardır (Doğu, 2006.s. 89). Kültür, bir toplumun karakterini oluşturan, zaman içinde var ettiği değerler bütünüdür. Kültürel zenginlik ise o kültürü oluşturan unsurların çeşitliliğine ve ne kadar korunabildiğine bağlıdır. Bu unsurlardan biri olan oyunlar, onları oynayanlar tarafından bizzat korunmuş ve gelecek nesillere aktarılmıştır (Özbakır,2009,s.481). Çocuk oyunlarının eski ritüel, inanç, büyü kalıntılarını incelemek bakımından en iyi kaynak olduğunu ilk defa bir İngiliz kadın, Lady Alice B. Gomme ortaya koymuştur. Ona göre çocuklar büyüklere öykündükleri için onlardan gördüklerini yüzyıllar boyunca tutucu, yaratıcı, saklayıcı güçleri ile günümüze getirmişlerdir (Pehlivan, 2012, s. 1).

Arkeologların buluntuları, bize, bu gün de oynanan ve yaygın olan oyunların çok eski çağlara uzandığını göstermektedir. Örneğin British Museum'da İ.Ö. 800 yılının pişmiş topraktan bir heykeli iki kızı "aşık"la oynarken göstermektedir. Eski Mısır'da V. Sülale ya da Orta Krallık döneminden duvar resimleri, oyun tahtası üzerinde oynanan oyunları, sıçrama oyunlarını *kollabismos* ve başkaca oyunları göstermektedir. Yine Mısır'da Ak-hor mezarından bir duvar resmi iki Mısırlı kızı *el vuruşma oyunu* oynarken göstermektedir. Yine Meksika'da Tula'da yaklaşık İ.S. 1000 yılından bir top oyun alanının kalıntılarına rastlanmıştır (And, 2012, s. 42).

3.3. Oyun Kuramları

İnsanların herhangi bir yaşta niçin oynadıklarını açıklamaya çalışan kuramlar mevcuttur. Bu kuramlardan bazıları yalnız geçmiş yıllarda, bazıları ise şimdiki zamanda popüler sayılmaktadır. Bununla beraber, tek başına hiç biri niçin oynandığını yeterince açıklamaya elverişli değildir (Cole ve Morgan, 2001, s. 229). Bu kuramlar incelendiğinde oyunların, amaç ve uygulama yöntemleri açısından farklılıklar gösterdiği anlaşılmaktadır. Oyun oynama

davranışlarının nedenlerini ve sonuçlarını açıklamaya çalışan kuramlar oyunu şu şekilde incelenmiştir;

Klasik Kuramlar

- a. *Fazla Enerji Kuramı (The Surplus Energy Theory)*: Fazla enerji kuramı Alman şair F. Schiller (1873) ve İngiliz filozof H. Spencer (1878) tarafından ortaya konmuştur. Bu kurama göre insanlar doğuştan etkindir ve insanlar enerjiyi depolar. Diğer ihtiyaçlar giderildikten sonra kalan enerji, aşırı enerji haline dönüşür. Çocuk gerginlik yaratan bu enerjiyi atabildiği zaman daha sağlıklı bir dengeye kavuşur. Çok oyun oynayan çocuk sağlıklı çocuktur. Çocuklar bu enerjiyi oyun yolu ile zevk için kullanırlar. Sınıf ortamından ayrılan çocukların oyun alanında neler yaptığı gözlemlendiğinde, aşırı enerji görüşünün gerçekçi olduğu ortaya çıkar. Bu kurama göre; kapalı alandan, açık oyun alanına çıkma, çocuklara özgürce hareket edebilme olanağı sağlar, böylece çocuklar oyundan daha fazla keyif alır.
- b. *Yeniden Yaratma/Rahatlama Kuramı (The Recreation/Relaxation Theory)*: Fazla enerji kuramının tem tersi olan bu kuram Alman Şair M. Lazarus (1883)'un görüşlerini içerir. Rahatlama kuramı bireylerin enerjisinin tüketildiği ve onu mutlak eski haline getirmek gerektiğini savunur. Oyun oynama, çalışırken kullanılan enerjinin tamamen doldurulmasını sağlar. Modern toplumlarda iş yaşamında bireyin beyin bölgesi ve ince kasları enerjiyi tekrar depolamada aşırı zorlanır. Çünkü iş yaşamı fiziksel zorlanmaya neden olur. Yeniden yaratma kuramı kaba motor etkinliklerin enerjiyi açığa çıkaran etkenler olduğunu, bedenin bu etkinlikleri yaparken daha fazla rahatladığını öne sürer (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2014, s. 25).
Bu kurama göre zorlayan etkinlikler insanı zihnen ve bedenen yıpratmaktadır. Bunun sonucu olarak dinlenme ve uyku ihtiyacı duyulur. Gerçek dinlenme ise insanın yaşam görevleri dışında başka etkinliklerle uğraşması ile olabilir ve bu şekilde kendini yeniler. Çocukların oyun oynamaları rahatlama gereksiniminden doğar (Sevinç'ten akt. Evcin, 2010, s. 5).
- c. *Tekrarlama Kuramı (Recapitulation Theory)*: G.S. Hall (1906) çocuk oyunlarında tekrarlama kuramını ortaya koymuştur. Bu kuram aynı zamanda doğuştan gelen içgüdülere odaklanır. Hall'e göre çocuklar hayvan, yabani insan, kabile üyesi gibi insan evriminin gelişimsel dönemlerini canlandırır. Oyun insan evriminin ortaya çıkış sırasını izler. Böylece

çocuklar çete oyunları oynamadan önce, ilkel insanların yaptığı gibi ağaçlara tırmanır. Oyunun amacı modern yaşamda uzun süreli gereksinim duyulmayan içgüdülerden kurtulmadır. Oyun yolu ile ilkel içgüdüler zayıflar. Örneğin; çocuklar beyzbol gibi spor oyunları oynar ve eskiden avcılarının avlarını sopa ile avlamaları gibi enerjilerini atabilir. Aynı zamanda oyun günümüz yaşamına çocukları hazırlama şekli olarak görülür (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2014, s. 26).

- d. *Alıştırma Kuramı (Practice Theory)*: Filozof K. Groos (1898) tarafından ortaya konan alıştırma kuramı aynı zamanda içgüdü kuramı olarak da bilinmektedir. Bu kurama göre oyun, çocukları kendi kültürlerinde gereksinim duyacakları sorumluluklara ve gelecekteki rollerine hazırlar. Groos, oyunun geçmişteki içgüdüleri dışarı çıkarmaktan çok, gelecekteki gereksinimleri olan içgüdüleri güçlendirmeye hizmet ettiğine inanmıştır (Aksoy ve Dere Çiftçi, 2014, s. 26).

Gross'a göre oyun, çocuğun ileriki yaşamında kendisine yardımcı olacak ve onu hayata hazırlayacak doğal yeteneklerin ortaya çıkmasıdır. Bu kurama göre; çocuk gelecekte sergileyeceği davranış ve rolleri önceden içgüdüsel, olarak oyun şeklinde dener. Bu şekilde çocuk bir takım beceriler geliştirir ve bu beceriler bireyin yaşamını sürdürmesine katkı sunar. Bu yönü ile oyunun, türün devamını sağlayan bir fonksiyonu olduğuna inanılır (Sevinç'ten akt. Evcin, 2010, s. 5).

Örneğin; çocuklar sosyo dramatik oyun oynarken ebeveyn rolüne girdiklerinde onlarla ilgili materyalleri kullanır. Böylece yetişkin yaşamda gereksinim duyacakları ebeveynlik becerilerini uygulayarak kazanırlar. Uygulama ve deneyim çocukların yaşamlarını sürdürmeleri için gerekli olduğu kadar, yaşamda gereksinimleri olan beceriler için hazırlanma ve donanımlı olmalarını da sağlar (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2014, s. 24-26).

Modern Kuramlar

- a. *Psikoanalitik Kuram (Psychoanalytic Theory)*: Sigmund Freud (1905-1920) tarafından ortaya atılan bu kuramda çocukların duygusal gelişiminde oyunun rolünün önemi üzerinde durulmaktadır. Freud oyunu, çocuğun duygusal problemleri hakkında bilgi edinmemizi sağlayan bir olgu olarak görmüştür. Oyun, gerçek yaşamın olumsuzluklarından geçici de olsa uzaklaşmayı sağladığından, oynayan çocuk kendisini daha güçlü hissedecektir. Freud gibi Ericson (1950)'da psikanalitik kuramını oyun olgusunu açıklamak için kullanmış ve bu kuram bağlamında normal kişilik gelişimine oyunun katkısını incelemiştir. Ona göre, oyun

çocukların psiko-sosyal gelişiminin aynasıdır. Çocuklar oyun içinde model yaratırken gerçek yaşamdan yardım alırlar. Ericson, oyunu terapide kullanan ilk bilim adamıdır. Davranışın biyolojik ve sosyo- kültürel faktöre bağlı olduğundan söz etmektedir. Adler ise (1948) oyunu problemlili çocukların terapisinde kullanılan bir metot olarak görmektedir. Terapistlerin çocukla iletişim kurarken, çocuğun gözüyle bakması, onun kulakları ile duyması gerektiğini söyler. Adler, 4-9 yaşlarındaki çocukların sık sık oyuncakları ile oynarken kendilerini ifade ettiğini oyun terapisi yoluyla da onlara ulaşılabilceğini ifade etmektedir.

- b. *Zihinsel Kuram (Cognitive Theory)*: İsviçreli Psikolog Piaget (1896-1980) oyunu, çocuğun tüm zihinsel gelişiminin bir parçası sayar, özümleme ve uyum süreci olarak görür. Uyum süreci, sosyalleşme, işbirliği ve dil gibi psikolojinin bazı alanlarında önemli bir yer tutmaktadır. Piaget, çocukta zihin gelişiminin aynen biyolojik gelişimdeki gibi, organizmanın yapılarında meydana gelen bazı niteliksel değişimleri içerdiği varsayımını geliştirmiştir. Piaget oyunu alıştırma, sembol ve kurallı olmak üzere üç bölüme ayırır. Alıştırma oyunları; yaşamın ilk aylarında başlar ve bir çingırağı tekrar tekrar sallamak gibi çocuğun olayları kendi kontrolünde tutmaktan duyduğu hazzın sonucu olarak ortaya çıkan amaçsız eylemlerdir. Sembolik oyunları; dramatik oyun biçiminde iki yaşındayken başlar; hayali davranışların oyuna dönüştüğü görülür; bu dönemdeki çocuk kesin kuralları kavrayamamaktadır. Kurallı oyunları; sosyal düzenlemeler içerir; grup tarafından gerçekleştirilir; 7-11 yaşı yani somut dönemi kapsamaktadır. Piaget'den sonra, birçok araştırmacı çocukların sosyal dünyayı oyunla nasıl temsil ettiğini incelemiştir. Bretherton'a göre, çocuklar bir olay değiştirerek "gerçeklere" yeni alternatifler getirirler. Garvey ve Brandt ise çocukların hayali davranarak oyunun içerik ve işleyişini inceleyerek oyunda başlangıç ve sonucun önemli olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca oyun çocukların sosyal oyunda gerçeğe karşı sembolik alternatifler kullanarak diğer kişilerle ortak paylaşım yaşamasını da sağlamıştır.

- c. *Sosyo-Kültürel Kuram (Socio-Cultural Theory)*: Rus psikoloğu Vygotsky (1896-1938) zihinsel gelişim içinde oyunun daha fazla rolü olduğuna inanarak "çocukların zihinsel gelişiminde oyunun rolü" adlı eserinde oyunun, nesnenin anlamını maddiyat özelliğinden ayırt ederek öğrenildiğini belirtmiştir. Örneğin; çocuğun bir sopayla oynarken onun "at" olduğunu söylemesi ve sopayı "at" mış gibi kullanması, onun atın anlamını öğrenmiş

olduğunu gösterir. Vygotsky, buna "gerçeğin algılanması" demektedir, dünyanın yalnızca şekil ve renkten ibaret olmadığını duygu ve anlamın da önemli olduğunu söylemektedir. Vygotsky, çocuğun sosyalleşmesinin sosyal çevre ile birlikte fiziksel çevre içindeki davranışlarla da oluştuğunu vurgular. Ona göre insanın bilişsel işlevi, biyolojik yapılanma üzerine kuruludur. Vygotsky'nin önemi, kendi başına bir kuram olmasında değil, değişik görüşleri bütünleştirmesinden kaynaklanmaktadır. Bruner oyunda yaratıcılığı ve esnekliği ilerletmenin önemi üzerinde durmuştur. Bruner (1972), oyun içindeki anlamların sonuçlarından daha önemli olduğunu bulmuştur. Ona göre, çocuklar oyun içerisinde yanlış yapmadıkları için amaçlarına ulaşırlar ve bu sayede çocuklar alışılmamış yeni birleşim içeren davranışları deneyebilirler. Ayrıca bu davranışları çocuklar gerçek yaşam problemlerini çözmek için de kullanabilirler. Bu da oyun yoluyla çocukların seçme hakkını artırarak rahat davranmalarını sağlamaktadır. Oyunun en önemli fonksiyonu, kişinin daha az riskli ortamlarda öğrenmesini sağlamak olarak görülmektedir (Öğretir, 2008, s. 94-100).

Oyunun Sınıflandırması

Oyun üzerine çalışan ve farklı kuramlar geliştiren birçok bilim insanı oyunu anlamaya ve farklı açılardan değerlendirmeye çalışmışlardır. Bu değerlendirme sürecinde oyunun doğası, biçimi, içeriği ve oynayan açısından değerlendirmeler yapılmıştır. Bilim insanlarının oyunu sınıflandırmasında bazı farklılıklar olmakla birlikte genel olarak benzer değerlendirmeler göze çarpmaktadır.

Alan yazın incelendiğinde, oyunla ilgili birçok sınıflamanın bulunduğu görülmektedir. Ancak yapılan sınıflamaların genellikle Roger Collois'in oyun sınıflamasını temel aldığı görülmektedir. Roger Collois oyunu şu şekilde sınıflandırmaktadır;

- Şans Oyunları: Oyuncu, bu grup oyunlarda enerji toplamak ve harcamak yerine, oyunun gidişini olurlarına bırakır. Kadere, talihe, rastlantıya dayanan oyunlardır. Fiziksel becerinin ve stratejinin önemi yoktur. Oyuncu kendi güçlerinden çok, başka güçlere inanır ve teslim olur. Örnek olarak, kağıt oyunları, zar oyunları, fal oyunları, rulet, tombala, kumar makineleri vs. verilebilir.
- Gösteri-Rol Oyunları: Bu tür oyunlarda oyuncular kendi kişiliklerinin dışında bir rol üstlenirler ve onu oynamaya çalışırlar. Oyuncu gerçekte olduğundan daha farklı bir dünyadadır. Kafasında hayali bir evren yaratır, ona benzemeye çalışır ve onu oynar. Taklit

ve gösteri öğelerini kapsayan seyirlik oyunlardır. Meddah, tiyatro, ortaoyunu, tuluat, opera, sinema vs. oyunları bu tür oyunlara örnektir.

- Macera-Heyecan Oyunları: İnsanın başını döndüren ve bu yoldan onu sevdiren, coşturan, heyecan veren, ona ürpertili zevk tattıran eğlenceleri kapsar. Sallanma, coşkunca dans etme, kayak, araba veya motor gibi araçlarla hız yapma, dağa tırmanma, havada dalış gibi hareketler, kişinin geçici olarak kaybolan bedeninin durağanlığını ve dengesini hissetme, korkaklığın üstesinden gelme ve kendine güven ihtiyacına cevap niteliği taşır.
- Mücadele-Yarışma Oyunları: Yarışma, çekişme, mücadele, savaşıma gerektiren oyunları kapsar. Sporda olduğu gibi motor aktivitelere ya da dama, satrançta olduğu gibi zeka gücüne dayanır. Oyuncu sadece kendine güvenir ve elinden gelenin en iyisini yapar. Şans ve tesadüf faktörü çok etkili değildir, sadece bazı oyunlarda etkenlerden birisidir (Hazar, 2000, s. 8)

Avedon ve Smith ise oyunun sınıflamasını üç grupta ele almış ve incelemişlerdir. Bu oyun türlerinin özellikleri ve çocuklar üzerindeki etkileri ise şöyledir (Akandere, 2013, s. 20);

- Fiziksel Beceri Oyunları: Bu oyunlarda fiziksel yetenekler söz konusudur. Oyun içindeki değişimler, rakip takımın avantaj ve dezavantajları, ani ve doğru karar verebilme oyunun sonucunu etkiler (Koşu oyunları, stafet yarışları vs.)
- Strateji Oyunları: Oyunun sonucu, oyuncunun oyun içerisindeki becerisine, zeka gücüne ve doğru karar vermesine bağlıdır (Satranç, dama vs.)
- Şans Oyunları: Oyunun gidişatı olurlarına bırakılır. Talih ve tesadüflere dayanır (Tombala, rulet vs.)

Oyunun Çocuk Gelişimine Katkıları

Her yaş grubunu cezbeden oyunlar özellikle çocukların gelişiminde önemli bir araçtır. Çocukların fiziksel, bilişsel, duyuşsal ve sosyal gelişimini destekleyen oyunlar, çocuk için doğal bir öğrenme ortamı olmanın yanı sıra çocuğun hoşlanarak, gönüllü olarak yaratma etkinliğini gerçekleştirdiği özgür bir ortam sunmaktadır (Kukul'dan akt. Gökçearslan ve Durakoğlu, 2014, s. 425).

Lieberman'a göre oyun (2009), çocuklar için temel motivasyon, keşfetme ve öğrenme aracıdır. Oyunlar doğal bir ihtiyaç ya da içsel itici bir güç olarak, yetenekleri ortaya çıkarmada ve

duyguları deneyimlemede birer pratik aracıdır. Oyun çocuğa, keşfetme, deneyimleme, olaylara yön verme-şekillendirme ve bilişsel süreçleri yapılandırma fırsatı sunar. Çocuğun, hayal gücü ve yaratıcılığını geliştirmede ve gelecekteki bilişsel, duygusal ve akademik başarısı için anahtar bir rol oynar.

Döllenmeden ölüme kadar gelişimsel süreç içerisinde meydana gelen değişimler belli alanlarda gözlenir. Bu alanlara gelişim alanları denir. Birey gelişim sürecinde fiziksel olarak değişir-gelişir (fiziksel alan), sosyal olarak değişir-gelişir (sosyal alan), duygusal olarak değişir-gelişir (duygusal alan), kişilik olarak değişir-gelişir(kişilik gelişimi alanı), törel olarak değişir-gelişir (ahlak ve vicdan gelişimi). İşte değişimin-gelişimin gözlemlendiği bu alanlara gelişim alanları denir (Eylen Özyurt, 2007, s. 5).

a. *Bilişsel Gelişime Etkisi*: Oyun çocuğun çevreyi özgürce keşfetmesini sağlar. Çocuğun keşfetmekten başka amacının olmadığı ve çocuğun sorunlara çözümler üretmek veya neden-sonuç ilişkisini belirlemek gibi amaçlarının olduğu kurallı oyunlar bilişsel gelişime katkı sağlar. Bilişsel ilerleme çocuğun temel bilgi dağarcığındaki gelişim olarak tanımlanır, nesneler ve insanlarla kazanılan deneyimlerin sonucunda meydana gelir. Birçok çalışma oyun deneyimi ile çocuğun bilişsel yeteneklerinin gelişimi arasındaki doğru orantıyı desteklemektedir. Bilişsel yetenekler; tanıma, sınıflama, sıralama, gözlemleme, ayırt etme, tahmin yürütme, sonuç çıkarma, karşılaştırma ve neden-sonuç ilişkisi kurabilme becerilerini kapsar (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2014, s. 9).

Çocuk oyun yoluyla büyüklük, şekil, renk, boyut, ağırlık, hacim, ölçme, sayma, zaman, mekân, uzaklık gibi pek çok kavramı öğrenebilir. Çocuk eşleştirme, sınıflandırma, sıralama, analiz, sentez ve problem çözme gibi birçok zihinsel işlemi oyun ile öğrenebilir (Mangır ve Aktaş'tan akt. Öztürk, 2007, s. 17).

b. *Psiko-motor Gelişime Etkisi*: Oyun aktivitelerinde motor tepkilerin denenmesi süratli, akıcı ve doğru motor becerilerin kazanılmasını sağlamaktadır. Oyun süresince çocuk, kendi bedeninin dünya üzerindeki etkisini ve kontrolünü öğrenmektedir. İnce motor beceriler ve el-göz koordinasyonu küçük objelerle oynaması yoluyla gelişirken, kaba motor oyununda çocuk daha büyük ve hareketli objeler üzerinde beceri edinebilmektedir. Bu yolla çocuğun kendi beden imajı ve yeteneklerine ilişkin olumlu özgüveni artmaktadır. Ayrıca oyun yoluyla çocuk, organlar arasında eşgüdüm ve denge sağlayarak, devinimlerinde esneklik ve çeviklik kazanabilir (Doğanay'dan akt. Pehlivan, 2012, s. 21).

c. *Sosyal Gelişime Etkisi:* Elkind'e göre (2011) oyun, çocuklara etkili toplumsal varlıklar olmaları için gereksinim duydukları kişilerarası becerilerin öğrenilmesine katkı sağlar. Çocuklar kurallı oyun oynayarak; oyunu planlarken karşılıklı fedakarlık yaparak, kuralları belirleyip yürüterek ve verdikleri sözleri tutarak insanlarla işbirliğini olanaklı kılan toplumsal kuralları anlamaya başlarlar. Bu anlayışın sonucu olarak, akran gurupları kendi kendilerini yönetebilir hale gelirler ve gurup üyeleri özerk demokratik ve ahlaki düşünmeye sahip bireylere dönüşürler.

Çocuk, oyunda aile bireylerinin görevlerini, sorumluluklarını, davranış biçimlerini öğrenebilir ve kendine uygun gördüklerini tekrarlayıp pekiştirebilir. Çocuk oyunda çeşitli meslek gruplarını taklit ederek, o rolün kurallarını öğrenebilir. Diğer insanlarla iletişim kurmayı, gözlem, işbirliği yapmayı öğrenebilir, yardımlaşma duygusunu geliştirebilir. Oyun yoluyla teşekkür etme, günaydın ve iyi geceler deme gibi sözel kuralları; ayrıca sıra bekleme, konuşan birini dinleme, trafik kurallarına uyma, telefon ile konuşma gibi kuralları da öğrenebilir. Doğru-yanlış, iyi-kötü, güzel-çirkin gibi ahlaki kavramları pekiştirebilir. Başkalarına saygı gösterme, verilen görevleri üstlenme, karar verip uygulayabilme, işbirliği yapma gibi toplumsal kuralları öğrenebilir (Mangır ve Aktaş'tan akt. Öztürk, 2007, s. 17).

d. *Duygusal Gelişime Etkisi:* Oyun çocuğun duygu düzenlemesi açısından mükemmel bir araçtır. Bu düzenleme işlevi ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişkiyi etkileyen sosyal oyun davranışı aracılığıyla bebeklerde bile belirgindir (Aksoy ve Dere Çiftçi, 2014, s. 9). Mutluluk, sevinç, acı, acıma, korku, kaygı, dostluk, düşmanlık, kin, nefret, sevgi, sevmeyi sevilme, güven duyma, bağımlılık, bağımsızlık, ayrılık gibi pek çok duygusal tepkiyi çocuk oyun yolu ile öğrenmektedir (Doğanay'dan akt. Pehlivan, 2012, s. 31).

Çocuk, gerçek yaşamda kendisini rahatsız eden durumları ve diğer insanlarla paylaşmadığı duygularını oyuna yansıtabilir ve oyun yolu ile ifade edebilir. Çocuk, aile yaşantısındaki olumsuz olayları, korkularını, arkadaşlarıyla iletişim kurma konusunda yaşadığı sıkıntıları oyuna yansıtabilir. Kendine göre bir çözüm yolu bulabilir ve bu şekilde kaygılarından kurtulabilir. Çocuk oyun sırasında birçok duygusal tepkiyi (mutluluk, sevinç, acıma, korku, kaygı, dostluk, düşmanlık, kin, sevgi, güven gibi) ve aynı zamanda bazı tepkilerini kontrol etmeyi öğrenebilir (Mangır ve Aktaş'tan akt. Öztürk, 2007, s. 17).

e. *Dil Gelişimine Etkisi:* Oyun, çocuğun sözlü olarak ifade edilenleri anlama yeteneğinin gelişimini sağlar. Çocuklar oyun içinde yeni sözcükler öğrenir. Oyundaki olaylar zamanla

öğrenilir, oyun süresince soru sorulur ve cevaplanır. Oyunda dil, zihinsel değerlendirmeler için kullanılır ve oyunda dille komut verilir. Oyunda dil, çocuğun duygularını ve düşüncelerini anlatır. Oyunla dil problemi olanların, bu problemleri çözümlenmeye çalışılır ve oyunla çocuğun sözcük dağarcığı gelişir, düzgün cümleler kurar, rahat konuşma alışkanlığı kazanır (Akandere, 2013, s. 17).

Çocuk oyunlarının çoğu dil kullanımını gerektirdiğinden oyunlar çocukların dil gelişimini desteklemektedir. Çocuklar oyunda yeni sözcükler öğrenebilmekte ve dil yoluyla birbirlerine bilgi aktarabilmektedirler (Mangır ve Aktaş'tan akt. Öztürk, 2007, s. 17).

3.4. Dijital Oyun

Dijital oyun kavramını açıklarken, geleneksel oyun ve dijital oyun arasındaki ilişkinin farklı açılardan ele alınması önemlidir. Gerek dijital oyunlar gerekse geleneksel oyunlar, oyunun tanımı ve temel yapısal özellikleri açısından bir farklılık göstermemektedirler. Farklılaşan temel öğeler, oynanan oyunların biçimsel ve içerik yönünden farklılaşmasıdır.

Geleneksel oyun; bireylerarası iletişim temelli, fizikselliğe ve yaratıcılığa dayanan oyunlardır. Postman'a göre çocuk, o anda bulunan yer ve araçları kullanarak eğlenmek amacıyla oynamaktadır. Dijital oyunlar; atari oyunları, bilgisayar oyunları, konsol oyunları, mobil oyunları ve farklı tüm türleri içermektedir. Bu bağlamda dijital oyun; yeni iletişim ortamının dijitallik, etkileşimlilik, sanallık, değişkenlik, modülerlik özelliklerini barındıran ve bu özellikleri oyun oynama edimine dahil eden bireysel iletişim ortamıdır. Bu ortamlar kendi içinde eski ya da geleneksel olarak nitelendirilen kavram ve özellikleri de içinde saklamakta ve barındırabilmektedir (Yengin, 2012, s. 107).

Dijital oyun, monitör, fare, klavye ya da joystick gibi arabirimlerin bilgisayar yazılımları ile etkileşiminin sağlandığı, kuralları ve amaçları olan sistemler bütünüdür (Günay'dan akt. Kaya, 2011, s.10). Dijital oyun, çeşitli teknolojilerle programlanan ve kullanıcılara görsel bir ortamla birlikte kullanıcı girişi yapmayı sağlayan oyunlardır (Çetin, 2013, s. 12). Çeşitli yazılımlarla programlanan ve çeşitli teknolojileri kullanan bu oyunlar, kullanılan teknolojiye göre dijital konsol oyunları, bilgisayar oyunları ve çevrimiçi (online) oyunlar olarak sınıflandırılmaktadırlar (Gökçearslan ve Durakoğlu, 2014, s. 427). Oyuncu tek başına (single

player) yapay zekaya karşı veya çoklu oyuncu modunda (multi player) birbirlerine karşı oynayabilirler (Bozkurt, 2014, s. 5).

Yeni iletişim ortamı olarak dijital oyun; bir okuma sisteminin göstergeler sistemi ile kodlanarak, sesler eklenerek, gerçeğin yeniden üretilerek aktarılmasıdır. Televizyon ve konsolun birlikteliği olarak tanımlanan video konsol sistemi, kullanıcıyı farklı bir konuma sürüklemektedir. Kullanıcıya aktif bir rol ortamı sağlayan dijital oyunlar, kullanıcı tarafından yönlendirilmektedir (Yengin, 2010, s. 3).

Teknolojideki gelişmelerle paralel olarak dijital oyunlar da gelişmiştir. Önceleri televizyonlara takılan oyun konsollarıyla çok yüksek olmayan grafik özelliklerine sahip oyunlar oynanırken, bilgisayarın gelişmesiyle bu konsolların yerini bilgisayarlar aldı. Bilgisayarlar evlerde yaygın olarak kullanılmaya başladıkça bilgisayar oyunları da evlere daha çok girmeye başladı (Kukul, 2013, s. 24).

“Video oyunları” kavramı çeşitli teknolojiler tarafından sağlanan bir takım dijital eğlence sistemlerini kapsıyor olmakla birlikte günümüzde yaygın olarak PC’ler, sabit oyun konsolları (örn: PlayStation) ve taşınabilir oyun konsolları (elde oynama imkânı sunan Game Boy, PSP gibi oyunlar) ile oynanan oyunlardır (Dolu, Büker ve Uludağ, 2010, s. 65).

Geleneksel oyunlarla dijital oyunlar, eğitsel işlev taşımaları noktasında ortaklaşırlar. Pek çok araştırma çocuğun gelişimi ve olgunlaşmasında oyunun işlevini dile getirir oyunun, yaratıcılık, duygusal gelişim, entelektüel gelişimi destekleyen etkili bir araç olduğunu ve oyunun çocuklara mutlu olma alışkanlığı kazandırdığını ileri sürer. Geleneksel oyunların, doğrudan ya da dolaylı olarak eğitsel işlevleri olması gibi, dijital oyunların da böyle bir işlevi vardır. Dijital oyunlar, türü ne olursa olsun, gündelik yaşam ilişkilerinin toplumsal, ekonomik, kültürel, tarihsel ve ideolojik yeniden üretim alanı olarak düşünüldüğünde bu eğitsel işlev daha çok belirginlik kazanır (Binark vd., 2009, s. 72).

“Dijital” kavramıyla ilgili literatürde yeni kavramların oluşmaya başlaması dikkat çekici bir diğer konudur. Bu kavramlardan en önemlileri “dijital yerli” ve “dijital göçmen” kavramlarıdır. Prensky (2001), günümüz teknolojisinin var olduğu dünyada doğmuş ve bilgisayar, video, video kameralar, cep telefonları ve internet gibi teknolojiler ile büyümüş ve bu teknolojileri ana dilini benimser gibi benimseyip öğrenmiş kişileri “dijital yerliler” olarak

tanımlamaktadır. Tarihsel zaman açısından bu teknolojilerle sonradan tanışmış ve yaşamına adapte etmeye çalışan kişileri ise “dijital göçmenler” olarak tanımlamaktadır.

Bozkurt’a göre (2014), günümüzde bilgisayar, internet, dijital oyunlar ve dijital çağın diğer araçlarıyla büyüyen nesil dijital yerliler (digital natives) olarak tanımlanmaktadır. Bu kişiler, net vatandaşları (netizens), milenyum nesli (millennial generation), gelecek nesil (generation next), net nesli (net generation), eko çocukları (echo boomers), Y nesli (generation Y) gibi isimlerle de anılan teknolojiyle doğmuş ve büyümüş, teknolojiyi günlük hayatlarının önemli bir parçası olarak kabul etmiş ve yeni teknolojik gelişmeleri çok çabuk bir şekilde içselleştirebilen nesillerdir ve genellikle dijital yerliler olarak tanımlanmaktadır. Dijital göçmenler ise teknolojiyi sonradan benimseyen veya teknolojiye sonradan maruz kalan kişiler olarak tanımlanmaktadır.

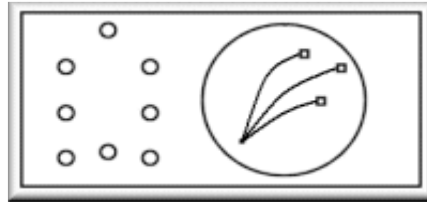
Her ne kadar temel yapısal özellikler açısından benzerlik gösterebilirler de dijital oyunlar ile geleneksel oyunları birbirlerinden ayıran birtakım farklılıklar vardır. Güneş (2012), geleneksel oyunlar ve dijital oyunlar arasındaki başlıca farkları altı başlık altında değerlendirmiştir. Bu değerlendirmeye göre:

- Geleneksel oyun çok çeşitli disiplinlerin ilgi alanına girerken, dijital oyunları inceleyen disiplinin adı Ludoloji”dir.
- Geleneksel oyunda rekabet ve gönüllülük esasına göre en az iki kişiden bahsedilirken, dijital oyunlarda ikinci kişinin yerini yapay zeka alabilmektedir.
- Geleneksel oyun fiziki alanda, dijital oyunlar ise fiziki gerçekliği bulunmayan sanal ortamlarda oynanabilmektedir.
- Geleneksel oyunlarda başarı oyunun sonunda ödüllendirilebilirken, dijital oyunlarda başarı oyun sürerken ödüllendirilebilmektedir.
- Geleneksel oyunlarda oyun öyküsü hazır ve bilinmekte iken, dijital oyunlarda oyun öyküsü oyuncu tarafından oluşturulabilir.
- Geleneksel oyunların aksine, dijital oyunların üretim süreçlerinde profesyonel yapılanmalar görülmektedir.

3.4.1. Dijital Oyunun Tarihsel Gelişimi

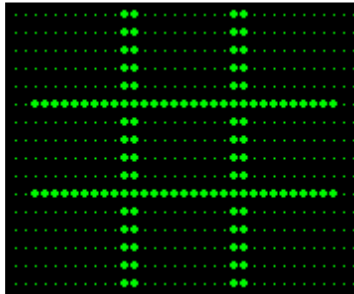
Adı, tipi ve süresi ne kadar değişirse değişsin oyunların hayatımız boyunca eğlence ihtiyacımızın önemli bir kısmını karşıladığı da tartışılmaz bir gerçektir. Bazen öldürücü bir silahı dahi oyun aracı olarak kullanan insanlık öncelikli olarak farklı amaçlar için geliştirilmiş elektronik cihazları da oyun araçlarına çevirmiştir (Yılmaz ve Çağıltay, 2015, s.1-2).

Dünyanın ilk video oyunu, Katot (elektron yayan eleman) Işın Tüpü Eğlence Devresi (Cathode Ray Tube Amusement Device) adlı oyundur. Bu oyun 1947 yılında Thomas Goldsmith ve Estle Ray Mann tarafından tasarlanmıştır. Eğlence cihazı, televizyon ya da monitöre video sinyali göndermeden kendi başına katot sistemiyle çalıştığı için video oyunu sayılmamaktadır (Yengin, 2012, s. 107).



