



**10-14 YAŞ ARASINDAKİ ÇOCUKLARIN DİJİTAL OYUN  
BAĞIMLILIĞI İLE SOSYAL BECERİLERİ ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**Fatma Atak**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI**

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BİLİM DALI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**ŞUBAT, 2020**

## TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren 2 yıl (24) ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

### YAZARIN

Adı : Fatma

Soyadı : Atak

Bölümü : Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

İmza :

Teslim tarihi :

### TEZİN

Türkçe Adı : 10-14 Yaş Arasındaki Çocukların Dijital Oyun Bağımlılığı İle Sosyal Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

İngilizce Adı : The Investigation of The Relationship Between Digital Game Addiction and Social Skills Levels of Children Between 10-14 years

## **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: Fatma ATAK

İmza:

## JÜRİ ONAY SAYFASI

Fatma Ataktarafından hazırlanan “10-14 Yaş Arasındaki Çocukların Dijital Oyun Bağımlılığı İle Sosyal Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oybirliği / oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

**Danışman:** Doç. Dr Belgin GÖKYÜREK

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi) .....

**Başkan:**

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi) .....

**Üye:**

(Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara Üniversitesi) .....

Tez Savunma Tarihi: ...../...../.....

Bu tezin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Selma YEL

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

.....

## TEŞEKKÜR

Çalışmamın her aşamasını takip ederek, karşılaştığım tüm sorunlarda akademik desteğinin yanında manevi desteğini de benden esirgemeyen, bilgi ve deneyimlerini benimle paylaşan, süreç boyunca yoluma ışık tutan tez danışmanım Doç. Dr Belgin GÖKYÜREK 'e sonsuz teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Tez konusunun belirlenmesinde fikirlerini benimle paylaşan, tecrübelerini esirgemeyen değerli bilim insanı Prof. Dr. Muhsin HAZAR 'a ve tezimi tamamlamamda büyük emeği olan, eleştirileriyle çalışmama katkı sağlayan değerli hocam Arş. Gör. Dr. Tebessüm AYYILDIZ DURHAN' a teşekkürlerimi sunarım.

Çalışmamın örneklemini oluşturan ortaokullarda görev yapan idarecilere, öğretmenlere ve anketleri sabırla dolduran sevgili öğrencilere teşekkürlerimi sunarım.

Başım her sıkıştığında bir telefonla yardımına koşan, değerli zamanını bana ayıran canım arkadaşım Seda CANLI' ya, hayat boyu her şartta her koşulda destekçim, can dostum Hazal YÜCEL' e teşekkürlerimi sunuyorum.

Sadece tez döneminde değil, tüm eğitim hayatım boyunca manevi desteğini esirgemeyen, bana duyduğu sonsuz güven sayesinde bugünlere gelmemde büyük payı olan canım annem Gülsüm ÇİMEN' e sonsuz teşekkür ediyorum.

Tezimi bitirmemde büyük emeği olan, tanıştığımız günden bugüne beni her alanda destekleyen, cesaretlendiren sevgili eşim Mevlüt ATAK' a ve varlığıyla hayatıma anlam katan biricik kızımız Zeynep'e sevgilerimi sunuyorum.

Fatma Atak/ Ankara 2020

# **10-14 YAŞ ARASINDAKİ ÇOCUKLARIN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE SOSYAL BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**(Yüksek Lisans Tezi)**

**Fatma Atak**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**Şubat, 2020**

## **ÖZ**

Dijital oyun bağımlılığının sosyal beceriler üzerindeki etkisini ortaya çıkarmaya yönelik olarak yapılan bu çalışmada amaç, 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ve sosyal beceri düzeylerini belirlemek, bazı değişkenlerin dijital oyun bağımlılığı ya da sosyal beceriler üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturup oluşturmadığını saptamak ve dijital oyun bağımlılığı ve sosyal beceri arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Çalışmanın örneklem grubu kolayda örneklem yoluyla oluşturulmuştur. 10-14 yaş aralığındaki 419 ortaokul öğrencisi örneklem olarak seçilmiş, yapılan uygulamada elde edilen veriler Hazar ve Hazar'ın 2017 yılında geliştirdikleri 24 madde ve 4 alt boyuttan oluşan "Çocuklar için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" ve Kocayörük (2000) tarafından geliştirilen tek boyuttan ve 20 maddeden oluşan "Sosyal Beceri Ölçeği" ile toplanmıştır. Verilerin analizinde, betimsel istatistikler, bağımsız tek örneklem testi, tek yönlü varyans analizi Anova testi, chi square testi, ölçekler arasındaki ilişkinin betimlenmesinde Pearson Korelasyon testi, etki durumlarının incelenmesi için regresyon analizi ve eta kare ve ki-kare testi kullanılmıştır. Dijital oyun bağımlılık ölçeği için iç güvenirlik katsayısı .92, sosyal beceri ölçeği için iç güvenirlik katsayısı .82 olarak tespit edilmiştir. Araştırmada

dijital oyun bağımlılık düzeyinin artmasının sosyal beceri düzeyini azalttığı sonucuna ulaşılmıştır. Dijital oyun bağımlılık düzeylerinin az riskli bağımlılık düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Araştırmada okul, sınıf ve cinsiyet değişkenlerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyini değiştirdiği belirlenmiş olup sosyal beceri düzeyinde değişiklik oluşturmadığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının az riskli düzeyde, sosyal beceri düzeylerinin ise yüksek olduğu ve belirli değişkenlerin bu düzeyleri değiştirdiği saptanmıştır. Dijital oyun bağımlılığı düzeyinin artmasına bağlı olarak sosyal becerilerin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda 10-14 yaş grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığının azaltılması ve sosyalleşmelerinin sağlanmasına yönelik farkındalığı oluşturacak ve sosyal becerilerinin artmasını mümkün hale getirecek eğitim programları ve uygulamalar yapılması önerilmektedir.



Anahtar Kelimeler : Dijital Oyun Bağımlılığı, Sosyal Beceri, Ortaokul, Öğrenci

Sayfa Adedi : 106

Danışman : Doç. Dr. Belgin GÖKYÜREK



**THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN  
DIGITAL GAME ADDICTION AND SOCIAL SKILLS LEVELS OF  
CHILDREN BETWEEN 10-14 YEARS**

**(M. Sc. Thesis)**

**Fatma Atak**

**GAZI UNIVERSITY**

**GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES**

**February, 2020**

**ABSTRACT**

The aim of this study, which was conducted to reveal the effects of digital game addiction on social skills, is to determine the levels of digital game addiction and social skills of students between the ages of 10-14, to determine whether some variables make a significant difference on digital game addiction or social skills and digital game. to determine the relationship between addiction and social skills. The sample group of the study was easily created through sampling. 419 middle school students between the ages of 10-14 were selected as samples, the data obtained in the application was the single dimension developed by the "Digital Play Addiction Scale for Children" and Kocayörük (2000), consisting of 24 items and 4 sub-dimensions developed by Hazar and Hazar in 2017. It was collected with a "Social Skill Scale" consisting of 20 items. Descriptive statistics, independent single sample test, one-way analysis of variance Anova test, Pearson Correlation test for describing the relationship between scales, regression analysis and eta square and chi-square test were used to analyze the effect states. The internal reliability coefficient for the digital game addiction scale was .92, and the internal reliability coefficient for the social skill scale was .82. In the study, it was concluded that the increase

in digital game addiction level decreases the social skill level. It has been determined that digital game addiction levels are at low risk addiction level. In the study, it was determined that the variables of school, class and gender changed the level of digital game addiction and it was determined that it did not change the social skill level. As a result, it was found that digital game addictions of middle school students are at low risk, social skill levels are high and certain variables change these levels. It was concluded that social skills decreased due to the increase in the level of digital game addiction. As a result of the research, it is recommended to make education programs and practices that will create awareness for decreasing digital game addiction and socialization of 10-14 age group students and make it possible to increase their social skills.



Keywords : DigitalGame Addiction, SocialSkills, SecondaryEducation, Student

PageNumber : 106

Supervisor : Assoc. Prof. Dr. Belgin GÖKYÜREK

## İÇİNDEKİLER

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU .....	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
JÜRİ ONAY SAYFASI .....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZ .....	v
ABSTRACT .....	vii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar LİSTESİ.....	xii
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	4
1.3. Araştırmanın Önemi .....	4
1.4. Araştırmanın Varsayımları.....	6
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları .....	6
1.6. Tanımlar .....	6
BÖLÜM 2 .....	8
İLGİLİ ÇALIŞMALAR.....	8
BÖLÜM 3 .....	18
BAĞIMLILIK DİJİTAL BAĞIMLILIK VE SOSYAL BECERİ.....	18
3.1. Bağımlılık Kavramı .....	18
3.2. Dijital Bağımlılık Kavramı.....	20

3.3. Modern Dünyada Teknolojinin Gelişimi ve Bağımlılık .....	22
3.4. Dijital Oyun Bağımlılığı .....	24
3.4.1. Oyun Kavramı.....	26
3.4.2. Dijital Oyun.....	27
3.5. Dijital Oyunların Türleri .....	28
3.6. Dijital Oyunların Yarattığı Sorunlar.....	29
3.6.1. Fiziksel Sorunlar .....	29
3.6.2. Psikolojik Sorunlar .....	31
3.6.3. Sosyal Sorunlar .....	32
3.6.4. E-Hastalıklar .....	34
3.7. Dijital Bağımlılıkla Mücadele .....	35
3.8. Sosyal Beceri Kavramı .....	36
3.9. Sosyal Beceri ile İlişkili Kavramlar .....	38
3.10. Sosyal Becerinin Sınıflandırılması .....	41
3.11. Sosyal Becerinin Önemi .....	44
3.12. Sosyal Beceri Eğitimi .....	45
<b>BÖLÜM 4</b> .....	<b>48</b>
<b>YÖNTEM</b> .....	<b>48</b>
4.1. Araştırmanın Modeli.....	48
4.2. Evren ve Örneklem.....	48
4.3. Veri Toplama Araçları .....	49
4.3.1. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği.....	49
4.3.2. Sosyal Beceri Ölçeği .....	50
4.4. Verilerin Toplanması .....	51
4.5. Verilerin Analizi .....	51
<b>BÖLÜM 5</b> .....	<b>52</b>
<b>BULGULAR</b> .....	<b>52</b>
<b>BÖLÜM 6</b> .....	<b>64</b>
<b>TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER</b> .....	<b>64</b>
6.1. Tartışma.....	64
6.2. Sonuç.....	71

<b>6.3. Öneriler.....</b>	<b>74</b>
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>76</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>87</b>



## TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1 <i>Fair ve McWhirter'e göre Sosyal Becerilerin Sınıflandırılması</i> .....	41
Tablo 2 <i>Sosyal Becerilerin Sınıflandırılması</i> .....	42
Tablo 3 <i>Sosyal Becerilerin Sınıflandırılması</i> .....	43
Tablo 4 <i>Sosyal İlişkilerin Geliştirilmesinde İhtiyaç Duyulan Sosyal Beceriler</i> .....	46
Tablo 5 <i>Katılımcılara İlişkin Demografik Değişkenlerin Sıklık ve Yüzdelik Dağılımları</i> ...	52
Tablo 6 <i>Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Beceri Ölçeklerinin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri</i> .....	52
Tablo 7 <i>Katılımcıların Okul Değişkeni İle Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Arasındaki T Testi Sonuçları</i> .....	53
Tablo 8 <i>Katılımcıların Cinsiyet Değişkeni İle Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Arasındaki T Testi Sonuçları</i> .....	54
Tablo 9 <i>Katılımcıların Sınıf Değişkeni İle Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Arasındaki Anova Testi Sonuçları</i> .....	55
Tablo 10 <i>Katılımcıların Sınıf Değişkeni İle Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Arasındaki Eta Kare Testi Sonuçları</i> .....	55
Tablo 11 <i>Katılımcıların Okul Değişkeni İle Sosyal Beceri Ölçeği Arasındaki T Testi Sonuçları</i> .....	56

Tablo 12 Katılımcıların Cinsiyet Değişkeni İle Sosyal Beceri Ölçeği Arasındaki T Testi Sonuçları.....	56
Tablo 13 Katılımcıların Sınıf Değişkeni İle Sosyal Beceri Ölçeği Arasındaki Anova Testi Sonuçları.....	57
Tablo 14 Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Beceri Ölçekleri Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları .....	57
Tablo 15 Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal Beceri Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları.....	58
Tablo 16 Katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeyleri bulguları.....	58
Tablo 17 Katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeylerinin cinsiyete göre dağılımı.....	58
Tablo 18 Katılımcıların Cinsiyet ve Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki Ki-Kare Testi Sonuçları .....	59
Tablo 19 Katılımcıların Sınıf ve Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki Ki-Kare Testi Sonuçları .....	59
Tablo 20 Katılımcıların Okul ve Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki Ki-Kare Testi Sonuçları .....	60
Tablo 21 Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri ve Sosyal Beceri Ölçeği Arasındaki Anova Testi Sonuçları .....	60
Tablo 22 Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılık Seviyeleri Ve Cinsiyetleri Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları.....	61
Tablo 23 Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılık Seviyeleri Ve Okulları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları.....	62
Tablo 24 Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri Ve Sınıf Değişkeni Arasındaki Anova Testi Sonuçları .....	63

# BÖLÜM I

## GİRİŞ

### 1.1. Problem Durumu

Günümüzde bilgi ve iletişim teknolojilerinde hızlı değişim söz konusudur. İnsanların teknolojik araçlarla olan etkileşimleri günden güne artmaktadır. Bu teknolojilerden özellikle bilgisayar ve buna bağlı olarak internet kullanımını birçok alanda hayatı kolaylaştırmakta, aynı zamanda eğlence ve oyun aracı olarak da sürekli artan bir kullanım alanına dönüşmüş durumdadır. Geleneksel oyun aktiviteleri oyun alanlarının azlığı, internet erişiminin yaygınlaşması, şehirleşme vb. sebeplerle yerlerini bilgisayar oyunlarına bırakmıştır.

Bilişim alanındaki bu gelişmeler öncesinde çocuklar ve gençler sokaklarda, parklarda, oyun alanlarında zamanlarını geçirirken, günümüzde zamanlarının önemli bir bölümünü bilgisayar başında, internet/oyun salonlarında veya evlerde online olarak gerçekleştirdikleri sanal etkinliklerle geçirmektedirler. Özellikle gençlerin bu tür kullanımının sürekli arttığı günümüzde bu durum aşırı ve kontrolsüz bir kullanıma dönüşmüştür. Kullanımdaki bu kontrolsüzlük ise “dijital oyun bağımlılığı” kavramını ortaya çıkarmıştır.

Dijital oyunlar, dijital ortamlarda serbest zaman geçirmek, stres atmak, eğlenmek vb. nedenlerle gerek çocukların gerekse ergenlerin başvurdukları yöntemlerde ilk sırada yer almaktadır. Bu tür oyunların hemen her yaşta kullanıcıları olmakla birlikte özellikle gençler tarafından yoğun ilgi gösterilmektedir. Ayrıca yapılan araştırmalar her geçen gün



bu tür oyunlarla geçirilen zamanın sürekli arttığını göstermektedir(Rideout vd., 2010; Gentile 2009).

Günümüzde gençler arasında dijital oyunların popüler kültür imgesi olduğu ve teknolojiyi yakından izleyen gençlerin dijital oyunlara daha fazla ilgi gösterdiği ifade edilebilir. Genel aşırı oyun oynamak olumsuz olmakla birlikte dengeli yapılması durumunda sağlık açısından olumlu katkıları da olmaktadır. Özellikle rahatlama ve duygusal boşalma gibi kişinin stres durumuna olumlu katkıları olduğu belirtilmektedir (Prot vd., 2014; Green ve Bavelier 2003). Fakat ve sosyal yaşamda duygu ve düşüncelerde değişime neden oluyor ve bu bağlamda kontrolsüz bir kullanım söz konusu ise bağımlılıktan veya bir problemin varlığından söz edilebilmektedir (Young 2004; Ögel 2012, s. 12; Griffiths ve Davies2005, s. 12). Konu ile ilgili yapılan araştırmalar özellikle 10-19 yaş arası ergenlerde problemli kullanım ve aşırı oyun oynama eğiliminin yüksek olduğunu göstermiştir (Gentile 2009, Horzum 2011, Rideout ve ark. 2010).