Şekil 1. Katot ışın tüpü eğlence devresi (Pongmuseum, 2016)

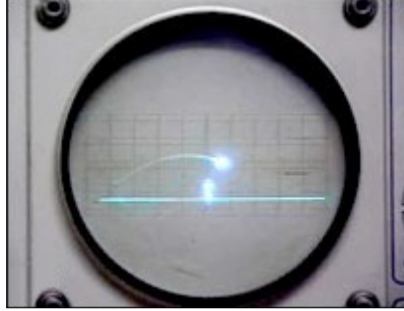
Cambridge Üniversitesi'nde “İnsan-Bilgisayar Etkileşimi” başlıklı Doktora tezi yazan A.S. Douglas yine katot ışın tüpünü kullanarak 35*16 pikselden oluşan EDSAL adı verilen vakum tüp bilgisayarını tasarlamıştır (1952). Tasarısını pekiştirmek için de Tic Tac Toe oyununu geliştirmiştir. Tic Tac Toe, OXO olarak tabir edilen ve makineye karşı oynanan bir oyun mantığına sahiptir. Bir veri sistemi ve programı mevcuttur (Yengin, 2010, s. 107).



Şekil 2. Tic Tac Toe oyunu ara yüzü (Pongmuseum, 2016)

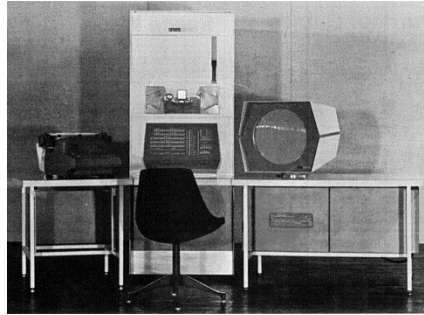
1958 yılında ise William Higinbotham tarafından Brokhaven Nükleer Araştırma Merkezinin ziyaretçilerini eğlendirmek amacıyla “Tennis for Two “ adlı oyun geliştirilmiştir. Ancak literatürde ilk etkileşimli elektronik oyunun, 1962 yılında Stephen Russell ve arkadaşlarının

Massachusetts Institute of Technology’de yapmış oldukları “Spacewar” olduğu kabul edilmektedir (Binark ve Bayraktutan Sütçü, 2008, s.5 2).



Şekil 3. İki Kişilik tenis oyunu -Tennis For Two (Pongmuseum, 2016)

Massachusetts Teknoloji Enstitüsü öğrencisi olan Martin Graetz, Stephen Russell ve Wayne Wiitanen vektör grafikli bir bilgisayar olan DEC PDP-1 de uzmanlaşırlar. 1961 yılında rastgele noktacıklar üreten program hata çözücü sayesinde yanıp sönen yıldızlar oluştururlar. Bu basit yıldızlar programcılığın ilk eseri olmuştur. Uzay Savaşı (Space War) adlı oyun ilk etkileşimli elektronik oyundur (Yengin, 2010, s. 109).



Şekil 4. Spacewar (Pongmuseum, 2016)

1962’de Stephen Russell’ın bir bilim-kurgu kombat oyunu olarak tasarladığı Space War, Nolan Bushnell tarafından arcade’e aktarmıştır. 1971’de geliştirdiği yeni oyunu Pong’un da başarı getirmesinin ardından, Ampex adına çalışan Bushnell iki mühendis ortağıyla beraber, Atari’yi kurmuştur. Atari, 1974 yılında piyasaya 10 bin adet Pong sürmüş, 90 bin adet de diğer üreticiler tarafından satılmıştır. Pong, ABD’de ün yakalayan tümüyle elektronik olma özelliğine sahip ilk oyundur. Bir çeşit elektronik masa tenisi oyunu olan Pong, 1.000 Dolar tutarındaki fiyatına rağmen göz ardı edilemeyecek bir başarı elde etmiştir (Doğu, 2006, s. 66).

Bilgisayar oyunlarının sayısal görsel biçim olarak yükselişinin iki yüzü vardır: Arcade’lerde ve diğer jeton ile çalıştırılan makinelerde sunulan kamusal eğlence türü ve de evde özel kullanıma yönelik tasarlanmış biçimi. İlk arcade’lerin ortaya çıkışından sonra, yarı-iletken üreticisi Intel’in 1971 yılında ‘çip üzerinde mikro-programlanabilir bilgisayar’ geliştirdiğini duyurmasının hemen ardından bu teknoloji ikinci tür olarak ev oyun konsollarına aktarılmıştır. Her iki tür de günümüze kadar mevcudiyetini birbirlerine paralel bir gelişim çizgisinde sürdürmüştür. Bunun nedeni olarak ilk zamanların rakipsiz firması olan Atari’nin her iki alan için üretim yapmasıyla başlattığı gelenek gösterilebilir. Bu noktada çizginin sürekliliğini bozan unsur kişisel bilgisayarlar (Personal Computer - PC) olmuştur. Ancak, bunlarda dahi yazılım boyutunda tamamlayıcı bir yapı oluşmuştur. Arcadeler’de oynanan oyunlar öncelikle ev konsollarına ve daha sonrasında PC’lere uyarlanmıştır. Günümüzde alışlagelmişin aksine ev konsollarının oyun salonlarına taşınması ise oyun endüstrisinin farklı bir ticari boyutu olarak düşünülebilir (Doğu, 2006, s. 67).

1980’ler video oyunları endüstrisinde büyük patlamanın yaşandığı ve bilgisayar oyunlarının yaklaştığı çağ olarak görülebilir. 1981, video oyunları tarihinde bekleyiş yılı olarak geçer. 1982 yılı, video oyunları konusunda kitapların yazıldığı, video oyunlarının bilgisayara uyarlamalarının yapıldığı, bu yeni türün eğlence sektöründeki yerinin belirlenmeye çalışıldığı dönemin başlangıcına tekabül etmektedir. O yıl içerisinde Time Magazine video oyunlarına kapağında yer ayırmıştır. Endüstrideki en büyük patlama video oyun konsollarında yaşanmıştır. 2 milyar Dolar tutarında donanım ve yazılım satan video konsolu üreticisi Atari’nin satışları her 9 ayda ikiye katlar hale gelmiştir. Aynı yıl içerisinde sadece ABD’de video oyunlarına 9 milyar Dolar harcama yapılmıştır. 6-16 yaş arası çocukları olan 35 milyon hanenin bulunduğu ABD’de 30 milyon oyun sistemi satılmıştır (Doğu, 2006, s. 70).

Dijital oyunların günümüz insanının yaşamında nasıl bir yer tuttuğu bazı verilerden yola çıkarak daha kolay anlaşılabilir. Bu verilerden bazıları şöyledir;

- Dünyada 1 milyarın üzerinde insan dijital oyun oynamaktadır.
- İnsanlar giderek daha küçük yaşta oyunla tanışmaktadırlar. (5-6 yaş)
- Angry Birds oyununu 450 milyondan fazla kişi indirdi
- 250 Milyondan fazla kişi Zynga’nın FarmVille, CityVille gibi oyunlarını oynamaktadır

- Xbox Kinect sadece 60 günde 8 milyon adet satarak Guinness Rekorlar kitabına en hızlı satılan elektronik ürün olarak girdi..
- 70 milyar dolarlık devasa bir sektör.
- Call of Duty : 24 saatte 223 milyon Euro'luk satış
- 30 yılda Sinema Sektörünü büyük farkla geçti
- Facebook % 80 oyun oynamak için kullanılmaktadır.
- Krizlerden en az etkilenen ve katma değeri çok yüksek sektör (<https://www.tbmm.gov.tr>)

3.4.2. Dijital Oyunun Sınıflandırması

Alan yazın incelendiğinde, dijital oyunlar çok çeşitli sınıflandırılmalara tabi tutulmuşlardır. Bu sınıflamalardan birini yapan Kukul'a göre dijital oyunlar (2013); oyunun amacına göre, oynanma şekline göre, oynayan kişi sayısına göre ve oynandığı ortama göre değişmektedir. Kullanılan teknoloji göz önüne alındığında ise dijital oyunlar; konsol oyunları, bilgisayar oyunları ve çevrimiçi (online) oyunlar olarak sınıflandırılabilir. Oyunu oynayan kişiler açısından değerlendirildiğinde ise tek kullanıcı (single player) ya da çok kullanıcı (multi player) oyunlar olarak değerlendirmek mümkündür.

Binark (2009), sanal uzamda oyun oynama eylemini dijital oyun olarak tanımlarken, teknolojik donanım ve ağ bağlantısına göre dijital oyun türlerinde şu şekilde bir sınıflama yapmaktadır;

- Konsol oyunları
- PC oyunları
- Çevrimiçi (online) oyunlar.

Ögel (2012), dijital oyun türlerini ve içeriklerini on farklı başlık altında değerlendirmiştir. Bu değerlendirmeye göre;

- Aksiyon oyunları; süratli ve ani oyunlardır. Örneğin; labirent oyunları, ateş edilen oyunlar, araba yarışları ve takip oyunları bu kategoridedir.
- Macera oyunları; bilinmeyen dünyada yolunu bulma, nesneleri toplama ve bulmacaları çözme oyunudur.

- Dövüş oyunları; hızlı ve atletik hareketlerin sergilendiği oyunlardır. Kuvvet ve bilek gücü ön planda olup kişinin egosunu tatmin etmeye yöneliktir ve bireyseldir. Büyük yaştaki ve psikolojik yönden kuvvetli olan kişilere hitap eder.
- Bilmece oyunları; çözülmesi gereken problemler içerir. Genellikle görseldir.
- Eğlence türü oyunlar; okey, tavla, kağıt oyunları. İnternet ortamında bir araya gelerek vakit geçirmeyi sağlar. Zihinsel beceri ve dikkat yeteneğinin gelişmesine katkıda bulunabilir.
- Rol-oyunama (RPG) oyunları; bu oyunlarda kendinizce belirlenen ve kendine has özellikleri olan roller (insan, peri, büyücü vb.) oynanır.
- Simülasyon oyunları; bir aracı kullanmak, uçurmak veya dünyalar kurmakla ilgili oyunlardır.
- Spor oyunları; sportif karşılaşma, yarışma türü oyunlardır. Müsabaka kazanma amacı taşır. Bilgisayara karşı, multiplayer ya da internette oynanabilir. Uluslararası kurallar geçerlidir. Her yaşa hitap edebilir. Çabukluk, hızlı düşünme ve karar verme yeteneğini geliştirir.
- Strateji oyunları; büyük bir şeylerin sorumluluğunu almak (örneğin bir ordu veya bir uygarlık) ve onu istediğiniz şekilde geliştirmekle ilgili oyunlardır. Bilgisayara karşı, multiplayer ya da internette oynanabilir.
- Görev içerikli aktivitesi yüksek oyunlar; askeri ve polisiye oyunlarıdır. Bir görev tamamlanmaya ve rakip etkisiz hale getirilmeye çalışılır. Bilgisayara karşı, multiplayer ya da internette oynanabilir.

3.4.3. Dijital Oyunun Özellikleri

Dijital oyunlar, birçok araştırmacı tarafından ele alınmış ve bu oyunlara farklı isimler verilmiştir. Literatürde en çok kullanılan isimler ise; video oyunları, bilgisayar oyunları, dijital oyunlar ve sanal oyunlar şeklindedir. Araştırmacılar bu oyunların özelliklerini farklı açılardan ele almış ve farklı tanımlamalar getirmişlerdir. Bu çalışmada “Dijital Oyun” kavramı kullanılması tercih edilmiştir. Bunun nedeni ise bu oyunların oynanış biçimleri ve oyun oynama araçlarının farklı olmasına rağmen, ortak yönlerinin “dijital” kavramında birleşmesidir. Yengine göre (2010), dijital oyunlar; atari oyunlarını, bilgisayar oyunlarını, konsol oyunlarını, mobil oyunlarını ve tüm türleri içermektedir. Araştırmacılar dijital oyunları farklı açılardan incelemiş ve bu inceleme açılarına göre dijital oyunların özelliklerini tanımlamışlardır. Bu tanımlamalardan bazıları şöyledir;

Prensky (2001), kapsamlı bir tanım yapmış ve oyunların, on iki unsurun bir araya gelerek oluştuğunu söylemiştir. Bu on iki unsur şunlardır;

1. Oyunlar eğlendiricidir ve zevk verir.
2. Oyunlar sürükleyicidir ve tutkuyla bağlanmayı sağlar.
3. Oyunların kuralları vardır. Kurallar oyunun yapısını oluşturur.
4. Oyunların motive edici amaçları vardır.
5. Oyunlar etkileşimlidir ve oyuncunun aktif katılımını sağlar.
6. Oyunların zorluğu oyuncunun başarısına göre ayarlanabilir. Bu durum, oyuncuları oyunda tutar.
7. Oyunların çıktıları ve dönütleri vardır. Oyuncular bu sonuçlar sayesinde öğrenirler.
8. Oyunlarda oyuncunun galip gelerek egosunu tatmin edebileceği durumlar vardır.
9. Oyunlarda mücadele, yarış, meydan okuma ve rekabet vardır. Bu durum oyunculara heyecan verir.
10. Oyunlarda çözülmesi gereken problemler vardır. Bu, oyuncuların yaratıcılığını geliştirir.
11. Oyunlarda oyuncular arası etkileşim vardır. Sosyal gruplar oluşmasını sağlar.
12. Oyunların sundukları hikâyeler vardır. Oyuncular hikâyenin bir parçası olarak hikâyedeki duyguları yaşarlar.

Prensky, on iki özellikten altı tanesini, oyunları eğlenceli kılan özellikler olarak tanımlarken diğer altısını temel yapısal özellikler olarak tanımlamaktadır. Bir oyunda mutlaka bulunması gereken altı temel unsur şunlardır:

Kurallar: Oyunların diğer eğlence türlerinden farkı çeşitli kurallarının bulunmasıdır. Düzenlenmiş kuralları olmayan bir eğlenceyi, oyun olarak tarif etmek mümkün değildir. Kurallar oyunları tüm oyuncular için adil ve heyecan verici yapmalıdır.

Oyunda kaç oyuncunun olacağı, oyuncuların rolleri, geribildirimler, oyun düzeyleri arasındaki geçişler, oyuncunun davranışlarına göre oyun içerisinde ilerlemenin ne şekilde gerçekleşeceği, oyunun zorluk düzeyi, bunların oyuncuya sunulması ve hikâye ile bağdaştırılması gibi konular oyun kuralları ile belirlenir.

Hedefler ve Amaçlar: Amacı olan bir oyunda hedefe ulaşmak motivasyonu büyük miktarda artırır. Oyunlarda hedefler “yüksek skor elde etmek”, “bayrak kazanmak”, “sona ulaşmak” gibi olabilmektedir ve bu hedefler oyunun kurallarıyla doğrudan ilişkilidir. Hedefe ulaşmak

bazen sıkıcı olsa veya oyuncularını zorlasa da oyuncunun kapasitesini ortaya çıkarmak üzere ona baskı kurduğu ve kazanmaya ittiği için oldukça önemlidir.

Çıktılar ve Geribildirimler: Hedefe ne kadar ulaşıldığının ölçülmesi, kazanma ya da kaybetme bildirimlerinin verilmesi bakımından geribildirimler oyuncular için önemlidir. Bildirimler çok çeşitli formlarda olabilir ama temel özellikleri “anında” dönüt vermeleridir.

Geribildirimler, oyuncuya oyun anında yaptıkları aktivitelerin başarıya ulaştıran aktivite olup olmadığıyla ilgili anında bilgi verdikleri için oyuncunun stratejisini gözden geçirmesini, gerekiyorsa farklı bir strateji denemesini sağlayarak oyun içinde öğrenmeyi kolaylaştırır.

Çatışma/yarışma/mezdan okuma/rekabet: İnsan olma doğası gereği, rekabet bulunduran ortamlarda birey, rakiplerinin önüne geçerek en başarılı olma eğilimindedir. Bu durum, oyuncuya kendi karakteriyle özdeşleşerek oyunda da başarılı olma isteği kazandırır. Genel oyunlar bir problem çözme etkinliği olarak düşünüldüğünde, oyuncunun o problemi çözmek için bazen bilgisayara karşı bazen de diğer oyunculara karşı mücadele etmesi, mezdan okuması, rakipleriyle çatışması gerekir.

Etkileşim: Etkileşimin, geribildirimler yoluyla oyun ve oyuncu arasındaki etkileşim ve oyuncunun diğer oyuncularla sosyal ortamdaki etkileşimi olmak üzere iki boyutu vardır. Bilgisayara karşı oynanan oyunların bazılarında da yapay zekâ algoritmaları sayesinde, bilgisayarın insana daha yakın düşünerek seçimler yapmasının sağlanabilmesi, gün geçtikçe daha iyi durumlara gelmektedir.

Hikâye: Bir oyunun ne hakkında olduğuyla ilgilidir. Örneğin, satranç rekabet, tetris doku inşa etme, The Age of Empires savaş stratejisiyle ilgilidir. Oyunun hikâyesinin oyuncuya çoğunlukla oyunun başında bildirilmesi gerekmektedir. Bu bildirim genellikle oyunun hedefleriyle beraber sunulur. Hedefleri çok açık olan satranç gibi oyunlarda hikâyeyi sunmaya gerek olmayabilir.

3.5. Bağımlılık

Dijital oyun bağımlılığının, kavramsal çerçevesinin oluşturulabilmesi için bağımlılık ve oyun kavramlarının bir bütün halinde ele alınması gerekmektedir. Alanyazında tanımı yapılmaya çalışılan değişik bağımlılık türlerinin temel özellikleri dikkate alındığında hemen hepsinin

kavramsal olarak “*madde bağımlılığı*” tanımından yola çıkarak bir tanımlama yapmaya çalıştıkları görülmektedir.

TDK bağımlılığı, “Bağımlı olma durumu, tabiiyet: *Bağımlılık bir süre mutlu eder, sonra alışkanlık olur, sonra baskıya dönüşür*” olarak tanımlamaktadır (<http://www.tdk.gov.tr>).

Eysenck’e göre bağımlılık (1997), bireyin normal dışı ve zararlı sonuçları olabilecek bazı davranış tiplerine yatkınlığını ifade eden bir kavramdır. Bu davranış tipleri alkol ve uyuşturucu madde kullanımı olabileceği gibi seks, spor, seyahat veya iş olabilir.

Çakır ve diğerlerine göre bağımlılık (2013), başka yollarla alınamayacak his ve tatmin edici duyguların kişiye sunulmasıdır. Bağımlılık acı, rahatsızlık ve belirsizlik duygularını engelleyen, kişinin üstesinden gelmekte zorlandığı durumların unutulmasını ya da kendisini iyi hissetmesini sağlayan, yapay ya da geçici güvenlik hissi yaratan bir durumdur.

Yeltepe Ercan (2013) bağımlılığı, biyo-psiko-sosyal, kronik ve tekrarlayan bir hastalık olarak tanımlamaktadır. Bağımlılığın nedenlerini psikolojik, biyolojik ve sosyal sebeplere bağlayan bu tanımlama, bu üç yaşam alanının aynı zamanda bağımlılık hastalığından etkilenen alanlar olduğunu ileri sürmektedir. Yeltepe Ercan, alkol ve uyuşturucuların vücuda alınması ile oluşan biyolojik bağımlılıkların yanında insanı davranışsal boyutta çok zorlayan, aşırı ve riskli bir şekilde kumar oynama, internet, televizyon, cep telefonları, video oyunları gibi teknolojik ürünlerin yarattığı ve bireylerin çalışma, sosyal ve aile hayatını olumsuz yönde etkileyen bir çok bağımlılık türü olduğunu ifade etmektedir.

Bağımlılık kavramı geçmiş yıllarda alkol, madde ve nikotin gibi maddelerle birlikte kullanılmıştır. Son yıllarda beyin ve beyinin işlevi üzerine yapılan çalışmalarda birçok davranışın kimyasal bağımlılığa yol açtığı bulunmuştur. Bu sebeple bağımlılık, madde bağımlılığı ve süreç bağımlılıkları olmak üzere iki guruba ayrılır. Son zamanlara kadar davranış ya da aktivite bağımlılığı olarak ta bilinen bağımlılığın ikinci ana alanı olan süreç bağımlılığı çok fazla ilgi çekmemiştir. Süreç bağımlılıkları madde bağımlılığıyla paralellikler gösterse de madde kullanımını içermez. Süreç bağımlılığını anlamak için bağımlı olunan davranış ya da aktivitenin, madde bağımlılığında maddenin yaptığı gibi, zihinsel acıya karşı bir madde gibi kullanıldığını anlamak önemlidir (Khantzain’den akt. Yeltepe Ercan, 2013, s. 10-11).

Ercan (2011), kişinin bir kereden fazla kullandığı maddeyi bırakmak istemesine rağmen bırakamaması, bunun aksine madde kullanım sıklığının ve dozunun giderek arttığı, maddenin bulunmadığı durumlarda birtakım yoksunluk belirtilerinin yaşandığı ve bütün bunlara rağmen madde kullanımının devam ettirilmesinde ısrarlı olunması durumunu yaşayan bireyleri “bağımlı” olarak ifade ederken, bu sürecin tamamını “bağımlılık” olarak tanımlamaktadır.

Yapılan alan yazın incelemesinde bağımlılığın, bilim insanları tarafından temelde iki başlık altında ele alındığı görülmektedir. Belirtileri ve sonuçları açısından benzerlik gösteren bu bağımlılık türleri temelde “Madde Bağımlılığı” ve “Süreç-Davranış Bağımlılığı” olarak iki başlık altında değerlendirilmektedir.

3.5.1. Madde Bağımlılığı

Madde bağımlılığı, keyif verici bir maddenin belirgin bir etkiyi elde etmek için alınması sürecinde ortaya çıkan bedensel, ruhsal ya da sosyal sorunlara rağmen madde alımının devam etmesi, maddeyi alma isteğinin durdurulamaması ve madde alınmadığı zaman yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması durumudur. Yani bağımlılık geliştiğinde o madde kişinin ruhsal ve bedensel bir ihtiyacı haline gelir. Bu durumda bağımlılık gelişmesi için;

- Madde ile bir şekilde karşılaşma, madde ile tanışma gerekir.
- Madde alımının sürdüğü zaman içinde beyin hücrelerinde belli bir uyum oluşması nedeni ile bu hücrelerin işlevlerinde değişimler ortaya çıkar. Yani karşılaşma ve değişim sonucu bağımlılık gelişir (Arıkan, 2012, s. 243).

Bu maddelerin kullanımı beyindeki normal algı, duygu ve motivasyon süreçlerini etkilemektedir. Nöroloji araştırmaları, madde bağımlılığının biyolojik ve genetik temeli olan, kronik, tekrarlayan bir bozukluk olduğunu göstermektedir (Yeltepe Ercan, 2013, s. 6).

Bağımlılıkla ilgili yapılan araştırmalarda bağımlılık yapan bütün maddelerin doğrudan ya da dolaylı olarak beynin zevk faaliyetlerini harekete geçirdikleri gözlenmiştir. Yemek yemek susuzluğumuzu gidermek ya da sevişmek gibi güzel şeyler yaşadığımızda beynimiz dopamin salgılar ve biz bu sayede kendimizi sıcak, sakın ve mutlu hissederiz. Bir süre sonra dopamin miktarı normale döner ve hayatımızın normal seyrine devam eder, yaşadığımız zevkin tekrarını bekleriz çünkü yaşadığımız bu güzel deneyim beyin içinde zevk, duygu ve hafıza gibi nosyonların anahtar merkezi olan limbik sistemde hafızaya kaydedilir (Yeltepe Ercan, s. 8).

Dopamin, merkezi sinir sisteminin hormon düzenlemesinde önemli rol oynayan bir kimyasaldır. Depresyonda olan kişinin beyinde serotoninle birlikte dopamin salgılaması da azalmaktadır. Haz duygusu ile ilgili olan dopamin ve mutluluk duygusu ile ilgili olan serotonin arasında yatay bir ilişki vardır. Dopamin eksikliği aslında ödül eksikliği anlamına gelir. Normal şartlarda beyin sabit seviyede dopamin üretir, dopamin alıcılarının (reseptör) sadece bir bölümü devreye girer. Madde kullananlarda ise beyinde dopamin üretimi büyük ölçüde artar ve alıcıların tümü devreye girer. Bağımlılarda bu kimyasalın beyinde üretimi ileri derecede artar. Kişi maddeyi aldığı anda kendisini çok zinde hissederek ve beyin burada yanılır. Bu yanılmaya karşı kendisini korumaya alan beyin, alıcı sayısını azaltır. Böylece kullanıcının ruh durumu, maddeyi almadan önceki ruh durumuna göre daha kötü olur ve bağımlılığa neden olan geribildirim başlar. Dopamin alıcıları sürekli devreden çıktığından dolayı madde kullanıcıları aynı etkiyi yakalamak için sürekli dozu arttırırlar (tolerans gelişimi), böylece bağımlılığın ilk adımı atılmış olur (Tarhan ve Nurmedov, 2011, s. 22-23).

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA), “Mental Bozuklukların Tanısı ve İstatistik El Kitabı IV” te (DSM-IV-TR), bağımlılığın klinik teşhisinin konulabilmesi için yedi maddelik bir bağımlılık kriter listesi belirlemiştir ve bir kişinin bağımlı sayılabilmesi için son 12 ay içerisinde bu yedi kriterden en az üç ve daha fazlasının belirtilerini sergilemesi gerekmektedir. Bu kriterler şu şekilde ifade edilmektedir;

1. Tolerans; kullanıcının aynı miktarda alkol ya da madde alması durumunda giderek etkinin azalması ya da istenilen etkiyi sağlamak için artan miktarlarda madde alma gereği hissetmedir.
2. Yoksunluk belirtileri; alkol ya da madde kullanmaya son verildiğinde fiziksel ya da psikolojik bulguların ortaya çıkması ya da bu bulgular ortaya çıkmasın diye aynı maddenin alınmasına devam etmektir.
3. Aşırı tüketim; madde sıklıkla planlanan dozdan daha fazla ya da daha uzun süre kullanılır.
4. Kontrol kaybı; madde kullanımını kontrol etmek ya da bırakmak için istek ve başarısızlıkla sonuçlanmış çaba söz konusudur.
5. Sürekli madde temini ile meşgul olmak; alkol ya da madde kullanmak ya da elde etmek için aşırı zaman harcamak.
6. Madde kullanım sebebiyle sosyal, ailevi ve iş ile ilgili sorumluluklarını aksatmak.

7. Devam eden ya da tekrarlayan fizyolojik ve psikolojik problemin varlığına rağmen bağımlılık yapıcı maddenin kullanımına devam etmek.

Dünya Sağlık Örgütü'nün (World Health Organization, WHO) “Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması” (International Classification of Diseases-10, ICD-10) sistemine göre de bağımlılığın klinik tanısının konulabilmesi için altı belirtiden üç ve daha fazlasının (5 ve 6 birlikte tek bir belirti) hep birlikte bir ay içinde görülmesi, eğer bir aydan kısa bir süre ise, 12 aylık periyotta tekrarlama gerekmektedir (Köroğlu, 2005, s. 96).

3.5.2. Süreç Bağımlılığı-Davranışsal Bağımlılık

Bağımlılık kavramı geçmiş yıllarda genellikle alkol, madde ve nikotin gibi maddelerle birlikte kullanılmıştır. Son yıllarda beyin ve beyin işlevi üzerine yapılan çalışmalarda birçok davranışın kimyasal bağımlılığa yol açtığı görülmüştür. Bu sebeple bağımlılık, madde bağımlılığı ve süreç bağımlılıkları olmak üzere iki gruba ayrılır. Süreç bağımlılıkları madde bağımlılıklarıyla paralellikler gösterse de madde kullanımını içermez. Süreç bağımlılığını anlamak için bağımlı olunan davranış ya da aktivitenin, madde bağımlılığında maddenin yaptığı gibi, zihinsel acıya karşı bir çare gibi kullanıldığını anlamak önemlidir (Khantzian'dan akt. Yeltepe-Ercan, 2013, s. 11).

Yapılan araştırmalarda içki ve sigara bağımlılığı dışında kumar, alışveriş, spor, siber seks ve teknolojinin de beyinde bağımlılık oluşturduğuna dair veriler bulunmuştur (Tarhan ve Nurmedov, 2011, s. 21). Davranışsal bağımlılıklar da tıpkı alkol-madde bağımlılıklarında olduğu gibi bağımlılığın ana bileşenleri olan fiziksel ve psikolojik bağımlılık belirtilerini (zihinsel meşguliyet, duygu durum değişkenliği, tolerans, yoksunluk, kişilerarası çatışma ve tekrarlama [relaps]) gösterirler (Arısoy, 2009, s. 58).

Çay, kahve, sigara, çikolata, uyuşturucu maddeler, alkol gibi maddelere bağımlılık genel olarak madde bağımlılığı kavramı altında incelenmektedir. Bir davranışa bağımlılık ise, belirli bir davranışın, normal dışı düzen ve sıklıkla sergilenmesi sonucu bireyin bedensel, psikolojik ve toplumsal yapı ve işlevlerinde dengesini yitirmesi, düzeninin bozulması ve ortama uyum sağlayamaması şeklinde tanımlanabilecek bağımlılık türüdür (Karaman ve Kurtoğlu, 2009, s.11-13).

Hem alkol, sigara gibi madde bağımlılığında hem de yeme, seks, internet gibi davranış bağımlılıklarında davranış ya da eylemi kontrol edememe ve olumsuz sonuçlarına rağmen davranış ya da eylemin süreklilik arz etmesi bağımlılık kavramı için ortak özellikler olarak gösterilebilir (Henderson'dan akt. Günüş, 2009, s. 112).

Davranış bağımlılıklarını da içine alacak şekilde yeniden tanımlayacak olursak bağımlılık, bir kişinin bağımlı olduğı nesne ya da davranıştan uzak kalamaması ve bu nesneye ulaşamadığında yoksunluk belirtileri göstermesi ve arama davranışı içine girmesi olarak tanımlanabilir. Hayatta her nesne bağımlılığa yol açabilir. Alkol ve uyuşturucuların vücuda alınması ile oluşan biyolojik bağımlılıkların yanında insanı davranışsal boyutta çok zorlayan, aşırı ve riskli bir şekilde kumar oynama, internet, televizyon, cep telefonları, video oyunları gibi teknolojik ürünler, egzersiz yapmak, iş ve bazı insanlar bile alkol ve madde bağımlılıklarında olduğı gibi temelinde benzer biyolojik mekanizmaların yattığı düşünölen davranışsal bir bağımlılığa doğru sürükleyebilir (Yeltepe-Ercan, 2013, s. 12).

Griffiths'e (1999) göre davranış tabanlı bağımlılıkların tanı ölçütleri şunlardır:

Belirginlik (Salience): Belirli bir eylem, kişinin yaşamında en önemli şey haline geldiğinde oluşur. Bu durum kişinin düşöncelerine, duygularına ve davranışlarına hakim olur. Örneğın, internet kullanıcıları internette değılken bile bir sonraki internet kullanacakları zamanı düşünörlö.

Durum Değışimi (Mood Modification): Bu durum, belirli bir etkinlik ile uğraşma sonucu kişinin belirttiğı öznel deneyimleriyle ilgili olup, bir baş etme stratejisi olarak görölebilir. Örneğın, birey internete bağlandığında kişide bir canlanmanın oluşması.

Tolerans Gelişimi (Tolerance): Öncekilere benzer etkinin oluşması için, belirli eylemin miktarının arttırılma sürecidir. Örneğın, bir internet kullanıcısının başlangıçta daha az sürede yaşadığı ruh haline erişebilmesi için internette geçirdiğı zamanı arttırması gerekmesi.

Geri Çekilme (Withdrawal Symptoms): Bunlar belirli bir eylem devam etmediğinde ya da aniden kesildiğinde ortaya çıkan hoş olmayan duygular ya da fiziksel etkilerdir. Örneğın, bir internet kullanıcısının internete girmesi engellendiğinde, kişide titreme, huysuzluk ve sinirlilik hallerinin oluşması.

Çatışma (Conflict): Bağımlı kişiler ile çevresindekiler arasındaki iş, sosyal yaşam, hobi ve ilgiler ile ilgili çatışmaları ya da kişinin kendi iç çatışmalarını kapsar.

Nüksetme (Relapse): Belirli bir etkinliğin daha önceki örüntüleriyle tekrar oluşması e iğlimi olup, yıllar süren kaçınma ya da kontrolden sonra tekrar bağımlılığın en uç düzeyine dönülmesidir.

Madde bağımlılığı tanı kriterlerinden yola çıkarak yapılan süreç-davranış bağımlılığı tanı kriterlerinin nasıl bir sistematik aşama takip ettiğini anlayabilmek için çeşitli süreç-davranış bağımlılığı tanı kriterleri sırası ile verilecektir. Bu sıralamaya göre her süreç-davranış bağımlılığı tanı kriteri kendisinden önceki süreç-tanı kriterlerini esas alarak geliştirilmiştir.

Patolojik Kumar Oynama kriterleri de DSM-IV-TR'de şu şekilde yer almaktadır;

1. Kumar oynama üzerine aşırı kafa yorar (ör. geçmişteki kumar oynama yaşantılarını yeniden yaşamak, bir sonraki oyunu engellemek ya da tasarlamak ya da kumar oynamak üzere para sağlamanın yollarını düşünmek)
2. İsteddiği heyecanı duymak için giderek artan miktarlarda parayla kumar oynama gereksinimi duyar
3. Birçok kez başarısız, kumar oynamayı kontrol altına alma, azaltma ya da bırakma çabası olmuştur
4. Kumar oynamayı azaltma ya da bırakma girişimlerinde bulunurken huzursuz ya da irtibatlıdır
5. Sorunlardan kaçmak için ya da disforik bir duygu durumdan (örn. çaresizlik, suçluluk, anksiyete, depresyon duyguları) kurtulmak için kumar oynar
6. Parayla kumar oynayıp kaybetmesinin ardından bir başka gün kaybettiklerini yerine koymak için çoğu kez geri gelir (kişinin kaybettiklerini kovalaması)
7. Ne denli kumar oynadığını saklamak için aile üyelerine, terapistine ya da başkalarına yalan söyler
8. Kumar oynamak için gereken parayı sağlamak üzere, sahtekarlık, dolandırıcılık, hırsızlık, zimmetine para geçirme gibi yasa dışı eylemlerde bulunur
9. Kumar oynama yüzünden önemli bir ilişkisini, işini ya da eğitimiyle ya da mesleğinde başarı kazanması ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atar ya da kaybeder

10. Kumar oynama nedeniyle içine düştüğü korkunç parasal durumdan kurtulmak için para sağlamak üzere başkalarına güvenir (Duvarcı, 1998, s. 65).