Bu oyunlar özellikle erken yaşlarda oynanmaları durumunda çocukların zihinsel, kültürel ve sosyal gelişimlerinde ciddi faydalar sağlamaktadır. Ancak hangi yaşta olursa olsun bilinçli ve sağlıklı bir şekilde oynanmalıdır. Bunun dışındaki kullanımlar gerek çocuklara gerekse yetişkinlere birçok zararlar verebilmektedir. Gentile ve Anderson (2006), dijital oyunların çocuklar üzerine olabilecek zararlı etkilerinin araştırıldığı birçok bilimsel çalışmanın olduğunu ve bunun sonuçlarından birinin de sosyal davranışlarda azalma gibi olumsuz psikolojik ve sosyal sonuçlara yol açabileceğini ifade etmektedirler. Hops(1983)'a göre sosyal durumda sergilenen davranış biçimine sosyal beceri denmektedir. Bireyin yaşamında diğer insanlarla olan iletişimde kolaylaştırıcı bir etkiye sahip olduğundan sosyal becerilerinönemli bir yeri vardır (Yüksel, 2004, s. 15). Özellikle erken yaşlardan itibaren zor durumlarla baş edebilmek, sıkıntı yaratan ortamlarda direnç gösterebilmek, insanlarla iyi ilişkiler kurabilmek bireye başarısızlık halindebu durumdan kurtulabilme gücü kazandırmaktadır. Buna göre kısaca ifade etmek gerekirse “Sosyalbeceriler kişilerin günlük yaşam etkileşimlerinde kullanılan sözel ve sözel olmayan tüm

davranışlardır.”(Sevinç, 2005, s. 45) Dijital oyun bağımlılığın engellenmesi için bireyin sosyal becerilerini geliştirmesi gerektiğine vurgu yapılmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı hem günümüz hem de gelecek nesiller için tedbir alınması gereken bir alan haline gelmektedir(Aksel, 2018). Bu kapsamda çalışmada “Öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları ile sosyal beceri düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?” sorusunun cevabı aranmış ve elde edilen veriler değerlendirilmiştir.

Yapılan araştırma beş bölüm olarak oluşturulmuştur. Çalışmanın birinci bölümünde araştırmanın ana probleminin açıklandığı problem durum, alt problemler, araştırmanın amacı, önemi, sayıltıları, sınırlılıkları ve çalışmada geçen tanımlar yer almaktadır. İkinci bölüm ilgili literatür taramasına ayrılmıştır. Çalışmanın üçüncü bölümü araştırmanın kuramsal olarak belirlenmiştir. Araştırmanın kuramsal çerçevesinde dijital oyun bağımlılık kavramı, modern dünyada teknolojinin gelişimi ve bağımlılık, dijital oyun bağımlılığı, dijital oyun türleri, dijital oyunların yarattığı sorunlar, dijital bağımlılıkla mücadele, sosyal beceri kavramı, sosyal becerilerle ilişkili kavramlar, sosyal becerilerin sınıflandırılması, sosyal becerinin önemi ve kuramsalın son başlığı olan sosyal beceri eğitimi konuları ele alınmıştır. Dördüncü bölüm araştırmanın yönteminin yer aldığı bölümdür. İlişkisel tarama yöntemi tercih edilen çalışmada, sosyal beceri ölçeği ile çocuklar için dijital bağımlılık ölçeği ile ilgili bu bölümde bilgi verilmiştir. Evren ve örneklem de bu bölümde açıklanmıştır. Beşinci bölüm bulgular ve değerlendirilmesinin yapıldığı bölümdür. Altıncı bölüm, çalışmada ulaşılan sonuçlarla alanda yapılan diğer çalışmaların sonuçlarının tartışıldığı ve tartışma bağlamında ulaşılan sonuçların yer aldığı bölümdür. Aynı zamanda altıncı bölümde sonuçların arkasından çalışmanın önerilerine yer verilmiştir.

Çalışmanın ana problemi olarak belirtilen “Öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları ile sosyal beceri düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?” sorusuna cevap oluşturmak için alt sorular belirlenmiştir.

1. 10- 14 yaş arasındaki çocukların dijital oyun bağımlılık düzeyinde okul değişkeni anlamlı bir farklılık oluşturmaktadır mıdır?
2. 10- 14 yaş arasındaki çocuklarda dijital oyun bağımlılık düzeyinde cinsiyet değişkeni anlamlı düzeyde bir farklılık oluşturmaktadır mıdır?
3. 10- 14 yaş arasındaki çocuklarda dijital oyun bağımlılık düzeyinde sınıf değişkeni anlamlı düzeyde bir farklılık oluşturmaktadır mıdır?
4. 10- 14 yaş arasındaki çocuklarda sosyal beceri düzeyinde okul değişkeni anlamlı düzeyde bir farklılık oluşturmaktadır mıdır?
5. 10- 14 yaş arasındaki çocuklarda sosyal beceri düzeyinde cinsiyet değişkeni anlamlı düzeyde bir farklılık oluşturmaktadır mıdır?
6. 10- 14 yaş arasındaki çocuklarda sosyal beceri düzeyinde sınıf değişkeni anlamlı düzeyde bir farklılık oluşturmaktadır mıdır?
7. 10- 14 yaş arasındaki çocukların dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın temel amacı, 10-14 yaş arasındaki çocukların dijital oyun bağımlılığı ile sosyal becerileri arasındaki ilişkinin var olup olmadığını belirlemektir.

## **1.3. Araştırmanın Önemi**

Her geçen gün gelişen teknoloji ile birlikte insanların dijital materyallere ulaşabilmesi kolay bir hale gelmiştir. Değişik yaş gruplarının ilgisini çeken dijital oyunlara en çok çocuk ve gençler ilgi duymaktadır. Bu oyunlar şiddet, savaş, çatışma gibi unsurlar içerdiğinden bireylerin ruhsal ve sosyal dengelerinin bozulmasına yol açmaktadır. Bunun bir sonucu olarak bireyler, dijital oyun bağımlısı haline gelmektedir. Dijital oyun bağımlılığı zihinsel, ruhsal, sosyal, bedensel birçok olumsuzluğa neden olmaktadır. Dijital

oyun bağımlısı olan çocuklar hayatının büyük bir kısmını tek başına ekran başında geçirmekte ve yalnızlaşmaktadır. Bu durum sosyal bir varlık olarak toplum içinde yaşayan insanın etkileşimini azaltmakta ve zamanla sosyal becerilerinde gerileme görülmektedir.

Dijital oyunlara gereğinden çok zaman ayıran ve hayatında dijital oyunları bir bağımlılık haline getiren bireylerde görülen sorunlara bakıldığında, bu bireylerin öz denetimini sağlayamadığı, karşısına çıkan problemlerle mücadele edemediği, sosyal ortamlarda uyumlu davranmak yerine saldırgan tavırlar takındığı, kendini ifade edemediği, etrafındaki bireylerle iyi ilişkiler kuramadığı, akran grubuna kendini kabul ettiremediği anlaşılmaktadır. Sıralanan bu özellikleri edinen bireylerin de her ortama uyumlu hareket edebildikleri, toplum tarafından kabul gören davranışları sergileyip olumsuz davranışlardan uzaklaştıkları, diğer alanlarla ilgili olarak da olumlu gelişmeler kaydettikleri görülmektedir. Söz konusu özellikler, öğretilebilir sosyal beceriler olarak ifade edildiğinden dolayı bu becerilerin kazandırılması için okul ve aile faktörünün üzerine düşeni yapması gerektiği de ortadadır.

Bu çalışmadan alınan cevaplarla 10-14 yaş arası çocukların dijital oyun bağımlılığı ve sosyal beceri düzeylerinin belirlenmesi ve bu parametreler arasındaki ilişki ortaya konulacağı için dijital bağımlılığın sosyal becerileri olumsuz yönde etkilediğinin tespit edilmesi açısından yapılan araştırma, önem taşımaktadır. Dolayısıyla bu araştırmanın okullarda yürütülecek olan rehberlik çalışmalarına yön verici özellik taşıyacağı düşünülmektedir. Yapılan araştırma kapsamında toplanan verilerle gerçekleştirilen analizler ışığında dijital bağımlılığın çocukları sosyalleşmekten uzaklaştırdığının anlaşılması ve teknolojik ürünlerin bilinçli bir şekilde kullanılmasının gerekliliğinin fark edilmesi için de önemli bir çalışma olarak düşünülmektedir. Elde edilen sonuçların ailelere yol gösterici olacağı, ailelerin bilinçlenmesini sağlayacağı beklenmektedir. Çalışmanın sonuçlarının alanda yapılan birçok araştırmanın sonuçlarını destekleyeceği ön görülmekte ve bu yönüyle literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

#### **1.4. Araştırmanın Varsayımları**

Araştırmaya katılan öğrencilerin araştırma değişkenlerini ölçmek amacıyla belirlenen ölçekleri, gönüllü olarak doğru bir şekilde hiçbir etki altında kalmadan doldurdukları varsayılacaktır.

#### **1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Araştırmanın çalışma grubu Ankara ili Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı Yenimahalle ilçesi Özkent Akbilek Ortaokulu ve Kahramankazan ilçesi Yıldırım Beyazıt Ortaokulunda 2018-2019 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören 5, 6, 7, 8.sınıf öğrencileriyle sınırlandırılmıştır.
2. Bu çalışmada elde edilen tüm bulgular, çalışma grubunda yer alan öğrencilerin çalışmada kullanılan ölçeklerin içindeki sorulara verecekleri cevaplarla sınırlandırılmıştır.

#### **1.6. Tanımlar**

Oyun: Sınırlandırılmış bir zaman ve mekan içerisinde, zihinsel ve fiziksel yeteneklerle, sağlık, eğitim, eğlence gibi belirli bir amaca yönelik olarak insanların günlük uğraşlarının dışında kalan zamanlarda yaptıkları, oynayanlara zevk veren, sonucuna maddi çıkar sağlamayan, gerilim duygusunun eşlik ettiği, katılanları ve genel olarak izleyicileri de etkisi altında tutan, rastlantı, beceri, dikkat, zekâ ve yeteneğe dayanan, duygusal olgunluk ve sosyal uyumu geliştiren, gönüllü katılım yoluyla grup oluşturan ve kendine özgü kurallarla yapılan etkinliklerdir (Hazar, 2000, s. 12).

Dijital oyun: Belirli kural ve amaçları olan, bilgisayar yazılımları ile joystick, klavye, fare veya monitör gibi arabirimlerin etkileşimlerinin sağlandığı sistemler bütünüdür (Kaya, 2013).

Dijital Oyun Bağımlılığı: Bireyin video ya da bilgisayar oyunlarını duygusal ya da sosyal problemlere sebep olmasına karşınkompulsif ve aşırı bir şekilde oynamaya devam etmesi şeklinde tanımlanır (Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2012, s. 77-95).

Sosyal Beceri:Sosyal beceriler, kişinin yaşamını sürdürdüğü çevrede, başka bireylerle uyumlu iletişime geçmesine olanak veren tutum ve davranışlardır (Stanley, 2009, s. 45).



## BÖLÜM 2

### İLGİLİ ÇALIŞMALAR

Riggio, Coffaro&Tucker, (1989) tarafından yapılan çalışmada, sosyal beceri ve empati arasındaki ilişki araştırılmıştır. Çalışmada aralarındaki ilişki incelenen iki değişkeni ölçmek için “Sosyal Beceriler Envanteri” ve “Empati Ölçeği” kullanılmıştır. 171 çocuk üzerinde yapılan araştırmada, empati ölçeği ve sosyal beceriler envanterinden elde edilen verilerin analiz sonuçlarında empati ve sosyal beceriler değişkenleri arasında olumlu bir ilişki saptanmıştır. Cinsiyet değişkenine göre kızlardaki duygusal empati puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Akkök (1996) çalışmasında sosyal becerilerden olan kendini rahatlıkla ifade edebilme, duygularını aktarabilme, merak ettiği bir konuda soru sorabilme, herhangi bir ortamdaki konuşmaları dinleyebilme becerisi edinebilme, sorunlarla nasıl başa çıkacağını bilme gibi becerileri edinebilmesinin bu becerileri öğrenmesiyle mümkün olacağını belirtmektedir. Bu becerileri edinen bir öğrencinin de beklenen akademik başarıyı ortaya koyabileceğini vurgulamaktadır. Çalışmasında sosyal becerilerin kazandırılması için sunduğu önerilerde öğretmenlerin bu konuyla ilgili gereken öz veriyi göstermeleri ve öneminin öğretmenler tarafından anlaşılmasının gerekliliği üzerinde durmuştur. Bununla birlikte becerilerin kalıcı olması adına drama tekniğinin kullanılmasının etkili olacağı yönünde görüş belirtmektedir, ailelerin de uygun olan davranışları sergileyerek model olmalarını ve iyi davranış gösterildiğinde çocuğun ödüllendirilmesi gerektiğini belirtmiştir.

Lane, Givner & Pierson (2004) çalışmasında sınıf öğretmenlerinin görüşlerine başvurmuş ve sınıf öğretmenlerinin belirttiği görüşler doğrultusunda başarılı olmanın koşulunu yedi sosyal beceriye sahip olmak şeklinde ortaya koymuşlardır. Çalışmada sınıf öğretmenlerinin görüşleri doğrultusunda başarı için gerekli yedi şart şu şekilde belirtilmiştir: yönergelere uyma, ders katılımı, akran grubuna ve yetişkinlerin olduğu ortamlarda olumlu davranış sergileme, kendisi gibi düşünmeyen kişilerle de anlaşabilme, ortama uygun tepkiler geliştirme ve serbest olduğu zamanları uygun biçimde değerlendirme olarak ifade etmişlerdir.

Akkuş (2005) yapmış olduğu araştırmada, 10 yaşındaki öğrencilerin sosyal becerileri ile denetim odağı ve özsaygı becerileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Olumlu davranışların artmasına bağlı olarak özsaygı düzeyinin de doğru orantılı olarak arttığı, olumsuz davranışların çoğalması durumunda da özsaygı düzeyinin azaldığı belirlenmiştir. Olumlu yönde sergilenen sosyal davranışların artmasının dıştan denetimi sağladığı ve içsel denetim odağını yükselttiği tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre sosyal beceri düzeyleri incelendiğinde iki cinsiyet arasında anlamlı bir değişikliğe rastlandığı ve kızlardaki sosyal beceri düzeyinin erkeklere oranla daha yüksek çıktığı belirlenmiştir.

Çubukçu ve Gültekin (2006) çalışmalarında 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin hangi sosyal becerileri edinmesi gerektiğini araştırmışlardır. 438 öğretmen, araştırmanın örnek grubunu oluşturmuştur. Elde edilmek istenen veriler için “Sosyal Beceri Değerlendirme Ölçeği” ölçme aracı olarak belirlenmiştir. Yapılan araştırma sonucunda elde edilen verilerin analiziyle ilköğretim öğretmenlerinin ilişkiyi başlatma ve sürdürme becerilerine daha çok puan verdikleri belirlenmiştir, puanlama sırasına göre diğer beceri alanları; “grupla iş yapma becerileri, plan yapma ve problem çözme becerileri, özdenetimini koruma becerileri, stres durumu ile başa çıkma becerileri ve duygulara yönelik beceriler” olarak belirtilmiştir

Öztürk'ün (2007) “Bilgisayar Oyunlarının Çocukların Bilişsel ve Duyuşsal Gelişimleri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi” adlı araştırma sonuçlarına göre, öğrencilerin %34'ü



bilgisayarı en çok “oyun-eğlence” ve “araştırma-öğrenme” amacıyla kullandığı ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin %59,6 'sı haftada en az bir defa, %23,4'ü her gün okul çalışmalarını dışında bilgisayar başında vakit geçirmektedir. Aynı araştırmada kız (%54,2) ve erkek (%56,5) öğrencilerin yarısının haftada en az bir defa bilgisayar veya internette oyun oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Her gün oyun oynayan erkek öğrencilerin sayısı kız öğrencilerin sayısından fazladır.

Öz (2009) tarafından yapılan çalışmada bilgisayar oyunlarının, 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin bilişsel performans düzeylerine etkisi araştırılmıştır. Araştırmada bu amaca uygun olarak çocukların bilişsel performans düzeyleri ile bilgisayar oyunu oynama süreleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma neticesinde 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin bilişsel performans düzeyleri üzerinde bilgisayar oyunu oynama sıklıklarının anlamlı bir fark oluşturabildiği belirlenmiştir. Bilgisayar oyunlarına haftada 8 saatten fazla zaman ayıran çocukların dikkat ölçeğinden aldıkları puanlar düşük çıkmıştır. Bu durumun sebebi olarak çocukların bu tür oyunları oynarken birçok uyarana maruz kalmaları, bu nedenle de belirli bir uyarıcıya odaklanmada sorun yaşadıkları düşünülmüştür. Planlama ve dikkat ölçeklerine göre ise bilgisayar oyunlarını hiç oynamayan çocuklara kıyasla bu oyunları belirli miktarda oynayan çocukların puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Bilgisayar oyunlarını çok fazla oynamanın çocukların genel performans düzeyleri ile karmaşık bir şeklin içinde bir bütün olarak gösterilen şekli hatırlama, şekillerin hatırlanıp kopyalanması, konuşmanın seri organizasyonu, hareket ve seslerin sıralı biçimde biçimlenmesi, birbirini izleyen uyanları algılama vb. yetenekleri olumsuz etkilediği neticesine varılabilir.

Gülay ve Akman (2009) tarafından yapılan çalışmada ise çeşitli boyut ve özelliklerdeki sosyal becerilere sahip çocukların, akran grupları içerisinde problem çözücü, uyumlu, zararsız, soğukkanlı, iletişime açık, işbirlikçi, özgüveni yüksek, girişken, arkadaş bulmakta güçlük çekmeyen, popüler, sevilen bireyler oldukları belirlenmiştir.

Samancı (2010) tarafından yapılan çalışmada sınıf öğretmenlerinin görüşleri çerçevesinde değerlendirmelerde bulunulmuştur. Araştırma neticesinde okul, aile, çevre ve bireysel özellikler olmak üzere 4 faktörün ilkökull öğrencilerinin sosyal becerilerinin gelişiminde önemli rol oynadıkları belirlenmiştir. Bu faktörlerden ilki olan “aile”; demokratik bir aile ortamı sağlaması, çocuğa model olacak davranışlar sergilemesi, çocuğunu desteklemesi, çocuğuyla vakit geçirmesi vb. birbirinden birçok hususu bünyesinde barındırmaktadır. Okul faktöründe ise sınav stresinin azaltılması, öğrenci merkezli tekniklerin kullanılması, demokratik sınıf ve okul yönetimi, öğretmenin pozitif tutum ve davranışları ve okuldaki sosyal aktiviteler yer almaktadır. Çevresel faktörlerde televizyon izleme, internet ve bilgisayar kullanımı, arkadaşlarıyla oyun oynama, yakın çevresindeki sportif ve sosyal aktivitelere katılma, grup arkadaşlarıyla vakit geçirme yer alırken bireysel faktörlerde ise bireysel yetenekler, sataşmalarla başa çıkma becerisi, özgüven ve dil ve iletişim becerileri yer almaktadır.

Evcin (2010) tarafından yapılan çalışmada çocukların saldırganlık eğilimlerine bilgisayar oyunlarının etkileri incelenmiştir. Araştırmanın neticesinde içeriğinde şiddet öğeleri barındıran bilgisayar oyunlarının ortaokul öğrencilerinin “total saldırganlık”, “dolaylı saldırganlık”, “öfke”, “sözel saldırganlık” ve “fiziksel saldırganlık” puanlarında artışa sebep olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte bu tür oyunları günde 15 dakika gibi kısa süre oynayanlara kıyasla günde 2 saat gibi daha uzun süre oynayan öğrencilerin saldırganlık eğilimini daha fazla sergiledikleri tespit edilmiştir. Ayrıca bu tür oyunları 2 saat süreyle oynayan erkeklere kıyasla aynı süre oynayan kızların fiziki saldırganlık eğilimlerinin anlamlı seviyede yüksek olduğu görülmüştür.

Horzum (2011) çalışmasında ilköğretimdeki öğrencilerin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Araştırma sonucunda cinsiyet değişkenine göre erkek öğrencilerin kız öğrencilere; sosyo-ekonomik düzey değişkenine göre üst sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilerin orta ve alt sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilere; sınıf değişkenine göre 4. sınıftaki öğrencilerin, 3. ve 5. sınıftakilere

göre oyun bağımlılığı yüksek bulunmuştur. Bilgisayar sahibi olma bakımından oyun bağımlılığında anlamlı farklılık bulunamamıştır

Sağlam (2011), bilgisayar oyunlarının ergen öğrencilerin sosyalleşme süreci ve şiddet eğilimleri üzerindeki etkilerini ölçmek amacıyla yaptığı araştırmada, katılımcıların %19'unun her gün, %18,1'inin haftada 1-2 gün bilgisayar oyunu oynadığını, hiçbir zaman oynamadığını belirtenlerin oranının ise %10,5 olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu durumda öğrencilerin çoğunluğunun aile ve arkadaşlarıyla geçirdiği zamanın azaldığı ve sosyalleşmelerini olumsuz etkilediği söylenebilir.

Çakılcı (2013) tarafından 205 kişi üzerinde yapılan çalışmada çok oyuncu ile oynanan online video oyunları oynayan kişilerde saldırganlık ve video oyunu bağımlılığı araştırılmıştır. Araştırma neticesinde bu tür oyunları oynayan kişilerin çevrimiçi video oyunu bağımlılığı ve saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir.

Köse (2013) tarafından yapılan çalışmada 13-14 yaş grubundaki ergenlerin sosyalleşme durumları ve bilgisayar oyunlarını oynama alışkanlıkları incelenmiştir. Bu doğrultuda ergenler içerisinde ilgili yaş grubunda olup da bilgisayar oyunu oynayanların sosyalleşme düzeyleri araştırılmıştır. Araştırma neticesinde bu tür oyunların ergenlerin arkadaşlık, okul ve aile ilişkilerini ve buna bağlı olarak da sosyalleşmelerini hem olumlu hem de olumsuz etkilediği belirlenmiştir. Bilgisayar oyunu oynayabilmek için evde tek çocuk olmayı isteme veya kardeşleriyle anlaşmazlık yaşanması bilgisayar oyunlarına düşkünlüğün ergenlerin aile iletişimlerini olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Aile ortamı bireyin sosyalleşmesinin en önemli yönünü oluşturmaktadır. Dolayısıyla sağlıklı bir aile ortamı ergenlerin daha fazla bilgisayar oyunu oynama isteklerini olumsuz etkilemektedir. Sosyalleşme açısından ergenlerin %40,5'inin bu tür oyunların onları arkadaşları ile vakit geçirmeden alıkoyduğunu ifade etmeleri önemli bir bulgudur.

Irmak (2014) tarafından yapılan çalışmada sağlık davranışı etkileşim modeline göre ortaöğretim öğrencilerinin dijital oyun oynama davranışları incelenmiştir. Irmak bu

araştırmada öğrencilerin dijital oyun oynama davranışlarını sağlık davranışı etkileşim modeli çerçevesinde belirlemeye çalışmıştır. Araştırma neticesinde psiko-sosyal davranış bozuklukları ile dürtü kontrolünün azalması bağımlı oyuncuların davranışlarına doğrudan etki etmektedir. Bununla birlikte dijital oyun oynama davranışını açıklamada sağlık davranışı etkileşim modelinin kullanılabileceği de görölmüştür.

Bilgin (2015), 10-14 yaş aralığındaki çocukların dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi belirleme amacıyla yaptığı araştırmada 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerden oluşan toplam 678 öğrenciye Horzum, Ayas ve Balta (2008) tarafından geliştirilen “Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği”, “İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)” ve Bacanlı (1997) tarafından geliştirilen “Sosyo-Ekonomik Düzey Ölçeği (SEDÖ)” uygulanmıştır. Elde edilen verilere göre ortaokul öğrencilerinin riskli düzeyde bilgisayar oyunu bağımlısı olduğu gözlenmiştir. Öğrencilerin bilgisayar oyunu bağımlılıkları ile cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki göze çarparken yaş, sınıf düzeyi, bilgisayar ve internet bağlantısına sahip olma değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Öğrencilerin iletişim becerileri ile oyun bağımlılıkları arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır.

Erboy (2010) çalışmasında, oyun bağımlılığı ile okula yabancılaşma düzeyi, cinsiyet, öğrenim görölen sınıf, sosyoekonomik düzey, anne ve babanın eğitim düzeyi ve kişisel bilgisayarın bulunup bulunmaması arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklem grubunu 10-11yaşlarında olan 638 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada elde edilen veriler ışığında ulaşılan sonuçlarda erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla, kişisel bilgisayarı sahibi olmayanların olanlara kıyasla oyun bağımlılıkları yüksek düzeyde belirlenmiştir. Bununla birlikte sınıf düzeyi, anne baba eğitim durumu, sosyoekonomik düzey ve okula yabancılaşma düzeyi değişkenlerinin de oyun bağımlılığı ölçeğinin bazı alt boyutlarını yordadığı saptanmıştır.

Ergür (2015) tarafından yapılan çalışmada içeriğinde yoğun şiddet barındıran bilgisayar oyunlarını oynayan çocukların benlik saygı düzeyleri ile saldırganlık eğilimleri incelenmiştir. Araştırma neticesinde diğer oyun türlerini oynayan çocuklarla kıyaslandığında şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynayan çocukların saldırganlık eğilimlerinin daha fazla olduğu, benlik saygılarının ise düşük olduğu belirlenmiştir.

Güllü ve arkadaşları (2012) yaptıkları çalışmada, örneklem grubu olarak belirledikleri 10-14 yaş aralığındaki 525 öğrenci üzerinde uygulama yapmışlardır. Yapılan çalışmada öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri ile cinsiyet, sınıf ve evde bilgisayar olma değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri ile anne baba meslekleri, ailenin aylık geliri ve okul dışı serbest zaman değişkenleri arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmadığı saptanmıştır.

Şahin ve Tuğrul (2012) yılında gerçekleştirdikleri çalışmada, bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerini araştırmışlardır. Bu çalışmada, 10-11 yaşlarında olan 372 öğrenci üzerinde inceleme yapılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler doğrultusunda yapılan analiz sonucunda 5. sınıf öğrencilerinin 4. sınıf öğrencilere, erkek öğrencilerin kızlara, evde bilgisayarı olanların olmayanlara kıyasla bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca katılımcıların anne eğitim seviyesindeki artışa göre oyun bağımlılık düzeylerinin arttığı belirlenmiştir.

Koçak ve Köse (2014) yapılan çalışmada, ergenlerin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ile sosyalleşme süreçleri arasındaki ilişkiye bakmışlardır. Araştırma grubu olarak belirlenen 13-14 yaş aralığındaki 365 öğrenciye ulaşılmıştır. Çalışmada gün içinde 2 saatten fazla bilgisayar oyunu oynayan ergenlerin, okul, arkadaşlık ve sosyal ilişkilerde birtakım problemler ortaya çıktığı belirlenmiştir. Bilgisayar oyunlarına bağımlı ergenlerin; aile ve akranlarıyla iletişim güçlükleri yaşadıkları, akademik başarılarının düştüğü ve yaşam kalitelerinde azalma olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca çalışmada gün içinde 2 saatten az ve yaş düzeyine göre tercih edilen bilgisayar oyunları ile vakit geçiren

ergenlerin, eğlenceli zaman geçirdikleri ve bu oyunların ergenlerin gelişimlerinde olumlu yansımalar yarattığı saptanmıştır.

Şelimen (2016) tarafından yapılan çalışmada çocukların saldırganlık davranışları üzerinde şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının etkisi araştırılmıştır. Araştırmada Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçeğin alt boyutları arasında yer alan düşmanlık, öfke, sözel saldırganlık ve fiziksel saldırganlık ölçekleri doğrultusunda çocukların bilgisayar oyunu oynama verileri ile demografik özellikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma neticesinde çocukların saldırganlık davranışı gösterme eğilimleri üzerinde şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynamalarının anlamlı derecede etkili olduğu belirlenmiştir.

Çukurluöz (2016) çalışmasında, lisede öğrenim görmekte olan öğrencilerin dijital bağımlılık düzeylerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Çalışma grubu olarak 828 öğrenci belirlenmiştir. Araştırmada elde edilen veriler doğrultusunda yapılan analizlerin sonucunda dijital bağımlılık düzeyinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde değiştiği belirlenmiştir. Dijital bağımlılık düzeyinin erkek öğrencilerde kızlara kıyasla yüksek olduğu saptanmıştır. Bilgisayar oyun bağımlılığının akademik başarı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Bir zayıfı olan ve belge almayan öğrencilerin dijital bağımlılık oyun alt boyutu düzeyi Teşekkür Belgesi, Takdir Belgesi ve Onur Belgesi alan öğrencilerin ortalamasından anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Arslan ve arkadaşları (2015) yaptıkları araştırmada, lise ve üniversitede öğrenim gören öğrencilerin dijital bağımlılık düzeyleri ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişki belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırmada örneklem grubu olarak seçilen 325 öğrenci ile çalışma sürdürülmüştür. Araştırma sonucunda ulaşılan veriler analiz edildiğinde oyun bağımlılığı boyutunda cinsiyet değişkenine, erkek öğrencilerin kız öğrencilere, öğrenim türü değişkeninde, lise düzeyindeki öğrencilerin üniversite düzeyindeki öğrencilere, anne eğitim düzeyi değişkenine, anne eğitim düzeyi yüksek olanların olmayanlara kıyasla anlamlı bir şekilde daha yüksek bağımlılık sahibi oldukları belirlenmiştir. Çalışmada sosyal medya bağımlılığının cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı belirlenmiş olup kız

öğrencilerdeki bağımlılık erkek öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olarak belirlenmiştir.

Hazar, Hazar, Gökyürek, Hazar ve Çelikkalek (2017) “Ortaokul Öğrencilerinin Oyunsallık, Dijital Oyun Bağımlılığı ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki Değişkenler Açısından İncelenmesi” başlıklı çalışmada 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin oyunsallık, dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişki ölçülmüştür. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı çalışmada elde edilen bulgulara göre katılımcıların yapılan ölçme sonucunda ortaya çıkan toplam puanlarında okul türü, cinsiyet ve yaş değişkenlerinin farklılığa yol açtığı belirlenmiştir. Çalışmada değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik kullanılan üç ölçme aracından elde edilen puanlara bakıldığında istatistiksel olarak anlamlılık bulunduğu anlaşılmaktadır.