Bu davranış bağımlılıklarının yanında pozitif davranış bağımlılığı olarak değerlendirilen bir diğer davranış bağımlılığı ise “egzersiz bağımlılığı”dır. Egzersiz bağımlılığının tanısı için DSM-IV’te yer alan madde bağımlılığı ölçütlerinden hareket eden Veale, bu kriterleri egzersiz bağımlılığı için geliştirmiştir. 12 aylık bir dönem içinde aşağıdaki belirtilerden en az 3 tanesinin bulunması ve klinik olarak bir sıkıntıya ve bozulmaya yol açmasıdır. Bu durumda tanı için geçerli ölçütler şunlardır:

1. Tolerans: istenilen etkiye ulaşmak için egzersiz miktarının artırılması ya da aynı miktarda egzersiz yapmaya devam etme sonucunda etkilerin azalması.
2. Egzersizin Kesilmesi Etkileri: egzersiz yapamama sonucunda ortaya çıkan egzersizin kesilmesi semptom karakteristikleri [örn. endişe, yorgunluk] ya da egzersizin kesilmesi semptomlarından sakınmak ve rahatlama sağlamak için aynı miktarda [ya da buna yakın] egzersiz yapılması.
3. Niyet Etkisi: egzersiz sıklıkla düşünülenenden daha fazla miktarda ya da daha uzun süre de yapılır.
4. Kontrol Kaybı: şiddetli egzersiz yapma isteği ya da egzersizi kontrol etme ya da bırakma isteğinde başarısızlık.
5. Zaman: egzersiz yapmak için çok fazla zaman harcama.
6. Diğer Aktiviteleri Azaltma: egzersiz yapabilmek için sosyal, işle ilgili ya da rekreatif aktiviteleri azaltmak ya da terk etmek.
7. Devamlılık: fiziksel ya da fizyolojik olarak devam eden bir problemin varlığından haberdar olmaya rağmen egzersize devam etme [sakatlığa rağmen koşmaya devam etmek gibi] (Vardar, 2012, s. 170).

3.5.3. Teknoloji Bağımlılığı

“Teknolojik bağımlılıklar işevuruk olarak, insan-makine etkileşimini içeren ve kimyasal olmayan (davranışsal) bağımlılıklar olarak tanımlanır. Bu bağımlılıklar pasif (örneğin, televizyon) ya da aktif (örneğin, bilgisayar oyunları) olabilir. Etkileşim genellikle, neden olan ya da pekiştiren özellikleri (örneğin, ses efektleri, renk efektleri, olay sıklığı vb.) içermekte ve bu özellikler bağımlılık eğilimini artırabilmektedir. Griffiths, teknolojik bağımlılığını,

davranışsal bağımlılıkların bir alt grubu olarak görmüştür (Cengizhan, 2005, s. 92). Davranışsal bağımlılıklar da alkol-madde bağımlılıklarında olduğu gibi bağımlılığın ana bileşenleri olan fiziksel ve psikolojik bağımlılığın zihinsel meşguliyet, duygudurum değişkenliği, tolerans, yoksunluk, kişilerarası çatışma ve tekrarlama (relaps) özelliklerini gösterirler. Bu altı ölçüte uyan davranış “bağımlılık” olarak tanımlanmaktadır (Arısoy, 2009, s. 58).

Bilişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler sonucunda bilgi, ürün, hizmet, iletişim ve eğlenceye sınırsız erişimi olası hale gelmiş, bu olanaklar da birçok yeni sosyal ve psikolojik olgunun ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bilgisayar, internet ve video oyunu bağımlılıkları bu olgular arasında önemli bir yer tutmaktadır. Son yıllarda çok sayıda araştırmaya konu olan bu yeni bağımlılık türleri ‘davranışa bağlı olarak gelişen teknoloji bağımlılıkları’ olarak ele alınmaktadır (Demirtaş Madran vd., 2017, s. 105).

Dijital dünyanın, dijital teknolojinin, cep telefonu, dijital TV, bilgisayar oyunları ve internetin, çocukların günlük yaşam düzenine girdiği çocuğun bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimini etkilediği konusunda artık şüphe yoktur (Tüzün, 2002, s. 46-50). Uzun süre teknoloji kullanımı, teknoloji ile ilgili çeşitli bağımlılık türlerini gündeme getirmiştir. İnternet bağımlılığı, oyun bağımlılığı, mobil telefon ve teknoloji bağımlılığı son zamanlarda sıklıkla karşımıza çıkmaktadır (Gökçearslan ve Durakoğlu, 2014, s. 427).

Bilgisayar, internet ve oyun evden işe, eğlenceden günlük hayata ve paylaşıma, eğitimden boş zamanı değerlendirmeye kadar kısacası insan hayatının her alanında yer almaktadır. Bu kullanımların önemli bir bölümünü eğlence ve boş zamanları değerlendirmenin oluşturduğu gözlenmektedir. Sanal ortamlardaki eğlence denildiğinde bilgisayar, internet ve oyun üçlüsünü birbirinden ayırt etmek oldukça zordur. Ancak günümüzde eğlence ve boş zamanları değerlendirme anlamında oyun oynama çocuklar, ergenler ve yetişkinler için sıklıkla başvurulmuş bir etkinlik haline gelmiştir. Çalışan yetişkinler dahi iş yerlerinde verdikleri kısa molalarda, ergen ve çocuklar okullarda ders aralarında bilgisayar ya da ders bitiminde oynayacakları bilgisayar oyununun (dijital oyun) planını yapabilmektedirler (Horzum vd., 2008, s. 8).

Ölçülü kullanılmayan bilgisayar ve internet zamanla bağımlılık yapmaktadır. Bilgisayar ve internet bağımlıları bilgisayar karşısında zaman kavramını yitirmektedirler. Yemeği, uyumayı,

okula gitmeyi, kısaca temel sorumluluklarını bilgisayar ile aralarında bir engel gibi görebilirler ve bunları yerine getirmeyi erteleyebilir ya da unutabilirler. Önce aile ile başlayan ilişkilerde kopma süreci daha sonra da çevreyle kopma noktasında devam etmektedir (Durmuş, 2007, s. 82).

İnternet bağımlılığı tanımını ilk ortaya atan ve ilk tanı ölçütlerini oluşturan Young'a göre internet tıpkı kumar gibi bağımlılık yaratmaktadır ve internet bağımlıları çeşitli dürtü kontrol bozukluğu belirtileri göstermektedir. Ancak DSM IV'te tanımlanan bağımlılık ölçütleri sadece kimyasal maddeler için belirlendiğinden ve davranışsal bağımlılıkları içermediğinden ve kimyasal olmayan davranışsal bağımlılıklar DSM IV'te "dürtü kontrol bozuklukları" olarak değerlendirildiğinden; Young, herhangi bir madde kötüye kullanımını içermeyen internet bağımlılığına en yakın bozukluğun DSM IV'te dürtü kontrol bozuklukları başlığı altında yer alan "patolojik kumar oynama" olduğu kanaatine varmıştır (Arisoy, 2009, s. 62).

Young'un internet bağımlılığı tanı ölçütleri şöyledir;

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma vb.)
2. İstenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı duyma (tolerans gelişimi)
3. İnterneti kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız denemeler
4. İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, kızgınlık hissi ve yakın çevresi ile çatışma
5. Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma
6. Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşama, eğitim ve iş gibi aktivitelerin aksaması
7. Başkalarına (aile, arkadaşlar, terapist, vb.) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme
8. İnterneti problemlerden kaçmak veya olumsuz duygulardan (ör: çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı) uzaklaşmak için kullanma (Young, 2004, s. 410).

3.5.4. Dijital Oyun Bağımlılığı

Video oyunu oynama ile ilgili uyumsuz ve inatçı davranış olarak tanımlanan oyun bağımlılığı bir tür teknoloji bağımlılığı türü olarak kabul edilmekle birlikte internet bağımlılığı alt kategorisinde de değerlendirilmektedir. Teknolojinin psiko-aktif ilaçlar gibi bağımlılık yaratan etkisinden söz edilmektedir. Video oyunu oynarken tamamen kontrolden çıkma ve aşırıya kaçan davranışlar sonucu iş, eğitim, kişiler arası iletişim, hobi, genel sağlık, psikolojik olarak iyi olma hali gibi hayatın her yönünü olumsuz etkileyen sonuçlarla karşılaşılabilir. Farklı kişilik tipinde ve oyun türlerinde video oyunu bağımlılığının farklılık gösterdiği ifade edilmektedir (Gökçearslan ve Durakoğlu, 2014, s. 429).

Dijital oyun bağımlılığı konusunda birçok çalışma yapılmasına rağmen, araştırmacılar bu kavram üzerinde tam olarak bir fikir birliğine varmış değildir. Araştırmacılar aşırı derecede bilgisayar kullanımı ve video oyunu oynamayı bir davranış bağımlılığı olarak değerlendirmektedirler. Davranış bağımlılığı aşırı, zorlayıcı, kontrol edilemeyen fiziksel ve psikolojik bir durum olarak tanımlanmaktadır. Bu tanımdan yola çıkarak oyun bağımlılığını bir davranış bağımlılığı olarak tanımlayabiliriz (Lemmens vd. 2009, s. 82). Oyun bağımlılığı (game addiction) kavramı için farklı terminolojiler kullanılmaktadır. Bu durum yayınlarda “oyunların aşırı kullanımı”, “obsesif-kompulsif oyun oynama”, “oyun bağımlılığı”, “patolojik oyun oynama davranışları” ve “problemlili oyun oynama davranışları” olarak tanımlanmıştır. Klinisyenler ise “oyun bağımlılığı” tanımını henüz kullanmamayı tercih etmektedir. Amerikan Psikiyatri Birliği (APA 2014) tarafından geliştirilen ve Mayıs 2013'te yayımlanan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı-5 (DSM 5)'in üçüncü araştırma ekinde dijital oyun bağımlılığı, internette oyun oynama bozuklukları (Internet Gaming Disorder) olarak ele alınmıştır. Amerikan Psikiyatri Birliği bu bozukluğun el kitabına eklenmesi için klinik tanıyı destekleyen ve ruhsal bir hastalık olduğunu tanımlayan daha fazla araştırmanın yapılmasını önermiştir (Irmak ve Erdoğan, 2016, s. 2).

Bilgisayar oyun bağımlılığının henüz standart bir tanımı olmamakla birlikte bir davranış bağımlılığı biçimi olarak kabul edilmekte ve bilgisayarın zararlı ve uzun süre kontrol dışı kullanımını ifade eden bir kavram olarak kullanılmaktadır (Şahin ve Tuğrul, 2012, s. 118). Pallesen vd. video oyunu bağımlılığını (2015), sosyal ve duygusal problemler doğurmasına

rağmen aşırı ve takıntılı bir şekilde bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynamak ve bireyin bu aşırı durumu kontrol edememesi olarak tanımlamaktadırlar.

Dijital oyun bağımlılığı belirtileri ve nörobiyolojik mekanizmaları diğer bağımlılık türleriyle benzerlikler göstermektedir. Yaşamın birçok alanında oluşturduğu olumsuz sonuçlarına rağmen bireylerin oyun oynama davranışını sürdürmesi bu davranış bağımlılığının diğer bağımlılık türleriyle olan benzerliğini ortaya koymaktadır. Bağımlı bireylerin birden bire ortaya çıkan oyun oynama isteği ve huzursuzluk, oyun oynama davranışını kontrol edememe, oyun oynama zamanında ve sıklığında meydana gelen tolerans artışı gibi benzerlikler buna birkaç örnektir (Müller vd. 2014, s. 567). Bununla birlikte oyun bağımlılığı, madde bağımlılığından farklı olarak ilkokuldan yetişkinliğe birçok yaş grubundaki insanı etkilemektedir. Gençlik, dijital oyun bağımlılığı nedeni ile sosyal izolasyon, paranoya, fiziksel zayıflık, şiddet ve gerçek ile fantezi arasında karmaşa yaşama gibi birçok olumsuz sonuçla karşı karşıya kalmaktadır (Kim vd. 2013, s. 208).

Sanal alıştırıcı olarak bilgisayarın ve internet ortamının fizyolojik bağımlılık yaptığı bugün artık kesinlik kazanmıştır. İnternet/bilgisayar bağımlılığı, olağan bağımlılık kriterlerini karşılayacak şekilde, bilgisayarla ve sunduğu görüntülerle yoğun bir biçimde meşgul olma durumu olarak tanımlanır (Tarhan ve Nurmedov, 2011, s. 66). Griffiths (2005), kullanılan terminoloji ne olursa olsun, aşırı dijital oyun oynamanın davranış bağımlılığına yol açabileceğini belirtmiştir.

Griffiths (2009), aşırı düzeyde dijital oyun oynama davranışını tespit etmek amacıyla yedi kriter belirlemiştir. Çocuğun aşırı düzeyde oyun oynama davranışını tanımlayan bu yedi maddeden dört ve daha fazlasına evet cevabı alınıyorsa, çocuğun problemli oyun oynama davranışına sahip olduğu tanısı konulabilir. Bu maddeler şöyledir;

Çocuk;

1. Nerdeyse her gün video oyunları oynar mı?
2. Uzun süreler video oyunu oynar mı (bir seferde 3 4 saat)?
3. Heyecan veya coşku duymak için mi oyun oynar?
4. Oyun oynayamadığında huzursuz, rahatsız ve dengesiz olur mu?
5. Oyun oynamak için sosyal ve sportif faaliyetlerden fedakarlık eder mi?
6. Ödevini yapmak yerine oyun oynamayı mı tercih eder?

7. Oyun oynadığı sureleri azaltmayı deniyor fakat başaramıyor mu?

Oyunlar esnasında yaşanan eğlence, heyecan, keyif almak gibi duygularla birlikte, bağımlılık duygusunun gelişmesi mümkün olur. Bunun devamında, oyun oynama fırsatının yok olması durumunda, kişi bir yoksunluk durumu yaşar. Bu süreç, bir nevi madde bağımlılığı sürecini anımsatır. Bunu şöyle açıklayabiliriz; Edimsel Şartlanma Teorisi, bağımlılık yapıcı maddenin kullanımı esnasında ve sonrasındaki yaşanan duyguların, özellikle olumlu duyguların maddenin kullanımının sebebi olduğunu belirtir. Sonuç itibariyle oyunun olumlu duyguları insan zihninde olumlu hislerin uyanmasını, olumsuzların uzaklaşmasını sağlar. Her bir oyunun sağladığı “yenidünya olanakları”, bireyin en azından heyecan duygusu geliştirmesi açısından yeterli olmaktadır (Terek-Ünal ve Batı, 2011, s. 18).

Lemmens vd. (2009), DSM IV’te yer alan bağımlılık kriterlerini temel alarak oyun bağımlılığını yedi kriter altında değerlendirmişlerdir. Bu kriterler şöyledir;

1. Belirginlik (Salience): Oynanan oyun, bireyin hayatındaki en önemli odak haline gelir. Oyun, bireyin düşünce (endişe, kaygı), duygu (arzu, istek) ve davranışlarına (aşırı kullanım) yön veren temel güç olmuştur.
2. Tolerans (Tolerance): Bireyin oyun oynama sıklığı ve için oyun oynamak için harcanan zamanın giderek artmaya başlamasıdır.
3. Durum Değişimi (Mood Modification): Kişi oyun içi eğlenceyi bireysel olarak deneyimler ve birçok duygu durumunu üst düzeyde yaşar ve bunun sonucunda sıkıntılardan kurtulmak için oyun davranışına yönelir.
4. Geri Çekilme (Withdrawal): Oyun sırasında ani olarak huysuzlanma ve sinirlilik gibi hoş olmayan psikolojik ve fizyolojik durumların yaşanmasıdır.
5. Nüksetme (Relapse): Birey aşırı oyun oynama davranışını kontrol edemez ve tekrar tekrar oyun oynama davranışına yönelir.
6. Çatışma (Conflict): Aşırı oyun oynama davranışı sonucunda birey çevresindeki diğer bireylerle çatışma yaşar ve oyun oynama davranışını sürdürebilmek için çevresindekilere yalan söyler.
7. Sorunlar (Problems): Birey aşırı oyun oynama davranışı sonucu okul, iş ve sosyal hayat gibi yaşam alanlarında sorunlar yaşamaya başlar.

Young, sorunun kaynağının bilgisayar değil, bilgisayar kullanan insanlar olduğunu, özellikle ilgilenilmeyen, aile içerisinde sağlıklı ve güvenli bir ortamı bulamayan çocukların bilgisayarı bir kaçış, atlatma aracı olarak kullanma yoluna gidebildiği ve bu çocukların bilgisayar oyunları ve internetin olumsuz etkilerinden en çok zarar görenler olduğunu söylemektedir. Oyunda başarılı olmak, örneğin bir makineyi kontrol edebilmek, bir yarışı kazanabilmek çocukta üstünlük duygusu oluşturur. Bu durum çocuğun hoşuna gider. O sırada beyin mutluluk kimyasalları salgılar. Çocuk onunla mutlu olmayı öğrenir, başka mutlulukları tadamaz. Çocuk ve genç bu doyumunu yaşamak için 'Okula gidiyorum' diye evden çıkıp, internet kafelerde günlerini geçirebilir, önemli bir bölümü okul çıkışında uğradığı kafeden gece yarısına kadar çıkamayabilir. Bu konuda özellikle; diğer sosyal aktivitelere ilgisi azalan ya da bu aktivitelere vakit bulamayan, gerçek hayattaki ve arkadaş ilişkileri bozulan ya da meslek veya okul hayatındaki işlevselliği düşen, internette geçirdiği zaman hakkında kendisini savunmak için yalan söyleme ihtiyacı duymaya başlayan, gece internette geçirilen zaman nedeniyle az uyku uyuyan ve ertesi gün yorgun gezen, bu yorgunluğa rağmen bir sonraki gece de internette dolaşma gücünü bulabilen, çocuklara dikkat edilmesi gerektiği vurgulanmaktadır (Kelleci, 2008, s. 255).

Terek Ünal ve Batı (2011), dijital oyun bağımlılığının insanların günlük yaşamı üzerine olan yoğun etkisini ifade ederken; Facebook üzerinden çevrimiçi oynanan Farm Wille oyununu örnek olarak göstermektedirler. Öyle ki bu oyunu oynayan bireyler, günlük yaşamın her anında yapmakta oldukları işleri erteleyip, oyun içeriğinde yer alan sebze sulama, mezar alma, tavuk besleme, tarla ekme gibi görevleri gerek iş yerinde gerek toplantı esnasında hatta gece yarısı uyanarak yerine getirmeye çalışmaktalar. Dünya genelinde yaklaşık 100 milyon kişinin bu oyunu oynadığını ve oyunda avantaj elde etmek için birtakım özelliklere para ödediklerini de göz önüne alacak olursak dijital oyun bağımlılığının insanları ne derece etkilediğini anlamak daha kolay olacaktır.

Binark ve diğerlerine göre (2009), oyunun “özgürlük” özelliği çerçevesinde, istendiği kadar oynanabilmesi, her an ertelenebilmesi veya iptal edilebilir olması hem geleneksel hem de dijital oyunların ortak özelliğidir. Ancak geleneksel oyunda oyun oynayan çocuğa “vaktin geç olduğu” nun hatırlatılması ve oyuncunun oyunun “özgürlük” özelliğine dayanarak oyunu ertelemesi veya iptal etmesi gibi bir davranış, dijital oyunda çok ta özgürce uygulanamaz. Bunun birkaç nedeni vardır; oynayan kişi her zaman çocuk değil, belki de çoğu zaman bir

yetiştirir ve uyaracak bir üst mekanizma olmayabilir. Ya da dijital oyunu yarıda bırakırsanız bir sonraki aşamaya geçemeyebilir hatta sonraki sefere oyuna kaldığınız yerden devam edemeyip oyun dışı kalabilirsiniz. İşte dijital oyunların bu özelliği, oynayan bireylerin her seferinde daha fazla süre oyun oynamalarına sebep olurken, ilerleyen aşamalarda bireylerin birer oyun bağımlısına dönüşmelerine neden olabilmektedir.

Oyunlar gerçeklerden kopmaya neden olduğu kadar, gerçeği daha iyi yaşamaya da kapı açabilir. Her geçen gün karmaşıklaşan kent hayatından insanın kaçmaya, eğlenmeye, mola vermeye ihtiyacı vardır. Oyunlar bu kopuşu sağlayabilir. Bu kopuş daha sonrasında gerçeğe daha güçlü dönmeyi sağlıyorsa yararlıdır diyebiliriz. Ama gerçeğe dönmeye engel oluyorsa, o zaman bir sorundur. Gerçek ile sanal arasındaki dengeyi kurmak yeni bir beceri. Bu beceriyi edinenler bağımlı olmuyorlar. Ama bazıları hiçbir zaman bu dengeyi kuracak beceriyi kazanamıyor, hatta gerçekle yaşama becerilerini de kaybediyorlar (Ögel, 2012, s. 48).

Dijital Oyun Oynama Nedenleri

Bilgisayar oyunları kendi başlarına bağımlılık yaratmaz. Ancak bazı bilgisayar oyunlarının bağımlılık yaratma potansiyeli diğerlerinden belirgin ölçüde fazladır. Bunların özellikleri şunlardır: (Topluluk, talih meselesi ve ödüllendirme, hayal edilen kişilik, sonsuzluk).

Topluluk: Bazı oyunlar sadece ekip, “kabile” içerisinde başarıyla tamamlanabilirler. Çocuklar, dahil oldukları oyun ekibi tarafından dışlanma korkusuyla oyunu bırakmakta güçlük çekerler. Bu özellikle, internet üzerinden oynanan online oyunlarda söz konusudur.

Talih Meselesi ve ödüllendirme: Oyunlarda oyuncu önceden belli olmayan aralıklarla özel ödüller kazanır. Çocuklar ne kadar uzun oynarsa, ödül ihtimali o kadar artar. Çocuklar her an, ödül zamanı geleceği umudunu besler ve bu yüzden sürekli oynamaya devam ederler. Söz konusu oyunlar, uzun süre oynamayı daha hızlı ilerleme imkanıyla ödüllendiriyor: örneğin oyundaki karakterin daha güçlü olmasını sağlayan tecrübe puanlarıyla ya da kazanılan para, alet veya hammaddelerle. Yani, oyuncu ne kadar uzun süre oynarsa o kadar çok “kazanıyor”.

Hayal Edilen Kişilik: Bazı oyunlar çocuklara başka kılıklara bürünme ve kendilerini olmak isteyecekleri bir şekilde gösterme imkanı sunar, örn. güçlü, kudret sahibi, sportif. Kendilerini hayal ettikleri imgeyi görüntüleyebilirler.

Sonsuzluk: Online oyunlar günün 24 saati devam ediyorsa ya da aylık ücret karşılığı oynanıyorsa, çocuklar bir şey kaçırmak korkusuyla oyunu bırakamazlar (Kıran, 2011, s. 18).

Gerçek yaşamda sahip olunması zor olan bazı şeylerin sanal ortamda kolayca elde edilebilmesi, bireyi oyun dünyasına itmektedir. Belli sorumluluklarından arınan kişinin kaçış niteliği taşıyan eyleminin gerekçesi bu şekilde açıklanabilir (Doğu, 2006, s. 89).

Bilgisayar oyunları ve içsel motivasyon üzerine gerçekleştirdiği çalışmada Malone (1980) süreçte etken olan dört unsurdan söz eder. Fantezi (düşsel ortamlar), merak, meydan okuma ve kontrol gibi unsurlar tanımlar. Hem oyun hem de oyun türü tercihini etkileyen bu öğelerden fantezi ile öğrenilenler benzer durumlara dönüştürülür. Merak; önceki durumla şimdiki durum arasında fark varsa bilişsel ve duyuşsal olarak ortaya çıkan duygudur. Meydan okuma; oyunun amaçlarına ulaşmada izlenen yolda karşılaşılan belirsizliklerdir ve bilişsel ve duyuşsal olarak ayrılabilir. Kontrol ise oyuncuya hâkim olma duygusu verir. Dolayısıyla kendi düşsel dünyası içinde bilişsel ve duyuşsal olarak ortaya çıkan duygular, kendi kendine ve diğerleriyle rekabet etme, kendine ve diğerlerine meydan okuma ve bütün bunları yaparken tek hâkimin bireyin kendisi olması gibi özellikleri bünyesinde barındıran dijital oyunlar, bireyler için çekici olabilmektedir (Pala ve Erdem, 2011, s. 62).

Bilgisayar oyunları ile ilgili araştırmaların çoğunda oyun oynama nedenleri başlıca şöyle ifade edilmektedir;

- Eğlence, meydan okuma, yapacak başka bir şey olmadığından
- Rekabet, sosyal iletişim, çeşitlilik, canlandırıcı etki, düşsel ortamlar sağlama
- Zaman geçirme, rahatlamak ya da stresten kaçma
- Birçok defalar tekrar dönülebilmek, uzun süreler boyunca odaklanılabilecek bir ortam sağlama
- Dinlenme, boş zaman geçirme, içinde bulunulan zamandan uzaklaşma, gerçek hayattan kaçma ve serbest olma gibi nedenler de yine bireyleri oyun oynamaya yönelten nedenler olarak karşımıza çıkmaktadır (Horzum vd. 2008, s. 8).

Knee vd. (2014), bireyleri problemlili oyun oynama davranışına iten risk faktörlerini ele aldıkları bir çalışmada; cinsiyet ve yaş değişkenlerinin önemli birer değişken olduğunu ve erkek ergenlerin kızlara göre daha kolay etkilenebileceğini ifade etmektedirler. Bununla birlikte, erkek çocukların dijital oyun oynamaya daha çok eğilim gösterdikleri ve ergenlerin

yetişkinlere oranla bireysel ve sosyal görevlerini daha çok aksatarak oyun oynama davranışına yöneldiklerini ayrıca zayıf aile ilişkileri ile problemli oyun oynama davranışı arasında pozitif ilişki olduğunu ifade etmektedirler. Dikkat çeken bir diğer önemli nokta ise kişisel faktörlerdir; düşük öz-saygı, yüksek düzeyde yalnızlık ve utangaçlık gibi durumlar problemli oyun oynama davranışı ile pozitif yönde ilişki göstermektedir.

Alan yazında dijital oyun oynamanın yararları üzerinde de durulmaktadır. Dijital oyunların çocukların farklı gelişim alanlarına yönelik etkilerini sadece olumsuz bakış açısı ile ele almak doğru bir yaklaşım olmayacaktır. Nitekim alan yazında dijital oyunların yararları üzerine yapılmış birçok çalışma var olmakla birlikte, dijital oyunların kontrollü ve bilinçli bir şekilde kullanımı çocukların farklı gelişim alanlarına önemli ölçüde katkı sağlayacaktır.

Örneğin bilgisayar oyunları, çocukların bilgisayar okur-yazarlığı becerilerini edinmesi için oldukça ideal bir yol olarak görülmektedir. Bunun yanında bilgisayar oyunlarının el-göz koordinasyonunu sağlama, uzamsal yetenekler, hayal etme, şekillerin nedenleri, geometri ile matematiksel yüksek düşünme, kimya ve fizikle ilgili nesneleri göz önünde canlandırabilme, uzaydaki şekillerin bütünleşmesini sağlamak gibi faydaları belirtmektedir. Oyunlar, insanları bir araya getirme özelliği olan aktivitelerdir. Ancak oyunlar özellikle çocuk ve ergenlerde olumlu olduğu kadar olumsuz etkilere de sahiptir (Horzum vd. 2008, s. 9).

Oyun tabanlı öğrenme ortamlarının öğrencilerin bireysel olarak öğrenmelerine yardımcı olduğu, öğrencilerin kaygı ve endişe düzeylerini azalttığı, öğrenmeyi çocuklar için daha eğlenceli hale getirdiği, öğrenciye hoş vakit geçirten ama gerçekleşen etkinlik içerisinde bilgiler de öğretti veya önceki bilgileri pekiştiren, ders konularının öğrenilmesini sağlayan, problem çözme yeteneklerini geliştiren yazılımlar olan eğitsel bilgisayar oyunlarının fen, matematik, tıp, mühendislik, dil öğrenme, problem çözme ve stratejik düşünme becerisini geliştirme gibi alanlarda sıklıkla kullanılmaktadır. Ayrıca oyunların iş birliğini destekleyen ortamlar sunduğu öğrencilerin güdülenmişlik düzeyini artırırken içeriğe ilgi duymasını, öğrenebileceğine ilişkin öz güvenini ve etkinliği sürdürmesini sağladığı, öğrencide rahatlama ve motivasyon yarattığı ve böylece öğrencilerin o derste başarılarını ve öz-yeterlilik algısını arttırdığı yapılan araştırmalarla ortaya konulmuştur (<http://ailetoplum.aile.gov.tr>).

Bilgisayar oyunlarının etkileriyle ilgili bilimsel çalışmalar neticesinde, NASA’ da görevli bilim adamları, bilgisayar oyunlarının çocuk, genç ve erişkinlerde dikkat ve konsantrasyonu

artırabileceğini belirlemişlerdir. Bilgisayar oyunları, hiperaktif çocukların ve stresli erişkinlerin sakinleşmesini sağlayabilir. En önemlisi de stresli etkinlik içeren bilgisayar oyunları “gergin anlarda soğuk kanlı kalma becerisi” kazanılır. Bu beceriyi kazanmak ve güçlendirmek, sabırsız olan hiperaktiflerde tedavi edici değere sahiptir (Tarhan ve Nurmedov, 2011, s. 59).

Gelişimin en hızlı ve en kritik yılları olan 0-6 yaş arasında bilgisayar, özellikle el-göz koordinasyonuna, dikkati yoğunlaştırma, problem çözme becerisine büyük katkı sağlayabilir. Çocuk günlük yaşamında ve eğitimi sırasında öğrendiği pek çok kavramı bilgisayar oyunları ile pekiştirebilir (Akçay ve Özcebe, 2012, s. 68).

Bilgisayar oyunlarının algı, dikkat, öğrenme, problem çözme gibi bilişsel işlevleri geliştirdiği yönündeki kanıtlar göz ardı edilemeyecek kadar çoktur. Konuyla ilgili bir meta-analitik gözden geçirmenin sonuçları, bu oyunların görsel-uzaysal algıyı geliştirdiğini göstermektedir. Çocuklara, gerçek dünya deneyimleri ile öğrenmenin beraberinde gelebilecek risk ve tehlikeler olmaksızın öğrenme olanağı vermesi ve bazı oyunlarda problemin çözülebilmesi için oyuncuyu araştırmaya, iş birliğine teşvik etmesi ve deneme-yanılma olanağı sağlaması gibi özellikleri de bu oyunların olumlu yanları olarak bildirilmektedir (Kars, 2010, s. 4).

Akçay’a göre (2013), yapılan araştırmaların çoğu dijital oyunların özellikle çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerinden bahsetmesine rağmen, dijital oyunların yönetim başarısı, bilişsel beceri gelişimi, görsel-uzamsal işlev gelişimi ve hızlı işlem yapma gibi birçok yönden çocukların gelişimine olumlu katkı sağladığı ortaya konulmuştur.

Bilgisayar oyunlarının fen, matematik, tıp, mühendislik, dil öğrenme, problem çözme ve stratejik düşünme becerisini geliştirme gibi alanlarda sıklıkla kullanıldığı görülmektedir. Genel görüş, bilgisayar oyunlarının eğlenceli ortamlar sunduğudur. Öğrenciler oyunları derslerinde kullanmak istemekte ve oyun oynama sürecinde araştırıp problem çözmeye çalışmaktadırlar. Ayrıca oyunların işbirliğini destekleyen ortamlar sunduğu da genel bulgular arasındadır. Oyunlar öğrencinin güdülenmişlik düzeyini arttırırken, içeriğe ilgi duymasını, öğrenebileceğine ilişkin özgüvenini ve etkinliği sürdürmesini sağlar; öğrencide rahatlama ve motivasyon yaratır. Böylece öğrencinin o dersteki başarısı ve öz-yeterlik algısı artar (Tüzün, 2002, s. 46-50).

Oyun tabanlı öğrenme ortamının, bireysel öğrenmeye yardımcı olduğu öğrencilerin kaygı ve endişe düzeyini azalttığı, öğrenmeyi daha eğlenceli hale getirdiği, önceki bilgileri pekiştirdiği yönünde yaklaşımlar bulunmaktadır (İşçi, 2011, s. 122-130). Ciddi utanması olan veya Asperger sendromlu çocukta sosyal anxiye veya yetersizlik vardır. Bu çocuklar komputer oyunlarda yüz yüze interaksyon olmadığı için anxiye olmadan rahat oynarlar (Bremer ve Rauch'tan akt. Tüzün, 2002, s. 48).

Oyunların sınıf ortamında kullanımlarının temel gerekçelerinden birisi, öğrencilerin dikkatlerini çekerek, ders süresince motivasyon ve ilgilerinin yüksek seviyelerde tutulmasını sağlamak olarak söylenebilir. Bunu yanında, oyunlar sahip oldukları zengin görsel içerik ile öğrencilerin öğrenme süreçlerini kısaltan, anlamlı öğrenme kazanımları gerçekleştirebilen özelliklere de sahiptir diyebiliriz. Bu ve benzer sebepler ışığında bilgisayar oyunları hem eğitimciler hem de öğrenciler arasında eğitim sürecinde kullanım bakımından önem kazanmaktadır (Doğusoy ve İnal, 2015).

Grennfield (1996), dijital bilgisayar oyunlarının sosyalleşme ve bilimsel gelişime olan etkisini incelediği çalışmada, dijital bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynayan çocukların,- yetişkinlerin uzun zamanda elde ettikleri gelişmeyi,- oyunlarda var olan düşünme ve karar verme becerilerini göstererek daha kısa sürede gösterdiklerini tespit etmiştir. Gerçek hayatta, kuramların ve kavramların keşfedilmesi ve anlaşılması her zaman zor olmuştur. Bunun sebebi kuralların zihinsel süreçten geçirildikten ve içselleştirildikten sonra tam anlamıyla kullanıma hazır olduğu gerçeğidir. Ancak dijital bilgisayar oyunları bireye izleme, deneme-yanılma, hipotez geliştirme vb. seçenekler yardımıyla kural keşfetme becerilerini daha hızlı ve sağlıklı şekilde sağlamaktadır (Ocak, 2013, s. 62).