Yiğit (2008) tarafından yapılan çalışmada 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin sosyal becerileri ve depresyon durumları üzerinde benlik saygısı ve bazı değişkenlerin etkisi incelenmiştir. Bu kapsamda sosyal beceri ve depresyon düzeyleri ile ailenin sosyo-ekonomik durumu, anne baba durumu, sınıf, cinsiyet ve benlik saygısı arasında ilişki var mıdır sorusu araştırılmıştır. Araştırma neticesinde öğrencilerin depresyon puanlarını benlik saygısı alt boyutlarından fiziksel görünüm, uyum ve davranış ve popüleritenin anlamlı düzeyde yordamadığı belirlenmiştir. Buna göre depresyonun önemli yordayıcıları arasında okul durumu, zihinsel durum, kaygı ve mutluluk durumu yer almaktadır.

Yükselgün (2008) tarafından 10 ve 11 yaşlarında olan öğrenciler üzerinde yapılan çalışmada, bu düzeydeki öğrencilerin internet kullanım durumları doğrultusunda sosyal beceri ve saldırganlık düzeyleri arasındaki fark belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma neticesinde çocukların saldırgan davranışlar göstermeleri üzerinde internet kullanımının genel olarak bir etkisi olmadığı belirlenmiştir. Bununla birlikte diğer çocuklarla kıyaslandığında sürekli oyun sitelerini tercih eden çocukların daha saldırgan davranışlar sergiledikleri görülmüştür. Ayrıca çocuklardan internet kullanım düzeyi gelişmiş olanların sosyal beceri düzeylerinin de geliştiği de belirlenmiştir. Fakat boş zamanlarının çoğunu

internet başında geçiren çocukların sosyal beceri düzeylerinin olumsuz etkilendiği görülmüştür.

Şad (2007) tarafından yapılan çalışmada akranlarınca kabul edilen ve reddedilen 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin okul akademik başarılarının, davranış problemlerinin, sosyal becerilerinin ve özsayıgılarının farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılmıştır. Araştırma neticesinde akranları tarafından reddedilen öğrencilerin kabul edilen öğrencilere kıyasla daha fazla davranış problemi sergiledikleri, ayrıca okul-akademik başarılarının, sosyal beceri ve özsaygı düzeylerinin de daha düşük olduğu belirlenmiştir





## BÖLÜM 3

### BAĞIMLILIK DİJİTAL BAĞIMLILIK VE SOSYAL BECERİ

#### 3.1. Bağımlılık Kavramı

“Bağımlılık” kelimesinin bir kavram olarak farklı disiplinlerde birçok tanımı yapılmıştır. Örneğin Eğitim Terimleri Sözlüğü’ne göre “bağımlılık”, *“Karşılaşılan sorunları yalnız başına çözmek ve kendine yön seçmek için gerekli yetenekten yoksun olma durumu”*dur (TDK Eğitim Terimleri Sözlüğü, 1974). TDK Ruhbilim Terimleri Sözlüğü’nde ise *“Kişinin gereksinme ve isteklerini karşılamakta yetersiz oluşu, karar verme ve işlerini başarmada başkalarından yardım istemesi durumu”* şeklinde tanımlanmaktadır (TDK Ruhbilim Terimleri Sözlüğü, 1974). Görüldüğü üzere bağımlılık konusunda hem eğitim hem de psikoloji alanlarında “bir başka şeye ihtiyaç duyma”, “kendi kendini karşılayamama” vurguları ön plana çıkmaktadır.

Bağımlılık üzerine yapılan farklı tanımlamalardaki ortak nokta, bağımlılığın bir “ilişki türü” olarak kendisini ortaya koymasıdır. Zira bağımlılık kavramı genel olarak, belirli bir nesne veya durumla kurulan ilişki sonrasında ortaya çıkan özel bir durum olarak değerlendirilmekte ve birbirleri ile ilişkili davranışların bir neticesi olarak görülmektedir (Young, 2004, s. 409).

Günümüzde “bağımlılık” kavramı ile daha çok kişinin acı, rahatsızlık ve belirsizlik duygularını engelleyen, ona yapay ya da geçici güvenlik bir hissi veren, üstesinden gelmekte zorlandığı durumların unutulmasını ya da kendisini iyi hissetmesini sağlayan

durumlar ifade edilmektedir (Çakır vd., 2013, s. 86). Yıldırım'a (2008, s. 2) göre bağımlılık, *“bireyin tek başına bir şey yapamaması, başka bir varlığın, maddenin ya da kendi iradesi dışında başka bir gücün etkisi ile hareket edebilmesi veya düşünebilmesidir.”*

Seferoğlu ve Yıldız'a (2013, s. 35) göre bağımlılık; bireylerin belirli bir madde, ürün ve/veya hizmeti uzun süre kullanmaları doğrultusunda kendilerini geçici olarak iyi hissetmeleri durumudur. Koçak ve diğerlerine (2015, s. 45) göre ise bireylerin sosyal yaşamlarına, psikolojik ve fiziksel sağlıklarına zarar vermesine rağmen, belirli bir eylemin yinelenmesine dair karşı konulamaz bir istek duyma halidir.

Bağımlılık fizyolojik ve psikolojik olarak iki kısımda değerlendirilmektedir. Fizyolojik bağımlılıkta maddeye karşı bedensel-fizyolojik ihtiyaç duyma, vücudun maddeye alışması, maddenin kullanılmaması durumunda titreme, üşüme, bulantı gibi reaksiyonlar oluşabilirken; psikolojik açıdan bağımlılıkta ise maddeye karşı arzu ve madde temin edilmeden yaşanamayacağı düşüncesi oluşmakta, maddeyi bırakma arzusu oluşsa dahi kişiler bırakma iradesini gerçekleştirememektedir (Öztürk ve diğ., 2007, s. 36-41). Daha çok psikoloji ve psikiyatri uzmanlarının ilgilendiği bir durum olan bağımlılık hissi, kişinin bu duygu nedeniyle iş, aile, okul ve psikolojik durumlar gibi birbirinden farklı düzeylerdeki fonksiyonlarının zarar görmesi olarak da tanımlanmaktadır. Bu hissi yaşayan bireyler ide *“bağımlı”* olarak ifade edilmektedir. Buna göre *“bağımlı”*, bir kereden fazla, kullandığı maddeyi terk etmek istemesine rağmen bırakamaması, bunun tersine madde kullanım sıklığı ve dozu artarak devam eden, maddenin bulunmadığı durumlarda birtakım mahrumluk belirtileri yaşayan ve bunlara rağmen madde kullanımında ısrarlı olan bireylerdir (Gentile, 2009, s. 594-602).

Bağımlılık günümüzde birey üzerindeki olumsuz etkileri nedeniyle hem davranışları hem de beyni etkileyen bir hastalık olarak kabul edilmektedir (Tarhan, 2011, s.20). Daha önceki dönemlerde bağımlılık denildiğinde ilk akla gelen içki ve uyuşturucu madde kullanımı iken gelişen teknoloji, insan yaşantısındaki değişimler çerçevesinde yeni ve farklı bağımlılık biçimleri de ortaya çıkmıştır. Yapılan çalışmalar günümüzde içki ve madde bağımlılığı

dışında alışveriş, kumar, siberseks, spor, televizyon, bilgisayar, oyun ve internet kullanımının da beyinde bağımlılık oluşturduğuna yönelik veriler ortaya koymuştur (Tarhan, 2011, s.21). İnsanların yaşantısını olumsuz olarak etkileyen bağımlılığın tedavisi için kurulan merkezlerden biri olan “Bağımlılık Tanı ve Tedavi Merkezi”ne (BATEM) göre bağımlılık türleri alkol, madde, sigara, kumar, ilişki, aşk, seks, bilgisayar, oyun ve internet bağımlılığıdır (BATEM, 2014).

Günümüzde bilişim teknolojisindeki gelişmeler çerçevesinde internet kullanımının artması, sosyal medya kullanımı ve online oyunlar bireyleri bilgisayar veya akıllı telefonda uzun zamanlar geçirmesine neden olmaktadır. Literatürde bu tür teknoloji bağlantılı bağımlılığı ifade etmek için “dijital bağımlılık” kavramı kullanılmaktadır.

### **3.2. Dijital Bağımlılık Kavramı**

Günümüz koşullarında teknolojinin gelişmesiyle dijital bağımlılık kavramı da kapsam olarak gelişmiş ve kullanılan dijital medya araçları çeşitlilik kazanmış ve aynı doğrultuda karmaşıklaşmıştır. Dijital bağımlılık olarak televizyon, dijital oyun, sosyal medya, cep telefonu ve internet bağımlılığı dijital medya bağımlılığının alt boyutları olarak değerlendirilen farklı bağımlılık türlerinden bahsedilmeye başlanması doğrultusunda oldukça genişlemiş durumdadır (Arslan vd., 2015). Günümüz itibariyle dijital bağımlılığın alt boyutları olarak değerlendirilen farklı dijital bağımlılık türleri, günlük yaşamı olumsuz etkileyen sonuçları bağlamında bütünsel bir yapının parçaları olarak ele alınmaktadır.

Konu ile ilgili araştırmalar doğrultusunda da; film, müzik, video, oyun siteleri, sosyal ağlar, sohbet odaları, pornografik siteler vb. anlamında dijital ortamlarda sıklıkla zaman geçiren çocuk ve gençlerin, akademik başarı düzeylerinin düşük olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda dijital yerlilerin dijital bağımlılık düzeylerinin yüksek olmasının; anne – baba ve arkadaşlarla ilişkilerin kötü olmasına neden olduğu ve bu bireylerin akademik olarak, akran ilişkileri geliştirmede ve uyku bozuklukları yaşamada diğer bireylere kıyasla önemli oranda sorun yaşadıkları tespit edilmiştir (Günüç&Kayri, 2010).

Dijital araçların kullanılması ve uygulamaların edinilmesi şeklinde açıklanan dijital bağımlılık; günlük rutinlerin sürdürülmesinde yararlanılan teknolojik araç ve uygulamalara bağlı olarak olumsuzluk etkilerini hissettiren bir etkinlik de denilebilir. Her geçen gün yenilerinin üretilmesiyle çeşitlilik kazanan dijital araç ve bu araçlarla yapılan uygulamalar, kapsam ve etkisini de artıran oranda sürdürmektedir. Dolayısıyla olumsuz etkilerinin ortaya çıkması dijital bağımlılığı güncel bir sorun olarak tartışmaya açık hale getirmiştir (Arslan vd.,2015). Bu belirlemeler doğrultusunda görülmektedir ki; dijital bağımlılık, oldukça geniş kapsamlı bir bağımlılık türüdür ve dijital medya araçlarının günden güne çeşitlenmesi, içerik ve uygulamaların zenginleştirilmesi doğrultusunda da kapsamı daha da genişlemektedir. Bu nedenle de dijital bağımlılık olgusunun olumsuz sonuçlarının olabildiğince bertaraf edilebilmesi için çok boyutlu olarak değerlendirilmesi yerinde olacaktır. Zira hem nedenleri hem de sonuçları bağlamında dijital bağımlılık, birçok farklı disiplin kapsamında değerlendirmede bulunulmasını zorunlu kılmaktadır. Bilgi ve teknoloji çağı olarak nitelendirilen günümüzde dijital bağımlılığın geniş bir alana yayılmasında kitle iletişim teknolojileriyle dijital araçların bütünleşmesi ve bu bağlamda yaygınlık kazanması en önemli neden olarak gösterilebilir.

Dünya genelinde nüfusun büyük bir bölümü interneti yaygın olarak kullanmaktadır. Mobil internet uygulamalarının da etkisiyle dijital iletişim önü alınmaz bir hızla artmaktadır. Dijital iletişimle insanlar, sosyal medya araçlarını kullanarak birbiriyle iletişime geçmekte, günlük yapılması gereken alışverişlerini yapmakta ve hatta yeme içme etkinliğini dahi internet üzerinden gerçekleştirmektedir. Bununla birlikte fotoğraf paylaşımı, alışveriş yaptıkları ürünlerle ilgili değerlendirmeler, forumlarda tartışma konusu oluşturma ya da oluşturulan konu da görüş belirtme gibi birçok etkinlik dijital iletişimle sağlanabilmektedir. Fakat teknolojinin insan hayatına bu kadar çok girmesi, bağımlılığı da beraberinde getirmiştir. Her yeni gelişme, kullanılan dijital araçları da geliştirdiği için bağımlılığı daha da artırmaktadır.

WeAreSocial ve Hootsuite'in hazırladığı "2019 Global Digital" raporunda Türkiye'de 82 milyona ulaşan nüfus içerisinde 76 milyon kişinin (%93) mobil aboneliğinin olduğu belirtilmektedir. Bununla birlikte ülkede kullanıcı sayısının önemli bir oranda olduğu belirtilirken dünya genelinde sosyal medya araçlarının kullanılması yönünden üst sıralarda bulunduğu da yer verilmektedir (We Are Social and Hootsuite, 2019). Dünya genelinde büyük bir kullanıcı sayısı olan ülkemizde gün geçtikçe zararları belirgin bir hal alan dijital araçların kullanılması, kullanıcılar açısından ruhsal ve bedensel sorunlara yol açsa da dijital dünyadan bir türlü vazgeçilememektedir.

### **3.3. Modern Dünyada Teknolojinin Gelişimi ve Bağımlılık**

Modern dünyada teknolojik gelişimle birlikte teknolojik araçlara ve kullanımına bağımlılık da ortaya çıkmıştır. Genel bir tanım olarak "dijital bağımlılık" ifadesi kullanılmaktadır. Dijital bağımlılığın teknolojik araçların tarihsel gelişim süreciyle bağlantısı aşağıda yer almaktadır. Maddenin kullanımı ve hızı irtibatlandırıldığında bağımlılık oranı o kadar hızlı gerçekleşebilmektedir. İnternet bağımlılığı da kullanılan madde ile etki arasındaki bağ açısından değerlendirildiğinde en hızlı etki gösteren bağımlılık türlerindedir. Greenfield (2012, s. 118) bu konuda şu ifadeleri kullanmaktadır.

Fareye tıklamakla ekrana yansıyan görüntü arasında neredeyse var olmayan bir sınır var. Ve bu tıklama ve ekrana yansıyan görsel, işitsel deneyim arasındaki gecikme ne kadar az olursa internet bağımlısı olma oranı o kadar yüksektir. Bunu biliyoruz çünkü internet davranışı ve uyuşturucu ve alkol davranışlarını kıyaslamaya başladık. Özellikle uyuşturucuda en fazla bağımlılık yapanlar enjekte edilenler arasında en kısa sürede etkisini gösterenlerdir. Yani teorik olarak fareye tıkladığın anda sonuç alabiliyorsanız, o zaman bağımlı olma ihtimaliniz daha yüksek(Greenfield, 2012'den akt. Sözbilir, 2019, s. 37).

Tarihsel süreç içerisinde gelişen teknolojik devrimler İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra kıtalararası mesafeleri de aşmaya başlamıştır. Küresel ölçekte gelişen dünya savaşı aynı zamanda olumlu-olumsuz birçok teknolojik yeniliğin doğuşuna neden olmuştur. Özellikle atom bombasının üretimi bu durumu tetiklemiş, zamanla silahlanma ve silah teknolojisinin yeni bir düzlem kazanmasına, askeri istihbarat için yeni teknolojik araçlar geliştirilmesine

başlanmıştır. Teknolojik gelişmelerin izi askeri çalışmaların içeriğinden oluşmaktaydı. Soğuk savaş döneminde çok sürmeden SSCB 1957 yılında Sputnik'i uzaya fırlatarak ABD'nin teknolojik üstünlüğüne karşılık verdi ve insanlık, uzayda rekabete başladı. Tüm bu yarış, teknolojik imkânların daha da genişlemesini sağladı, 1960'lı yıllarda insanlık tarihi için belki de uzaya gidilmesi kadar önemli gelişmelerden biri kaydedilmekteydi. ABD askeri birimleri içerisinde haberleşmeyi sağlamak ve istihbarat amacıyla 1969 yılında "ARPANET" (Advanced Research Project Authority Net) projesi geliştirildi. ABD Savunma Bakanlığının çalışması daha sonra üniversite ve araştırma kurumlarını da kapsayacak şekilde genişletildi. Bu ağ, 1990 yılında internet adını alırken kullanım alanı genişletilmiştir (Uluç, 2003, s.21). Radyo, bulunuşundan 38 yıl sonra 50 milyonun üzerinde kullanıcıya ulaşırken televizyon, 13 yılda 50 milyon, internet ise 5 yıl içerisinde 50 milyonu aşkın kullanıcıya ulaşmıştır. Bu durum diğer araçlardan farkını göstermesi anlamında önemli bir yer teşkil etmektedir. Türkiye'deki internetin kullanımı, 1987 yılında Ege Üniversitesi öncülüğünde başlatılan girişimler, 1993 yılında ODTÜ'nün çalışmasıyla sonuç buldu. Sonraki dönemde ilk olarak bir sabit hat üzerinden daha sonra ise cep telefonları aracılığıyla internet erişimine ulaşıldı (Wikipedia, İnternet Maddesi).

Bugün internetin en üst kısmında "World Wide Web" bulunmaktadır. Bütün bağlantılar ve paylaşımlar bu web tasarımı üzerinden gerçekleşmektedir. 2001 yılında 550 milyara yakın belge, 2.024 milyon web sayfası bulunmaktaydı. Bu sayfaların yarısından fazlası İngilizce sayfalar oluştururken sırasıyla Fransızca, Almanca ve Japonca sayfalar gelmekteydi. Takip eden yıllarda gelişmiş ülkelerden sonra internet trendini geliştirmekte olan ülkeler ve 3. Dünya ülkeleri de kullanmaya başladı. Ancak sayfalara giriş yoğunlukları internet hızlarıyla ilgili sorunları getirdi ve "World WideWait" tanımlaması yapıldı (Wikipedia, World Wide Web Maddesi).

İnternet hakkındaki felsefi tartışmalarda temel anlamda iki ana grubun olduğu görülmektedir. Bir tarafta internetin faydaları, hızı ve verimliliği açısından insanlığa yarar sağladığı vurgulanırken diğer tarafta ise yabancılaşma, asosyallik ve bağımlılık gibi

etkenler nedeniyle insanlığa zararları belirtilmektedir. Bu konuda Levy internetin herkese açık bir ortam olduğu için dünya üzerindeki demokrasiyi geliştirildiğini ve koruduğunu ileri sürmektedir. İnternetin demokrasiye bir başka katkısı ise elektronik seçim aracılığıyla gerçekleşmektedir. Levy'e göre e-seçim beraberinde okuryazar oranlarını da arttıracığını savunmaktadır. Virilio ise internetin insanların refah ve mutluluğu için bir tehdit olarak görür, teknolojik yeniliklerin toplumların işbirliğine fayda sağladığı kadar aynı zamanda rekabet etmelerine ve düşmanlık yapmalarına neden olabileceğini belirtir. 1914 yılında Almanya'nın demir yollarını kullanarak Fransa'ya savaş açmasını örnek olarak göstermektedir. Ayrıca insanların yabancılaştıklarını, daha çok iletişim kurarken daha az konuştuklarını ifade etmektedir. Son olarak Finkelkraut televizyonun geçirdiği değişimleri ele alarak internetin de benzer etkiler yapabileceğini ifade eder, sinemadan televizyona geçişte bireyin kendisine yabancılaşması, kendisini başka iradeye teslim ettiğini ifade eder. Finkelkraut televizyondan internete geçiş ile ilgili kumanda aleti ve mouse (fare) üzerinden değerlendirme yapmaktadır. Kumanda ile kanaldan kanala geçip zapping yapma ile internet üzerinde sörf gerçekleştirmeyi birbirine benzetmektedir. Yine internet ile birlikte bireyler hiç olmadığı kadar listelenmekte, fişlenmekte ve sınıflandırılmakta olduğunu belirtilmektedir (Tarcan, 2005, s.3-7).

### **3.4. Dijital Oyun Bağımlılığı**

Bağımlılık, sonuçları ne olursa olsun bir davranışı tekrarlama zorunluluğudur (Griffiths, 1995). Bağımlılık tanımlamalarında ilk akla gelen madde ve alkol bağımlılığı olmasına rağmen gelişen teknoloji ve internet ile birlikte dijital oyun bağımlılığı hızla yayılmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı Weinstein'e (2010) göre zorlayıcı, aşırı ve günlük yaşama olumsuz yönde etki eden dijital oyun oynanmasıdır.

Dijital oyun bağımlılığı; bireyin dijital bir oyunu oynamayı uzun süre bırakamaması, dijital oyunu gerçek yaşamıyla bütünleştirmesi, dijital oyun oynaması sebebiyle görev ve

sorumluluklarını aksatması ve dijital oyun oynamayı başka etkinliklere tercih etmesi olarak tanımlanabilir (Arslan vd., 2015).

Oyun bağımlılığı kavramı hakkında farklı terminolojiler kullanılan araştırmalarda, araştırmacılar bu durumu “oyunların aşırı kullanımı”, “obsesif-kompulsif oyun oynama”, "oyun bağımlılığı", "patolojik oyun oynama davranışları“ ve ”problemlili oyun oynama davranışları" olarak tanımlamaktadır. Klinisyenler oyun bağımlılığı tanımını kullanmayı henüz tercih etmemektedir. Amerikan Psikiyatri Birliği'nin geliştirdiği ve Mayıs 2013'te yayımlanan, Zihinsel Bozuklukların Teşhis ve İstatistik El Kitabı'nın üçüncü araştırma ekinde, dijital oyun bağımlılığı, internet oyun bozukluğu olarak değerlendirilmiştir. Amerikan Psikiyatri Birliği, bu hastalığın psikiyatrik bir bozukluk olarak el kitabına eklenmesi için klinik teşhisini destekleyen daha çok araştırma yapılmasını önermektedir. (Irmak ve Erdoğan, 2016, s. 2).

Bireyin oyun bağımlısı olduğunu gösteren belirtiler şu şekilde sıralanmıştır:

- Bağımlılıkla ilgili uyarı işaretlerinin bilinmesi
- Oyunla ilgili endişelerin varlığı
- Oyun kullanımını saklama ya da yalan söyleme
- Oyun dışındaki diğer faaliyetlere ilginin kaybolması
- Sosyal açıdan içe kapanma
- Savunuculuk ve öfkelenme
- Psikolojik geri çekilme
- Bir kaçış olarak oyunu tercih etme
- Olumsuz etkilerine rağmen oyun oynamaya devam etme (Young, 2009).

Dijital oyun bağımlılığının oyun oynama sıklığında ve zamanında oluşan tolerans artışı, huzursuzluk ve aniden ortaya çıkan oyun oynama isteği, bu isteği ve davranışı kontrol



edememe vb. belirtileri diğer bağımlılık türleriyle benzerlik göstermektedir (Müller vd. 2014, s. 567).

İnsanlar gerçek hayattan uzaklaşma, tekrar dönebilme, sosyal ortam sağlama, zekâ geliştirme, stres atma, meydan okuma, rekabet, rahatlama, eğlence, boş zaman geçirme, yapacak başka bir şey bulamama, dinlenme vb. nedenlerden dolayı oyun oynamayı tercih etmektedir (Wan ve Chiou, 2006, s. 762-766; İnal ve Çağıltay, 2005, s. 71-74; Kirriemuir, 2002; Tüzün, 2004; Griffiths ve Hunt, 1995, s. 189-193).

### **3.4.1. Oyun Kavramı**

Literatür incelendiğinde oyun kavramı ile ilgili bir çok tanım olduğu görülmektedir. Oyun çocukların duygusal düşüncelerini ve hayallerini anlatan, çevresini ayırt etmesine ve deneyimlemesine yardım eden, bütün gelişim alanlarını destekleyen, genellikle toplumsal yaşamın bir yansıması olarak görünen ve çocuklar için mutluluk veren etkinliklerin bütünüdür (Cinel, 2006).

Hazar (2000) 'a göre oyun, sınırlandırılmış bir zaman ve mekan içerisinde, zihinsel ve fiziksel yeteneklerle, sağlık, eğitim, eğlence gibi belirli bir amaca yönelik olarak insanların günlük uğraşlarının dışında kalan zamanlarda yaptıkları, oynayanlara zevk veren, sonucuna maddi çıkar sağlamayan, gerilim duygusunun eşlik ettiği, katılanları ve genel olarak izleyicileri de etkisi altında tutan, rastlantı, beceri, dikkat, zekâ ve yeteneğe dayanan, duygusal olgunluk ve sosyal uyumu geliştiren, gönüllü katılım yoluyla grup oluşturan ve kendine özgü kurallarla yapılan etkinliklerdir. Türk Dil Kurumu oyunu, "yetenek ve zeka geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence" olarak tanımlamaktadır (Türkçe Sözlük, 2011, s.1830).Oyun ne yapmak istediğini seçmek, yapmak ve keyif almaktır (Jones& Cooper, 2006).

Oyun çocuklar için bütün gün yapılan bir etkinliktir. Kısaca onlar için yaşam bir oyun, oyun da bir yaşamdır. (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2014, s. 2).Sosyal, bedensel ve zihinsel

yönden bireyi olumlu olarak etkileyen oyun, çocukların ince ve kalın kaslarının gelişimindeki olgunlaşmanın çok büyük destekçisidir.

Oyun, bireyin tüm gelişim alanlarını desteklerken, özgür bir öğrenme ortamı oluşturmaktadır. Bundan dolayı çocuklar için en uygun öğrenme yolu olarak düşünülebilir. Oyun belli bir amaçla olsun ya da olmasın, kurallı ya da kuralsız gerçekleştirilebilen; ancak her durumda çocuğun gerçek yaşamın bir parçası olan sosyal, duygusal, dilsel, bilişsel ve fiziksel gelişime dayalı, istekli ve katılmayı sevdiği en etkili öğrenme sürecidir (Sormaz,2010).

### **3.4.2. Dijital Oyun**

Belirli kural ve amaçları olan, bilgisayar yazılımları ile joystick, klavye, fare veya monitör gibi arabirimlerin etkileşimlerinin sağlandığı sistemler bütünüdür (Kaya, 2013).

Ülkemizde yaygın kullanımı bilgisayar oyunları olarak bilinen dijital oyunlar, bilgisayar, konsol, tablet ve cep telefonlarında oynanabilen oyunlardır.

Video oyun fikri ilk olarak Loral televizyon şirketinde mühendis olarak çalışan Ralph Baer tarafından ortaya atılmıştır. Ralph Baer 1951 yılında çalıştığı bu şirkette televizyon tabanlı video oyun düşüncesini hayata geçirmeye çalışmıştır. İlk video oyun prototipi ise 1966 yılında Baer tarafından oluşturulmuştur. Baer, bu icadı ile video oyununun yaratıcısı olarak tarihe geçmiştir (Yengin, 2012, s. 105).

Dijital oyun tarihinin en önemli oyunlarından biri 1962 yılında MIT öğrencisi Steve Russell tarafından geliştirilen Spacewar isimli oyundur. Bir yıldızın çekim gücündeki iki geminin birbirini vurması üzerine kurulu olan bu oyun, zaman geçtikçe diğer kullanıcıların katkılarıyla dijital oyun kültürünün gelişiminde önemli bir etkiye sahip olmuştur (Ünal ve Batı, 2011, s. 258).

Dijital oyunların bir endüstri haline dönüşmesi, Nolan Bushnell'in 1971 yılında jetonla çalışan ve Spacewar'u andıran Computer Space oyun makinesinin üretilmesiyle başlamıştır (Yengin, 2012, s. 109).

Türkiye'de ise Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı olarak 2011 yılında "Türkiye Dijital Oyunlar Federasyonu" kurulmuştur. 2013 yılında ise bu federasyon "Gelişmekte Olan Spor Branşları Federasyonu"na bağlanmıştır (Gelişmekte Olan Spor Branşları Federasyonu, 2015). Federasyonun temel amacı bir "Dijital Oyunlar Milli Takımı" oluşturarak Türkiye'yi yurtdışı müsabakalarda temsil etmek ve bu alandaki dijital oyun oyuncularını desteklemektir. Federasyon, oyunları yaş aralıklarına ve içeriklerine göre düzenlemektedir. Buna göre oyunlar spor ve yarış oyunları, macera ve eğlence oyunları, strateji oyunları, eğitici oyunlar (zekâ ve bulmaca oyunları) ve şiddet içerikli bilgisayar oyunları olarak kategorize edilmiştir. Bu oyunları oynama şekillerine göre ise çevrimiçi (online) oyunlar, PC oyunları ve sanal uzamda konsol oyunları olmak üzere üç bölüme ayırmışlardır. Federasyon, dijital oyunu şu şekilde tanımlamıştır: "Dijital oyun; oyuncunun elektronik bir sistem veya bilgisayarla kurduğu etkileşim neticesinde oluşan sonucun, ekran veya benzeri bir görüntü sistemi aracılığı ile gösterilmesidir." (Tudof, 2020).

### **3.5. Dijital Oyunların Türleri**

Literatüre bakıldığında dijital oyunlar sınıflandırılırken pek çok uzmanın farklı görüş belirtildiği görülmektedir. Kullanılan teknolojiye göre gruplandırıldığında; bilgisayar oyunları, konsol oyunları ve çevrimiçi (online) oyunlar olmak üzere 3 gruba ayrılmaktadır.

Diğer dijital oyun türleri aşağıdaki gibi sıralanmıştır (Gökçe Arslan ve Durakoğlu 2014; Irmak & Erdoğan 2016; Karahisar 2013; Şengül ve Büber 2016):

- Macera oyunları, oyuncunun bilinmeyen bir dünyada yolunu bulma ve bulmacaları çözme oyunudur.
- Aksiyon oyunları, motor beceriler ve hız yapabilmeyi gerektiren süratli ve ani oyunlardır.

- Spor oyunları; yarışma türü oyunlardır. Müsabaka kazanma amacı vardır.
- Strateji oyunları; dikkat, düşünme ve strateji bilmeyi gerektiren oyunlardır.
- Simülasyon oyunları; gerçek dünyadaki bir eylemin bilgisayara aktarıldığı ve pratiklik gerektiren oyunlardır.
- Rol yapma oyunlarında kendinizce belirlenen ve kendine has özellikleri olan roller oynanır.
- Yapboz oyunları; belirli bir kurala göre sıralanması gereken nesnelere uygun şekilde dizebilmeyi gerektiren oyunlardır.
- Taktik oyunları; başarılı olabilmek için düşünme, planlama gibi yöntemleri gerektiren oyunlardır.

### **3.6. Dijital Oyunların Yarattığı Sorunlar**

Kullanıcıların yönelmiş oldukları dijital oyunlar zamanla bağımlılık oluşturmada ve bağımlılığa bağlı olarak gelişen birtakım sorunlar ortaya çıkmaktadır. Dijital oyunların yarattığı etkiyle oluşan sorunlar, fiziksel olabildiği gibi psikolojik ve sosyal sorunlar şeklinde ortaya çıkmakta hatta e-hastalık gibi bir soruna da neden olmaktadır.

#### **3.6.1. Fiziksel Sorunlar**

Bilim ve teknolojinin hayatımıza hızlı bir şekilde girmesi ve her geçen gün yaşanan yeni gelişmelerin de etkisini hissettirmesi, dijital dünyayı cazip hale getirmiş ve bu bağlamda kullanıcı sayısı da artmıştır. Dijital medya araçları kullanıcı açısından kolaylaştırıcı olduğu kadar insan yaşamına ciddi zararlar da vermektedir.

Uzun süre dijital medya araçlarını kullanan bireyler çeşitli fiziksel sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Bireyin yaşadığı bu sorunlar aşağıdaki gibi açıklanmaktadır.

- Teknoloji bağımlılığı olan bireyler bağımlısı olduğu dijital medya aracı ile ortalama 40 saatten fazla zaman geçirdikleri düşünüldüğünde, bireyde uzun süreli olarak aynı

bedensel pozisyonda oturma ile kas, eklem, sinir sistemi gibi birçok bedensel yapı olumsuz etkilenmektedir.