Süreç-Davranış Bağımlılığı Tedavi-Terapi Yöntemleri

King ve Delfabbro (2014), dijital oyun bağımlılığının DSM-5'te patolojik bir zihin hastalığı olarak değerlendirilmediğini ancak bu konuda araştırmaların yapılması için tavsiye kararı aldığını belirtmektedir. Bununla birlikte, dijital oyun bağımlılığının patolojik kumar bağımlılığı ile benzer özellikler taşıdığını ve yapılan araştırmaların bu temelde şekillendiğini ifade etmektedirler. King ve Delfabbro, dijital oyun bağımlılığının tedavisi ile ilgili bilim insanlarının henüz standart bir tedavi yöntemi geliştiremediklerini ancak bu alanda birçok çalışmanın yapıldığını ifade etmektedirler. Lee (2011), oyun bağımlılığının diğer bağımlılık

türlerinde olduğu gibi birçok olumsuz etkiye sahip olduğunu ifade ederken bu olumsuz etkilerin kişiler arası ilişkilerin kaybolması, sorumlulukların aksatılması, diğer yaşam alanlarından kopmak ve sağlıksız yaşam gibi etkiler olduğunu belirtmektedir. Oyun bağımlılığına sürükleyen nedenleri ise düşük özgüven, depresyon, yalnızlık, stres, düşüncesizlik ve düşük öz-kontrol gibi nedenler olarak sıralamaktadır.

Griffiths ve Meredith (2009), dijital oyun bağımlılığı tedavi yöntemlerini değerlendirirken, öne çıkan bazı tedavi yöntemlerini değerlendirmişler (Çevrimiçi destek grupları, Motivasyonel Görüşmeler, Klinik Tedavi, Bilişsel-Davranışsal Terapi, Deneysel Çalışmalar) ve bu yöntemlerin uygulanmasını tavsiye etmekle birlikte, bu yöntemlerin tek başına yetersiz kalacağını ve problemin düzeyine göre bazı yöntemlerin birlikte kullanılmasının daha olumlu sonuçlar vereceğini ifade etmektedirler.

Bilim dünyasında her geçen gün daha fazla tartışılmaya başlanan süreç-davranış bağımlılığının tedavisi ve tedavi sonrası süreçte yapılması gerekenlerle ilgili birçok araştırma yapılmaktadır. Bu araştırma sonuçlarına göre henüz standart bir tedavi yöntemi üzerinde görüş birliğine varılmamış olmakla birlikte bu çalışmalar birbirini destekler nitelikte ilerlemektedir. Aşağıda, alan yazında öne çıkan bazı terapi yöntemleri ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

Bilişsel-Davranışsal Terapi: Bilişsel-davranışsal terapi, düşünceleri değiştirme yoluyla davranışları değiştirmeyi hedefleyen bir terapi yöntemidir. Bireylerin duygu, düşünce, davranış ve diğer durumlarını kendi kendilerine analiz etmeleri prensibine dayanır (Lee, 2011, s. 208). Davis tarafından 2001 yılında geliştirilen patolojik internet kullanımı için bilişsel-davranışsal terapi” yönteminin 11 adımı vardır. Davis’in önerdiği bilişsel-davranışçı tedavide atılması gereken bu adımlar:

1. Kişinin internetten uzak kalıp kalamadığının tespiti
2. Bilgisayarın yerinin değiştirilmesi ve diğer insanların bulunduğu yere nakli
3. Diğer insanlar ile beraber internete bağlanması
4. İnternete bağlanma zamanını değiştirmesi
5. İnternet defteri oluşturma
6. Kişisel kullanımına son vermesi
7. Arkadaşlarından ve yakınlarından internet ile ilgili problemleri olduğunu saklamaması
8. Spor aktivitelerine katılması

9. İnternet tatillerinin verilmesi
10. Otomatik düşüncelerin ele alınması
11. Gevşeme egzersizleri
12. İnternete bağlanma sırasında hissedilenlerin not edilmesi
13. Yeni sosyal becerilerin kazandırılması (Arısoy, 2009, s. 61).

Davis tarafından 2001 yılında geliştirilen “patolojik internet kullanımı için bilişsel-davranışsal terapi” yöntemini, “çevrimiçi oyun bağımlılığı terapisi” için uyarlayan Kim (2012), çevrimiçi oyun bağımlılığı tedavisi için sekiz aşamadan oluşan bir terapi yöntemini geliştirmiştir. Bu terapi yönteminin aşamaları şöyledir;

1. Aşırı çevrimiçi oyun oynamanın düzenli yaşam, okul ve iş açısından sonuçlarının ortaya konulması ve yorumlanması
2. Aşırı çevrimiçi oyun oynamaya motive eden nedenler
3. Stres yönetimi (oyun sırasında-oyun sonrasında)
4. Benlik ve sorumluluklar (bireyin kendisine ve çevresine karşı olan sorumlulukları)
5. Değişim (oyun oynama davranışında azalma ve düzenli yaşam alışkanlığı)
6. Problemin çözümü ve kararlılık (problemin çözümüne yönelik çaba ve kararlılık)
7. Aile ilişkilerinde iyileşme (ebeveyn ve diğer aile üyeleri ile iyi iletişim kurma)
8. Gelecek planı (geleceğe dönük sağlıklı yaşam planlaması)

12 Adım Programı: Lee (2011), tarafından geliştirilmiş olan ve temelleri madde bağımlılığı terapi yöntemlerine dayandırılmış bir program olup, bilişsel-davranışsal terapi yöntemi ile birlikte uygulanan bir terapi yöntemidir. Programda bağımlı olan birey, bireyin ebeveynleri ve danışman-psikolog birlikte hareket ederler. Programın temel yaklaşımı davranışçı yaklaşım olup, amaçlanan davranış değişikliğini gerçekleştirmede ödül ve ceza yönteminden yararlanılmaktadır. Burada amaç bireyin oyun oynama davranışını azaltarak diğer faydalı davranışlara yönleltmektir (spor, sosyal aktiviteler vb). Bağımlı olan birey, bireyin ebeveynlerinden birisi ve danışan-psikolog arasında bir sözleşme imzalanarak tarafların bu kontratın gerekliliklerini yerine getirmesi istenmektedir. Bu kontratta taraflar birtakım ifadeler üzerinden biri birlerine söz vererek bu sözün gerekliliklerini yerine getirmekle yükümlüdürler. Örneğin; Bağımlı birey: Günlük ... saat oyun oynayacağıma söz veriyorum. Anne: Eğer çocuğum verdiği sözü tutarsa ona ... hediye alacağım. Bu süreçte bağımlı birey ve danışan

arasında haftada bir gün ve 30-60 dk arasında süren görüşmeler yapılır ve bu görüşmelerde bağımlılık ile ilgili farkındalık yaratmak ve psikolojik yardım vererek bağımlı bireylerin bu durumdan kurtulmasını sağlamak amaçlanmaktadır.

Sanal-gerçeklik terapisi-: Park ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş olan bir terapi yöntemidir (2016). Sanal-gerçeklik terapisinde; katılımcılar için özel oyun-terapi odaları tasarlanarak çeşitli video görselleri ve sesleri kullanılır. Terapi aşaması üç aşamadan oluşturulmuştur. Birinci Aşama: Ön-Görüşme (Pre-İnterview); katılımcının sesi ve yüz resmi kayıt altına alınarak demografik bilgiler dahil olmak üzere çeşitli sorular sorularak katılımcıya ait birtakım bilgiler alınır. İkinci Aşama: Rahatlama (Relaxation); katılımcıya çeşitli rahatlatıcı videolar izlettirilir ve eğer katılımcı isterse bu videolar üzerinde oynamalar (birleştirme gibi) yapabilir. Üçüncü Aşama: Yüksek-Risk Durumu (High-risk Situation); bu aşamada katılımcı 10 dakika süre ile oyun oynamaktadır ve oyun esnasında uyarıcı birtakım sesler verilir (ikaz sesi, ekran kırılma sesi, vurma sesi vb.). Dördüncü Aşama: Ses destekli yeniden bilişsel kurulum (Sound-assisted cognitive reconstruction); bu aşamada katılımcılar oyunun en heyecanlı noktasında iken onları kızdıracak ve sinirlenmelerine yol açacak birtakım sesler verilerek katılımcıların oyundan nefret etmeleri ve onları oyundan uzaklaştıracak duygulara sahip olmaları amaçlanır. Bütün bu uygulamalar süresince katılımcıların bilişsel aktiviteleri manyetik rezonans görüntüleme (fMRI) yöntemi ile kayıt altına alınarak bilişsel aktivitelerdeki değişiklikler kaydedilir. Meydana gelen değişiklikler doğrultusunda tedavi süreci devam eder.

Konuşma-Yazma Terapisi: Kim ve arkadaşları tarafından 2013 yılında geliştirilen “Konuşma-yazma” terapi yönteminde; bağımlı bireylere bir dijital oyun izlettirildikten sonra oyun kurgusu hikayeleştirilir ve katılımcılara bu oyunda-hikayede birtakım görevler verilir. Sonrasında katılımcıların oyun kurgusu, görevleri ve sonuçları ile ilgili birbirleriyle yüz yüze tartışmaları-konuşmaları istenir. Bir sonraki adımda ise katılımcıların oyun kurgusu, görevleri ve sonuçları ile ilgili duygu ve düşüncelerini ifade edecek cümleler yazmaları istenir. Bu süreçte katılımcıların ses tonları, yüz ifadeleri ve kullanılan cümleler gözlemlenerek kayıt altına alınır. Kim ve arkadaşları bu terapi yönteminin uzun vadede bireylerde farkındalık yarattığını, bireylerin kendilerini daha rahat ifade edebildiklerini ve bağımlılık tedavisinde önemli bir terapi yöntemi olduğunu ifade etmektedirler.

Landale ve Roderick (2014), sporun insan üzerindeki psikolojik ve fiziksel faydalarının biliniyor olmasına rağmen, bağımlılık ile mücadele programlarında spora yeterince yer verilmediğini ve sporun ilaç tedavisi ve diğer terapi yöntemlerinin gerisinde kaldığını ifade etmektedir. Araştırmacı, sporun alkol ve madde bağımlılığını tedavi etmedeki rolünü araştıran çalışmaların ise sınırlı olduğunu belirtirken yaşam kalitesinin artırılmasında sporun rolünün büyük olduğunu ifade etmektedir. Bununla birlikte özellikle suçluların hapisanelerde topluma tekrar kazandırılması yönündeki çalışmalarda sporun rolünün oldukça yüksek olduğunu ifade etmektedir. Landale ve Roderick, “Bağımlılık tedavisinde sporun potansiyel rolü” konulu çalışmalarında; İngiltere’ de alkol ve madde bağımlılığı çerçevesinde yürütülmekte olan “İkinci Şans” isimli bir yaşam-kursuna katılan bireylerle görüşmeler yaparak bu kursun, bireylerin bağımlılıkla mücadeledeki katkısını araştırmışlardır. İkinci-şans yaşam-kursunun amacı, düzenli spor aktiviteleri ile (12 ay) bağımlı bireylerin psikolojik, fiziksel ve sosyal yönden sağlıklarına kavuşturmadır. Yapılan görüşmelerde katılımcılar sporun sosyalleştirici yönüne vurgu yaparak aile içi ilişkilerinin düzeldiğini, arkadaş edindiklerini, can sıkıntısından kurtulduklarını ve alternatif aktivitelere yöneldiklerini ve böylece alkol ve madde kullanma düşünce ve davranışının yaşamlarından gittikçe uzaklaşmaya başladığını ifade etmişlerdir. Ayrıca spor sayesinde kendilerini zihinsel ve fiziksel olarak daha iyi hissettiklerini ve öz-yeterlilik duygularının arttığını vurgulamışlardır.

Sporun bağımlılık tedavisinde kullanılmasında örnek sayılabilecek çalışmalardan birini de Yeltepe Ercan (2013) yapmıştır. “Düzenli egzersize katılımın bağımlılık tedavisi gören hastaların depresyon, kaygı ve yaşam kalitelerine etkisinin araştırılması” konulu çalışmaya, ayakta bağımlılık tedavisi görmekte olan 17 kontrol, 17 deney grubu olmak üzere toplam 34 kişi katılmıştır. Araştırmanın başlangıcında katılımcılardan kaygı, depresyon ve yaşam kalitesi ölçekleri doldurmaları istenmiştir. Araştırmada 4 haftalık bir egzersiz programı uygulanarak deney grubunda yer alan katılımcılara Amerikan Spor Hekimliği Koleji Egzersiz Rehberi’nde temel alınarak, haftada 3 gün, 20-60 dk arasında değişen egzersizler yaptırılmıştır. Kontrol grubu ise rutin yaşamına devam etmiştir. Araştırma sonucunda, deney grubunda yer alan bireylerin kaygı düzeylerinde düşüş ve yaşam kalitesi düzeylerinde artış olduğu gözlenmiş ve deney grubunun depresyon puanının kontrol grubundan daha düşük olduğu görülmüştür. Ancak kontrol grubunun puanlarında herhangi bir değişiklik olmadığı görülmüştür. Bu sonuçlar egzersizin-sporun bağımlılık ile mücadelede etkili bir yöntem olabileceğini ortaya koymuştur.

BÖLÜM IV

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, ölçme aracının geliştirilmesi, evren-örneklem, verilerin toplanması ve verilerin analiz edilmesine yönelik bilgilere yer verilmiştir.

4.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma modeli, araştırma amacına uygun ve ekonomik olarak, verilerin toplanması ve çözümlenebilmesi için gerekli koşulların düzenlenmesidir (Karasar, 2000, s. 76). Araştırmalar, temel aldıkları felsefeye, bakış açısına göre (quantitative) nitel ve (qualitative) nicel araştırma olarak ikiye ayrılır. Gerçekliği araştırmacıdan bağımsız gören, kendi dışında olan gerçeğin de nesnel olarak gözlenip, ölçülüp analiz edilebileceğini kabul eden pozitivist görüş nicel araştırmaları tanımlamaktadır. Nicel araştırmalarda, verilerin toplanması, analiz edilmesi ve değişkenler arasındaki ilişki kanıtlanmaya çalışılarak; genelleme yapmak, tahminlerde bulunmak ve nedensellik ilişkisi açıklanmaya çalışılır (Büyüköztürk, 2008, s. 12).

Nitel araştırma, sosyal ya da beşeri bir probleme bireylerin veya grupların atfettiği anlamları keşfetme ve anlamaya yönelik bir yaklaşımdır. Araştırma süreci; soruların ve işlem basamaklarının geliştirilmesi, genellikle katılımcıların kendi ortamlarında veri toplanması, özel durumlardan genel temalara ulaşılarak tümevarımsal veri analizi yapılması ve araştırmacının verilerin anlamını yorumlama aşamalarını kapsamaktadır (Creswell, 2014, s. 4). Nitel araştırma, görüşme, gözlem ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı, algıların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik nitel bir sürecin izlendiği araştırma olarak tanımlanabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s. 45).

Nicel çalışmalarda araştırma düzenekleri, ulaşmayı amaçladıkları hedefler açısından “ilişki aramayan” ve “ilişki arayan” şeklinde ikiye ayrılabilir. İlişki aramayan çalışmalar “betimsel çalışmalar” olarak adlandırılır. İlişki arayan çalışmalar ise kendi içinde iki ana gruba

ayrılabilir. “İlişkisel” ve “Deneysel” çalışmalar. Deneysel araştırmalar, neden sonuç ilişkisi kurmaya en elverişli araştırmalar olduklarından bilimin tüm amaçlarına hizmet ederler. Değişimleme ve denetim deneysel çalışmaların en önemli ayırt edici özellikleridir. İki tür deneysel araştırmadan söz edilebilir. 1) Deneyevi (Laboratuvar), 2) Alan deneyi:

- Deneyevi (Laboratuvar) Deneyi: Tamamen yapılandırılmış yapay bir ortamda ve hemen her şeyin deneycinin denetimi altında olduğu, görece daha az denekle gerçekleştirilen, neden-sonuç ilişkisi kurmaya en elverişli ve daha çok birincil-otomistik konuların ele alındığı, ancak sonuçlarının gerçek yaşama en az genellenebilir olduğu araştırma türüdür.
- Alan Deneyi: Doğal veya yarı yapılandırılmış bir ortamda, sadece değişimlemenin araştırmacının denetiminde olduğu, görece daha çok denekle gerçekleştirilen; laboratuvar deneyine göre neden sonuç ilişkisini kurmaya daha az elverişli ve sonuçların genellenebilirliğinin daha fazla olduğu bir araştırma türüdür (Erkuş, 2013, s. 94-95).

Bu araştırma; nicel araştırma modeline göre tasarlanmış olup, deneysel araştırma desenlerinden “klasik deney düzeneği” kullanılmıştır. Klasik deney düzeneği, birbiriyle tüm özellikleri açısından eşleştirdiğimiz ve denekleri guruplara seçkisiz olarak atadığımız bir deney ve bir kontrol grubundan oluşur. Her iki grup ta ön-test ve son-test alır. Ön-test veya son-test ölçümlerinin ne olduğu ve nasıl alınacağı araştırmanın bağımlı değişkeninin nasıl ölçüldüğüne bağlıdır (ölçek puanları da gözlem sonuçları da olabilir). Ancak deney grubunda değişimleme yapılırken kontrol grubunda yapılmaz. Eğer kontrol grubunun ön-test ve son-test puanları arasında fark çıkmaz ($\bar{O}_4 - \bar{O}_3 = 0$), deney grubunda çıkarsa ($\bar{O}_2 - \bar{O}_1 \neq 0$), bu fark araştırmacının yaptığı bağımsız değişken değişimlemesine yüklenir. Bu sonuca varmadan önce, deney ve kontrol grubunun ön-test sonuçlarının da birbirine eşit olduğu ($\bar{O}_3 - \bar{O}_1 = 0$) gösterilmek durumundadır. (Erkuş, 2013, s. 95-96).

Fiziksel hareketlilik içeren oyunların 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisinin incelendiği bu araştırmada, kontrol gruplu ön-test son-test deneysel araştırma deseni kullanılmıştır. Her iki grupta da deneysel işlem öncesi ve sonrası ölçümler yapılmıştır.

Tablo 1.

Öntest-Sontest Kontrol Gruplu Desen

Guruplar	Öntest	Değişimleme	Sontest
S- Deney Grubu	$\bar{O}_1$	X	$\bar{O}_2$
S- Kontrol Grubu	$\bar{O}_3$	-	$\bar{O}_4$

4.2. Ölçme Aracının Geliştirilmesi

Veri toplama aracının maddeleri oluşturulmadan önce bağımlılık ve bağımlılığın alt boyutlarına ilişkin literatür taraması yapılarak bağımlılığa ilişkin kuramsal yapı (davranış ve süreç bağımlılığı) ve bu yapının özellikleri dikkate alınarak maddeler oluşturulmaya çalışılmıştır. Veri toplama aracının oluşturulmasında uzmanlar eşliğinde hazırlanan 5 maddelik bir yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmış, günlük ortalama 30-60 dk ve üzeri oyun oynayan ve yaşları 10-14 arasında değişen 10 çocukla yarı yapılandırılmış görüşme tekniğine göre görüşmeler yapılmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşme yönteminde; görüşme kılavuzu yarı yapılandırılmış görüşme sorularını içerir. Sorular esnektir ve genellikle her katılımcıdan spesifik veriler toplanır. Görüşmenin büyük bir kısmı açıklığa kavuşturulması istenen sorular veya sorulardan oluşur. Önceden belirlenmiş ifade ve soru yanıtları yoktur (Sharan B. Merriam, 2015). Görüşmelerden elde edilen veriler içerik analizine tabi tutularak madde havuzunun oluşturulmasında yararlanılmıştır. Bununla birlikte literatür taraması yapılmış ve literatürde yer alan diğer ölçek ve kaynaklardan yararlanılarak toplam 72 maddelik bir form oluşturulmuştur. Oluşturulan maddeler ikisi alan uzmanı, bir ölçek-değerlendirme ve bir dil uzmanı olmak üzere toplam dört uzman tarafından değerlendirilmiş ve denemelik ölçeğin 31 maddeden oluşturulmasına karar verilerek deneme formu oluşturulmuştur.

Çalışma Gurubu

Geliştirilen ölçeğin denemelik olan hali, 31 maddelik olarak geliştirilmiş ve geliştirilen bu deneme formu, amaçlı örnekleme yöntemine göre seçilen katılımcılara uygulanmıştır. Amaçlı örnekleme, belirli, sınırlayıcı ve ulaşılması güç bireysel özelliklere sahip bireyler üzerinde yapılması uygun olan bir örnekleme tekniğidir (Erkuş, 2013). Ölçek, Ankara ili Keçiören ilçesinde bulunan Ankara-Keçiören İmam Hatip Ortaokulu'nda öğrenim gören ve 10-14 yaş aralığında bulunan öğrencilerden gönüllü olarak katılmayı kabul eden öğrencilere uygulanmıştır. Yaş ortalaması 12 olan örneklem gurubunu 152 si kız 212'si erkek toplam 364 kişi oluşturmaktadır. Dağıtılan 400 ölçekten doğru olarak doldurulduğu kabul edilen 364 ölçek değerlendirmeye alınmıştır. Ölçekteki ifadelerin değerlendirilmesinde 5 puanlı Likert tipi ölçekten yararlanılmıştır (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Kararsızım, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum).

Verilerin Çözümlemesi

Geliştirilen bağımlılık ölçeğinin yapı geçerliliğini sağlamak ve ölçekte yer alan maddelerin işlevsel bir boyutlandırmasının elde edilebilmesi amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi, değişkenler arasındaki karşılıklı ilişkileri inceleyerek, değişkenlerin daha anlamlı ve özet bir şekilde sunulmasını sağlar (Bayram, 2015). Oluşturulan 31 maddelik denemelik ölçek 400 kişiye uygulanmış, 400 ölçekten tamamlanmamış ya da geçerlik ve güvenirliğe uygun olmayan 36 ölçek değerlendirmeye alınmamıştır. Elde edilen ölçeklerden 364'ü değerlendirmeye alınmış, veri çözümlemesinde SPSS 20.0 paket program ve Lisrel 8.80 kullanılarak geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır.

Bulgular ve Yorum

Geçerlik

Verilerin faktör analizi için uygunluğu Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) katsayısı ve Bartlett küresellik (sphericity) testi ile incelenebilir. KMO katsayısı, veri matrisinin faktör analizi için uygun olup olmadığını, veri yapısının faktör çıkarmak için uygunluğu hakkında bilgi verir. Faktörleşebilirlik (factorability) için KMO'nun .60'tan yüksek çıkması beklenir. Bartlett testi, değişkenler arasında ilişki olup olmadığını kısmi korelasyonlar temelinde inceler. Hesaplanan ki-kare istatistiğinin anlamlı çıkması veri matrisinin uygun olduğunun göstergesidir (Büyüköztürk, 2014). KMO katsayısı 1'e yaklaştıkça verilerin analize uygun olduğu, 1 olmasında ise mükemmel bir uyum olduğu anlamına gelir.

Tablo 2.

KMO Bartlett's Küresellik Testi Tablosu

Kaiser-Meyer-Olkin Orneklem Yeterlilik Ölçümü		.931
Bartlett's Küresellik Testi	Yaklaşık Ki-kare	2904.203
	Serbestlik derecesi	300
	Anlamlılık	.000

*p<0.001

Tablo 2'de de görüldüğü gibi yapılan analiz sonucunda KMO değeri .931 ve Bartlett Küresellik testi sonucunda anlamlılık değeri $p < .001$ çıkmıştır. Bu sonuçlar veri setinin faktör analizi yapmaya uygun olduğunu göstermektedir.

Faktör analizi, aynı yapıyı ya da niteliği ölçen değişkenleri bir araya toplayarak ölçmeyi az sayıda faktör ile açıklamayı amaçlayan bir istatistiksel tekniktir (Büyüköztürk, s. 133).

Tablo 3.

Faktör Yükleri, Ortak Varyans Değerleri ve Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

FAKTÖR YÜKLERİ							
Test Maddeleri	1	2	3	4	Ortak Varyans	$\bar{X}$	Ss
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma							
7. Annem ve babam dijital oyun oynamamı engellerse onlara dijital oyun oynamak için ısrar ederim	.497				.448	2.14	1.27
10. İstedğim zaman dijital oyun oynayamazsam sinirlenirim/öfkelenirim	.517				.467	1.81	1.13
12. Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim	.498				.450	1.63	1.07
15. Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur	.544				.431	2.75	1.36
19. Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakınırım	.623				.480	2.19	1.35
20. Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim	.590				.522	1.90	1.90
30. Başkalarına (aile, arkadaşlar, öğretmenler vb.) dijital oyun oynadığım süreyle ilgili yalan söylediğim olur	.604				.528	1.53	.99
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer							
1. Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır		.654			.487	2.81	1.40
3. Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim		.453			.462	2.57	1.26
16. Gün içerisinde birden bire/aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur		.484			.364	2.90	1.35
22. Bilgisayar, telefon, tablet ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı istemem		.751			.579	2.78	1.34
24. Dijital oyunlar hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır (benim için çok önemlidir)		.575			.616	2.17	1.28
28. Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir		.688			.608	2.47	1.36
31. Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir		.576			.531	2.09	1.32
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi							
17. Dijital oyun oynadığım için arkadaşlarımla başka oyunlar oynamaya zamanım kalmaz			.655		.511	1.90	1.16
21. Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur			.488		.497	1.80	1.20
23. Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik gibi) zamanım kalmaz			.659		.497	1.79	1.16
25. Dijital oyun oynamak için ev ödevlerimi aksattığım zamanlar olur			.630		.543	1.71	1.05
27. Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur			.549		.445	1.89	1.21
29. Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim			.495		.448	1.77	1.19
Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma							
2. Dijital oyun oynarken acıktığımın farkına varmam				.553	.425	2.49	1.37
4. Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissederim				.647	.440	2.11	1.10
13. Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçır				.472	.376	1.84	1.11
14. Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm				.456	.469	2.02	1.15
Oz Değerler	8.081	1.603	1.203	1.101			
Varyans %'si	32.235	6.413	4.812	4.402			
Birikimli Varyans %	47.953						

Tablo 3 incelendiğinde, uygulanan faktör analizi sonucunda, 31 maddeden oluşan ölçekten, ölçeğin yapısına uymayan ya da birden fazla faktöre yük veren 7 madde (5.,6.,8.,9.,11.,18.,26.) ölçekten çıkarılmıştır. Geriye kalan 24 madde öz değeri 1'in üzerinde olan 4 alt faktörlü bir yapı oluşturmuştur ve maddeler toplam varyansın % 47.953' ünü açıklamaktadır. Öz değer, hem faktörce açıklanan varyansı hesaplamada, hem de önemli faktör sayısına karar vermede dikkate alınan bir katsayıdır. Faktör analizinde, başlangıçta genel olarak öz değeri 1 ya da 1'den daha büyük olan faktörler önemli faktörler olarak ele alınır (Büyüköztürk, s. 135). Analiz sonunda elde edilen varyans oranları ne kadar yüksek ise ölçeğin faktör yapısı da o kadar güçlü olmaktadır. Sosyal bilimlerde yapılan analizlerde %40 ila %60 arasında değişen Varyans oranları yeterli kabul edilmektedir (Tavşancıl, 2014). Birinci alt faktör 7.,10.,12.,15.,19.,20.,30., ikinci alt faktör 1.,3.,16.,22.,24.,28.,31., üçüncü alt faktör 17.,21.,23.,25.,27.,29., dördüncü alt faktör 2.,4.,13.,14., maddelerden oluşmuştur. Maddelerin faktör yük değerleri, aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları tabloda 2'de görülmektedir.

Madde Analizi

Maddelerin ölçülmek istenen özelliğe sahip olan bireyler ile olmayan bireyleri ayırt edebilme gücü, toplam ölçek puanına göre belirlenen alt% 27 (ölçülen özelliğe yüksek düzeyde sahip olan bireyler) ve üst % 27 (ölçülen özelliğe düşük düzeyde sahip olan bireyler) gruplarının ortalama puanlarının bağımsız t-testi yapılarak incelenmiştir.

Tablo 4.

Madde Analizi Sonuçları

Faktörler	Maddeler	Düzeltilmiş Madde Toplam Test Korelasyonu	(t)	% 27 Üst Grup Karşılaştırması		% 27 Alt Grup Karşılaştırması	
				$\bar{X}$	Ss	$\bar{X}$	Ss
1. Faktör	m7	,734	16,930 ^{***}	4,32	,135	1,42	,104
	m10	,808	22,153 ^{***}	4,30	,132	1,14	,053
	m12	,797	16,583 ^{***}	3,92	,166	1,07	,043
	m15	,621	12,259 ^{***}	4,28	,143	1,80	,142
	m19	,776	18,668 ^{***}	4,41	,134	1,35	,093
	m20	,816	16,403 ^{***}	4,12	,161	1,25	,068
	m30	,802	14,554 ^{***}	3,94	,196	1,05	,030
2. Faktör	m1	,586	12,272 ^{***}	4,26	,136	1,87	,139
	m3	,712	15,810 ^{***}	4,37	,121	1,64	,123
	m16	,627	17,123 ^{***}	4,39	,097	1,62	,128
	m22	,609	11,602 ^{***}	4,19	,171	1,67	,132
	m24	,811	20,958 ^{***}	4,41	,134	1,25	,068
	m28	,748	17,939 ^{***}	4,48	,127	1,39	,115
	m31	,740	21,213 ^{***}	4,35	,133	1,23	,062
3. Faktör	m17	,776	15,947 ^{***}	4,01	,153	1,28	,075
	m21	,783	20,064 ^{***}	4,37	,115	1,32	,099
	m23	,815	15,814 ^{***}	4,08	,167	1,23	,067
	m25	,784	15,395 ^{***}	4,07	,162	1,30	,076
	m27	,717	12,348 ^{***}	3,89	,188	1,32	,088
	m29	,802	17,025 ^{***}	4,28	,162	1,25	,073
4. Faktör	m2	,660	11,910 ^{***}	4,17	,157	1,76	,127
	m4	,677	10,111 ^{***}	3,94	,179	1,66	,137
	m13	,754	12,032 ^{***}	3,82	,180	1,37	,093
	m14	,769	15,685 ^{***}	4,19	,135	1,44	,110

*p<0.001

Genel olarak madde-toplam test korelasyonu .30 ve daha yüksek olan maddelerin iyi derecede ayırt ettiği kabul edilmektedir (Büyüköztürk, 2014, s.83). Analiz sonuçları incelendiğinde madde-toplam test korelasyonlarının .58 ile .81 arasında değiştiği görülmektedir, bu sonuçlar ise maddelerin bireyleri iyi derecede ayırt etme gücüne kanıt gösterilebilir. Madde analizi kapsamında başvuru testin toplam puanlarına göre oluşturulan alt % 27 ve üst % 27' lik grupların madde ortalama puanları arasındaki fark bireyleri ölçülen davranış bakımından ne

derece ayırt ettiğini gösterir. Büyük gruplarda küçük farkların anlamlı çıkma olasılığının yüksek olması nedeniyle, anlamlılık düzeyi için $\alpha=,001$ seçilmesi önerilir. Çok boyutlu yapı gösteren ölçeklerde, alt-üst grupların her bir boyut için tanımlanması ve o boyutta yer alan madde puanlarının karşılaştırılması gerekir (Büyüköztürk, 2014,s.184). Yapılan analizlerde t değerinin 10.11(sd: 179, $p<0.001$) ile 22.15 (sd: 132, $p<0.001$) arasında değiştiği görülmektedir. Alt ve üst grup arasındaki farklara ilişkin t değerlerinin anlamlı olması maddenin ayırt ediciliği için bir kanıt olarak değerlendirilmektedir (Erkuş, 2014).Bu sonuçlara göre ölçekte yer alan maddelerin alt-üst grupların ayırt edilmesinde oldukça güvenilir sonuçlar verdiği söylenebilir.

Doğrulamalı Faktör Analizi

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen faktör yapılarının geçerliliğini test etmek için doğrulamalı faktör analizinden yararlanılmıştır. Doğrulamalı faktör analizi, açımlayıcı faktör analizinden elde edilen faktör yapılarını denetlemek amacıyla kullanılan bir denetleme ve test yöntemidir (Özdamar, 2016, s. 231). DFA’da analiz süreci, AFA gibi gözlenen değişkenlerin bir setiyle başlar ve faktörler altında daha küçük bir sayı kullanılarak değişkenler arasındaki ilişki açıklanmaya çalışılır (Çelik ve Yılmaz, 2013, s. 44).

Doğrulamalı faktör analizinde birçok uyum indeksi değeri kullanılmaktadır. Alanyazında, doğrulamalı faktör analizleri için kullanılan farklı uyum indekslerinin olduğu görülmekle birlikte bu konuda tam bir standart sağlanabilmiş değildir. Bununla birlikte yapılan araştırmalarda en sık kullanılan uyum indeksleri ise; Ki-Kare Uyum Testi (Chi-Square Goodness), tahmin hatalarının ortalamasının karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), sıkı iyilik uyum indeksi (Parsimony Goodness of Fit Index, PGFI), sıkı normlaştırılmış uyum indeksi (Parsimony Normed Fit Index, PNFI), iyilik uyum indeksi (Goodness of Fit Index, GFI), düzeltilmiş iyilik uyum indeksi (Adjustment Goodness of Fit Index, AGFI), fazlalık uyum indeksi (Incremental Fit Index, IFI), normlaştırılmış uyum indeksi NFI), karşılaştırmalı uyum indeksi (Comparative Fit Index, CFI), olarak öne çıkmaktadır. Doğrulamalı faktör analizi için bu çalışmada Lisrel 8.80 kullanılmıştır.