- Dijital bağımlılık, uzun süre dijital medya araçlarının kullanılması doğrultusunda epileptik nöbetler açısından risk oranının artmasına neden olabilmektedir (Tamer ve Koç, 2010).
- Uzun süreli oturumlar neticesinde uyku düzeni bozulan bireylerin çeşitli uyarıcı maddeler aldığı ve uyanık kalmak için kafein ya da şekerli gıdalara yönelmesi nedeniyle birtakım sağlık sorunları yaşadığı görülmektedir.
- Dijital bozuklukları, göz bozukluklarının ortaya çıkmasına ya da mevcut bozuklukların derecesinin artmasına neden olabilmektedir (Park, Kim ve Cho, 2008).
- Dijital medya araçlarını yoğun kullanımı ile bireylerde uykusuzluk, uyuşukluk, el bileğinde ağrı, gözlerde sulanma şeklindeki problemlerin sık görüldüğünü belirtmiştir.
- Uzun süre ekrana bakma sonucunda gözlerde yorulma ve yanma görülebilir.
- Dijital bağımlılık, fiziksel aktivitenin giderek azalmasına neden olmak bakımından obeziteyi gündeme getirebilmektedir (Balta ve Horzum, 2008).
- Dijital bağımlılık, el bileğinde sinir sıkışması olarak nitelendirilen “karpal tünel sendromu” riskini gündeme getirebilmektedir (Işık, 2007).
- Dijital bağımlılık; bireylerin öz bakım düzeylerinde düşüş yaşanmasına, kişisel temizlikte eksiklikler görülmesine, dolayısıyla hastalığa yakalanma riskinin artmasına neden olabilmektedir (Soule, Shell ve Kleen, 2003).
- Dijital medya araçlarıyla mesajlaşmak için yapılan rutin hareketler zamanla el ve kollarda bulunan kas, tendon ve sinirlerin zedelendiği belirtilmiştir (Tekayak ve Akpınar, 2017).

### 3.6.2. Psikolojik Sorunlar

Dijital bağımlılık, bireylerde fiziksel sorunlarla beraber psikolojik sorunların da yaşanmasına neden olabilmektedir. Bu bağlamda konu ile ilgili araştırmalar doğrultusunda, dijital bağımlılığın bireylerde yalnızlık, anksiyete, duygu durum bozukluğu, depresyon, karamsarlık, gerçek yaşamdan yalıtılmışlık hissi vb. oluşturduğu belirtilmiştir. Ayrıca dijital bağımlılığa yatkın olan ve problemlili dijital medya kullanımı olan bireyin alt yapısında birtakım psikolojik sorunlarının olabileceği belirtilmiştir. Köroğlu ve arkadaşları da (2006) benzer ifadelerle internet bağımlılarında görülen ek psikiyatrik rahatsızlıkların yüksek oranına dikkat çekmektedir. Bununla birlikte ek hastalıkların tedavi edilmesiyle internet bağımlılığı belirtilerinin de gerileyeceği ya da ortadan kalkacağını belirtmiştir.

Dijital bağımlılığın neden olduğu psikolojik sorunlar aşağıda belirtilmiştir.

- Sosyal paylaşım ağlarında uzun süre zaman geçiren bireyler; beğenilme, gözetleme, gözetme ve/veya gözetilme gibi değerleri gereğinden fazla önemseyerek, kendilerini sadece başkaları tarafından beğenilmeleri derecelerine göre değerlendirebilmektedirler (Tsai, Lin ve Tsai, 2001).
- Sosyal medya hesaplarına her türlü dijital medya aracılığıyla ulaşıldığı için bireyler hem kendi hesaplarını hem de başkalarını hesaplarını kontrol etme davranışlarını gösterirler.
- Dijital Bağımlılık, narsist eğilimi olan ve kendini beğenmiş kişiler için olumsuz birçok sorun ortaya çıkarmaktadır.
- Dijital bağımlılık, bireylerin sanal ortamda istenen öğeye hızlı şekilde ulaşmaları bireylerdeki bekleme ve sabretme özelliklerinin de yıpranmasına neden olabilmektedir (Ögel, 2012, s. 93).
- Bireyler dijital medya araçları vasıtasıyla her bilgiye kolayca erişebileceklerini düşünmeleri, öğrenmeleri gereken konuları nasıl olsa internette bulurum anlayışı ile öğrenememelerine yol açabilmektedir (Jans, Hwang ve Choi, 2008).

- Sınırsız ve özgür olan sanal ortamlarla gerçek yaşamın sürekli karşılaştırılması sonucunda, dijital bağımlılığın ileri düzeylerinde intihar teşebbüsleri görülebilir.
- Bununla birlikte dijital bağımlılık, özde sadece gerçek yaşamın desteklenmesine yönelik olarak kullanılması gereken dijital medya araçlarının aşırı kullanılmasıyla bireyler sanal gerçeklik içerisinde kaybolmakta ve gerçekliklerden uzaklaşmaktadırlar (Lam, Peng ve Mai, 2009).
- Dijital dünyanın sınırsız olması bireyin istediği her bilgiye kolayca ulaşabilmesi, insanların sosyal medya hesaplarındaki mahrem bilgilere kolayca ulaşması günden güne bireylerin mahremiyet duygusunu azaltmakta ve kişilerin özel hayatının ihlalini kolaylaştırmaktadır özel hayatı ihlal edilen kişiler kendilerini depresif hissedebilirler.
- Agresif ve sinirli davranışlar gösterme, şiddet eğilimi, yalnızlaşma, vicdan ve duygu yoksunluğu, yaratıcı düşünme eksikliği, isteksizlik, yorgunluk ve gerçeklerden hayattan uzaklaşma isteği ve hayal ve gerçek arasında karmaşa yaşama vb. davranışlar kişide olumsuz duygular uyandırır.
- Dijital medya araçlarının sayısının artması ile birlikte bireyler sanal dünyada başarılı oldukça ve doyum elde ettikçe dijital dünya haricindeki aktivitelere karşı isteksizlik ve tepki durumu oluşabilir (Dinç, 2015).
- Dijital Bağımlılık, belirli bir zaman sonra kişiyi toplumdaki soyutlamaya ve çevresiyle olan ilişkilerinde zayıflama, sosyal etkinliklere katılmama sonucunda kişide yalnızlık ve depresyon oluşturur.

### **3.6.3. Sosyal Sorunlar**

Genel anlamda dijital bağımlılık ve özel anlamda da internet bağımlılığı; bireylerin kontrol edemediği durumlarda sosyal hayatını olumsuz anlamda etkilemektedir. Her bireyin işine ve kişiliğine göre şekillendirdiği ve içinde yaşayıp iletişim kurduğu sosyal bir çevresi vardır. Sağlıklı iletişim kurmanın ön koşulu aktif bir zihin yapısı ve sosyal ilişki

becerisidir. Teknolojinin kötüye kullanımı ile bireyler zihinlerini bağımlısı oldukları dijital araç ile meşgul edip iletişim kurmaya gerek görmemeye başlamaktadırlar. Bu durum sosyal ağlarda ve sosyal hesaplarda yüz yüze iletişim yerine sanal iletişim tarzını tercih etme eğilimde olduklarını göstermektedir. Sanal dünyada kıtalar arası sörf yaparken ya da dünyanın herhangi bir yerindeki bir bireyle konuşurken, komşumuzu tanımayabiliriz. Dijital dünyanın sosyalleşmek için önemli bir alternatif haline gelmesi, eş dost ve çevre ile buluşup sohbet etmek yerine yeni insanlarla karşılıklı oyun oynamayı ya da sohbet etmeyi tercih edilir duruma getirmiştir. Bu durum insanları gerçek hayattan koparıp yalnızlaştırmaktadır (Makas, 2008).

Dijital bağımlılığın neden olduğu sosyal sorunlar aşağıda belirtilmiştir.

- Yabancı kişilerle dijital medya araçları aracılığıyla kolaylıkla ve risksiz olarak ilişkiye geçebilmek bireyin kendi sosyal çevresi ve aile hayatında sorunlara neden olmaktadır.
- Kendi davranış kalıplarını değil sanal dünyadaki davranış kalıplarını öğrenir ve kullanır (Ögel, 2012, s. 94).
- Birey toplumun örf, adet ve geleneklerine göre değil dijital dünyanın normatif beklentilerine göre hareket eder. Toplum normlarının dışında kalan birey toplum kurallarına göre hareket etmediği için toplum tarafından dışlanma sorunu yaşar.
- Kendilerini göstermek istedikleri yönlerini abartarak gösterebilmeleri ve sanal dünyada yaratılan sahte kimlikler aracılığıyla karşıdaki bireyin kendilerine inanmalarını sağlamaktadır. Belirli bir süre sonra sahte kimliği öğrenen bireyin diğer insanlara olan güveni zedelenmektedir.
- Bireylerin özellikle sosyal medya hesaplarından paylaştıkları bilgileri onların bilgisi olmadan görebilmeleri, kişilerin mahremiyet algısında değişikliğe neden olmaktadır.
- Dijital bağımlılığın türlerinden olan televizyon bağımlılığı bireyi pasifleştirmektedir. Pasifleşen bireyin sosyal zekâsı zamanla azalmakta ve kişiler arası sorunlara neden olmaktadır.



- Bireyler dijital ortamdan ayrılamadıkları için farklı bir ortam oluşturma eğiliminde olmazlar ve sosyalleşemezler (Ögel, 2012, s. 94).
- Teknoloji dünyasında toplumun getirdiği denetim kaybolur. İnsanlar kendi kendilerini dizginlemeden, özgürce düşüncelerini, duygularını ifade ederler. Bu da günümüzdeki bireyleri bilişim suçlarına itmektir.

#### **3.6.4. E-Hastalıklar**

Dijital medya araçlarının günümüzde her yerde kullanılabilir olması, bireylerin bağımlılığını arttırmaktadır. İnternete çeşitli dijital medya araçları aracılığıyla kolaylıkla ulaşan birey her konuda anında bilgilenmekte ve merakını gidermektedir.

Teknolojinin gelişmesi bireyleri pozitif anlamda etkilediği kadar olumsuz anlamda da etkilemektedir. Çağımızda insanların teknoloji ile bu kadar içli dışlı olması e-hastalıkların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Bu bağlamda aşağıda toplumdaki bireylerde en fazla görülen e hastalıklar sıralanmış kısaca açıklanmıştır.

Ego Sörfü: Kişinin başta sosyal medya hesaplarında ve arama motorlarında olmak üzere kendi adını aratarak kendisi ile ilgili bilgilere ulaşmasıdır. Psikolojik hastalığın temelini oluşturan bu durum araştırmacılar tarafından ele alınmaktadır (Tekayak ve Akpınar, 2017, s. 96).

Nomofobi: Günlük yaşantı içerisinde sürekli olarak haberleşme araçlarını kullanan kişilerin bu araçlara alıştıktan sonra bilgisayar cep telefonu, tablet gibi akıllı cihazların eksikliğine bağlı oluşan endişe ve huzursuzluğunun oluşması şeklinde açıklanmaktadır (King vd., 2014, s. 28). Hayatı kolaylaştıran ve bir süre sonra bağımlılık yaratan akıllı telefonların kişiye sağlamış olduğu kolaylıkları elde edememe durumunda bu rahatsızlık ortaya çıkmaktadır (Erdem ve Türen, 2017). Gelişen bu durum, bireyin herhangi bir maddeye ya da davranışa karşı hissettiği yoksun olma korkusundan farklıdır. Birey bağımlısı olduğu cihazın var olmasından bile endişelenmektedir.

Siberhondrik: İnsanların her türlü bilgiye internetten ulaşması nedeniyle hasta oldukları zaman doktora gitmeye üşenip internetten hastalığı hakkında bilgi alması ve araştırma yaparak kendi kendine tanı koymasındır (Tekayak ve Akpınar, 2017, s. 96). Tıp alanında herhangi bir uzmanlığı ve bilgisi olmayan birey bu durumu abartarak yakın çevresindeki kişilerin sağlıklarıyla ilgili olarak da dijital medya araçlarını kullanmaktadır.

### **3.7. Dijital Bağımlılıkla Mücadele**

Toplum tarafından üzerinde durulan, etkisi araştırılan ve bu konuda çözüm yolları aranan bir konu olan dijital bağımlılık birçok araştırmaya konu olmuştur. Dijital bağımlılık konusunda ortaya konan çabalardaki amaç, birey ve toplum açısından sorun olan bu konuya çözüm yolları geliştirmektir.

Dijital bağımlılıkla mücadelede; kamu kurumları, sivil toplum kuruluşları ve çeşitli iş birliklerinin çalışmaları önem arz etmektedir. Kamu kurumları ve STK'lar aracılığıyla dijital bağımlılıkla mücadelede kamuoyu oluşturulması, politika üretilmesi, yasal zeminin hazırlanması, dijital bağımlılıkla mücadele çerçevesinde uygulama ve tedbirler getirilmesi bu soruna karşı önemli ilerlemeler kaydedebilir. Ayrıca aileler, okul öncesi dönemden itibaren çocukların dijital araç kullanımına dair kontrollü ve tutarlı davranışlar sergilemesi bu konuda yaşanabilecek sorunların önceden önlenmesini sağlayabilir. Dijital bağımlılığa karşı birey, aile ve toplum olarak bütünsel bir yaklaşımın benimsenmesi gerektiği ifade edilmektedir (Ertemel ve Aydın, 2018, s.675).

Bireysel olarak tavsiye edilen birinci yol akıllı telefonlarda bildirimlerin kapatılması şeklinde paylaşılmaktadır. İkinci yol ise bağımlılık teşkil eden uygulamalara erişimin zorlaştırılması “mindfulness” ve gelen mesajların anlık olarak karşılık verilmesi değil ileri bir zaman diliminde cevaplandırılması şeklinde ifade edilmektedir (Ertemel ve Aydın, 2018, s.676-677).

Dijital bağımlılıkla mücadelede aile ile birlikte yapılabilecek yöntemlere bakıldığında, ailenin teknoloji kullanımıyla ilgili politika belirlemesi, teknolojiden arındırılmış zamanlar

oluşturulması öne çıkan yöntemlerdir. Teknolojik araçların kullanılmamasına karşılık herhangi bir ödül verilmesi de uygun görülmemektedir (Ertemel ve Aydın, 2018, s.679).

Fransa'da 50'den fazla çalışanı olmayan şirketler için akşam 7'den sonra acil durumlar haricinde e-posta gönderilmesinin yasaklanması veya ABD'nin Boston şehrinde olduğu gibi "ekransız hafta" vb. uygulamaların yapılması dijital bağımlılığa karşı bilinçlendirmeyi sağlayabileceği aktarılmaktadır (Ertemel ve Aydın, 2018, s.680). Yakın dönemde yapılan bir araştırmada internet bağımlılığıyla mücadelede "önleme programları" adıyla eğitim programları gerçekleştirilerek gençlerin konuyla ilgili bilinçlendirilmesi ve gençlere destek olunması bir yöntem olarak kullanılabilir (Bağatarhan&Siyez, 2017, s.253-255). Dijital bağımlılığın sorun olmaktan çıkarılması adına geliştirilen çözümlerin bireysel düzeyde ve devlet kontrolünde gerçekleştirilecek öneriler şeklinde olduğu dikkat çekmektedir. Çözüm önerisi olarak ortaya konan ifadelerden bireyden ailenin sorumlu olduğu kadar devletin sorumluluğunun vurgulandığı anlaşılmaktadır.

### **3.8. Sosyal Beceri Kavramı**

Beceri, bir amaç doğrultusunda bilerek ve isteyerek tekrarlanabilen davranış ve davranışlar serisi olarak tanımlanmaktadır (Wilson ve Sabee, 2003). Stanley (2009)'a göre sosyal beceriler, kişinin yaşamını sürdürdüğü çevrede, başka bireylerle uyumlu iletişime geçmesine olanak sağlayan tutum ve davranışlardır.