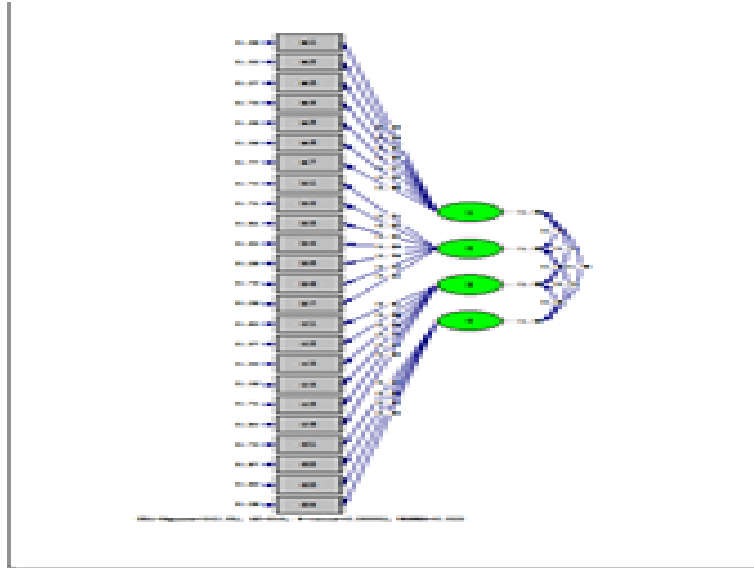
Tablo 5.

Doğrulamalı Faktör Analizi Sonuçları

Model İndeksleri	Uyum	İyi Varsayılan Aralık	Kabul Edilebilir Aralık	Edilebilir	ÇİDOBÖ için Uyum Değerleri
X^2 / sd		$0 < X^2 / sd < 2$	$2 < X^2 / sd < 3$		1.48
RMSEA		$0.00 < RMSEA < 0.05$	$0.05 < RMSEA < 0.10$		0.05
PGFI		$0.95 < PGFI < 1.00$	$0.50 < PGFI < 0.95$		0.68
PNFI		$0.95 < PNFI < 1.00$	$0.50 < PNFI < 0.95$		0.77
GFI		$0.85 < GFI < 1.00$	$0.90 < GFI < 0.95$		0.85
AGFI		$0.90 < AGFI < 1.00$	$0.85 < AGFI < 0.90$		0.87
IFI		$0.95 < IFI < 1.00$	$0.90 < IFI < 0.95$		0.95
NFI		$0.95 < NFI < 1.00$	$0.90 < NFI < 0.95$		0.91
CFI		$0.95 < CFI < 1.00$	$0.90 < CFI < 0.95$		0.95

(Hair et al,1998; Jöreskog ve Sörbom, 1996; Schermelleh-Engel ve Moosbrugger, 2003; Raykov and Marcoulides,2006; akt: Çelik ve Yılmaz, 2013).

Tablo 5’te doğrulamalı faktör analizi sonuçları görülmektedir. Bu sonuçlara göre; ÇİDOBÖ’nün uyum indekse değerleri sırasıyla; X^2/sd : 1.48, RMSEA: 0.05, PGFI: 0.68, PNFI: 0.77, GFI=0.85, AGFI=0.87, IFI: 0.95, NFI: 0.91, CFI=0.95 olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuçların iyi varsayılan aralık ve kabul edilebilir aralık değerleri arasında olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar, ÇİDOBÖ’nün faktör yapısını doğrulamaktadır.



Şekil 5. Doğrulamalı faktör analizi sonuçları

Güvenirlilik

Tablo 5 incelendiğinde alt faktörlerin Cronbach Alpha değerleri ve diğer faktörlerle olan korelasyon değerleri görülmektedir. Korelasyon katsayısının 1.00 olması, mükemmel pozitif

bir ilişkiyi; -1.00 olması, mükemmel negatif bir ilişkiyi; 0.00 olması, ilişkinin olmadığını gösterir. Korelasyon katsayısının büyüklük bakımından yorumlanmasında üzerinde tam olarak ortaklaşılan aralıklar bulunmamakla birlikte, korelasyonu yorumlamada şu sınırların sıklıkla kullanılabileceği not edilmektedir. Korelasyon katsayısının, mutlak değer olarak, 0.70-1.00 arasında olması yüksek; 0.70-0.30 arasında olması, orta; 0.30-0.00 arasında olması ise, düşük düzeyde bir ilişki olarak tanımlanabilir (Büyüköztürk, 2014). Analiz sonuçlarında faktörlerin korelasyon değerlerinin 0.51 ile 0.87 arasında değiştiği görülmektedir. Bu sonuçlara göre faktörlerin birbirleri ile orta ve yüksek düzeyde ilişkili olduğu söylenebilir. Faktörlerin Cronbach Alpha katsayıları birinci alt faktör için .78, ikinci alt faktör için .81, üçüncü alt faktör için .76, dördüncü alt faktör için .67, toplam ölçek için ise .90 bulunmuştur.

Tablo 6.

Faktörlerin korelasyon (r) ve güvenirlik (α) değerleri

Faktörler	1.Alt faktör	2.Alt faktör	3.Alt faktör	4.Alt faktör	Tutum toplam puan
1.Alt faktör	1	.64**	.64**	.54**	.87**
2.Alt faktör	.64**	1	.54**	.51**	.86**
3.Alt faktör	.64**	.54**	1	.53**	.81**
4.Alt faktör	.54**	.51**	.53**	1	.72**
Cra	.78	.81	.76	.67	
Toplam Cra					.90

Tablo 6’da görüldüğü gibi ölçek alt faktörleri birbirleri ile pozitif yönde ilişkiye sahiptir. Bu sonuca göre ölçek alt faktörlerinin birbiri ile ilişkili olduğu ve ölçek toplam puanının yüksek olmasının bağımlılık düzeyinin yüksek olması anlamına geldiği söylenebilir.

Devamlı özellikler ile ilgili ölçmelerde aranan güvenirliğin tahmininde aynı ölçme aracı, aradan belli bir süre geçtikten sonra aynı gruba uygulanır ve iki uygulamadan elde edilen ölçümler arasındaki ilişki bulunur. Bir ölçeğin zamana karşı değişmez olduğunu (kararlılık gösterdiğini) saptamak üzere hesaplanan korelasyon katsayısının pozitif ve yüksek olması istenir ve bu sınır ölçekler için en az 0.70’dir (Tavşancıl, s. 25).

Tablo 7.

Ölçeğin Cronbach Alpha İç Tutarlık ve Test-Tekrar Test Korelasyon Katsayıları

Faktörler	Cronbach Alpha	Test-Tekrar Test Korelasyonu
1.Alt faktör	.78	.82
2.Alt faktör	.81	.88
3.Alt faktör	.76	.73
4.Alt faktör	.67	.70
Toplam Cra	.90	.81

Tablo 7’de ölçme aracının güvenilirliği için iç tutarlık (Cronbach Alpha) ve Test-Tekrar Test korelasyon katsayıları verilmiştir. Test-Tekrar Test korelasyon katsayısı toplam ölçek için .81, birinci alt faktör için .82, ikinci alt faktör için .88 üçüncü alt faktör için .73 ve dördüncü alt faktör için .70’tir. Güvenirlik analizi sonuçları dikkate alındığında, ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğu ifade edilebilir.

Ölçekten alınabilecek en düşük puan “24” en yüksek puan “120” dir. Ölçek puanlamasının derecelendirmesinde ise; “1-24: Normal grup, 25-48: Az riskli grup, 49-72 Riskli grup, 73-96 Bağımlı grup, 97-120 Yüksek düzeyde bağımlı grup” olarak değerlendirilmektedir.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu oluşturulurken dijital oyun bağımlılığı ile ilişkili olabileceği düşünülen bağımsız değişkenlerin neler olduğuna yönelik literatür taraması yapılmış ve ilişkili olabilecek değişkenlere yönelik kişisel bilgi formu oluşturulmuştur.

Tablo 8.

Kişisel Bilgi Formu

Yaş				
Cinsiyet	Kız	Erkek		
Kardeş sayısı	1	2	3	4+
Anne Eğitim Düzeyi	İlkokul	Ortaokul	Lise	Üniversite
Baba Eğitim Düzeyi	İlkokul	Ortaokul	Lise	Üniversite
Günlük Ortalama Dijital Oyun Oynama Süresi	30-60dk	61-90 dk	91-120 dk	120 ve üzeri

Her bir değişken ile ölçekten alınan toplam puan ve alt faktörlere yönelik bağımlılık puanları arasındaki ilişki çalışmada ele alınmıştır.

4.3. Evren

Araştırmanın amacına bağlı olarak, üzerinde araştırma yapılabilecek veya genelleme yapılacak tüm bireylerin (birimlerin) oluşturduğu gruba evren denir. Amaçlı örnekleme, belirli, sınırlayıcı ve ulaşılması güç bireysel özelliklere sahip bireyler üzerinde yapılması uygun olan bir örnekleme tekniğidir. Burada amaç, ilgili özelliklere sahip bireylere ulaşabilmektir (Erkuş, 2013, s. 118).

Bu kapsamda araştırmanın evrenini, 11-14 yaş grubu dijital oyun bağımlısı olan ortaokul öğrencileri oluşturmaktadır.

4.4. Örneklem

Örneklem (sample), özellikleri hakkında bilgi toplamak için çalışılan evrenden seçilen onun sınırlı bir parçası; örnekleme (sampling) ise evrenin özelliklerini belirlemek, tahmin etmek amacıyla onu temsil edecek uygun örnekleri seçme süreci ve bu süreçte gerçekleştirilen tüm işlemleri tanımlar (Büyüköztürk vd. 2016, s. 81).

Bu çalışmada örneklem seçimi olarak “amaçlı örnekleme” ve “ölçüt örnekleme” yöntemlerinden yararlanılmıştır. Amaçlı örnekleme yöntemlerinden “benzeşik örnekleme” yönteminden yararlanma yoluna gidilmiştir. Benzeşik örnekleme yöntemi; evrenden araştırmanın problemi ile ilgili olarak benzeşik bir alt grubun, durumun seçilerek çalışmanın burada yapılmasını tanımlar (Büyüköztürk vd., 2016, s. 91). Ölçüt örnekleme yöntemindeki temel anlayış önceden belirlenmiş bir dizi ölçütü karşılayan bütün durumların çalışılmasıdır. Burada sözü edilen ölçüt veya ölçütler araştırmacı tarafından oluşturulabilir ya da daha önceden hazırlanmış bir ölçüt listesi kullanılabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s. 140).

Bu kapsamda araştırmanın örneklemini; Ankara İli Kızılcahamam İlçesinde bulunan Kızılcahamam İmam Hatip Ortaokulu’nda 2015-2016 eğitim öğretim döneminde öğrenim gören 147 kız, 144 erkek olmak üzere toplam 291 (5.6.7.8. sınıf) öğrenciden, ölçüt örnekleme yöntemine göre bağımlılık düzeyi yüksek olan 29 kız, 51 erkek olmak üzere 80 (5.6.7.8. sınıf) öğrenci oluşturmaktadır. Kontrol ve deney gruplarının belirlenmesinde, araştırmacı tarafından geliştirilen “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmış ve ölçek, toplam 291 öğrenciye uygulanarak elde edilen veriler SPSS 20. Paket programında analiz edilmiş ve bağımlılık düzeyi yüksek çıkan 80 öğrenci (ölçek toplam puanı 49 ve üzeri olan) araştırmaya dahil

edilmiştir. Seçilen örneklem grubu, yansız atama yöntemine göre, ölçekten almış oldukları puanlar, yaş, cinsiyet ve sınıf düzeyi gibi değişkenler dikkate alınarak iki guruba ayrılmıştır. Araştırma örnekleminin Kızılcahamam İmam Hatip Ortaokulu'ndan seçilmesinde, okulun mevcut fiziki şartları (Spor salonunun var olması, yeterli oyun materyallerinin olması vb.), ders saatleri (Öğrencilerin okula geliş gidiş saatleri) ve araştırmacı açısından kolay ulaşılabilir olması gibi faktörler göz önüne alınmıştır. Bu kapsamda; gerekli resmi izinler alınmadan önce okul yöneticileri ile görüşmeler yapılmış ve görüşmeler neticesinde resmi izinlerin alınması aşamasına geçilmiştir. Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğüne 04.01.2016 tarihinde resmi izin için gerekli başvurular yapılmış ve 06.01.2016 tarihinde resmi izin alınarak gerekli çalışmalara başlanmıştır.

Deney grubunda yer alan öğrenci velilerine davet mektubu gönderilerek yapılacak çalışma hakkında bilgi verilmesi amacıyla 27.02.2016 tarihinde Kızılcahamam İmam Hatip Ortaokulu'nda bir toplantı yapılarak, öğrenci velilerine bilgi verilmiş ve velilerden gerekli izinler alınmıştır.

Deneysel süreçte; kontrol grubunda yer alan öğrenciler için herhangi bir değişimleme yapılmamıştır. Deney grubunda yer alan öğrenciler için ise 12 haftalık bir “Fiziksel hareketlilik içeren oyun programı” hazırlanmış, bu program pazartesi ve çarşamba günleri (her uygulama en az 120 dk.) olmak üzere haftanın iki günü son ders saatinden sonra öğrencilere uygulanmıştır. Egzersiz katılım ve zihinsel sağlık arasındaki ilişkinin tespiti ile ilgili araştırmalarda egzersiz uygulama süresi 3 ila 12 hafta arasında değişmekle birlikte veriler, 3-4 haftalık bir egzersiz uygulamasının da benzer sonuçları verdiğini görülmüştür (Donaghy’ den akt. Yeltepe Ercan, 2013,s. 104). Uygulanan programın içeriğinin hazırlanmasında; yerli ve yabancı alan yazın incelenmiş ve alan uzmanından görüşler alınarak, seçilen oyunların öğrencilerin yaş özellikleri, cinsiyetleri, katılımcı sayısı, salonun büyüklüğü, gerekli araç-gereç ve malzeme durumu da göz önünde bulundurularak, oyunların bireysel ve grup oyunları olması, kuvvet, sürat, dayanıklılık, hareketlilik ve beceri olmak üzere farklı motorik özellikleri içermesine özen gösterilmiştir.

Fiziksel hareketlilik içeren oyun programının içeriğinde yer alan oyunlar; Roger Collois’in oyun sınıflaması kategorilerinden, ağırlıklı olarak “Mücadele-Yarışma Oyunları” sınıflamasında yer almaktadır. Seçilen oyunların yüksek düzeyde fiziksel hareketlilik

gerektirmesi ve mücadeleye-yarışmaya dönük olması bunun temel nedenidir. Özellikle çalışma programında yer alan parkur oyunları, temel motorik özelliklerin ön planda olduğu yüksek yoğunluklu hareketlilik oyunlarıdır. Benzer şekilde diğer oyunlar da fiziksel hareketliliğin ön planda olduğu mücadele-yarışma türünden oyunlardır (Uygulama örnekleri araştırmanın Ek-6 bölümünde verilmiştir).

Verilerin Toplanması

Verilerin toplanması sürecinde; öğrencilere uygulanan ön-test aynı zamanda ölçüt örnekleme olarak kabul edilerek bağımlılık düzeyi yüksek olan (Ölçek toplam puanı 49 puan ve üzeri) öğrenciler tespit edilerek yansız atama yöntemi ile kontrol ve deney grupları oluşturulmuştur. Yapılan 12 haftalık eğitim süreci sonrasında, kontrol ve deney gruplarından son-test verileri toplanarak elde edilen veriler SPSS 20. Paket programında değerlendirilmiştir.

Verilerin Analizi

Genel amaç neticesinde oluşturulan alt problemlere yönelik elde edilen veriler, SPSS 20 paket programında istatistiksel analizlere tabi tutulmuştur. Elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro - Wilk testi ile test edilmiştir. Buna yönelik olarak gerekli istatistiki işlemler yapılmıştır. Kişisel Bilgi Formu ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği'nden elde edilen veriler şöyle analiz edilmiştir;

- Öncelikli olarak değişkenlere ilişkin dağılımların normalliği test edilmiştir. Normal dağılım gösteren değişkenlerin evren varyanslarının homojenliği test edilerek normal dağılım gösteren değişkenler parametrik test yöntemleri ile analiz edilmiştir. Normal dağılım göstermeyen değişkenler, parametrik hipotez testlerine ilişkin temel varsayımlardan normallik varsayımını sağlayamadıkları için evren varyanslarının homojenliği test edilmemiştir.
- Dağılımların normal dağılıp dağılmadığını test etmek amacıyla kullanılan iki yaygın test yöntemi; Shapiro - Wilk yöntemi ve Kolmogorov Smirnov (K-S) yöntemidir. Shapiro-Wilk yöntemi genellikle gözlem sayısının 50'nin altında olduğu durumlarda kullanılır (Alpar, 2012). Gözlem sayısının 50'nin üstünde olduğu durumlarda Kolmogorov Smirnov (K-S) yöntemi kullanılır. Bulunan p değeri $\alpha = 0,05$ 'ten büyük olduğu durumda dağılımın normal dağılım gösterdiği söylenir. Değişkenlere ilişkin tüm kategorilerde dağılım normal

olduğu zaman değişkene ait dağılımlın normal olduğu, kategorilerden en az bir tanesinde dağılım normal olmadığı zaman dağılımlın normal olmadığı kabul edilmiştir.

- Genel ölçekte ve ölçek alt faktörlerinde dağılımlın normallik varsayımını karşıladığı durumlarda verilerin analizinde parametrik (t- Testi, One-Way ANOVA Testi) testlerden yararlanılmıştır. Dağılımlın normallik varsayımını karşılamadığı durumlarda ise verilerin analizinde nonparametrik (Mann-Whitney U Testi, Wilcoxon İşaretli-Sıralar Testi, Kruskal Wallis Testi) testlerden yararlanılmıştır.

BÖLÜM V

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde kontrol ve deney guruplarına ait tanımlayıcı istatistik bilgileri ve değişkenlere ait fark analizlerinin yer aldığı bilgilere yer verilmiştir.

Tablo 9.

Kontrol ve Deney Guruplarının Yaş Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri

Kontrol Grubu			Deney Grubu		
Yaş	Frekans	Yüzde (%)	Yaş	Frekans	Yüzde (%)
11	15	37,5	11	6	15,0
12	6	15,0	12	15	37,5
13	8	20,0	13	10	25,0
14	11	27,5	14	9	22,5
Toplam	40	100,0	Toplam	40	100,0

Araştırmanın kontrol grubunda yer alan öğrencilerin yaş dağılımına bakıldığında %37,5'i 11 yaşında (n=15), %15'i, 12 yaşında (n=6), %20'si 13 yaşında (n=8) ve %27,5'i 14 yaşında (n=11) olmak üzere toplam 40 öğrenciden oluşmaktadır.

Araştırmanın deney grubunda yer alan öğrencilerin yaş dağılımlarına bakıldığında, %15'i 11 yaşında (n=6), 37,5'i 12 yaşında (n=15), %25'i 13 yaşında (n=10) ve %22,5'i 14 (n=9) yaşında olmak üzere toplam 40 öğrenciden oluşmaktadır.

Tablo 10.

Kontrol ve Deney Guruplarının Cinsiyet Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri

Kontrol Grubu			Deney Grubu		
Cinsiyet	Frekans	Yüzde (%)	Cinsiyet	Frekans	Yüzde (%)
Kız	16	40,0	Kız	13	32,5
Erkek	24	60,0	Erkek	27	67,5
Toplam	40	100,0	Toplam	40	100,0

Araştırmanın kontrol grubunda yer alan öğrencilerin cinsiyete göre dağılımlarına bakıldığında, %40'ı kız öğrenci (n=16) ve %60'ı erkek öğrenci (n=24) olmak üzere toplam 40 öğrenciden oluştuğu görülmektedir.

Araştırmanın deney grubunda yer alan öğrencilerin cinsiyete göre dağılımlarına bakıldığında, %32,5'i kız öğrenci (n=13) ve %67,5'i erkek öğrenci (n=27) olmak üzere toplam 40 öğrenciden oluştuğu görülmektedir.

Tablo 11.

Kontrol ve Deney Guruplarının Anne Eğitim Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri

Kontrol Grubu			Deney Grubu		
Öğrenim D.	Frekans	Yüzde (%)	Öğrenim D.	Frekans	Yüzde (%)
İlkokul	4	10,0	İlkokul	16	40,0
Ortaokul	9	22,5	Ortaokul	10	25,0
Lise	27	67,5	Lise	14	35,0
Toplam	40	100,0	Toplam	40	100,0

Araştırmanın kontrol grubunda yer alan öğrencilerin anne eğitim düzeyine bakıldığında, ilkokul mezunu %10 (n=4), ortaokul mezunu %22,5 (n=9) ve lise mezunu %67,5 (n=27) olduğu görülmektedir.

Araştırmanın deney grubunda yer alan öğrencilerin anne eğitim düzeylerine bakıldığında, ilkokul mezunun %40 (n=16), ortaokul mezunun %25 (n=10) ve lise mezunu %35 (n=14) olduğu görülmektedir.

Tablo 12.

Kontrol ve Deney Guruplarının Baba Eğitim Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri

Kontrol Grubu			Deney Grubu		
Öğrenim D.	Frekans	Yüzde (%)	Öğrenim D.	Frekans	Yüzde (%)
İlkokul	6	15,0	İlkokul	7	17,5
Ortaokul	9	22,5	Ortaokul	8	20,0
Lise	17	42,5	Lise	16	40,0
Üniversite	8	20,0	Üniversite	9	22,5
Toplam	40	100,0	Toplam	40	100,0

Araştırmanın kontrol grubunda yer alan öğrencilerin baba eğitim düzeylerine bakıldığında, ilkokul mezunun %15 (n=6), ortaokul mezunu %22,5 (n=9), lise mezunu %42,5 (n=17) ve üniversite mezunu %20 (n= 8)'dir.

Araştırmanın deney grubunda yer alan öğrencilerin baba eğitim düzeylerine bakıldığında, ilkokul mezununu %17,5 (n=7), ortaokul mezunu %20 (n=8), lise mezunu %40 (n=16) ve üniversite mezunu %22,5 (n=9)' dur.

Tablo 13.

Kontrol ve Deney Gruplarının Kardeş Sayısı Değişkenine Ait Tanımlayıcı İstatistik Verileri

Kontrol Grubu			Deney Grubu		
	Frekans	Yüzde (%)		Frekans	Yüzde (%)
Kardeşi yok*	2	5,0	Bir	5	12,5
Bir	3	7,5	İki	14	35,0
İki	13	32,5	Üç	21	52,5
Üç	14	35,0	Toplam	40	100,0
Dört ve üzeri	8	20,0			
Toplam	40	100,0			

Araştırmanın kontrol grubunda yer alan öğrencilerin kardeş sayısı dağılımlarına bakıldığında, kardeşi olmayan çocuk (tek çocuk) %5 (n=2), bir kardeşi olan %7,5 (n=3), iki kardeşi olan %32,5 (n=13), üç kardeşi olan %35 (n=14) ve dört ve üzeri sayıda kardeşi olan %20 (n=8) olduğu görülmektedir.

Araştırmanın deney grubunda yer alan öğrencilerin kardeş sayısı dağılımlarına bakıldığında, bir kardeşi olan çocuk %12,5 (n=5), iki kardeşi olan %35 (n=14) ve üç kardeşi olan %52,5 (n=21) öğrenci olduğu görülmektedir.

Kontrol ve deney gruplarına ait ön-test puan farklarına ilişkin elde edilen veriler Tablo 14 ve 15' de verilmiştir. Kontrol ve deney gruplarının ön-test puanlarına göre, Toplam puan ve ölçek alt faktörlerinde (Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör, Dördüncü Alt Faktör) dağılımın normallik varsayımının yerine getirilmediği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle bu değişkenlerin analizinde Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır. İkinci Alt Faktör toplam puanı normallik varsayımını sağlandığı için Independent Samples t-Test kullanılmıştır.

Tablo 14.

Kontrol ve Deney Gruplarının Ön-Test Puanlarının Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör Puanları Farklarına İlişkin Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Ölçüm	Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	p
Ön Test Toplam	Kontrol grubu	40	42,11	1684,50	735,500	0,53
	Deney grubu	40	38,89	1555,50		
Ön Test Birinci Alt Faktör	Kontrol grubu	40	41,06	1642,50	777,500	0,82
	Deney grubu	40	39,94	1597,50		
Ön Test Üçüncü Alt Faktör	Kontrol grubu	40	41,59	1663,50	756,500	0,67
	Deney grubu	40	39,41	1576,50		
Ön Test Dördüncü Alt Faktör	Kontrol grubu	40	45,10	1804,00	616,000	0,07
	Deney grubu	40	35,90	1436,00		

Yapılan analizler sonucunda; deney ve kontrol grubu öğrencilerinin ön-test Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($U = 735,500$; $p=0,53>0,05$). Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin ön-test puanları Birinci Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($U = 777,500$; $p=0,82>0,05$). Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin ön-test puanları Üçüncü Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($U = 756,500$; $p=0,67>0,05$). Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin ön-test puanları Dördüncü Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($U = 616,000$; $p=0,07>0,05$).

Tablo 15.

Kontrol ve Deney Guruplarının İkinci Alt Faktör İçin Ön-Test Puan Farklarına İlişkin T-Testi Sonuçları

Ölçüm	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	Serbestlik Derecesi	t	p
Ön Test İkinci Alt Faktör	Kontrol grubu	40	23,9000	3,71966	78	-0,801	0,42
	Deney grubu	40	24,6500	4,61075			

Yapılan analiz sonuçlarına göre; deney ve kontrol grubu öğrencilerinin ön-test puanları İkinci Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. ($t_{(78)} = -0,801$; $p=0,42 > 0,05$). Bu sonuçlara göre kontrol ve deney gruplarının ön-test puanları arasında anlamlı bir farklılık yoktur ve dolayısı ile kontrol ve deney grupları benzer özelliklere sahiptirler.

Araştırmanın birinci alt problemi olan; Deney grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyi ön-test/son-test puanları farklılık göstermekte midir? Sorusuna yönelik elde edilen bulgular Tablo 16 ve 17’ de verilmiştir. Deney grubuna ait ön-test/ son-test puanlarına göre, Toplam puan ve ölçek alt faktörlerinde (Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör, Dördüncü Alt Faktör) dağılımın normallik varsayımını yerine getirilmediği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle bu değişkenlerin analizinde Wilcoxon İşaretli Sıralı Testi kullanılmıştır. İkinci Alt Faktör için normallik varsayımı sağlandığı için ilişkili Örneklem t-Test kullanılmıştır.

Tablo 16.

Deney Grubuna Ait Ön-Test/Son-Test Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan Wilcoxon İşaretli-Sıralar Testi Sonuçları

Grup	Ölçüm	Son Test – Ön Test	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	z	p
Deney Grubu	Toplam Puan	Negatif Sıra	33	21,76	718,00	-4,578*	0,00
		Pozitif Sıra	6	10,33	62,00		
		Eşit	1	-	-		
Deney Grubu	Birinci Alt Faktör	Negatif Sıra	27	20,57	555,50	-3,499*	0,00
		Pozitif Sıra	9	12,28	110,50		
		Eşit	4	-	-		
Deney Grubu	Üçüncü Alt Faktör	Negatif Sıra	25	20,60	515,00	-2,101*	0,03
		Pozitif Sıra	13	17,38	226,00		
		Eşit	2	-	-		
Deney Grubu	Dördüncü Alt Faktör	Negatif Sıra	27	17,69	477,50	-1,910*	0,05
		Pozitif Sıra	10	22,55	225,50		
		Eşit	3	-	-		

Yapılan analiz sonuçlarına göre; deney grubu öğrencilerin ön-test – son-test Toplam puanları incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($z = -4,578$; $p=0,00 < 0,05$). Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamı dikkate alındığında, gözlenen bu farkın ön-test

puanı lehine olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre uygulanan program sonrasında deney grubu öğrencilerinin almış oldukları toplam puanların sıra ortalamaları azalmıştır.

Deney grubu öğrencilerin ön-test – son-test toplam puanları Birinci Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($z = -3,499$; $p = 0,00 < 0,05$). Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamaları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın ön-test puanı lehine olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre uygulanan program sonrasında deney grubu öğrencilerinin almış oldukları toplam puanların sıra ortalamaları Birinci Alt Faktör için azalmıştır.

Deney grubu öğrencilerin ön-test – son-test toplam puanları Üçüncü Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($z = -2,101$; $p = 0,03 < 0,05$). Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamaları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın ön-test puanı lehine olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre uygulanan program sonrasında deney grubu öğrencilerinin almış oldukları toplam puanların sıra ortalamaları Üçüncü Alt Faktör için azalmıştır.

Deney grubu öğrencilerin ön-test – son-test toplam puanları Dördüncü Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($z = -1,910$; $p = 0,05 > 0,05$). Bu sonuçlar; Farklılık bulunan analizlerde bağımlılığın azaldığını göstermektedir.

Tablo 17.

Deney Grubuna Ait İkinci Alt Faktör Ön-Test / Son-Test Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan T-Testi Sonuçları

Grup	Ölçüm	N	Ortalama ($\bar{X}$)	Standart Sapma	Serbestlik Derecesi	t	p	
Deney Grubu	İkinci Alt Faktör	Ön Test	40	24,6500	4,61075	39	7,047	0,00
		Son Test	40	17,5500	5,66116			

Yapılan analizler sonucunda; deney grubu öğrencilerinin ön-test – son-test sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($t_{(39)} = 7,047$; $p = 0,00 < 0,05$). Ortalamalar incelendiğinde son-test ortalamasının ($17,5500 \pm 5,66116$) ön-test ortalamasından ($24,6500 \pm 4,61075$) daha düşük olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre uygulanan program sonrasında deney grubu öğrencilerinin almış oldukları toplam puanların ortalamaları İkinci Alt Faktör için azalmıştır. Bu sonuçlar; Farklılık bulunan analizlerde bağımlılığın azaldığını göstermektedir.

Araştırmanın ikinci ait problemi olan; Kontrol grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyi ön-test/son-test puanları farklılık göstermekte midir? Sorusuna yönelik elde edilen bulgular tablo 18 ve 19’ da verilmiştir. Kontrol grubuna ait ön-test/ son-test puanlarına göre, Toplam puan ve ölçek alt faktörlerinden Üçüncü Alt Faktör’ ün, dağılımın normallik varsayımını yerine getirilmediği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle bu değişkenlerin analizinde Wilcoxon İşaretli Sıralı Testi kullanılmıştır. Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör için normallik varsayımı sağlandığı için İlişkili Örneklem T-Test kullanılmıştır.

Tablo 18.

Kontrol Grubuna Ait Toplam Puan ve Üçüncü Alt Faktör İçin Ön-Test /Son-Test Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan Wilcoxon İşaretli – Sıralar Testi Sonuçları

Grup	Ölçüm	Son Test – Ön Test	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	z	p
Kontrol grubu	Toplam Puan	Negatif Sıra	9	8,72	78,50	-4,236*	0,00
		Pozitif Sıra	29	22,84	662,50		
		Eşit	2	-	-		
Kontrol grubu	Üçüncü Alt Faktör	Negatif Sıra	6	16,33	98,00	-4,078*	0,00
		Pozitif Sıra	33	20,67	682,00		
		Eşit	1	-	-		

Yapılan analizler sonucunda; kontrol grubu öğrencilerinin ön-test – son-test Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($z = -4,236$; $p = 0,00 < 0,05$). Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamaları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın son-test puanı lehine olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre kontrol grubu öğrencilerinin almış oldukları toplam puanların sıra ortalamaları artmıştır.

Kontrol grubu öğrencilerin ön-test – son-test puanları Üçüncü Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($z = -4,078$; $p = 0,00 < 0,05$). Fark puanlarının sıra ortalaması ve toplamaları dikkate alındığında, gözlenen bu farkın son test puanı lehine olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre kontrol grubu öğrencilerinin almış oldukları toplam puanların sıra ortalamaları artmıştır. Bu sonuçlara göre; farklılık bulunan analizlerde bağımlılığın arttığı görülmektedir.

Tablo 19.

Kontrol Grubuna Ait Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör İçin Ön-Test / Son-Test Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan T-Testi Sonuçları

Grup	Ölçüm		N	Ortalama ($\bar{X}$)	Standart Sapma	Serbestlik Derecesi	t	p
Kontrol Grubu	Birinci Alt Faktör	Ön Test	40	19,0750	3,66821	39	-4,769	0,00
		Son Test	40	23,2250	4,12924			
Kontrol Grubu	İkinci Alt Faktör	Ön Test	40	23,9000	3,71966	39	-1,260	0,21
		Son Test	40	24,8250	4,22985			
Kontrol Grubu	Dördüncü Alt Faktör	Ön Test	40	10,8250	2,97759	39	-2,028	0,04
		Son Test	40	12,2250	3,00843			

Yapılan analizler sonucunda; kontrol grubu öğrencilerinin ön-test – son-test puan sonuçları Birinci Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($t_{(39)} = -4,769$; $p=0,00 < 0,05$). Ortalamalar incelendiğinde son-test ortalamasının ($23,2250 \pm 4,12924$) ön-test ortalamasından ($19,0750 \pm 3,66821$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre kontrol grubu öğrencilerinin almış oldukları toplam puanların ortalamaları Birinci Alt Faktör için artmıştır.

Kontrol grubu öğrencilerin ön-test – son-test sonuçları İkinci Alt Faktör için incelendiğinde, rakamsal olarak artış olmasına rağmen bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir ($t_{(39)} = -1,260$; $p=0,21 > 0,05$).

Kontrol grubu öğrencilerin ön-test – son-test sonuçları Dördüncü Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($t_{(39)} = -2,028$; $p=0,04 < 0,05$). Ortalamalar incelendiğinde son-test ortalamasının ($12,2250 \pm 3,00843$) ön-test ortalamasından ($10,8250 \pm 2,97759$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre kontrol grubu öğrencilerinin almış oldukları toplam puanların ortalamaları Dördüncü Alt Faktör için artmıştır. Bu sonuçlara göre; farklılık bulunan analizlerde bağımlılığın arttığı görülmektedir.

Araştırmanın üçüncü alt problemi olan; kontrol ve deney gruplarının dijital oyun bağımlılık düzeyi son-test puanları farklılık göstermekte midir? Sorusuna yönelik elde edilen bulgular Tablo 20 ve 21’ de verilmiştir. Kontrol ve deney gruplarının son-test puanlarına göre, Toplam puan ve ölçek alt faktörlerinde (İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör, Dördüncü Alt Faktör) dağılımın normallik varsayımının yerine getirilmediği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle bu

değişkenlerin analizinde Mann Whitney U Testi kullanılmıştır. Birinci Alt Faktör için normallik varsayımı sağlandığı için İlişkisiz Örneklem t-Test kullanılmıştır.

Tablo 20.