Sosyal beceri bireyin olumlu ve olumsuz duygu ve düşüncelerinin sosyal destek kaybına uğramadan uygun bir şekilde ortaya koyabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Sergin ve Giverts, 2003, s.136). Bireyin yaşamında diğer insanlarla olan iletişiminde kolaylaştırıcı bir etkiye sahip olduğundan sosyal becerilerin önemli bir yeri vardır (Yüksel, 2004).

Kelly (1982)'e göre sosyal beceri bireyler arası ilişkilerde kullanılan, çevreden olumlu pekiştiriciler sağlayan ya da bunu sürdüren öğrenilmiş davranışlar bütünüdür. Sosyal becerileri Dowrick'e (1986) göre kişinin hem kendisi hem de karşısındaki için faydalı olacak ve belirli bir ortamda toplumsal olarak kabul göreceği biçimde davranabilme

becerisidir. beden duruşu hareketler, yüz ifadesi gibi sözel olmayan davranışlar ile ses tonu ve kelimeler gibi sözel olan davranışları içeren sosyal beceriler (Korinek ve Popp,1997), sosyal ortamlarda bireyin başkaları ile iletişimi mümkün kılan, olumlu sosyal sonuçlar elde etmesini sağlayan, öğrenilmiş ve sosyal açıdan kabul edilebilir davranışlardır. Bireyin diğer insanlarla iletişim kurmasını kolaylaştıran sosyal beceriler bu yönüyle insanların hayatında önemli bir konumdadır (Avşar ve Öztürk Kuter 2007; Avcıoğlu 2005).

Literatüre bakıldığında sosyal beceri ile ilgili birçok tanım yapılmıştır. Bacanlı ve Erdoğan (2003) bu tanımları temel olarak üç başlık altında sınıflandırmıştır.

Birincisi, “Akran Kabulü” tanımıdır. Bu tanımda akranlar tarafından kabul edilmek veya popülerlik sosyal becerinin bir göstergesi olarak kabul edilir.

İkinci tanım ise sosyal becerinin, bireyin sosyal davranışının cezalandırılma olasılığını azaltan veya pekiştirilme olasılığını arttıran, dolayısıyla duruma göre değişebildiğini gösteren “davranışsal” tanımıdır.

Üçüncüsü, çocuğun belli durumlarda, önemli sosyal sonuçları tahmin etmesine yardımcı olan davranışları sosyal beceri olarak değerlendiren “Sosyal Geçerlilik” tanımıdır. Sosyal beceriler zaten sosyal bir varlık olarak dünyaya gelen insanların iyi ilişkiler kurmasının temelini oluşturur.

Sosyalleşme sürecinde temel hedef, bireyin toplumsal değerleri kazanmasının yanında hayatını düzenli ve sorunsuz yürütmesidir. Bu süreçte bireyin, diğer insanlarla iletişimini geliştirmesi, sorunları çözme davranışları kazanması önemlidir. Hayatın ilk yıllarından itibaren kazanılan sosyal beceriler sosyal etkileşimleri oluşturur ve hayatın belli dönemlerinde çok etkilidir. Anne babaların ve öğretmenlerin sosyal becerilerin kazanılmasında önemli bir yeri vardır. Neticede çocukluk ve gençlik yıllarında sosyal becerilerin kazanılması çok önemlidir (Gülay ve Akman, 2009).

Palut (2003)’e göre ise sosyal becerilerin beş temel özelliği vardır.

1-Sosyal beceriler bireylerin sosyal ortamlarda nötr veya olumlu tepkiler almamalarını sağlayan ve içinde yaşanılan toplumun sosyal kurallarına bağlı olan becerilerdir.

2-Sosyal beceriler öğrenilmiş davranışlardır. Her toplumda farklı sosyal davranışların istendik kabul edilmesi ve farklı kültürlerde farklı sosyal kuralların olması, bu becerilerin öğrenilmiş davranışlar olduğunu ortaya koymaktadır.

3- Her zaman bir amaca yöneliktir olan sosyal beceriler, kişiler tarafından belirli bir amaç doğrultusunda kullanılmaktadırlar.

4- Duruma özgü olan sosyal beceriler, içinde bulunulan ortama göre farklılaşır.

5- Hemgözlenemeyen bilişsel ve duyuşsal elemanlardan hem de gözlenebilen becerilerden oluşmaktadır.

Sosyal becerileri yüksek olan çocuklar, uğraştığı aktivitelerden çok mutlu olurlar ve özgürce karar verebilme güdülerini artırırlar. Toplumsal becerileri düşük olan çocuklar ise akranları tarafından dışlanabilir, gruba alınmama gibi sorunlarla karşılaşabilir. İhtiyaçları olan sosyal desteği yetişkinlerden de almadıklarında her türlü istismara açık hale gelebilirler. Sonuçta, akranlarınca hoş görülme, kabullenilme ve onlarla ilişkilerini geliştirmek çocuğun bakış açısını değiştirerek, olgunlaştırır. Dış dünyaya karşı tecrübelenmesine ve yüksek benlik saygısının kazanılmasına önemli katkı sağlar (Stanley, 2009).

### **3.9. Sosyal Beceri ile İlişkili Kavramlar**

Bireylerdeki sosyal gelişimi ifade eden bazı kavramlar vardır. Bu kavramlar sosyal beceriyle ilişkilendirilmektedir. Sosyal beceriyi kapsam olarak ortaya koyan kavramlar ve bu kavramların açıklaması aşağıda verilmektedir.

**Benlik:** Sosyal gelişim denildiğinde akla ilk gelen ifade olan benlik kavramı, kişinin kendi özelliklerinin farkında olması şeklinde açıklanmaktadır. Çevreden kaynaklı baskıya olumlu veya olumsuz verilen tepki, direnç olarak belirtilmektedir. Söz konusu direnç, bireyin

kendisinin dışındaki kişilerin de farkına vararak davranış sergilemesi olarak açıklanabilir. Öznel olan benlik duygusunda kişinin kendisiyle ilgili oluşturduğu bir alt yapıdan bahsedilebilir. Benlik kavramının tam olarak anlaşılabilmesi için bireyin kendisiyle ilgili ne düşündüğü, kendisini nasıl algıladığı, olaylar karşısında başarılı, özenli, değerli ve yeterli olup olmadığıyla ilgili yaklaşımı, inançları, tutumları önemlidir (Aral vd., 2001). Benlik duygusunun olumlu yönde gelişebilmesi için çevrenin yaklaşımı önem taşımaktadır. İlgi, sevgi ve anlayışın olduğu bir ortam, benlik duygusunu olumlu etkilemektedir.

Çekingenlik: Bireyin kendisini ifade etme becerisinin düşüklüğü çekingenlik olarak ifade edilebilir. Çekingen bireyler ya kendilerini çok az ifade edebilme becerisine sahiptirler ya da hiç ifade edememe durumu yaşamaktadırlar. Bu durumu yaşayan bireylerde psiko sosyal ve fizyolojik problemler görülebilmektedir (Whirter ve Acar, 2000).

Sosyal Kaygı: Sosyal ortamların dışında kalan bireylerde sosyal kaygı durumu ortaya çıkabilmektedir. Sosyal kaygının oluşmasındaki en önemli etken bireylerin kendilerini sosyal ortamlardan uzak tutmalarıdır. Nitekim bu yaklaşım içerisinde olan bireyler, başkalarının olumsuz değerlendirmeler yapmasından korkmaktadırlar bu korku da onları sosyal ortamların dışına itmektir (Kozanoğlu, 2006). Bu durumun gelişmesinde bazı etkenler söz konusudur. Bu etkenler, genetik olabileceği gibi geçmiş yaşantılar yoluyla da ortaya çıkabilmekte ya da birey kendisi de sosyal kaygıya bağlı sosyal fobi oluşturabilmektedir. Bu etkenlerden özellikle sosyal fobi faktörü bireyi oldukça zor durumda bırakmakta ve bu durum sonucunda da birey, içe kapanıklık duygusu yaşamaktadır (Akman & Gülay, 2009).

Sosyal Olgunluk: Bireylerde sosyal olgunluk, anne ve baba ile kurulan iletişime göre gelişmektedir. Anne ve baba ile kurulan sağlıklı iletişim çocuğun topluma özgü kültürel öğeleri öğrenmesini sağlamaktadır. Bu şekilde çevresiyle de iletişim kurabilmeyi öğrenen birey etkileşime geçmektedir. Sosyalleşme sürecinde çocuk, fiziksel, zihinsel, duygusal ve dil yönünden de gelişmekte aynı zamanda sosyal olarak olgunlaşmaktadır (Yavuzer, 2007).

Sosyalleşme-sosyalleştirme: Birey yaşadığı topluma ait kural ve değerleri öğrenerek onlarla uyum içerisinde hareket etmesiyle sosyalleşme gerçekleşmiş olur. Toplumla bütünleşme olarak da açıklanabilen sosyalleşme olgusu, sosyal bir süreç olarak doğumla başlayıp ölüme kadar devam etmektedir. Sosyalleşmenin istenilen düzeyde oluşturulabilmesi için yaşamın ilk yıllarında sağlıklı koşullar oluşturulmasının öneminden bahsedilmektedir (Wortham, 2006). Öğrenme yoluyla gerçekleşen sosyalleşme, yaşamın ilk yıllarındaki öğrenme deneyimlerine bağlı olarak gelişmektedir. Sosyalleştirme de çocuğun çevresiyle ilişki kurmaya başladığı dönemde toplumun kültür ve değer yargılarının öğretilmesi sonucu gerçekleşmektedir (Akman ve Gülay, 2009).

Sosyal Yeterlilik: Bireyler açısından hem sözel hem de sözel olmayan davranışları içeren sosyal yeterlilik becerisinde bireyler, girdiği ortamlarda jest ve mimik hareketlerini kullanma, beden dilini değerlendirme, ani gelişen durumlar karşısında görüşlerini ifade edebilme, sınıf içerisinde konuşmaya ve tartışmaya katılma şeklinde davranışlar göstermektedirler. Sosyal yeterliliği ifade etmek için belirtilen davranışları kullanma becerisi, bireylerin sosyal yeterliliğini ortaya koymaktadır (Akman ve Gülay, 2009).

Sosyal Beceri: Topluma ait kural ve normları öğrenerek sosyal ortamlarda karşılaştığı durumlara olumlu tepkiler oluşturması, kendisini ve çevresindeki kişileri olumsuz bir duruma düşürecek davranışlardan kaçınması bireyin sosyal beceri sahibi olduğunu göstermektedir. Bireyin hem kendi davranışlarını kontrol etmesi hem de çevresindeki kişilerin tepkilerinin olumlu olmasını sağlamaya yönelik ortam oluşturması birey açısından oldukça önemli bir durumdur. Bu yönüyle değerlendirildiğinde birey çevresiyle etkileşim içerisinde denilebilir. Diğer bir ifadeyle birey, çevresi tarafından kabul edilebilir davranışlara yönelerek etkileşim içerisine girmektedir. Bu tür davranışlar, sosyal beceri olarak belirtilmektedir (Wolffe&Sacks, 2000). Sosyal içeriğe uygun davranabilme, bilişsel ve duyuşsal becerileri kullanma sosyal beceri ile mümkün olabilmektedir. Sosyal beceri öğrenilebilir bir beceri olarak ifade edilmektedir (Akman, Gülay, 2009).

Empati: Toplumla iç içe yaşamak durumunda olan bireyin çevresindeki kişilerle uyum sağlayabilmesi için gerekli bir beceri olan empati yetisinde, kişi kendisini karşıdakinin yerine koyarak olayları anlamaya ve anlamdırmaya çalışmaktadır. Olaylara onun gözüyle bakıp değerlendirmelerde bulunmaktadır ve değerlendirmeler sonucunda hissettiği duyguyu karşı tarafa aktarmaktadır (Kahraman ve Akgün, 2008). İnsanlarla kurulan ilişkilerde empati önemli bir beceri olarak düşünülebilir.

### 3.10. Sosyal Becerinin Sınıflandırılması

Sosyal beceriler, öğrenilebilir davranışlar olarak çevreyle girilen etkileşim sonucu gelişmektedir. Çevre tarafından kabul edilebilir davranışlar ortaya koyma, hoş karşılanmayacak davranışlardan uzak durma bireylerin sosyal beceri yönünü vurgulamaktadır. Aynı zamanda bilişsel ve duyuşsal bir özelliği de içeren sosyal beceri, ortama göre farklılaşabilmektedir. Birey, belli bir amaç doğrultusunda sosyal beceri özelliğini kullanmaktadır. Dolayısıyla sosyal beceriler ortama göre farklılaşan bir özellikte olduğu için gruplandırmaya tabi tutulmaktadır.

Fair ve McWhirter, sosyal beceriler konusunu üç grup halinde incelemektedir. Fair ve McWhirter tarafından yapılan sosyal beceriler sınıflandırılması Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1

*Fair ve McWhirter’e göre Sosyal Becerilerin Sınıflandırılması*

İlişki Kurma Becerileri	Akran grubunun önemini anlama, diğerlerinin ihtiyaçlarını önemseme, diğerlerini kabul etmeyi ve arkadaş edinmeyi öğrenme, güvenilir bir birey olmayı ve arkadaşlarını önemseme öğrenme becerilerini kapsar.
Olumlu Sosyal İlişkiler Geliştirme Becerileri	Saygılı olma, övgüde bulunma, etkili konuşma ve dedikodu yapmama gibi becerilerdir.
Günlük Yaşam için Gerekli Görgü Kurallarını Edinmeye Yönelik Beceriler	Yardım istemeyi, başkalarına yardım önermeyi, uygun beklenti içinde olmayı ve olumlu davranışlarda bulunmayı öğrenme gibi becerileri içerir

Kaynak: Memiş, A. &Memiş, U. A. (2013). Cinsiyet, başarı ve sosyal Beceri Bülent Ecevit Üniversitesi. *Karaelmas Journal of Educational Sciences* 1,43-49.



Tabloda sosyal becerilerin üç başlıkta sınıflandırıldığı görülmektedir. Yapılan sınıflandırma bağlamında öğrenilir bir beceri türü olan sosyal becerinin toplum içerisinde bireyin yerini belirlemeye yönelik davranışlar olduğu anlaşılmaktadır.

Sosyal becerileri düşük olan çocuklar, karşısına çıkan problemleri çözerken sosyal becerileri yüksek çocuklara oranla daha az çözüm üretirler. Dolayısıyla uygun olmayan davranış biçimlerini tercih edebilirler. Çevresiyle olan sosyal uyumu azaldıkça bireyin sergilediği davranışlarda birtakım sorunlar ortaya çıkmakta ve bu duruma bağlı olarak birey, akademik başarısı düşük ve özgüveni yetersiz ve içe kapanık hale gelebilir. Sosyal becerisi yüksek düzeyde olan çocuklar da sosyal anlamda oldukça duyarlı ve problem çözmede daha üretken olduklarından sosyal ilişkilerinde daha başarılıdırlar (Özyürek, Bede ve Yavuz, 2014, s.129).

Akkök (2006) sosyal becerileri sınıflandırırken konuyu altı grupta ele almıştır. Bu sınıflandırma tablo halinde aşağıda verilmiştir.