Kontrol ve Deney Guruplarının Son-Test Toplam Puan, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör, Dördüncü Alt Faktör Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Ölçüm	Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıralar Toplamı	U	p
Son Test Toplam	Kontrol grubu	40	57,02	2281,00	139,000	0,00
	Deney grubu	40	23,98	959,00		
Son Test İkinci Alt Faktör	Kontrol grubu	40	54,31	2172,50	247,500	0,00
	Deney grubu	40	26,69	1067,50		
Son Test Üçüncü Alt Faktör	Kontrol grubu	40	54,41	2176,50	243,500	0,00
	Deney grubu	40	26,59	1063,50		
Son Test Dördüncü Alt Faktör	Kontrol grubu	40	52,99	2119,50	300,500	0,00
	Deney grubu	40	28,01	1120,50		

Analiz sonuçlarına göre; deney ve kontrol grubu öğrencilerinin son-test Toplam puanları incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($U = 139,000$; $p=0,00<0,05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında kontrol grubunun son-test toplam puan sıra ortalamaları (57,02), deney grubunun son test toplam puan sıra ortalamalarından (23,98) daha yüksektir.

Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin son-test puanları İkinci Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($U = 247,500$; $p=0,00<0,05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında kontrol grubunun son-test toplam puan sıra ortalamaları İkinci Alt Faktör için (54,31), deney grubunun son-test toplam puan sıra ortalamalarından (26,69) daha yüksektir.

Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin son-test puanları Üçüncü Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($U = 243,500$; $p=0,00<0,05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında kontrol grubunun son-test toplam puan sıra ortalamaları Üçüncü Alt Faktör için (54,41), deney grubunun son-test toplam puan sıra ortalamalarından (26,59) daha yüksektir.

Deney ve kontrol grubu öğrencilerinin son-test puanları Dördüncü Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($U = 300,500$; $p=0,00<0,05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında kontrol grubunun son-test toplam puan sıra ortalamaları Dördüncü Alt Faktör için (52,99), deney grubunun son-test toplam puan sıra ortalamalarından (28,01) daha yüksektir.

Tablo 21.

Kontrol ve Deney Guruplarının Birinci Alt Faktör İçin Son Test Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan T-Testi Sonuçları

Ölçüm	Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	Serbestlik Derecesi	t	p
Son Test Birinci Alt Faktör	Kontrol grubu	40	23,2250	4,12924	78	8,389	0,00
	Deney grubu	40	15,5000	4,10753			

Yapılan analizler sonucunda; deney ve kontrol grubu öğrencilerinin son-test puanları Birinci Alt Faktör için incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($t_{(78)} = 8,389$; $p=0,00<0,05$). Ortalamalar incelendiğinde kontrol grubunun ortalamasının ($23,2250\pm4,12924$) deney grubunun ortalamasından ($15,5000\pm4,10753$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre son-test puanları göz önüne alınacak olursa kontrol grubunun bağımlılık düzeyi deney grubundan anlamlı düzeyde yüksektir.

Araştırmanın bu bölümünde deney grubuna ait ön-test – son-test puanlarına ilişkin farklar cinsiyet, yaş, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi ve kardeş sayısı değişkenleri açısından incelenmiştir. Oyun süresi değişkenine ilişkin ön-test – son-test puan farkları ise kontrol ve deney grupları açısından incelenmiştir.

- Fark puanı = Son test puanı – Ön test puanı olarak hesaplanmıştır.
- Analizler sadece deney grubu için uygulanmıştır.
- Öğrencilerin bağımlılık puanları düştükleri için aritmetik ortalama vb. değerler negatiftir.
- Analizlerin amacı deney grubu içinde gösterilen gelişimin diğer bağımsız değişkenlerden etkilenme durumunun var olup olmadığının araştırılmasıdır.

Araştırmanın dördüncü alt problemi olan; Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test/son-test puanları cinsiyete göre farklılık göstermekte midir? Sorusuna yönelik elde edilen bulgular Tablo 22’ de verilmiştir. Cinsiyete ilişkin fark puanlarına göre,

Toplam puan ve ölçek alt faktörlerinde (Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör, Dördüncü Alt Faktör) dağılımın normallik varsayımını yerine getirdiği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle bu değişkenlerin analizinde İlişkisiz Örneklem t-Test kullanılmıştır.

Tablo 22.

Deney Grubunun Cinsiyete İlişkin Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör Puan Farklarını Tespit Etmek Amacıyla Yapılan T-Testi Sonuçları

Ölçüm	Grup	Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	Serbestlik Derecesi	p
Fark Puanı Toplam	Deney grubu	Kız	13	-17,5385	8,05828	-1,368	37,980	0,17
		Erkek	27	-12,1852	16,68495			
Fark Puanı Birinci Alt Faktör	Deney grubu	Kız	13	-6,3846	4,68221	-1,986	38	0,05
		Erkek	27	-2,5926	6,05271			
Fark Puanı İkinci Alt Faktör	Deney grubu	Kız	13	-7,0769	7,33100	0,016	38	0,98
		Erkek	27	-7,1111	6,00854			
Fark Puanı Üçüncü Alt Faktör	Deney grubu	Kız	13	-2,4615	3,09880	-0,655	37,720	0,51
		Erkek	27	-1,5185	6,00878			
Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör	Deney grubu	Kız	13	-1,6154	2,95912	-0,551	38	0,58
		Erkek	27	-,9630	3,73632			

Analiz sonuçlarına göre; Cinsiyete göre Fark Puanı Toplam Puanına bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($t_{(37,980)} = -1,368$; $p = 0,17 > 0,05$). Cinsiyete göre Fark Puanı Birinci Alt Faktör puanına bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($t_{(38)} = -1,986$; $p = 0,05 > 0,05$). Cinsiyete göre Fark Puanı İkinci Alt Faktör puanına bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($t_{(38)} = 0,016$; $p = 0,98 > 0,05$). Cinsiyete göre Fark Puanı Üçüncü Alt Faktör puana bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($t_{(37,720)} = -0,655$; $p = 0,51 > 0,05$). Cinsiyete göre

Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör puanına bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($t_{(38)} = -0,551$; $p = 0,58 > 0,05$).

Araştırmanın beşinci alt problemi olan; Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test/son-test puanları yaşa göre farklılık göstermekte midir? Sorusuna yönelik elde edilen bulgular Tablo 23 ve 24’ de verilmiştir. Yaşa ilişkin fark puanlarına göre, Toplam puanın normallik varsayımını yerine getirmediği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle değişkenlerin analizinde Kruskal Wallis Testi kullanılmıştır. Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör, Dördüncü Alt Faktör puan dağılımının normallik varsayımının yerine getirdiği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle bu değişkenlerin analizinde One-Way ANOVA (İlişkisiz Örneklemeler için Tek Faktörlü Varyans Analizi) kullanılmıştır.

Tablo 23.

Yaş Değişkenine Ait Fark Puanı Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör One-Way ANOVA Analiz Sonuçları

Ölçüm	Yaş	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Fark Puanı	11	Gruplar Arası	314,453	3	104,818	3,673	0,02	12 – 14* 13 – 14*
Birinci Alt Faktör	12							
	13							
	14	Grup İçi	1027,322	36	28,537			
Fark Puanı	11	Gruplar Arası	133,244	3	44,415	1,102	0,36	-
İkinci Alt Faktör	12							
	13							
	14	Grup İçi	1450,356	36	40,288			
Fark Puanı	11	Gruplar Arası	331,453	3	110,484	5,446	0,00	12 – 14* 13 – 14*
Üçüncü Alt Faktör	12							
	13							
	14	Grup İçi	730,322	36	20,287			
Fark Puanı	11	Gruplar Arası	34,619	3	11,540	0,950	0,42	-
Dördüncü Alt Faktör	12							
	13							
	14	Grup İçi	437,156	36	12,143			

Yapılan analizler sonucunda; Yaşa göre Fark Puanı Birinci Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır ($F(3,36) = 3,673$; $p = 0,02 < 0,05$). Bu çözümleme sonucunda gruplar arasında beliren anlamlı farkın kaynağını belirlemek amacıyla, post-hoc test istatistikleri uygulanmıştır (Tukey HSD). Puan farkı lehine

olan/bağımlılık düzeyi yüksek gruplar (*) ile gösterilmiştir. 12 yaş grubunun ortalaması (-5,6667±6,03166), 14 yaş grubundan (0,7778±2,90593) düşüktür. 13 yaş grubunun ortalaması (-6,2000±4,41714), 14 yaş grubundan (0,7778±2,90593) düşüktür.

Yaşa göre Fark Puanı İkinci Alt Faktör den alınan puanların farklılık gösterip göstermediğine bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($F(3,36) = 1,102$; $p = 0,36 > 0,05$).

Yaşa göre Fark Puanı Üçüncü Alt Faktör ten alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır ($F(3,36) = 5,446$; $p = 0,00 < 0,05$). Bu çözümleme sonucunda gruplar arasında beliren anlamlı farkın kaynağını belirlemek amacıyla, post-hoc test istatistikleri uygulanmıştır (Tukey HSD). 12 yaş grubunun ortalaması (-4,3333±4,41858), 14 yaş grubundan (3,2222±3,76755) düşüktür. 13 yaş grubunun ortalaması (-2,7000±5,27152), 14 yaş grubundan (3,2222±3,76755) düşüktür.

Yaşa göre Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör ten alınan puanların farklılık gösterip göstermediğine bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($F(3,36) = 0,950$; $p = 0,42 > 0,05$).

Tablo 24.

Yaş Değişkenine Ait Toplam Puan Fark Puanı Kruskal Wallis Testi Analiz Sonuçları

Ölçüm	Yaş	N	Sıra Ortalaması	Serbestlik Derecesi	χ^2	P
Fark Puanı Toplam Puan	11	6	22,25	3	5,546	0,13
	12	15	15,90			
	13	10	20,20			
	14	9	27,33			

Yaşa göre Fark Puanı Toplam Puandan alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmamıştır ($\chi^2(sd=3, n=40) = 5,546$; $p = 0,13 > 0,05$).

Araştırmanın altıncı alt problemi olan; Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları anne eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir? Sorusuna yönelik elde edilen bulgular Tablo 25 ve 26' da verilmiştir. Anne eğitim düzeyine ilişkin fark puanlarına göre, Toplam puan ve İkinci Alt Faktör, Dördüncü Alt Faktör puanlarının normallik varsayımını yerine getirdiği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle değişkenlerin analizinde One-Way ANOVA (İlişkisiz Örneklemeler için Tek Faktörlü Varyans Analizi)

kullanılmıştır. Birinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör puan dağılımının normallik varsayımını yerine getirmediği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle bu değişkenlerin analizinde Kruskal Wallis Testi kullanılmıştır.

Tablo 25.

Deney Grubu Öğrencilerinin Anne Eğitim Düzeyine İlişkin Fark Puanı Toplam Puan, İkinci Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör İçin One-Way ANOVA Testi Analiz Sonuçları

Ölçüm	Anne Eğitim	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Fark Puanı Toplam Puan	İlkokul Ortaokul Lise	Gruplar Arası	198,380	2	99,190	0,455	0,63
		Grup İçi	8070,395	37	218,119		
Fark Puanı İkinci Alt Faktör	İlkokul Ortaokul Lise	Gruplar Arası	2,205	2	1,103	0,026	0,97
		Grup İçi	1581,395	37	42,740		
Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör	İlkokul Ortaokul Lise	Gruplar Arası	4,818	2	2,409	0,191	0,82
		Grup İçi	466,957	37	12,620		

Yapılan analizler sonucunda; Anne eğitim düzeyine göre Fark Puanı Toplam Puandan alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(2,37) = 0,455$; $p = 0,63 > 0,05$). Anne eğitim düzeyine göre Fark Puanı İkinci Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(2,37) = 0,026$; $p = 0,97 > 0,05$). Anne eğitim düzeyine göre Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör ten alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(2,37) = 0,191$; $p = 0,82 > 0,05$).

Tablo 26.

Deney Grubu Öğrencilerinin Anne Eğitim Düzeyine İlişkin Fark Puanı Birinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör İçin Kruskal-Wallis Testi Analiz Sonuçları

Ölçüm	Anne Eğitim	N	Sıra Ortalaması	Serbestlik Derecesi	χ^2	P
Fark Puanı Birinci Alt Faktör	İlkokul	16	23,19	2	2,993	0,22
	Ortaokul	10	22,25			
	Lise ve Üstü	14	16,18			
Fark Puanı Üçüncü Alt Faktör	İlkokul	16	24,69	2	3,450	0,17
	Ortaokul	10	17,50			
	Lise ve Üstü	14	17,86			

Yapılan analiz sonuçlarına göre; Anne eğitim düzeyine göre Fark Puanı Birinci Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır (χ^2 (sd=2, n=40)= 2,993; p=0,22>0,05). Anne eğitim düzeyine göre Fark Puanı İkinci Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır (χ^2 (sd=2, n=40)= 3,450; p=0,17>0,05).

Araştırmanın yedinci alt problemi olan; Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları baba eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir? Sorusuna yönelik elde edilen bulgular Tablo 27 ve 28’de verilmiştir. Baba eğitime ilişkin fark puanlarına göre, Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör puanının normallik varsayımını yerine getirdiği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle değişkenlerin analizinde One-Way ANOVA (İlişkisiz Örneklemeler için Tek Faktörlü Varyans Analizi) kullanılmıştır. Toplam puan ve İkinci Alt Faktör puanının dağılımının normallik varsayımını yerine getirmediği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle bu değişkenlerin analizinde Kruskal Wallis Testi kullanılmıştır.

Tablo 27.

Baba Eğitim Düzeyine İlişkin Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör Fark Puanları One-Way ANOVA Testi Analiz Sonuçları

Ölçüm	Baba Eğitim	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Fark Puanı Birinci Alt Faktör	İlkokul Ortaokul Lise Üniversite	Gruplar Arası	171,293	3	57,098	1,756	0,17	-
		Grup İçi	1170,482	36	32,513			
Fark Puanı Üçüncü Alt Faktör	İlkokul Ortaokul Lise Üniversite	Gruplar Arası	246,980	3	82,327	3,637	0,02	İlkokul* – Ortaokul
		Grup İçi	814,795	36	22,633			
Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör	İlkokul Ortaokul Lise Üniversite	Gruplar Arası	71,687	3	23,896	2,150	0,11	-
		Grup İçi	400,088	36	11,114			

Yapılan analizler sonucunda; Baba eğitim düzeyine göre Fark Puanı Birinci Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(3,36) = 1,756$; $p = 0,17 > 0,05$).

Baba eğitim düzeyine göre Fark Puanı Üçüncü Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği saptanmıştır ($F(3,36) = 3,637$; $p = 0,02 < 0,05$). Bu çözümleme sonucunda gruplar arasında beliren anlamlı farkın kaynağını belirlemek amacıyla, post-hoc test istatistikleri uygulanmıştır (Scheffe). Ortaokul grubunun ortalaması ($-5,7500 \pm 5,99404$), ilkokul grubundan ($1,8571 \pm 4,94734$) düşüktür. Puan farkı lehine olan/bağımlılık düzeyi yüksek gruplar (*) ile gösterilmiştir. Bu sonuca göre Üçüncü Alt Faktör toplam puanı için, babası ilkokul mezunu olan öğrencilerin bağımlılık düzeyi babası ortaokul mezunu olan öğrencilere göre daha yüksektir.

Baba eğitim düzeyine göre Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör ten alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(3,36) = 2,150$; $p = 0,11 > 0,05$).

Tablo 28.

Baba Eğitim Düzeyine İlişkin Toplam Puan ve İkinci Alt Faktör Fark Puanları Kruskal-Wallis Analiz Sonuçları

Ölçüm	Baba Eğitim	N	Sıra Ortalaması	Serbestlik Derecesi	χ^2	P
Fark Puanı Toplam Puan	İlkokul	7	25,07	3	3,574	0,31
	Ortaokul	8	14,13			
	Lise	16	21,47			
	Üniversite	9	20,89			
Fark Puanı İkinci Alt Faktör	İlkokul	7	20,21	3	0,365	0,94
	Ortaokul	8	22,56			
	Lise	16	19,53			
	Üniversite	9	20,61			

Yapılan analiz sonuçları; Baba eğitim düzeyine göre Fark Puanı Toplam Puandan alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($\chi^2(sd=3, n=40)=3,574$; $p=0,31>0,05$). Baba eğitim düzeyine göre Fark Puanı İkinci Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($\chi^2(sd=3, n=40)=0,365$; $p=0,94>0,05$).

Araştırmanın sekizinci alt problemi olan; Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları kardeş sayısına göre farklılık göstermekte midir? Sorusuna yönelik elde edilen bulgular Tablo 29 ve 30' da verilmiştir. Kardeş sayısına ilişkin fark puanlarına göre, Toplam puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör puanının normallik varsayımını yerine getirdiği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle değişkenlerin analizinde One-Way ANOVA (İlişkisiz Örneklemeler için Tek Faktörlü Varyans Analizi) kullanılmıştır. Dördüncü Alt Faktör puan dağılımının normallik varsayımının yerine getirmedeği sonucuna ulaşılmıştır, bu nedenle bu değişkenlerin analizinde Kruskal Wallis Testi kullanılmıştır.

Tablo 29.

Kardeş Sayısına İlişkin Fark Puanı Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör İçin One-Way ANOVA Testi Analiz Sonuçları

Ölçüm	Kardeş Sayısı	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Serbestlik Derecesi	Kareler Ortalaması	F	p
Fark Puanı Toplam	Bir İki Üç	Gruplar Arası	555,904	2	277,952	1,333	0,27
		Grup İçi	7712,871	37	208,456		
Fark Puanı Birinci Alt Faktör	Bir İki Üç	Gruplar Arası	70,594	2	35,297	1,027	0,36
		Grup İçi	1271,181	37	34,356		
Fark Puanı İkinci Alt Faktör	Bir İki Üç	Gruplar Arası	152,519	2	76,260	1,972	0,15
		Grup İçi	1431,081	37	38,678		
Fark Puanı Üçüncü Alt Faktör	Bir İki Üç	Gruplar Arası	60,689	2	30,345	1,122	0,33
		Grup İçi	1001,086	37	27,056		

Yapılan analiz sonuçlarına göre; Kardeş sayısına göre Fark Puanı Toplam Puandan alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(2,37) = 1,333$; $p = 0,27 > 0,05$).

Kardeş sayısına göre Fark Puanı Birinci Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(2,37) = 1,027$; $p = 0,36 > 0,05$).

Kardeş sayısına göre Fark Puanı İkinci Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(2,37) = 1,972$; $p = 0,15 > 0,05$).

Kardeş sayısına göre Fark Puanı Üçüncü Alt Faktör den alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(2,37) = 1,122$; $p = 0,33 > 0,05$).

Tablo 30.

Kardeş Sayısına İlişkin Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör İçin Kruskal-Wallis Testi Analiz Sonuçları

Ölçüm	Kardeş Sayısı	N	Sıra Ortalaması	Serbestlik Derecesi	χ^2	P
Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör	Bir	5	28,40	2	2,658	0,26
	İki	14	19,50			
	Üç	21	19,29			

Yapılan analizlere göre; Kardeş sayısına göre Fark Puanı Dördüncü Alt Faktör ten alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır (χ^2 (sd=2, n=40)= 2,658; p=0,26>0,05. Bu sonuçlara göre deney grubunda yer alan öğrencilerin sahip olduğu kardeş sayısı, dijital oyun bağımlılığı düzeylerini etkileyen bir değişken değildir.

Araştırmanın dokuzuncu alt problemi olan; Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanları oyun oynama sürelerine göre farklılık göstermekte midir? Sorusuna yönelik elde edilen bulgular Tablo 31, 32, 33 ve 34’ de verilmiştir. Analizlerde Ki-kare analizinden faydalanılmıştır. Kullanılan yöntem her bir göze (hücre) için hesaplanan teorik frekanslar içinde 5’den küçük olanların yüzdesi 20’den küçükse, Pearson ki-kare testi, eğer 20’den büyükse exact yöntem kullanılmıştır. Kontrol ve Deney gruplarının oyun oynama süreleri ile ilgili ön-test ve son-test ölçüm puanlarına göre elde edilen verilere ilişkin tablolar yüzde değerleri üzerinden verilmiştir.

Tablo 31.

Deney ve Kontrol Grupları Oyun Oynama Süresi Ön-Test Ölçümleri

			Grup		Toplam
			Kontrol grubu	Deney grubu	
Günlük Ortalama Oyun Oynama Süresi Ön-test	30-60 dk.	Frekans	8	4	12
		Yüzde	20,0	10,0	15,0
	61-90 dk.	Frekans	10	9	19
		Yüzde	25,0	22,5	23,8
	91-120 dk.	Frekans	15	19	34
		Yüzde	37,5	47,5	42,5
	121 dk. ve üzeri	Frekans	7	8	15
		Yüzde	17,5	20,0	18,8
	Toplam	Frekans	40	40	80
		Yüzde	100,0	100,0	100,0

Analiz sonuçlarına göre Günlük Oyun Oynama Süresi Ön-test ölçümleri ile Grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur, χ^2 (sd=3, n=80) = 1,923; p = 0,58> 0,05, (sd:

serbestlik derecesi). Kontrol ve deney gruplarının oyun oynama süreleri ön-test ölçümlerine göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

Tablo 32.

Kontrol Grubuna Ait Oyun Süreleri Ön-Test/Son-Test Ölçümlerin Karşılaştırması

			Kontrol Grubu		Toplam
			Ön-test	Son-test	
Günlük Ortalama Oyun Oynama Süresi	30-60 dk.	Frekans	8	6	14
		Yüzde	20,0	15,0	17,5
	61-90 dk.	Frekans	10	6	16
		Yüzde	25,0	15,0	20,0
	91-120 dk.	Frekans	15	19	34
		Yüzde	37,5	47,5	42,5
	121 dk. ve üzeri	Frekans	7	9	16
		Yüzde	17,5	22,5	20,0
	Toplam	Frekans	40	40	80
		Yüzde	100,0	100,0	100,0

Analiz sonuçlarına göre; Kontrol grubuna ait günlük ortalama oyun oynama süresi ön-test ve son-test ölçümleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur, χ^2 (sd=3, n=80) = 2,006; p = 0,57 > 0,05). Kontrol Grubuna ait günlük oyun oynama sürelerinde bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 33.

Deney Grubuna Ait Oyun Süreleri Ön-Test Son-Test Ölçümlerin Karşılaştırması

			Deney Grubu		Toplam
			Ön-test	Son-test	
Günlük Ortalama Oyun Oynama Süresi	30-60 dk.	Frekans	4 _a	19 _b	23
		Yüzde	10,0	47,5	28,7
	61-90 dk.	Frekans	9 _a	6 _a	15
		Yüzde	22,5	15,0	18,8
	91-120 dk.	Frekans	19 _a	6 _b	25
		Yüzde	47,5	15,0	31,2
	121 dk. ve üzeri	Frekans	8 _a	9 _a	17
		Yüzde	20,0	22,5	21,2
	Toplam	Frekans	40	40	80
		Yüzde	100,0	100,0	100,0

*_{a, b, c} : Gruplararası farklılıkları göstermektedir. Aynı harflerin yer aldığı gruplarda fark bulunmamaktadır. (Fark bulunmayan değişkenlerde harflendirme yapılmamıştır.)

Analiz sonuçlarına göre deney grubuna ait günlük oyun oynama sürelerine ilişkin ön-test ve son-test ölçümleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır, χ^2 (sd=3, n=80) = 17,201; p = 0,00 < 0,05,).

Oyun süresi 30-60 dk. olan katılımcılarda oyun süresi ön-test oranları (%10,0) oyun süresi son-test oranlarından (%47,5) düşüktür. Bu sonuca göre, yapılan değişimleme sonrasında öğrencilerin uzun süreli oyun oynama davranışlarında azalma görülmüştür.

Oyun süresi 91-120 dk. olan katılımcılarda oyun süresi ön-test oranları (%47,5) oyun süresi son-test oranlarından (%15,0) yüksektir. Bu sonuca göre, yapılan değişimleme sonrasında öğrencilerin uzun süreli oyun oynama davranışlarında azalma görülmüştür.

Tablo 34.

Deney ve Kontrol Grupları Oyun Oynama Süresi Son-Test Ölçümleri

			Grup		Toplam
			Kontrol grubu	Deney grubu	
Günlük Ortalama Oyun Oynama Süresi Son-test	30-60 dk.	Frekans	6 _a	19 _b	25
		Yüzde	15,0	47,5	31,2
	61-90 dk.	Frekans	6 _a	6 _a	12
		Yüzde	15,0	15,0	15,0
	91-120 dk.	Frekans	19 _a	6 _b	25
		Yüzde	47,5	15,0	31,2
	121 dk. ve üzeri	Frekans	9 _a	9 _a	18
		Yüzde	22,5	22,5	22,5
	Toplam	Frekans	40	40	80
		Yüzde	100,0	100,0	100,0

***a, b, c : Gruplararası farklılıkları göstermektedir. Aynı harflerin yer aldığı gruplarda fark bulunmamaktadır. (Fark bulunmayan değişkenlerde harflendirme yapılmamıştır.)*

Analiz sonuçlarına göre Oyun Süresi Son-test puanlarına göre kontrol ve deney grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır, χ^2 (sd=3, n=80) = 13,520; $p = 0,00 < 0,05$).

Oyun süresi 30-60 dk. olan katılımcılarda deney grubunun oranları (%47,5) kontrol grubunun oranlarından (%15,0) yüksektir. Bu sonuca göre 30-60 dakika (en düşük oyun oynama süresi) oyun oynama süresi aralığında yer alan deney grubu öğrencilerinin oranı, kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde artmıştır.

Oyun süresi 91-120 dk. olan katılımcılarda deney grubunun oranları (%15,0) kontrol grubunun oranlarından (%47,5) düşüktür. Bu sonuca göre 91-120 dakika (yüksek oyun oynama süresi) oyun oynama süresi aralığında yer alan deney grubu öğrencilerinin oranı, kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde azalmıştır.

BÖLÜM VI

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Bu bölümde, araştırmanın amaçları doğrultusunda problem cümlesine ait alt problem sonuçları verilmiştir.

1. Deney grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyine ait son-test puanlarının ön-test puanlarından Toplam puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör için anlamlı düzeyde düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dördüncü Alt Faktör toplam puanı için ise anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bu sonuçlara göre deney grubunun bağımlılık düzeyi Dördüncü Alt Faktör haricinde anlamlı düzeyde azalmıştır.
2. Kontrol grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyine ait son-test puanlarının ön-test puanlarından Toplam puan, Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör için anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İkinci Alt Faktör toplam puanı için ise anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara göre kontrol grubunun bağımlılık düzeyi İkinci Alt Faktör haricinde artmıştır.
3. Kontrol ve deney gruplarının dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait son-test puanlarının Toplam puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör için kontrol grubu lehine anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlara göre uygulanan 12 haftalık program deney grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyini azaltmıştır.
4. Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test/son-test puanlarının Toplam puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör için cinsiyete göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.
5. Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin Birinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör ön-test/son-test puanlarının yaşa göre anlamlı farklılık gösterdiği

sonucuna ulaşılmıştır. Bu faktörlerde, 14 yaş grubunda bulunan öğrencilerin, 12 ve 13 yaş grubunda bulunan öğrencilerden son-test puanlarının ön-test puanlarından yüksek olduğu görölmektedir. Bu sonuca göre 14 yaş grubunda bulunan öğrencilerin Birinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör'ten aldıkları puanlar 12-13 yaş grubunda bulunan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksektir. Toplam puan, İkinci Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör puanlarında ise anlamlı bir farklılık görölmemiştir.

6. Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin ön-test/son-test puanlarının Toplam puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör için anne-eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.
7. Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin ön-test/son-test puanlarının Üçüncü Alt Faktör için baba-eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Üçüncü Alt Faktör toplam puanına göre baba eğitim düzeyi ilkokul olan öğrencilerin, baba eğitim düzeyi ortaokul olan öğrencilerden daha fazla olduğu görölmüştür. Bu sonuca göre baba eğitim düzeyi ilkokul olan öğrencilerin Üçüncü Alt Faktör puanı için bağımlılık düzeyleri, baba eğitim düzeyi ortaokul olan öğrencilerden daha yüksektir. Toplam puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör toplam puanları için ise anlamlı bir farklılık görölmemiştir.
8. Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin ön-test/son-test puanlarının Toplam puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör için kardeş sayısına göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.
9. Deney ve Kontrol grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test son-test puanlarının oyun oynama sürelerine göre anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Deney grubunun oyun oynama süreleri azalmışken, kontrol grubunun oyun oynama süreleri artmıştır.

6.2. Tartışma

Yapılan alan yazın incelemesinde, dijital oyun bağımlılığına yönelik veya diğer süreç-davranış bağımlılıklarına yönelik benzer bir deneysel çalışmanın olmadığı görölmüştür. Bununla birlikte, yapılmış olan çalışmaların bir bölümü alkol-madde bağımlılığı üzerine yoğunlaşmışken, süreç-davranışsal bağımlılıklar ile ilgili çalışmaların ise çeşitli terapiler aracılığı ile yapılan çalışmalar olduğu görölmektedir. Bir diğer açıdan bakılacak olursa, alan

yazında yer alan araştırmaların çoğunluğu betimsel araştırmalar olup, bağımlılıkların tedavi-terapi süreçleri ile ilgili görüş ve öneriler sunmaktan öteye geçememişlerdir. Dijital oyun bağımlılığının azaltılmasına yönelik doğrudan çözüm sunması sebebi ile bu araştırma ayrı bir önem arz etmektedir. Her ne kadar konu ile ilgili benzer bir çalışma yok ise de; yakın alan olarak egzersiz, spor vb. alanlarda yapılan çalışmalar mevcuttur. Nihayetinde bütün sporlar oyunsal bir yapı gösterir veya bütün sporlar birer oyundur. Eğlencenin öne çıkarak, kuralların ve kazanmanın ikinci sırada olduğu oyunlar olduğu gibi (Play), kurallara uyum ve kazanmanın asıl amaç olduğu ve eğlencenin ikinci planda kaldığı oyunlar da vardır (Games). Özellikle fiziksel hareketliliği ön plana çıkaran sporlar tamamen oyun olarak kabul edilir (kuralsız oyunlar, eğlence - paidia) – (az kurallı oyunlar - Ludus) – (çok kurallı oyunlar - Spor). Calhoun (1987) oyunu, kurallı oyunları içine alan ve sporu da bünyesinde bulunduran bir davranış alanı olarak ele almıştır. Spor, oyunun alt dalı olarak ele alınırken genelde, eğlenceli oyundan kurallı oyuna ve sonra spora doğru giden bir sistematik oluşturulmaktadır. Klaus ve Merer'in (1981), oyun ve spor ilişkisini ele aldıkları değerlendirmesi konuyu en iyi şekilde açıklayan değerlendirmelerdendir. Buna göre;

- Bütün sporlar (kurallı) oyundur.
- Bütün (kurallı) oyunlar spor değildir.
- Sporlar ve (kurallı) oyunlar (eğlenceli) oyun olabilir ya da olmayabilir.
- Sporlar ve (kurallı) oyunlar kişisel ödüller için gönüllü olarak yapıldığında (eğlenceli) oyundur.
- Sporlar ve (kurallı) oyunlar gönüllü olarak yapılmadığında veya ödüller için katıldığında (eğlenceli) oyun değildir.

Fiziksel hareketlilik içeren oyunların 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisinin incelendiği bu çalışmada araştırmanın birinci alt problemi olan; Deney grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyi ön-test puanlarının, son-test puanlarından farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre (Tablo 16, Tablo 17); deney grubu öğrencilerinin ön-test – son-test puan farklarının Toplam puan, Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör için anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Gözlenen bu farkın ön-test puanı lehine olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre; uygulanan program sonrasında deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla fiziksel hareketlilik içeren oyunların

dijital oyun bağımlılığını azaltmada önemli bir araç olabileceği söylenebilir. Landale ve Roderick (2014), sporun insan üzerindeki psikolojik ve fiziksel faydalarının biliniyor olmasına rağmen, bağımlılık ile mücadele programlarında spora yeterince yer verilmediğini ve sporun ilaç tedavisi ve diğer terapi yöntemlerinin gerisinde kaldığını ifade etmektedir. Yeltepe Ercan (2013), egzersizin alkol ve madde bağımlılığı üzerine olan etkisini inceleyen çalışmaların yetersiz olduğunu belirtmekle birlikte, egzersizin fiziksel ve zihinsel sağlık üzerine pozitif etkilerinin olduğu sonucuna varan bilimsel çalışmaların olduğunu ifade etmektedir. Bağımlılık tedavi sürecine farklı bir açıdan bakan Glasser (1977), pozitif bağımlılık olarak gördüğü egzersiz bağımlılığının, negatif bir bağımlılık olan madde bağımlılığı ile yer değiştirebileceği fikrini öne sürmektedir. Dijital oyun bağımlılığı ile ilgili araştırma yapan bilim insanlarının bu problemin çözümü noktasında önerdikleri çeşitli terapi yöntemleri vardır. Bu yöntemlerden en çok öne çıkanları; bilişsel-davranışsal terapi, motivasyonel görüşmeler, aile terapisi, çözüm odaklı terapi ve yazma-anlatı terapisi gibi terapilerdir ve bu terapilerin hemen hepsinde spor-egzersiz önemli bir bileşen olarak görülmektedir (Kim vd. 2013; Lee, 2014; Pallesen vd. 2016). Öztürk vd. (2007), “İnternet bağımlılığı: kliniği ve tedavisi” konulu çalışmada internet bağımlılığının tedavi yöntemlerinden birisi olarak, bireylerin internette geçirdikleri vakitleri azaltacak aktivitelere yönlendirilmeleri gerektiği ve bu aktivitelerin başında ise spor faaliyetlerinin etkili sonuçlar vereceğini ifade etmektedirler. Pallesen vd. (2015), “Video oyunu bağımlılığı için tedavi-kılavuzu etkilerinin araştırılması” konulu çalışmada, yaşları 14-18 arasında değişen ve son 6 aydır video oyunu oynamaya devam eden 12 erkek katılımcı ve bu katılımcıların annelerini çalışmaya dahil ettikleri araştırma, toplamda bir hafta sürmüş ve bu kapsamda katılımcılara bilişsel-davranışsal terapi, kısa dönem stratejik-aile terapisi, çözüm odaklı terapi ve motivasyonel görüşmeler uygulanmıştır. Araştırma sonucunda 12 katılımcının video oyunu bağımlılığı düzeylerinde azalma olduğu görülmüş ancak bu azalmanın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı rapor edilmiştir. Bu sonucun ise sürecin kısa olmasından kaynaklanabileceği belirtilmiştir. Ancak ailelerin ve terapistlerin son değerlendirme puanlarına göre çocuklarının bağımlılık düzeylerinde anlamlı derecede azalma olduğu yönünde sonuca ulaşılmıştır. Bir diğer örnek çalışmada ise Park vd. (2016), “Çevrimiçi oyun bağımlılığı tedavisi için sanal-gerçeklik tedavisinin etkileri” konulu çalışmada; Chung-Ang Üniversitesi psikiyatri bölümünde oyun bağımlılığı tedavisi görmekte olan 18 yaş üstü 24 yetişkin erkek araştırmaya katılmıştır. Katılımcılar 12’şer kişilik gruplar halinde bilişsel-davranışsal terapi

grubu (kontrol grubu) ve sanal-gerçeklik terapi grubu (deney grubu) olmak üzere iki guruba ayrılmış ve bu guruplara dört haftalık süre ile terapiler uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre dört haftalık uygulama sonucunda; hem bilişsel-davranışsal terapi grubunun (kontrol) hem de sanal-gerçeklik terapi grubunun (deney) bağımlılık puanları anlamlı düzeyde azalmıştır. Landale ve Roderick (2014), “Bağımlılık tedavisinde sporun potansiyel rolü” konulu çalışmalarında; İngiltere’ de alkol ve madde bağımlılığı çerçevesinde yürütülmekte olan “İkinci Şans” isimli bir yaşam-kursu projesine katılan bireylerle görüşmeler yaparak bu kursun, bireylerin bağımlılıkla mücadeledeki katkısını araştırmışlardır. Yapılan görüşmelerde katılımcılar sporun sosyalleştirici yönüne vurgu yaparak aile içi ilişkilerinin düzeldiğini, arkadaş edindiklerini, can sıkıntısından kurtularak alternatif aktivitelere yöneldiklerini, böylece alkol ve madde kullanma düşünce ve davranışının yaşamlarından gittikçe uzaklaşmaya başladığını ifade etmişlerdir. Ayrıca spor sayesinde kendilerini zihinsel ve fiziksel olarak daha iyi hissettiklerini ve öz-yeterlilik duygularının arttığını vurgulamışlardır.

Araştırmanın ikinci alt problemi olan; Kontrol grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyi ön-test puanlarının, son-test puanlarından farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda (Tablo 18, Tablo 19); kontrol grubu öğrencilerinin ön-test – son-test puan farklarının Toplam puan, Birinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör için son-test lehine anlamlı düzeyde arttığı görülmüştür. İkinci Alt Faktör için ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bu sonuçlara göre; kontrol grubunun bağımlılık düzeyinin arttığı görülmüştür. Kontrol grubunda yer alan öğrencilerin dijital oyunlara alternatif olabilecek fiziksel hareketlilik içeren oyunlardan yoksun kalmasının bu öğrencilerin dijital oyun oynama davranışı ve bağımlılık düzeylerinin artmasında önemli bir etken olabileceği sonucuna ulaşılabilir. Alan yazında, teknolojinin gelişmesi ile birlikte özellikle çocukların oyun oynama alışkanlıklarının giderek değiştiği ve çocukların her geçen gün biraz daha dijital oyunlara yoğunlaştığı yönünde görüşler hakimdir. Örneğin; Kaya’a göre (2013), insan yaşamı pek çok alanda sanal hale gelmiştir ve bu alanlardan birisi de oyunlardır. Günümüzde, çocuklar sokakta ya da spor sahalarında oynamak yerine, arkadaşları ile birlikte evde, internet kafe ya da play-station salonlarında oynamaktadırlar. Benzer yönde görüş bildiren Kars’a göre (2010), insanoğlunun yaşamındaki birçok alışkanlıkların değişmesine neden olan teknoloji, çocukların oyun oynama alışkanlığını da değiştirmiştir ve çocukların boş zamanlarını değerlendirmede dijital oyun oynama bir alışkanlık haline gelmiştir. Karayağız vd. göre (2009), bilgisayarda

fazla zaman geçirme, çocukların oyun oynama, spor yapma gibi etkinliklere daha az zaman ayırmalarına neden olarak enerji tüketiminde azalmaya yol açmaktadır. Horzum vd. (2008), çocukların dijital oyun oynama nedenleri arasında can sıkıntısından kurtulma alternatif etkinlik arayışı içinde olma gibi nedenlerin olduğunu ifade etmektedir. Davis (2001), tarafından internet bağımlılığı tedavisi için geliştirilmiş olan bilişsel-davranışsal terapi yönteminde bağımlı bireylerin internet kullanım sürelerinin azaltılması gerektiği ve bu süre zarfında bireylerin alternatif etkinlik olarak çeşitli egzersiz aktivitelerine yönlendirilmesi gerektiği ifade edilmekle birlikte egzersiz, bağımlılık tedavisinin önemli bir bileşeni olarak görülmektedir.

Araştırmanın üçüncü alt problemi olan; Kontrol ve Deney gruplarının dijital oyun bağımlılık düzeyi son-test puanlarının farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda (Tablo 20, Tablo 21); Deney ve Kontrol grubu öğrencilerinin son-test Toplam puanı, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör puanlarının Kontrol grubu lehine anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Bu sonuçlara göre yapılan değişimleme sonucunda deney grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyinde azalma görülürken, kontrol grubunun dijital oyun bağımlılık düzeyinde artma görülmüştür. Dolayısıyla fiziksel hareketlilik içeren oyunların, dijital oyun bağımlılığı düzeyinin düşürülmesinde önemli bir araç olduğu söylenebilir. Alan yazında dijital oyun bağımlılığı ile ilişkili olmasa da, bağımlılık anlamında egzersizin-sporun gerek alkol-madde bağımlılığı gerekse süreç-davranış bağımlılığını tedavi sürecinde ve tedavi sonrası süreçte kullanılan önemli bir bileşen olduğu yönünde çalışmalar ve görüşler vardır. Örneğin; Yılmaz ve Balcıoğlu (2012), fiziksel egzersiz ve sporun günümüzde önem kazandığını, kolay uygulanabilir ve maliyetsiz olmasıyla da alkol bağımlılığı gibi bağımlılık tedavilerinde tamamlayıcı bir tedavi seçeneği olabileceğini ifade etmektedirler. Özellikle bazı psikiyatrik hastalıklarda fiziksel egzersizin duygu durumunu düzelttiği ve klinik semptomları azalttığı yönünde çalışmaların olduğunu ifade eden araştırmacılar, sporun psikiyatri sahasında etkinliğinin artabileceği vurgulamaktadırlar. Benzer yönde görüş bildiren Polat (2014), alkol bağımlılığı tedavisi sonrası süreçte aktivite odaklı stratejilerin belirlenmesi gerektiğini ifade ederken sporun bu aktivite türleri içerisinde önemli bir yerinin olduğunu vurgulamaktadır. Sporun bağımlılık tedavisinde kullanılmasında örnek sayılabilecek çalışmalardan birini de Yeltepe Ercan (2013) yapmıştır. “Düzenli egzersize katılımın bağımlılık tedavisi gören

hastaların depresyon, kaygı ve yaşam kalitelerine etkisinin araştırılması” konulu araştırmada, alkol bağımlılığı tedavisi gören 34 katılımcıya 4 haftalık bir egzersiz programı uygulanmış, deney grubuna haftada 3 gün, 20-60 dk arasında değişen egzersizler yaptırılmıştır. Kontrol grubu ise rutin yaşamına devam etmiştir. Araştırma sonucunda, deney grubunda kaygı düzeylerinde düşüş ve yaşam kalitesi düzeylerinde artış olduğu gözlenmiş ve deney grubunun depresyon puanının kontrol grubundan daha düşük olduğu görülmüştür. Ancak kontrol grubunun puanlarında herhangi bir değişiklik olmadığı görülmüştür. Bu sonuçlar egzersizin sporun bağımlılık ile mücadelede etkili bir yöntem olabileceğini ortaya koymuştur. Ancak, Hazar, Mamak ve Çınar’ın (2015), lise öğrencilerinde internet ve bilgisayar oyun bağımlılığının spora katılım düzeyi ve bazı değişkenlerle ilişkisinin araştırılması konulu çalışmada elde ettikleri sonuçlar ise alan yazında yer alan görüşlerle örtüşmemektedir. Araştırma sonuçlarına göre, sporcu lisansına sahip olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri sporcu lisansı olmayanlara göre daha yüksek çıkmıştır ve günlük spor yapma değişkeninin bağımlılık düzeyini etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın dördüncü alt problemi olan; Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test/son-test puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda (Tablo 22); Cinsiyete göre Fark Puanı Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör için anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Bu sonuçlar; cinsiyet değişkeninin dijital oyun bağımlılığı düzeyine herhangi bir etkisinin olmadığını göstermektedir. Bu araştırma sonucunun temel nedeni olarak, dijital oyunlardaki çeşitlilik ve her cinsiyete uygun oyun türlerinin bulunması ve teknolojinin gelişmesi ile birlikte dijital oyun araçlarına sadece erkeklerin değil aynı zamanda kızların da kolay ulaşabilmesi gibi faktörler bu araştırmada sonucunun önemli gerekçelerinden olabilir. Örneğin; Gentile ve Anderson (2006), son otuz yılda çocukların video oyunları için harcadıkları sürenin oldukça arttığını ifade ederken, bunun önemli bir gerekçesi olarak 1980’li yıllarda daha çok atari salonlarında oynanan oyunların teknolojinin gelişmesi ile birlikte evlerde oynanır duruma gelmesini göstermektedir. Önceleri daha çok erkek çocukların oynayabildiği bu oyunları artık kız çocuklarının da rahatlıkla ve sıklıkla oynayabildiğini ifade etmektedir. Örnek bir diğer çalışmada Blinka ve Mikuška (2014), “Sosyal motivasyon ve sosyalliğin çevrimiçi oyun bağımlılığındaki rolü” konulu araştırmada; sosyal motivasyonların, sosyalliğin-öz-yeterlilik ve akran ilişkilerinin çevrimiçi

oyun bağımlılığı ile ilişkisini araştırmışlardır. Araştırma sonuçlarına göre; günlük-tesadüfi oyun oynayan, günlük yüksek düzeyde oyunla meşgul olan ve risk altındaki bağımlı guruplar arasında cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Ancak alan yazında bu görüşlerin aksi yönünde sonuçlara ulaşan araştırmalar çoğunluktadır. Örneğin; Horzum'un 2011 yılında yaptığı, "ilköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi" konulu çalışmasında, erkek öğrencilerin bağımlılık düzeylerinin kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna varmıştır ve Horzum, araştırma sonucunun literatürde yer alan diğer çalışmalarla büyük ölçüde paralellik gösterdiğini ifade ederken, bilgisayar oyunlarının daha çok erkek oyunu olarak kabul edilmesi ve internet kafelere daha çok erkek çocukların gidebilmesi bu sonuçların nedenleri arasında gösterilmektedir. Ancak günümüzde teknoloji çok hızlı bir şekilde gelişip ucuzlamıştır ve böylece her sosyo-ekonomik kesimden ve her cinsiyetten insanın kolaylıkla ulaşabileceği bir duruma gelmiştir ve dijital oyun araçları da buna dahildir. Bir diğer çalışmada; Knee vd. (2014), bireyleri problemlili oyun oynama davranışına iten risk faktörlerini ele aldıkları bir çalışmada; cinsiyet değişkeninin önemli bir değişken olduğunu ve erkek ergenlerin kızlara göre daha kolay etkilenebileceğini ifade etmektedirler. Bununla birlikte, erkek çocukların dijital oyun oynamaya daha çok eğilim gösterdiklerini ifade etmişlerdir. Akçay ve Özcebe (2012), "Okul Öncesi Eğitim Alan Çocukların ve Ailelerinin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi" ile ilgili yapmış oldukları çalışmada, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha fazla bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynadıklarını belirtmektedir. Erboy (2010), İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler konulu yüksek lisans tezi araştırma sonuçlarına göre erkek öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı düzeylerinin kız öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu sonucun aksi yönünde bulgulara ulaşan Irlas ve Gomis (2015), "Dürtüsellik ve video oyunu bağımlılığı" konulu araştırmada; yaşları 12-16 arasında değişen 411 ergenin "dürtüsellik düzeyi" ve "video oyunu bağımlılığı" arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre; erkek katılımcıların bilgisayar başında geçirdikleri süre ve sıklık düzeyi ile video bağımlılığı düzeyi kadınlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek çıkmıştır.

Araştırmanın beşinci alt problemi olan; Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test/son-test puanlarının yaşa göre farklılık gösterip göstermediği

incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda (Tablo 23, Tablo 24); Yaşa göre fark puanı sonuçları incelendiğinde 14 yaş grubu öğrencilerinin, Birinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör'ten alınan puan ortalamalarının, 12 ve 13 yaş grubundan yüksek olduğu görülmüştür. Dolayısıyla Birinci Alt Faktör ve Üçüncü Alt Faktör puanlarına göre 14 yaş grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin 12 ve 13 yaş grubundan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Toplam puan, Birinci Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör puanlarında ise herhangi anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bu sonuçlara göre, dijital oyun bağımlılığı yaş ile kısmen doğrusal bir ilişki göstermektedir. Yaşça büyük olan öğrencilerin içinde bulundukları gelişim döneminin özelliği gereği anne-babadan daha bağımsız davranabilmesi ve dijital oyunlara daha fazla zaman ayırabilmesi olasıdır ve bu sebepten dolayı yaşça büyük olan öğrencilerin bağımlılık düzeyleri daha yüksek olabilir. Dijital oyunların özellikle çocuk ve gençlere yönelik tasarlandığını göz önüne alınacak olursa ve özellikle çevrimiçi oyun gruplarının çocuk ve gençler tarafından çok çekici-cazip bulundukları ve çocukların bu gruplara dahil olma aracı olarak dijital oyun oynama davranışını giderek daha fazla benimsediği söylenebilir. Eylon Özyurt'a göre (2007), 11-15 yaş dönemi, çocukluktan ergenliğe geçiş dönemi olarak değerlendirilmektedir ve bu dönemde çocuklar yakın çevresi ile (anne-baba) birtakım çatışmalar yaşar. Bu dönemde çocuk, anne babadan uzaklaşmaya ve daha bağımsız hareket etmeye başlar. Kale ve Erşen (2003), çocukların ergenlik döneminde aileden uzaklaşmaya başladığı, arkadaş gruplarıyla güçlü bağlar oluşturduğu ve bu bağları birtakım değerler üzerine inşa ettiğini ifade etmektedirler. Lieberman vd. (2009), dijital oyun oynama davranışının çok küçük yaştaki çocuklara kadar indiğini ifade etmekte ve çocukların üç yaşından itibaren zamanlarının büyük bir kısmını giderek artan bir şekilde dijital oyunlara harcadıklarını ifade etmektedir. Knee vd. (2014), dijital oyunlarda yaş değişkenlerinin önemli bir etken olduğunu ifade etmektedirler. Bununla birlikte, ergenlerin yetişkinlere oranla bireysel ve sosyal görevlerini daha çok aksatarak oyun oynama davranışına yöneldiklerini ifade etmişlerdir. Bu araştırma sonucu ile paralellik gösteren bir çalışmada; Müller vd. (2014), "Avrupa'daki gençlerde düzenli oyun davranışı ve internet oyun bozukluğu" konulu araştırmalarında; Almanya, Yunanistan, İzlanda, Hollanda, Polonya, Romanya ve İspanya'dan yaşları 14-17 arasında değişen 12,938 katılımcıyı araştırmaya dahil etmişlerdir. Yaş değişkenine göre bağımlılık düzeyleri ile ilgili ülkeler arası karşılaştırmada sonuçlar Almanya lehine, Polonya ve İspanyadan çok az düzeyde

farklılaşmaktadır. Bir diğer deyişle bağımlılık düzeyi ile yaş değişkeni arasında doğrusal bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Bir diğer çalışmada ise Festl, Scharkow ve Quandt (2016), “Ergenler, gençler ve yetişkinlerde problemi bilgisayar oyunu oynama” konulu araştırmada; 14-18 yaş aralığında 580 ergen, 19-39 yaş aralığında 1866 genç yetişkin ve 40 yaş üstü 1936 yetişkin araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre video oyunu bağımlılık düzeyi ile yaş arasında ters orantılı bir ilişki vardır ve gençlerin daha fazla süreyle video oyunu oynadıkları sonucuna varılmıştır. Yaşın bağımlılıkla ilişkisinin olduğu yönünde sonuçlar ortaya koyan Donati vd. (2015), “Oyunlarda çeşitlilik ve bağımlılık: Erkek ergenlerde, video oyunu çeşitliliği ve bağımlılık ilişkisi” konulu araştırmada; 13-18 yaş aralığında bulunan 701 erkek ergeni araştırmaya dahil etmişlerdir. Araştırma sonucuna göre yaş değişkeni video oyunu çeşitliliği ve video oyunu bağımlılığı arasında herhangi bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Araştırmanın altıncı alt problemi olan; Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test/son-test puanlarının anne-eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda (Tablo 25, Tablo 26); Anne eğitime göre Fark Puanı Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör’ ten alınan puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Bu sonuçlara göre; anne-eğitim düzeyinin öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeyini etkileyen bir değişken olmadığı görülmüştür. Teknolojinin gelişmesi ile birlikte birtakım faydalı ve sakıncalı sonuçlarının olduğu yapılan araştırmalarla ortaya konulmuştur (Dolu vd. 2010; Griifiths, 1999; Kıran, 2011 Sakin, 2007). Özellikle dijital göçmen olarak tanımlanan günümüz anne-babaların teknolojinin doğurabileceği sakıncalar konusunda yeterince bilgi sahibi olmadığı bir gerçektir. Bu nedenle deney grubunda yer alan öğrencilerin anne eğitim seviyeleri de dikkate alınacak olursa dijital oyunlar ve sakıncaları konusunda çocuklarını yönlendirmede yetersiz olabileceği ve bu nedenle öğrencilerin bağımlılık düzeylerinin anne-eğitim düzeylerine göre değişiklik göstermemiş olması olasıdır. Dijital yerli ve dijital göçmen kavramlarını ortaya atan Prensky (2001), günümüz teknolojisinin var olduğu dünyada doğmuş ve bilgisayar, video, video kameralar, cep telefonları ve internet gibi teknolojiler ile büyümüş ve bu teknolojileri ana dilini benimser gibi benimseyip öğrenmiş kişileri “dijital yerliler” olarak tanımlamaktadır. Tarihsel zaman açısından bu teknolojilerle sonradan tanışmış ve yaşamına adapte etmeye çalışan kişileri ise

“dijital göçmenler” olarak tanımlamaktadır. Ebeveynlerin dijital oyunlar konusunda yeteri kadar bilgi sahibi olmadığı ve olası sakıncalarının yeterince bilinmediği yönünde görüşler hakimdir. Smith (2004) insanların, bilgisayar oyunlarının iyi mi yoksa kötü mü olduğu konusunda endişe ettiklerini ve bunun cevabının ise zor olduğunu söylemektedir. Kars (2013), özellikle anne, baba ve eğitimcilerin bu oyunların çocuklar üzerine bazı olumsuz etkileri olabileceği yönünde endişeli olduklarını belirtmektedir. Kars’a göre oyunların etkilerinin içeriğine, ne zaman, ne kadar oynandığına bağlı olarak hem iyi hem de kötü etkileri olabilir. Bu araştırma sonuçları ile benzer sonuçlara ulaşan Solak (2012), “Ortaöğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Tutumları İle Saldırganlık ve Yalnızlık Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” konulu yüksek lisans tezinde; ortaöğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu (dijital oyun) tutumlarının öğrencilerin anne ve baba eğitim düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmıştır. Alan yazında, anne eğitim seviyesi ile oyun bağımlılığı düzeyi arasında ilişkilerin olduğu çalışmalar mevcuttur. Örneğin; Şahin ve Ertuğrul (2012), ilköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu (dijital oyun) bağımlılık düzeylerinin incelenmesi” konulu araştırmada öğrencilerin, anne-eğitim seviyesine göre bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerini araştırmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin anne-eğitim seviyeleri ilkokul, ortaokul ve lise düzeyinde değişmektedir ve araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin anne-eğitim seviyeleri arttıkça bağımlılık düzeyleri de anlamlı düzeyde artmıştır. Araştırmacılar bu sonucun nedeni olarak anne-eğitim düzeylerinin artması ile birlikte annelerin dışarıda çalışma hayatına katıldıkları ve dolayısıyla anne kontrolü altında bulunması gereken çocukların bilgisayar oyunları ile daha fazla zaman geçirdiğini ifade etmişlerdir. Bu araştırma sonucunun aksine Erboy’un (2010), İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler konulu yüksek lisans tezi araştırma sonuçlarına göre anne eğitim seviyesi düşük olan öğrencilerin bağımlılık düzeyleri anne eğitim seviyesi yüksek olan öğrencilere göre daha yüksektir.

Araştırmanın yedinci alt problemi olan; Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test/son-test puanlarının baba-eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda (Tablo 27, Tablo 28); Baba eğitime göre fark puanı Toplam puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör’ten alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Üçüncü Alt Faktör toplam puanına göre ise baba eğitim düzeyi ilkokul olan öğrencilerin bağımlılık düzeyi,

baba eğitim düzeyi ortaokul olan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Bu sonuca göre; baba-eğitim düzeyi ilkokul olan öğrencilerin Üçüncü Alt Faktör puanına göre bağımlılık düzeylerinin, baba-eğitim düzeyi ortaokul olan öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Baba-eğitim düzeyinin Üçüncü Alt Faktör haricinde ölçek toplam puanı ve diğer alt faktör puanlarına göre öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerini etkileyen bir değişken olmadığı sonucuna varılmıştır. Araştırmanın bu sonucu anne eğitim düzeyi sonuçları ile büyük ölçüde paralellik göstermektedir ve bu benzerliğin yine “dijital yerli” ve “dijital göçmen” kavramları ile açıklanması mümkündür. Duyan Çamurdan’a göre (2007), medya eğitimi kapsamında özellikle ana-babalar dijital oyunlar konusunda eğitilmeli ve bu oyunların yol açabileceği zararlar konusunda bilinçlendirilmelidir. Horzum (2011), özellikle oyun çağında bulunan çocukların bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynama alışkanlıklarının yaşamlarının sonraki dönemlerini etkileyebileceğini göz önünde bulundurularak aileler tarafından kontrollü bir şekilde uygun oyun oynama alışkanlığının kazandırılmasının önemli olduğunu ifade etmektedir. Livingstone ve ark.’nın önderliğinde yapılan ve bulguları yayınlanan; Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Projesi kapsamında, 25 Avrupa ülkesinden 9 ile 16 yaşları arasında 23.420 katılımcı ve bu katılımcıların ebeveynlerinden biri ile görüşmeler yapılmıştır. Ortadoğu Teknik Üniversitesinden bir akademisyen grubunun da katkı sağladığı araştırmanın Türkiye ayağında, 1018 çocuk ve ebeveynlerinden biri ile yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre çok az sayıda ebeveynin çocukların teknoloji kullanımı sırasında elde edeceği olanaklardan ya da karşılaşılabileceği risklerden haberdar olduğunu; gerçekleşebilecek risklere karşı çocuklarını koruyabilecek yardımı sağlayabilecek donanımına sahip olmadıklarını göstermektedir. (Arslan vd. 2014). Bu araştırma sonucuna göre baba eğitim düzeyi az da olsa öğrencilerin bağımlılık düzeyini etkileyen bir değişkendir ve araştırma sonucu ile benzerlik gösteren bir çalışmada Şahin ve Ertuğrul (2012), ilköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin baba-eğitim düzeyleri ilkokul, ortaokul, lise ve üniversite düzeyinde değişmektedir ve araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin baba-eğitim düzeyleri ile bağımlılık düzeyleri arasında herhangi bir ilişki olmadığı görülmüştür. Bir diğer çalışmada Engin ve Akar Vural (2010), ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığını etkileyen faktörleri” ele almışlardır ve anne- baba eğitim düzeyi ile bilgisayar oyunu (dijital oyun) bağımlılığı düzeyleri arasında ters ilişkinin olduğunu, anne-

baba eğitim düzeyi düştükçe öğrencilerin bağımlılık düzeylerinin arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Benzer bir araştırma yapan Erboy'un (2010), ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler konulu yüksek lisans tezi araştırma sonuçlarına göre baba eğitim düzeyi düşük olan öğrencilerin bağımlılık düzeyleri baba eğitim düzeyi yüksek olan öğrencilere göre daha yüksektir.

Araştırmanın sekizinci alt problemi olan; Deney grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test/son-test puanlarının kardeş sayısına göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda (Tablo 29, Tablo 30); Kardeş sayısına göre fark puanı Toplam Puan, Birinci Alt Faktör, İkinci Alt Faktör, Üçüncü Alt Faktör ve Dördüncü Alt Faktör' ten alınan puanların istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Bu sonuçlara göre; deney grubunda yer alan öğrencilerin kardeş sayılarının dijital oyun bağımlılık düzeyine etki eden bir değişken olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Duyan Çamurdan (2007), artık günümüzde çocukların bir araya geldiklerinde bile bilgisayar karşısında yan yana oturup saatler boyunca konuşmadan ve göz göze ilişki kurmadan oyun oynadıklarını ve bu çocukların, aralarında o oyunun kahramanının özelliklerini, yaptıklarını, giydiklerini konuştuklarını ama birbirlerini birey olarak tanımadıklarını ifade etmektedir. Gelişen teknolojinin ucuzlaması ve yaygınlaşması ve her çocuğun kendisine ait dijital oyun aracının olması, dijital oyunlardaki renkli ve hareketli dünyaların olması çocukların dijital oyunları fiziksel aktivite içeren gerçek oyunlara tercih etmesine neden olabilir. Gürcan vd. (2008), dijital oyunların uzun dönemde hem aile içi iletişimi hem de diğer sosyal etkileşimleri kısıtladığını ifade etmektedirler. Horzum vd. (2008), oyunların insanları bir araya getirme özelliğinin olduğunu ancak dijital oyunların yapısındaki bireysellik unsurunun gerek çocuklar için gerekse yetişkinler için sosyal ilişkileri olumsuz etkileyen bir faktör olduğunu vurgulamaktadırlar. Solak (2012), "Ortaöğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Tutumları ile Saldırganlık ve Yalnızlık Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi" konulu yüksek lisans tezinde; benzer sonuçlara ulaşmıştır ve bu araştırma sonuçlarına göre kardeş sayısı ile bilgisayar oyunu (dijital oyun) tutumu arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Araştırmanın dokuzuncu alt problemi olan; Deney ve Kontrol grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerine ait ön-test/son-test puanlarının dijital oyun oynama süresine göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda (Tablo 31-32-33-34); Kontrol grubuna ait günlük ortalama oyun oynama süresi ön-test ve son-test ölçümleri

arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur. Analiz sonuçlarına göre deney grubuna ait günlük oyun oynama sürelerine ilişkin ön-test ve son-test ölçümleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır, oyun süresi 30-60 dk. olan katılımcılarda oyun süresi ön-test oranları (%10,0) oyun süresi son-test oranlarından (%47,5) düşüktür. Oyun süresi 91-120 dk. olan katılımcılarda oyun süresi ön-test oranları (%47,5) oyun süresi son-test oranlarından (%15,0) yüksektir. Analiz sonuçlarına göre Oyun Süresi Son-test puanlarına göre kontrol ve deney grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır, oyun süresi 30-60 dk. olan katılımcılarda deney grubunun oranları (%47,5) kontrol grubunun oranlarından (%15,0) yüksektir. Oyun süresi 91-120 dk. olan katılımcılarda deney grubunun oranları (%15,0) kontrol grubunun oranlarından (%47,5) düşüktür. Yapılan analiz sonuçlarına göre; seçilmiş olan deney ve kontrol gruplarına ait günlük dijital oyun oynama süreleri ön-test puanları arasında farklılık bulunmamaktadır. Uygulanmış olan 12 haftalık eğitim sonrasında deney grubunun günlük dijital oyun oynama sürelerinde farklılaşma (azalma) olmuştur. Bu farklılaşma 30-60 dk. ile 91-120 dk. süreleri arasında gerçekleşmiştir. 30-60 dk. oyun oynama süresine sahip kişi sayısı eğitim sonrası artmışken, 91-120 dk. oyun oynama süresine sahip kişi sayısı azalmıştır, 61-90 dk. ve 121 dk. ve üzeri oyun oynayan kişi sayılarında herhangi bir değişiklik olmamıştır. Kontrol grubunun günlük oyun oynama sürelerinde ise herhangi bir değişiklik olmamıştır. Bu sonuçlara göre; kontrol grubunun günlük dijital oyun oynama sürelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir değişiklik görülmezken, deney grubuna ait oyun sürelerinde anlamlı düzeyde azalmaların olduğu görülmüştür. Dolayısıyla fiziksel hareketlilik içeren oyunların deney grubunda bulunan öğrencilerin günlük dijital oyun oynama düzeyini azalttığı ve bu azalmanın dijital oyun bağımlılığı düzeyinin azalmasında etkili olduğu söylenebilir. Televizyon, film, video oyunları, radyo, bilgisayar ve internet gibi kitle iletişim araçlarını aşırı kullanma çocuk ve ergenlerin beden ve ruh sağlığı için ciddi bir tehlike oluşturmaktadır. TV, video, bilgisayar ve video oyunları ile geçirilen süre 1-2 saat/gün ile sınırlanmalı ve televizyon bebek bakıcısı olarak kullanılmamalıdır. (Duyan Çamurdan, 2007, s.5). Dijital oyun oynama süresi ile oyun bağımlılığı arasında doğrusal bir ilişkinin olduğunu ortaya koyan birçok araştırma mevcuttur. Örneğin; Irles ve Gomis (2015) “Dürtüsellik ve video oyunu bağımlılığı” konulu araştırmada; yaşları 12-16 arasında değişen 411 ergenin “dürtüsellik düzeyi” ve “video oyunu bağımlılığı” arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre; katılımcıların bilgisayar başında geçirdikleri süre ve sıklık düzeyi

ile video bağımlılığı düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Benzer bir çalışma yapan Festl vd. (2016), “Ergenler, gençler ve yetişkinlerde problemi bilgisayar oyunu oynama” konulu araştırmada; 14-18 yaş aralığında 580 ergen, 19-39 yaş aralığında 1866 genç yetişkin ve 40 yaş üstü 1936 yetişkin araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; günlük oyun oynama süresi ile video oyunu bağımlılık düzeyi arasında anlamlı ve yüksek düzeyde ilişki olduğu görülmüştür. Benzer bir araştırma yapan Gökçearsan ve Durakoğlu (2014), “Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre; günde 1 kere 3 saatten fazla bilgisayar oyunu (dijital oyun) oynayanların bağımlılık düzeyi, günde 1 kere 1 saate kadar oynayanlardan daha yüksek iken, haftada birkaç kez oynayanların bağımlılık düzeyleri haftada bir kez oynayanlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak; dijital oyun bağımlısı olan öğrencilerin serbest zamanlarında fiziksel hareketlilik içeren oyunlara yönelmesi ile birlikte dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin anlamlı düzeyde azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla dijital oyun bağımlılığı düzeyini azaltmada fiziksel hareketlilik içeren oyunların önemli bir yöntem olduğu söylenebilir.

6.3. Öneriler

Araştırma sonuçlarının da gösterdiği gibi dijital oyun bağımlılığı düzeyinin düşürülmesi ve bu sorunun çözümü için fiziksel hareketlilik içeren oyunların etkili bir araç olacağı söylenebilir. Bu çerçevede araştırma sonuçlarına yönelik öneriler;

1. Bu araştırmanın sadece ortaokul öğrencilerini kapsamı önemli bir sınırlılıktır. İlerleyen dönemlerde benzer çalışmaların bütün örgün eğitim kademelerinde ve farklı yaş gruplarında yapılması daha genel sonuçlara ulaşmada faydalı olabilir.
2. Ülkemizde yapılan çalışmaların daha çok betimsel çalışmalar olduğu ve sonuçlarının bir problemi tespit etmekten öteye geçemediği göz önünde bulundurularak yapılacak olan benzer çalışmalarda, disiplinler arası bir bakış açısı ile (Beden Eğitimi, PDR, Tıp vb.) konu daha geniş kapsamlı ele alınarak sorunun çözümü noktasında bilimsel çalışmalar yapılmalıdır.
3. Yapılacak yeni araştırmalarda nitel araştırma modelinin birlikte kullanılması ile, bireyleri dijital oyun bağımlılığına iten nedenlerin de araştırılması neden-sonuç ilişkisi bağlamında faydalı olacaktır.

Genel öneriler ise;

1. Okullarda eğitim müfredatında beden eğitimi derslerine daha fazla yer verilmelidir.
2. Ders dışı egzersiz programlarına gereken önem ve destek verilmelidir.
3. Gerek okullarda gerekse okul dışı yaşam alanlarında çocukların fiziksel aktivite içerikli oyunlar oynayabileceği, bilgisayar başında geçirdiği fazla zamanı daha faydalı alternatif aktivitelerle (sporla) geçirebileceği oyun alanlarına ihtiyaç duyulmaktadır.
4. Eğitsel dijital oyunlar eğitim sistemimize entegre edilerek bir eğitim aracı olarak kullanılabilir.
5. Öğretmenlere dijital oyunlar ile ilgili hizmet-içi eğitim verilmelidir. Medya okur-yazarlığı dersi kapsamında dijital oyunların sakıncaları ile ilgili öğrenciler bilgilendirilebilir.
6. Dijital oyun oynama aktivitelerinin çeşitli sosyal politikalarla standart altına alınması önerilebilir. Örneğin, Güney Kore’de hükümetin çıkardığı bir yasayla, çocukların gece yarısından sonra çevrimiçi dijital oyun oynaması yasaklanmıştır. Bazı oyun şirketlerinin dijital oyun bağımlılığı konusunda çeşitli araştırma ve tedavilerin sağlanabilmesi için yıllık gelirlerinin %1’ini ayırdıklarını ifade etmektedir (Prensky, 2006). Özellikle internet kafelere yönelik alınan tedbirlerin uygulama noktasında denetimlerinin ciddi anlamda yapılması gerekmektedir.

KAYNAKLAR

- Ağaoğlu, O. & Metin, N. (2015). Bilim ve sanat merkezi'ne giden ve gitmeyen ilkokul 4. Sınıf ve ortaokul öğrencilerinin şiddet içeren bilgisayar oyunlarını oynama durumlarının incelenmesi. *Journal of Gifted Education Research / Üstün Yetenekliler Eğitimi Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 11-25.
- Akandere, M. (2013). *Eğitici okul oyunları (4. Basım)*. Ankara: Nobel.
- Akçay, D. & Özcebe, H., (2012). Okul öncesi eğitim alan çocukların ve ailelerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Çocuk Dergisi*, 12(2), 66-71.
- Akçayır, G. (2013). *Dijital oyunların sağlığa etkisi. M.A. Ocak. Eğitsel Dijital Oyunlar*. Ankara: Pegem Akademi.
- Aksoy, A.B. & Dere Çiftçi, H. (2014). *Erken çocukluk döneminde oyun*. Ankara: Pegem.
- Aktaş-Arnas, Y. (2005). 3-18 yaş grubu çocuk ve gençlerin interaktif iletişim araçlarını kullanma alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 4(4), 14-28.
- Alantar, M. (1999). Video oyunlarının ergenlerin denetim odakları, öz-kavramları ve serbest zaman değerlendirme etkinlikleri üzerindeki etkileri. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 11(1), 1-10.
- And, M. (1974). *Oyun kavramı*. I. Uluslararası Türk Folklor Seminer Bildirileri. Ankara: Başbakanlık.
- And, M. (2003). *Oyun ve bügü- Türk kültüründe oyun kavramı*. İstanbul: Yapı Kredi.
- Anderson A. & Bushman, B.,J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior, *Iowa State University A Meta-Analytic Review of the Scientific Literature*. 12(5), 22-36.

- Arıkan, Z. (2012). *Madde bağımlılığı, düzelme (remisyon), nüks (relaps) ve önlenmesi*. Madde Bağımlılığı Tanı ve Tedavi Kılavuzu El Kitabı. T.C Sağlık Bakanlığı Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar- Current Approaches In Psychiatry*, 1(3), 55-67.
- Arslan, E. Bütün, P., Doğan, M., Dağ, H., Serdarzade, C. & Arıca, V. (2014). Çocukluk çağında bilgisayar ve internet kullanımı. *İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastanesi Dergisi*, 4(3), 195-201.
- Atalay, B. (1999). *Divanü Lügat-İt-Türk dizini (4. Baskı)*. Ankara: Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu.
- Aydoğdu-Karaaslan, İ. (2015). Dijital oyunlar ve dijital şiddet farkındalığı: ebeveyn ve çocuklar üzerinde yapılan karşılaştırmalı bir analiz. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi. The Journal of International Social Research*, 8(36), 806-818.
- Bartholow, D.B., Bushman, B.J., & Sestir, M.A. (2006). *Chronic violent video game exposure and desensitization to violence: Behavioral and event-related brain potential data*. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42(4), 532-539.
- Bayındır, N. & Özel, A. (2008). *Gelişim öğrenme ve eğitim*. Ankara: Pelikan.
- Bayram, N. (2015). *Sosyal Bilimlerde SPSS İle Veri Analizi*. Bursa: Ezgi
- Bilgi, A. (2005). *Bilgisayar oyunu oynayan ve oynamayan ilköğretim öğrencilerinin saldırganlık, depresyon ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Binark, M. & Bayraktutan-Sütçü, G. (2008). *Kültür endüstrisi ürünü olarak dijital oyun*. İstanbul: Kalkedon.
- Binark, M., Bayraktutan-Sütçü, G. & Fidaner, I.,B. (2009). *Dijital oyun rehberi “oyun tasarımı türler ve oyuncu”*. İstanbul: Kalkedon.
- Blinka, L. & Mikuška, J. (2014). The role of social motivation and sociability of gamers in online game addiction. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 8(2), 1-6.

- Bozkurt, A. (2014). Homo ludens. Dijital oyunlar ve eğitim. *Eğitim Teknolojileri Araştırmaları Dergisi*. 5(1), 1-21.
- Bruce, D., Bartholow, B., Bushman, J. & Marc, A. S. (2006). Chronic violent video game exposure and desensitization to violence: Behavioral and event-related brain potential data. *Journal of Experimental Social Psychology*, 42(6), 532–539.
- Burak, Y. & Ahmetoğlu, E. (2015). Bilgisayar oyunlarının çocukların saldırganlık düzeylerine etkisinin incelenmesi. *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(11), 363-382.
- Burak, Y. (2013). *Bilgisayar oyunlarının ilköğretim birinci kademe öğrencilerinin saldırganlık düzeylerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.,E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Calhoun, W. D. (1987). *Sport, culture and personality*. America: Human Kinetics.
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: İnternet bağımlılığı. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(22), 83-98.
- Cole, L. & Morgan, J. J. B. (2011). *Çocukluk ve gençlik psikolojisi*. (Vassaf. B.H. Çev.). İstanbul: Milli Eğitim.
- Creswell, J. W. (2013). *Araştırma deseni: Nicel, nitel ve karma yöntem yaklaşımları* (S. B. Demir, Çev.). Ankara: Eğiten kitap.
- Çakır, H. (2013). Bilgisayar oyunlarına ilişkin ailelerin görüşleri ve öğrenci üzerindeki etkilerin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 138-150.
- Çakır, Ö.,Horzum, B.M., & Ayas, T. (2013). *İnternet bağımlılığının tanımı ve tarihçesi, internet bağımlılığı-sorunlar ve çözümler*. Kalkan, M. & Kaygusuz C. (Ed.), Ankara: Anı.

- Çelik, N. (2013). *Bilgisayar ve bilgisayar oyunlarının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin psikomotor gelişim profilleri üzerindeki etkisinin tespiti*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Çelik, H. E., & Yılmaz, V. (2013). *Lisrel 9.1 İle Yapısal Eşitlik Modellemesi: Temel Kavramlar*. Ankara: Anı
- Çetin, E. (2013). *Tanımlar ve temel kavramlar, Eğitsel dijital oyunlar*. Ocak, M.A. (Ed.), Ankara: Pegem Akademi.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), 187-195.
- Demirtaş-Madran, H.,A. & Ferligül-Çakılcı, E. (2014). Çok oyunculu çevrimiçi video oyunu oynayan bireylerde video oyunu bağımlılığı ve saldırganlık. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(2), 99-107.
- Doğu, B. (2006). *Popüler kültürün tüketim aracı olarak bilgisayar oyunlarında sunulan yaşam tarzı*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Doğusoy, B. & İnal, Y. (2015). Çok kullanıcı bilgisayar oyunları ile öğrenme. http://simge.metu.edu.tr/conferences/cok_kullanicili_oyunlarla_ogrenme.pdf. sayfasından erişilmiştir.
- Dolu, O., Büker, H. & Uludağ, Ş. (2010). şiddet içerikli video oyunlarının çocuklar ve gençler üzerindeki etkileri: saldırganlık, şiddet ve suça dair bir değerlendirme. *Adli Bilimler Dergisi / Turkish Journal of Forensic Sciences*, 9(4), 54 – 75.
- Donati, A.M., Chiesi, F., Ammannato, G. & Primi, C. (2015). Versatility and addiction in gaming: the number of video-game genres played is associated with pathological gaming in male adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(2), 275-289.
- Durmuş, A. (2007). *Eyvah! çocugum bilgisayar kullanıyor*. İstanbul: Nesil.
- Duvarcı, İ. (1998). *Patolojik kumar oynama: tanısına ve eşlik eden özelliklerin belirlenmesine ilişkin betimsel bir çalışma*. Uzmanlık Tezi, Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, İzmir.

- Duyan-Çamurdan, A. (2007). Görsel medyanın çocuk sağlığına etkileri. *Sted*, 16(2), 25- 29.
- Elkind, D. (2011). *Oyunun gücü*. (Öngen, E. Çev.). Ankara: İmge.
- Erboy, E. (2010). İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Ercan, Z. (2003). *Uyuşturucunun harman yeri*. İstanbul: Nemesis.
- Ergin, A., Uzun, S., U. & Bozkurt, A.,İ. (2013). Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler. *Pam Tıp Dergisi*, 6(3), 134-142.
- Erkuş, A. (2013). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci*. Ankara: Seçkin.
- Evcin, S. (2011). *Bilgisayar oyunlarının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin saldırganlık eğilimine etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Eysenck, H. J. (1997). Addiction, personality and motivation. *Human Psychopharmacology*, 12(2), 79– 87.
- Eyuboğlu, Z. İ. (2004). *Türk dilinin etimoloji sözlüğü*. İstanbul: Sosyal.
- Festl, R., Scharkow, M. & Quandt, T. (2016). Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults. *Addiction*, 108(3), 592–599.
- Fröolich, J., Lehmkuhl, G., Orawa, H., Bromba, M., Wolf, K. & Dorten, A. G. (2016). Computer game misuse and addiction of adolescents in a clinically referred study sample. *Computers in Human Behavior*, 55(16), 9-15.
- Gentile, D. A. & Anderson, C. A. (2006). Video games. *Encyclopedia of Human Development*, 3(8), 1303-1307.
- Glasser, W. (1977). Promoting client strength through positive addiction. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy, Revue canadienne de counseling et de psychothérapie*, 11(4), 173-175.

- Gökçearslan, Ş. & Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(14), 419-435.
- Griffiths, M. D. & Meredith, A. (2009). Videogame Addiction and its Treatment. *Journal Contemp Psychother*, 9(39), 247-253.
- Griffiths, M. D. (2005). Components, model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Subst Use*, 10(4), 191-197.
- Griffiths, M. D. (2009). Online computer gaming: Advice for parents and teachers. *Education and Health*, 1(27), 3-6.
- Günay, G. (2011). *Şiddet içerikli online bilgisayar oyunlarının ilköğretim öğrencilerinin saldırganlık tepkileri üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
- Güneş, A. (2012). *Dijital oyunların güvenlik bağlamında yasal ve yönetsel düzenleme sorunları*. Yüksek Lisans Tezi, Polis Akademisi Güvenlik Bilimleri Enstitüsü Güvenlik Stratejileri ve Yönetimi Anabilim Dalı, Ankara.
- Günüç, S. (2009). *İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Gürçan, A. Özhan, S. & Uslu R. (2008). Dijital oyunlar ve çocuklar üzerindeki etkileri. T.C. Başbakanlık. Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü.
- Gürçan, A., Özhan, S. & Uslu, R. (2008-Kasım). Dijital oyunlar ve çocuklar üzerindeki etkileri. <http://ailetoplum.aile.gov.tr/data/5429366a369dc32358ee2a92/sayfasından> erişilmiştir.
- Haber Türk (2016). *Bilgisayar oyunları şiddeti normalleştiriyor*. <http://www.haberturk.com/saglik/haber/940791> sayfasından erişilmiştir.
- Hazar, K., Mamak, H. & Çınar, V. (2015). Investigation of relationship internet and computer games addiction with sports participation level und some variables in high school

- students. *Niğde University Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 9(2), 48-59.
- Hazar, M. (2000). *Beden eğitimi ve sporda oyunla eğitim*. Ankara: Tutibay.
- Horzum, M. B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(159), 57-68.
- Horzum, M. B., Ayas, T. & Çakırbalta, Ö. (2008). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76-88.
- Huizinga, J. (2013). *Homo ludens- oyunun toplumsal işlevi üzerine bir deneme*. (4. Baskı). İstanbul: Ayrıntı.
- Hussain, Z., Williams, G.A. & Griffiths, M.D. (2015). An exploratory study of the association between online gaming addiction and enjoyment motivations for playing massively multiplayer online role-playing games. *Computers in Human Behavior*, 50(15), 221–230.
- Irmak, A.Y. & Erdoğan, S. (2016). *Ergen ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış*. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 1-11.
- İHA (2015). *Bilgisayar oyunu oynarken tartıştığı adamı öldürdü*. <http://www.iha.com.tr/haber-bilgisayar-oyunu-oynarken-tartistigi-adami-oldurdu-478330/> sayfasından erişilmiştir.
- İşçibaşı, Y. (2011). Bilgisayar, internet ve video oyunları arasında çocuklar. *Selçuk İletişim*, 7(1), 122-130
- Kale, R. & Erşen, E. (2003). *Beden eğitimi ve spor bilimlerine giriş*. Ankara: Nobel.
- Karaman, K. & Kurtoğlu, M. (2009). Öğretmen adaylarının internet bağımlılığı hakkındaki görüşleri. Akademik Bilişim'09 - XI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri. Harran Üniversitesi, Şanlıurfa.
- Karasar, N. (2000). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel.
- Karayağız-Muslu, G. & Bolışık, B. (2009). Çocuk ve gençlerde internet kullanımı. *TAF Prev Med Bull*, 8(5), 445-450.

- Kars, G.B. (2010). *Şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının çocuklarda saldırganlığa etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kaya, B.A. (2013). *Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Kayalı, U. (2011). *Bilgisayar oyunları ile çocuk ve ergenlerdeki psikopatoloji arasındaki ilişkinin araştırılması*. Uzmanlık Tezi, İstanbul Üniversitesi Cerrah Paşa Tıp Fakültesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, İstanbul.
- Kelleci, M. (2008). İnternet, cep telefonu, bilgisayar oyunlarının çocuk ve gençlerin ruh sağlığına etkileri. *TAF Prev Med Bull*, 7(3), 253-256.
- Kıran, Ö. (2011). *Şiddet içeren bilgisayar oyunlarının ortaöğretim gençliği üzerindeki etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Kim, P.,W., Kim, S., Y., Shim, M., Im, C. & Shon, Y. (2013). The influence of an educational course on language expression and treatment of gaming addiction for massive multiplayer online role-playing game (MMORPG) players. *Computers & Education* 63(5), 208–217.
- King, D.L. & Delfabbro, P.H. (2014). Internet gaming disorder treatment: a review of definitions of diagnosis and treatment outcome. *Journal of Clinical Psychology*, 70(10), 942–955.
- Kneer, J., Glock, S., Beskes, S. & Bente, G. (2012). Are digital games perceived as fun or danger? Supporting and suppressing different game-related concepts. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(11), 122-135.
- Kneer, J., Rieger, D., Ivory, J.D. & Ferguson, C. (2014). Awareness of Risk factors for digitalgame addiction: interviewing players and counselors. *Int Journal of Ment Health Addiction* 12(8), 585–599.
- Korkusuz, M.,E. & Karamete, A. (2013). Educational game development models. *Necatibey Eğitim Fakültesi Elektronik Fen ve Matematik Eğitimi Dergisi (EFMED)*, 7(2), 78-109.

- Köroğlu, E. (2001). *Amerikan psikiyatri birliği: psikiyatride hastalıkların tanımlanması ve sınıflandırılması el kitabı*, yeniden gözden geçirilmiş 4. Baskı (DSM-IV-TR). (Köroğlu, E, Çev.). Ankara: Hekimler.
- Köse, Z. (2013). *13-14 yaş grubu ergenlerin bilgisayar oyunlarını oynama alışkanlıklarının ve sosyalleşme durumlarının araştırılması (Kütahya İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar.
- Kukul, V. (2013). *Oyunla ilgili tarihsel gelişim ve yaklaşımlar, eğitsel dijital oyunlar*. Ocak, M.A. (Ed.), Ankara: Pegem Akademi.
- Küçükali, A. (2015). Çocukların oyun oynama hakkı ve değişen oyun kültürü. *Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (ERZSOSDE)*, 4(1), 1-14.
- Landade, S. & Roderisk, M. (2014). Recovery from addiction and the potential role of sport:Using a life-course theory to study change. *International Review for the Sociology of Sport*, 49(3/4), 468–484.
- Lee, E., J. (2011). A case study of internet game addiction. *Journal of Addictions Nursing*, 22(3), 208–213.
- Lemmens, J.S., Valkenburg, P.M. & Peter, J. (2012). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95.
- Lieberman, D.A., Fisk, M., C. & Biely, E. (2009). Digital games for young children ages three to six: from research to design. *Computers in the Schools*, 26 (3), 299–313.
- Lloret-Irles, D. & Morell-Gomis, R. (2015). Impulsiveness and video game addiction. *Health and Addictions*. 16(1), 33-40.
- Mangır, M. & Aktaş, Y. (1993). Çocuğun gelişiminde oyunun önemi. *Yaşadıkça Eğitim*, 12(1), 2-28.
- Milliyet (2011). *Oyun bağımlılığı ölüm getirdi*. <http://www.milliyet.com.tr/oyun-bagimlilik-olum-getirdi/gundem/gundemdetay/31.07.2011/1420817/default.htm>, sayfasından erişilmiştir.
- Müller, K.,W., Janikian, M., Dreier, M., Wölfling, K., Beutel, M.,E., Tzavara, C., Richardson, C. & Tsitsika, A. (2014). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in

- European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors and psychopathological correlates. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 24(3), 565–574.
- Ocak, M. A., (2013). *Eğitsel dijital oyunların eğitimde kullanımı, Eğitsel dijital oyunlar*. Ocak, M.A. (Ed.), Ankara: Pegem Akademi.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı- internetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür.
- Öğretir, A.D. (2008). Oyun ve oyun terapisi. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(8), 94-100.
- Özbakır, İ. (2009). Geleneksel Türk çocuk oyunlarında fonksiyonel oyuncu “ebe”. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi-The Journal of International Social Research*, 2(6), 75-86.
- Özdamar, K. (2016). *Eğitim, Sağlık ve Davranış Bilimlerinde Ölçek ve Test Geliştirme Yapısal Eşitlik Modellemesi*. Eskişehir: Nisan
- Özdemir, N. (2006). *Türk çocuk oyunları*. Cilt 1. Ankara: Akçağ.
- Öztürk, D. (2007). *Bilgisayar oyunlarının çocukların bilişsel ve duyuşsal gelişimleri üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Öztürk, Ö., Odabaşıoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y. & Kalyoncu, A. (2007). İnternet bağımlılığı. Kljnigi ve tedavis. Internet addiction: clinical aspects and treatment strategies. *Journal of Dependence*, 8(13), 36-41.
- Öztütüncü-Doğan, F. (2006). Video games and children: Violence in Video Games. *Psychologist*, 44(4), 55-72,
- Özyurt, E.B. (2007). *Gelişim konularına genel bakış, Eğitim psikolojisi*. Kaya, A. (Ed.), Ankara: Pegem.
- Pala, F.K. & Erdem, M. (2011). Dijital oyun tercihi ve oyun tercih nedeni ile cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenme stili arasındaki ilişkiler üzerine bir çalışma. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 53-71.

- Pallesen, S., Lorvik, I.M., Bu, E.H. & Molde, H. (2015). An exploratory study investigating the effects of a treatment manual for video game addiction. *Psychological Reports: Mental & Physical Health*, 117(2), 490-495.
- Park, S.Y., Kim, S.M, Roh, S., Soh, M.A., Leed, S.H., Kim, H., Lee, Y.S. & Hana, D.H. (2016). The effects of a virtual reality treatment program for online gaming addiction. *Computer Methods and Programs in Biomedicine*, 129(9), 99–108.
- Pehlivan, H. (2012). *Oyun ve öğrenme*. Ankara: Anı.
- Polat, G. (2014). Madde bağımlılığı tedavisinde sosyal hizmet mesleği. *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 30(2), 143-148.
- Pongmuseum (2015). *The First "Electronic" Game Ever Made?* [Fotoğraf]. <http://pongmuseum.com/history/FirstElectronicGameEverMade.php>/sayfasından erişilmiştir.
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. *From On the Horizon MCB University Press*, 9(5), 1-6
- Radikal (2015). *Paris saldırıları PlayStation 4'le mi planlandı?* <http://www.radikal.com.tr/dunya/paris-saldirilari-playstation-4le-mi-planlandi-1473352/> sayfasından erişilmiştir.
- Sakin, M. (2007). Oyun sanal bunalım gerçek. *Ailem Dergisi*, 213(7), 18-23.
- Sarahan B. Merriam. (2015). *Nitel Araştırma Desen ve Uygulama İçin Bir Rehber*. (Edit. Selahattin Turan). Ankara: Nobel
- Siyez, M.,D. & Uz-Baş, A. (2013). *İnternet bağımlılığı ve psiko sosyal faktörler internet bağımlılığı-sorunlar ve çözümler*. Kalkan, M. & Kaygusuz, C (Ed.), Ankara: Anı.
- Smith, G. (2004). How do computer games affect your children?. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, 17(9), 72-80.
- Solak, M.Ş. (2012). *Ortaöğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu tutumları ile saldırganlık ve yalnızlık eğilimleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

- Şahin, C. & Tuğrul, M. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Zeitschrift für die Welt der Türken-Journal of World of Turks*, 4(3), 15-30.
- Tarhan, N. & Nurmedov, S. (2011). *Bağımlılık- sanal veya gerçek*. İstanbul: Timaş.
- Tavşancıl, E. (2014). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS İle Veri Analizi*. Ankara: Nobel
- TBMM (2016). https://www.tbmm.gov.tr/arastirma_komisyonlari/bilisim_internet/docs/sunumlar/turkiye_dijital_oyunlar_federasyonu.pdf sayfasından erişilmiştir.
- TDK (2016). *Oyun*. http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts sayfasından erişilmiştir.
- Terek-Ünal, G. & Batı, U. (2011). *Dijital oyunlar*. İstanbul: Derin.
- Torun, F., Akçay, A. & Çoklar, A. N. (2015). Bilgisayar oyunlarının ortaokul öğrencilerinin akademik davranış ve sosyal yaşam üzerine etkilerinin incelenmesi. *Karaelmas Journal of Educational Sciences*, 3(15), 25-35.
- Tuzcuoğlu, S. (2005). *Gelişimin doğası gelişim ve öğrenme*. Aydın, B. (Ed.), İstanbul: Nobel.
- TÜİK (2016). <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=16198> sayfasından erişilmiştir.
- Tüzün, Ü. (2002). Gelişen iletişim araçlarının çocuk ve gençlerin etkileşimi üzerine etkisi. *Düşünen Adam*, 15(1), 46-50.
- Vardar, E. (2012). Egzersiz bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi-Archives Medical Review Journal*, 21(3), 163-173.
- Wallenius, M. & Punamäki, R. L. (2008). Finnish longitudinal study on parent-child communication, sex, age and direct aggression. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29(4), 286-294.
- Weber, R., Ritterfeld, U. & Mathiak, K. (2006). Does playing violent video games induce aggression? Empirical evidence of a functional magnetic resonance imaging study. *Media Psychology*, 8(3), 9-60.

- Yalız, D. (2011). *Fiziksel etkinlik oyunlarının ilköğretim öğrencilerinin karakter gelişimleri üzerindeki etkisi*. Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *Cyberpsychology & Behavior*, 9(6), 772-775.
- Yeltepe-Ercan, H. (2013). *Bağımlılık tedavisinde egzersiz tedavisi*. Ankara: Nobel.
- Yengin, D. (2010). *Dijital oyunlarda şiddet kavramı- yeni şiddet*. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yengin, D. (2012). *Dijital oyunlarda şiddet. (1. Baskı)*. İstanbul: Beta.
- Yeşilyurt, F. (2014). *Ergenlerin çevrim içi oyunlardaki deneyimleri ve oyuna ilişkin tutumlarının incelenmesi*. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Yılmaz, E. & Çağıltay, K. (2015). *Elektronik oyunlar ve Türkiye*. <http://mimoza.marmara.edu.tr/~esad.esgin/EBOT/documents/elektronikoyunlar.pdf>. sayfasından erişilmiştir.
- Yılmaz, Y. & Balcıoğlu, İ. (2012). Spor ve alkol bağımlılığı. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Scinience*, 2(2), 95-102.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415.
- Zorba, E. & Saygın, Ö. (2007). *Fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk*. İstanbul: Bedray.
- Zorbaz, S.D., Ulas, Ö. & Kızıldağ, S. (2014). Relation between video game addiction and interfamily relationships on primary school students. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 15(2), 489-497.

EKLER

EK-1. İzin Belgesi



T.C.
ANKARA VALİLİĞİ
Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 14588481-605.99-E.109765
Konu : Araştırma izni

06.01.2016

KIZILCAHAMAM İLÇE MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi: a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 2012/13 nolu Genelgesi.
b) Gazi Üniversitesinin 29/12/2015 tarihli ve 42481 sayılı yazısı.

Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Doktora Öğrencisi Zekihan HAZAR' ın **"Fiziksel içerikli oyunların 10-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisi"** başlıklı tezi kapsamında ilçenize bağlı ekli listede belirtilen okullarda uygulama yapma talebi Müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Uygulama formunun (2 Sayfa) uygulama yapılacak sayıda araştırmacı tarafından çoğaltılarak araştırmanın ilgi (a) genelge çerçevesinde, ilçe milli eğitim müdürlüklerinin sorumluluğunda, okul ve kurum yöneticileri de uygun gördüğü takdirde gönüllülük esasına göre uygulanmasını rica ederim.

Ali GÜNGÖR
Müdür a.
Şube Müdürü

EK:

- 1-Uygulama formu (2 sayfa)
- 2-Okul listesi (1 sayfa)

Adres:
Elektronik Ağ:
e-posta:

Ayrıntılı bilgi için:
Tel:
Faks:

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden f7ad-62ed-3fa3-9e96-a1c7 kodu ile teyit edilebilir.

UYGULAMA YAPILACAK OKULLAR LİSTESİ

- 1- Kızılcahamam İmam Hatip Ortaokulu
- 2- Orhangazi ortaokulu

EK-2. Kişisel Bilgi Formu

Değerli Öğrenciler;

Bu çalışma 10-14 yaş öğrencilerin dijital oyun bağımlılığını ölçmek amacıyla yapılmaktadır. Araştırmanın sonuçları bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Ölçek iki bölümden oluşmaktadır ve birinci bölüm kişisel bilgilerinizi içeren 9 sorudan oluşmakta, ikinci bölüm ise dijital oyun bağımlılığını ölçmeye yönelik toplam 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçeği yanıtlamanızın yaklaşık 20 dakikalık bir süre alacağı tahmin edilmektedir. Sizden istenilen, ölçekte yer alan cümleleri dikkatle okuyarak size uygun gelen seçeneğe (X) işareti koyunuz. Lütfen yanıtsız soru bırakmayınız. Her bir maddeye ilişkin tek bir seçeneği işaretleyiniz. Kişisel bilgileriniz kesinlikle başka bir amaçla kullanılmayacak ve paylaşılmayacaktır. Aşağıdaki **Hiç Katılmıyorum (1), Katılmıyorum (2), Kararsızım (3), Katılıyorum (4), Tamamen Katılıyorum (5)** ifadelerinden sizin için en uygun olanı işaretleyiniz. Maddelere içtenlikle cevap vermenizi rica ederiz. Teşekkürler.



Dijital Oyun: Bilgisayar, cep telefonu, tablet ve televizyon aracılığı ile (playstation vb.) oynadığınız bütün oyunlar dijital oyunlardır.

Arş. Gör. Zekihan HAZAR

Sınıf:	Aşağıdaki dijital oyun araçlarından hangisine
Yaş:	sahipsiniz?
Cinsiyet:	[1. Bilgisayar] [2. Tablet] [3. Cep telefonu]
Öğrenci Numarası:	[4. Konsol] [5. Hiç biri]
Anne eğitim düzeyi: [1. İlkokul] [2.Ortaokul] [3. Lise] [4. Üniversite]	
Baba eğitim düzeyi: [1. İlkokul] [2.Ortaokul] [3. Lise] [4. Üniversite]	
Kardeş sayısı:	
Günde ortalama kaç saat dijital oyun oynuyorsun:	

EK-3. 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 acıktığımın farkına varmam	1	2	3	4	5
3. Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim	1	2	3	4	5
4. Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissedirim	1	2	3	4	5
5. Annem ve babam dijital oyun oynamamı engellerse onlara dijital oyun oynamak için ısrar ederim	1	2	3	4	5
6. İstedğim zaman dijital oyun oynayamazsam sinirlenirim/öfkelenirim	1	2	3	4	5
7. Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim	1	2	3	4	5
8. Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçar.	1	2	3	4	5
9. Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm.	1	2	3	4	5
10. Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur	1	2	3	4	5
11. Gün içerisinde birden bire/aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur	1	2	3	4	5
12. Dijital oyun oynadığım için arkadaşlarımla başka oyunlar oynamaya zamanım kalmaz	1	2	3	4	5
13. Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakınırım	1	2	3	4	5
14. Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim	1	2	3	4	5
15. Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey 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 olur	1	2	3	4	5
20. Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur	1	2	3	4	5
21. Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir	1	2	3	4	5
22. Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim	1	2	3	4	5
23. Başkalarına (aile, arkadaşlar, öğretmenler vb.) dijital oyun oynadığım süreyle ilgili yalan söylediğim olur	1	2	3	4	5
24. Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir	1	2	3	4	5

EK-4. Veli Davet Mektubu

Sayın veli;

Çocuklarınız sahip olduğunuz en değerli varlıklarınızdır. Aynı zamanda biz eğitimcilerin varlık nedeni olan çocuklarınız, ortak geleceğimizi inşa etmede temel yapı taşı oluşturmaktadır. Yarınlarımızın teminatı olan çocuklarımızın, çok yönlü bir eğitimle yetişmesi, milli ve manevi değerlerle birlikte çağdaş ve bilimsel yetilerle donatılması bu eğitim sürecinin içerik ve amacını oluşturmaktadır.

Bununla birlikte, gelişim çağında bulunan çocuklarımızın bu dönemde birçok olumsuz alışkanlık ve davranışlardan korunması gerek aile gerekse eğitimcilerin ortak çabasını gerektiren bir durumdur. Uyuşturucu, sigara, alkol gibi madde kullanım alışkanlığının edinilmeye başlandığı dönem, maalesef bu gelişim dönemine rastlamaktadır. Toplumumuzun bu konuda bilinçlendirilmesi ve bu sorunlarla ilgili kurumsal ve bireysel çabalar her geçen gün artarak devam etmektedir.

Ancak çağımızın yeni bir bağımlılık türü olarak adlandırılan ve maalesef ülkemizde henüz yeteri kadar farkındalığın olmadığı bir tehlike söz konusu olmaya başlamıştır ki bu tehlike “**Teknoloji bağımlılığı**” olarak adlandırılmaktadır. Teknoloji bağımlılığı da en az madde bağımlılığı kadar tehlikeli ve mücadele edilmesi gereken bir sorundur. Özellikle teknolojinin gelişmesiyle birlikte yaşamın her alanında etkisini gözlemlediğimiz bilgisayarların, hayatımıza kazandırdığı birçok pratik ve kolaylık yanında, insanları sosyal hayattan koparan, yalnızlaştıran, sosyal ihtiyaç ve görevlerini aksatma noktasına kadar getiren ve hatta ölüm gibi telafisi olmayan üzücü olayların yaşanmasına yol açan olumsuz yönleri de azımsanamayacak boyuta ulaşmıştır.

Hedef kitlesini çocukların oluşturduğu dijital oyunlar; sunmuş oldukları renkli ve hareketli dünyalar, devamlı kazanmaya yönelik oyun kurgusu ve bilinmezlik gibi unsurları içinde barındıran ve teknoloji bağımlılığının bir alt boyutu olan “**Dijital oyun bağımlılığı**” na yol açan gizli bir tehlike olarak karşımıza çıkmaktadır. Dijital oyun bağımlısı olduğu için intihar eden, adam yaralayan, hırsızlık yapan birçok insanların işlendiği birçok habere rastlamak mümkündür. Dünyada birçok gelişmiş ülke bu sorunla karşı karşıya kalmış ve bu sorunun önüne geçebilmek için birçok önlem alma yoluna gitmiştir. Gerek yasal düzenlemeler gerekse **teknoloji bağımlılığı rehabilitasyon merkezlerinin** kurulması gibi önlemler alınmaktadır. Ülkemizde bu konuyla ilgili çalışmalar maalesef daha çok yeni ve eksik kalmaktadır.

Bu amaçla okulumuzda; Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulundan Öğretim Üyesi Doç. Dr. Muhsin HAZAR’ ın rehberliğinde, Araş. Gör. Zekihan HAZAR’ tarafından üç aylık “**Dijital oyun bağımlılığıyla mücadele**” programı uygulanacaktır. Doç. Dr. Muhsin HAZAR ve Araş. Gör. Zekihan HAZAR’ ın katılımlarıyla 27.02.2016/saat: 13.00’da gerçekleştireceğimiz bilgilendirme toplantısına siz değerli velilerimizin katılımını bekliyoruz saygılar sunuyoruz.

EK-5. Tez Uygulama-Deneysel Planı

AY	HAFTA	TARİH	ÇALIŞMA SAATİ	DERS SAATİ	ÇALIŞMA YERİ	İŞLENECEK KNULAR
Mart	1	05.03.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Eğitsel oyunlar konusunda genel bilgilerin verilmesi. Çalışma süresince uyulacak kuralların açıklanması. Balık ağı oyunu, Kral kim? oyunu, Yengeç yarışı, Parkur oyunları
		06.03.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
	2	12.03.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Kapandaki dev oyunu, Ateşe kim basacak? Oyunu, Sopa ile top sürme, Parkur oyunları
		13.03.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
	3	19.03.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Hareketli ring oyunu, Kurtla kuzu oyunu, On top oyunu, Parkur oyunları
		20.03.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
	4	26.03.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Uçan top oyunu, Parazit oyunu, Değirmen oyunu, Parkur oyunları
		27.03.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
	1	02.04.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Turp çıkarma oyunu, Gündüz-Gece oyunu, Çürük elma oyunu, Parkur oyunları
		03.04.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
Nisan	2	09.04.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Çalışkan Bahçıvan oyunu, Sihirli kule oyunu, Tilki dışarıya çık oyunu, Parkur oyunları
		10.04.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
	3	16.04.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Elim sende oyunu, Mendil kapmaca oyunu, Sıçratan ip oyunu, Parkur oyunları
		17.04.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
	4	24.04.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Labut ile stafet yarışı, En iyi avcı oyunu, Elma toplama oyunu, Parkur oyunları
		30.04.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
	1	07.05.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Dağdaki sürü oyunu, Adadan adaya oyunu, Dans eden çember oyunu, Parkur oyunları
		08.05.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
	2	14.05.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Ver elini oyunu, Akordeon oyunu, Tuz-Buz oyunu, Parkur oyunları
		15.05.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
Mayıs	3	21.05.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Sığırcık yuvası oyunu, Patates ekme oyunu, Kör bekçi oyunu, Parkur oyunları
		22.05.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
	4	28.05.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	Sıçrayan mantar oyunu, On top oyunu, Dikili labutları devirme, Parkur oyunları
		29.05.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	
		12.06.2016	16.00/18.00	3 DERS	İmam Hatip Ortaokulu Spor Salonu	

EK-6. Çalışma Örnekleri







GAZİ GELECEKTİR...