Tablo 2

*Sosyal Becerilerin Sınıflandırılması*

İlişkiyi Başlatma ve Sürdürme Becerileri	Dinleme, konuşmayı başlatma, konuşmayı sürdürme, soru sorma, teşekkür etme, kendini tanıtmaya, başkalarını tanıtmaya, iltifat etme, yardım isteme, bir gruba katılma, yönerge verme, yönergelere uyma, özür dileme ve ikna etme gibi beceriler bu grupta toplanmıştır.
Grupla Bir İş Yürütme Becerileri	Grupa iş bölümüne uyma, gruptan sorumluluğunu yerine getirme, başkalarının görüşlerini anlamaya çalışma gibi beceriler bu grupta sayılmaktadır.
Duygulara Yönelik Beceriler	Kendi duygularını anlama, duygularını ifade etme, başkalarının duygularını anlama, karşı tarafın kızgınlığı ile başa çıkma, sevgiyi, iyi duyguları ifade etme, korku ile başa çıkma, kendini ödüllendirme gibi beceriler bu grupta yer almaktadır.
Saldırgan Davranışlar ile Başa Çıkma Yönelik Beceriler	İzin isteme, paylaşma, başkalarına yardım etme, uzlaşma, kızgınlığı kontrol etme, hakkını koruma, savunma, alay etmeyle başa çıkma, kavgadan uzak durma gibi beceriler bu grupta toplanmıştır.
Stres Durumlarıyla Başa Çıkma Becerileri	Başarısız olunan bir durumla başa çıkma, grup baskısıyla başa çıkma, utanılan bir durumla başa çıkma, yalnız bırakılma ile başa çıkma becerileri bu grupta yer almaktadır.
Plan Yapma ve Problem Çözme Becerileri	Ne yapacağına karar verme, problemin nedenlerini araştırma, amaç oluşturma, bilgi toplama, karar verme, bir işe yoğunlaşma gibi beceriler bu grupta toplanmıştır.

Kaynak: Akkök, F. (1996). *İlköğretimde sosyal becerilerin geliştirilmesi (öğretmen el kitabı)*. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Talim Terbiye Kurulu Başkanlığı.

Tablo 2’de Akkök, 2006’ya göre yapılan sınıflandırmada 6 boyutta ele alınan sosyal beceriler; bireyin sosyalleşme sürecinde ihtiyaç duyacağı özellikler olarak da ifade edilebilir. Toplum tarafından kabul edilen davranışları yapıp kabul görmeyen davranışlardan uzak durmak için uyulması gereken adımlar, yapılan sınıflandırmayla ortaya konulmuştur.

Elksnin ve Elksnin, (1998) tarafından yapılan sosyal becerilerle ilgili sınıflandırma Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3

### Sosyal Becerilerin Sınıflandırılması

Kişilerarası Davranışlar	Bu grup kendini tanıtmaya, katılma, yardım etme, iltifatı kabul etme, özür dileme gibi “arka daşlık kuma becerilerini” içermektedir.
Akran İlişkili Sosyal Beceriler	Bu grup, işbirliği içinde çalışma, bilgi isteme ve bilgi verme, bir başkasının duygusal durumunu anlama gibi akran kabulüne dayalı becerileri içerir.
Öğretmeni Memnun Edici Sosyal Beceriler	Yönergelere uyma, verilen çalışmaları yapma, öğretmeni dinleme gibi okul başarısıyla ilgili davranışlar bu grupta toplanmaktadır.
Kendi ile İlgili Davranışlar	Bu beceriler çocuğa sosyal koşulları değerlendirme, uygun beceriyi seçme, etkili olan beceriyi belirleme imkânı sağlar. Başkaları ile ilgili davranışlar ise, baştan sonra kadar izleme, stresle başa çıkabilme, duyguları anlama, öfkeyi kontrol etmeyi içerir.
Kendine Güven ile İlgili Beceriler	Bu beceriler, öfkeye başvurmada ihtiyaçlarını ifade etmeye imkân tanır.
İletişim Becerileri:	İletişim becerileri, dinleyenin duyarlılığını, sıra beklemeyi, konuşana dikkatini vermeyi ve sürdürülebilmeyi, konuşmacıya geri dönüt vermeyi içerir.

Kaynak: Elksnin, L.K. & Elksnin, N. (1998). Teaching social skills to students with learning and behavior problems. *Intervention in School and Clinic*, 33 (3), 131-140.

Tabloya bakıldığında, yapılan sınıflandırmaya göre bireyin kendisi ve çevresindeki kişilerle ilgili kabul edilir davranışların ne olduğu anlaşılmaktadır. Bu bağlamda sıralanan özellikleri yerine getirebilme becerisi, bireyin sosyal becerisini ortaya koymaktadır denilebilir.

Sosyal beceri konusunda yapılan sınıflandırmanın araştırmacılara göre farklılık oluşturmasının yanı sıra belli özelliklerde uzlaşma sağlandığı görülmektedir. Araştırmacıların

sosyal beceri ile ilgili uzlaşa sağladıkları başlıklar; bireyin toplum içerisinde kabul edilir davranışlara yönelmesi, duyguların iyi anlaşılıp doğru bir şekilde aktarılması, grupta ilişki başlatma, ilişkiyi devam ettirme, iletişim, öfke kontrolü olarak ifade edilebilir.

### **3.11. Sosyal Becerinin Önemi**

Birey, yaşadığı toplumun kurallarına göre bir duyarlılık geliştirme çabası içerisine girmektedir. Mevcut kültürle uyumlu olma, toplumun bir parçası olarak aidiyet kazanma, inanç ve ortak değerleri benimseme gibi davranışları gerçekleştiren birey, toplum tarafından kabul gören davranışları sergileyerek sürece uygun davranmış olmaktadır (Yavuzer, 2007). Bireyin fiziksel ihtiyaçları kadar önemli olan sosyal ihtiyaçları toplumun benimsediği davranışların gerçekleşmesiyle karşılanmaktadır. Sosyal yönünü geliştiren bireyler, sosyal ihtiyaçlarını da karşılamış olmaktadır. Ve bu kişiler, toplumda sağlıklı bireyler olarak algılanmaktadırlar (Fazlıoğlu, 2009). İnsan sosyal bir varlıktır, teorisinden hareketle bireyin sosyal ortama uygun davranması gerekmektedir. Bunun gerçekleşebilmesi için bireye uygun davranışların öğretilmesi ve uygun davranabilme becerisinin kazandırılması önem taşımaktadır.

İdeal düzeyde bireyler yetiştirmek, toplumun sağlıklı bir yapıya sahip olmasını sağlarken devamlılığı açısından da bir gereklilik oluşturmaktadır. Bireyin gelişimsel özelliğine uygun olarak yetiştirilmesi ve kendine aynı zamanda topluma faydalı hale getirmek, bireyi toplumda etkin kılmak anlamına gelmektedir (Baran, 2011). Dolayısıyla sosyal gelişim bireyin hayatında önem taşıyan bir konudur. Ayrıca sosyal yönden gelişme sağlayan bireyler, toplumun normları ve beklentileriyle uygun davranışlar göstererek kendi sosyal ihtiyaçları ile toplumun beklentileri arasında denge kurmuş olmaktadır.

Aile ve okul ortamı çocuğun topluma hazırlanmasında ve dolayısıyla sosyal yönünün gelişmesinde birinci derecede önemli etkenler olarak belirtilmektedir. Bireyin hayatının şekillenmesinde etkin bir rol üstlenen aile ve okulun çocuğun ihtiyaç duyacağı fiziksel, duygusal, sosyal ve zihinsel gelişimlerini önemseyerek adımlar atması gerekmektedir (Senemoğlu, 2007).

Diğer türlü bu gereksinimler karşılanmadığında sosyal beceri düzeyinin düşük olması kaçınılmaz bir sonuç olacaktır.

Sosyal beceri yönüyle az gelişmiş bireylerin sosyal beceri kapsamında değerlendirilen tüm becerileri edinemediği anlaşılmaktadır. Bu durumda birey, karşılaştığı olaylarda sorunlarla baş etme konusunda yetersizlik, kendini doğru ifade edememe, akran grubu tarafından dışlanma, kişilerle ilişki geliştirememesi gibi durumları yaşamaktadır. Sıralanan bu beceriler, bireyin sosyal ihtiyaçlarıdır ve bu ihtiyaçların karşılanmaması bireyi mutsuzluğa itebilmektedir. Sosyal beceri yönüyle gelişen bireylerde ise gruba kendini kabul ettirme, ortama göre uygun davranışlar sergileyebilme, olumsuzluk oluşturabilecek ortamlardan uzaklaşma, sorunlara çözüm geliştirebilme, akademik başarı elde etme, olumlu ilişkiler kurabilme ve devam ettirme, etkili iletişim gerçekleştirebilme gibi avantajlar dikkat çekmektedir. Bu bağlamda bireylerin sosyal doyumlarının sağlanması hem kendileri hem de toplum açısından önemlidir diyebiliriz.

### **3.12. Sosyal Beceri Eğitimi**

Bireylerin fiziksel gelişimleri önemsenirken sosyal gelişimlerinin de önemli olduğu bilinciyle hareket edilerek sosyal ihtiyaçlarının giderilmesi için destek sağlanması gerekmektedir. Sosyal ihtiyaçlar; arkadaş grubuna kendini kabul ettirme, toplumun kültürüne uygun davranışlar geliştirme, kişiler arası ilişkiler kurabilme ve devam ettirebilme, girdiği ortama uygun olarak davranabilme, olumsuzluk oluşturabilecek durumlardan kaçınma ve dışlanmamak için çaba gösterme gibi belirtilebilir. Sıralanan sosyal ihtiyaçlara bakıldığında öğrenmelerle giderilebileceği görülmektedir. Bu bağlamda toplumun kurallarına ve kültür özelliklerine uygun davranışlar ortaya koyabilme becerisi çeşitli etkenler yoluyla öğretilebilir ya da geliştirilebilir.

Bireylerin geliştirdikleri sağlıklı sosyal bağlar başka alanlarda da ilişkileri ya da akademik başarıyı etkilemekte ve sosyal beceri sahibi birey, girdiği her ortamda bu sayede sorunlarla nasıl baş edeceğini, problemleri nasıl çözümleneceğini öğrenmiş olmaktadır (Greenwood, 2008). Sosyal becerinin öğretilebilir olma özelliği, eğitim faktörünü ortaya çıkarmakta ve bireylere toplum tarafından kabul edilebilir davranışların kazandırılması için sosyal beceri eğitiminin

gerekliliği anlaşılmaktadır. Bireyler, toplum içerisinde yaşadıkları güçlükleri ortadan kaldırmak, sorunlarla baş etme yollarını öğrenmek için sosyal beceri eğitimine ihtiyaç duymaktadırlar (Ergin, 2012).

Sosyal anlamda en önemli ihtiyaç, arkadaş edinme, ilişkiyi devam ettirebilmedir. Arkadaş ilişkilerinin kurulabilmesi ve geliştirebilmesi için ihtiyaç duyulan sosyal beceriler Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4

*Sosyal İlişkilerin Geliştirilmesinde İhtiyaç Duyulan Sosyal Beceriler*

Diğer bireylerin duygularını anlama
Akranları ile uzlaşma
Arkadaşlarından gelen istenmeyen davranışlarla baş etme
Akranları ile işbirliği kurma
Kendine olan güveni geliştirme
Dikkatin kendi üzerinde yoğunlaşmasını uygun şekilde sağlama
Sırasını bekleme
Kızgınlığını kontrol etme
İkilem ile başa ıkma
Arkadaş edinme
Hatalarla başarılı şekilde baş etme
Kendini takdir etme
Yönergeleri takip etme
Dinleme
Beden duruşu
Davranışlarının sonuçlarını kabul etme
Olumlu geribildirim alma ve verme
Hayır, cevabını kabul etme
İhtiyacı olan birine yardım etme
Başkasını rahatlatma
Merhamet gösterme
Sorular sorma
Duygularını ifade etme
Problem zme becerileri
Göz kontağı kurma
Paylaşma
Farklı durumlara uyum gösterme
Jest ve mimiklerini uygun şekilde kullanma
Başkasının yolundan gitmek yerine kendi yolunu izme
Ses tonunu etkili kullanma
Davranışının sorumluluğunu alma
Karşı cins ile etkileşim kurabilme
Etkileşimi başlatma
Konuşmayı sürdürme
Akıcı konuşma
Kendi haklarını savunma
Reddedilme ile başa ıkma
Akran baskısına karşı direnme

Kaynak: Ergin, H. (2012). Arkadaşlık ilişkileri. H. Yavuzer (Ed.), *Ana-baba okulu: Ana-baba eğitimi ve aile içi iletişim becerileri* içinde (s. 93-94). İstanbul: Remzi'den uyarlanmıştır.

Bireyin kendisini içinde bulunduğu toplumun bir parçası olarak hissetmesi için toplumun n grdğu kurallara uyması gerekmektedir. Diğer bir ifadeyle toplumca kabul edilir davranışalar göstermesi, toplumla uyumlu olması önem taşımaktadır. Bu durum aynı zamanda bireyin

sosyalleşme ihtiyacının da gerektirdiği bir davranış biçimi olarak belirtilebilir. Tablo 4’te sağlıklı sosyal ilişkilerin geliştirilmesi için sıralanan özelliklere bakıldığında bu özelliklerin genel olarak kişinin öz denetim sağlamasına ve edindiği becerilerle toplumca benimsenecek davranışlar kazanmasına yönelik olduğu anlaşılmaktadır.

Yapılan araştırmalarda sosyal beceri düzeyi yüksek olan kişilerin sosyal beceri kapsamında belirtilen özellikleri yerine getirdiği ve bu kişilerin diğer alanlarda da başarı elde ettikleri, iyi ilişkiler kurabildikleri ortaya konmuştur. Sosyal becerilerin öğretilmesi amacıyla verilen eğitimin etkililiği ve dışlanan ergenlerin gruba kabul edilmesi konulu çalışmada, uygulanan konuşma becerileri eğitiminin beceri kazanma ve sosyal bir etkileşimi artırdığı sonucu elde edilmiştir. Sosyal becerilerle ilgili verilen eğitimlerin akran kabulünü artırdığı da bulunmuştur (Bierman ve Furman, 1984). Başka bir çalışma da ilköğretim öğrencileri üzerinde yapılmış ve bu öğrencilerin sosyal anlamda uyumlarını artırmak için uygulanan sosyal beceri eğitimi sonunda davranışlarda anlamlı yönde farklılaşma olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Uygulamanın yapıldığı öğrenci grubunun okula uyumlarında, akran tercihli davranışlarında ve öğretmen tercihli davranışlarında artma olduğu anlaşılmıştır (Kabasakal ve Çelik, 2010). Bu çalışmaların yanı sıra sosyal beceri eğitiminin; kişiler arası ilişki düzeyini artırdığı (Uzamaz ve Güçray, 2004), öz kavram düzeylerini olumlu yönde etkilediği ve artırdığı (Cerrahoğlu, 2002), öz denetim, empati kurma, sorumluluk alabilme ve iş birliği gerçekleştirebilme becerisini geliştirdiği ve bu şekilde bireylerin daha etkili iletişim kurabildikleri yönünde olumlu sonuçlar alındığı (Tagay, Baydan ve Voltan-Acar, 2010), sosyal beceri eğitimi uygulanan öğrencilerde utangaçlık düzeyinin düşük çıktığı (Yıldırım, 2006), saldırganlık düzeylerinin azaltılmasında (Kumru-Sarıca, 2008) etkili sonuçlar ortaya çıkardığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda sosyal beceri eğitimi uygulamasının incelenen değişken üzerinde anlamlı düzeyde değişiklikler oluşturduğu sonucuna varılabilir.

## BÖLÜM 4

### YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, ölçme araçları ele alınmıştır.

#### 4.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma ile ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıkları ile sosyal beceri düzeylerinin belirlenmesi amaçlandığından ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri bir tür betimlemedir ve belirlenen evrenden alınacak bir örneklem ile evrenin tamamına yönelik yargılara ulaşılmasını sağlamaktadır. Değişkenler arasındaki ilişkileri tespit etmek ve muhtemel sonuçları tahminde kullanılan ilişkisel tarama modeli ile birden çok değişkenin birbirleri ile olan etkileşimlerinin miktarı ve varlığı belirlenmeye çalışılmaktadır (Karasar, 1982/2017).

#### 4.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini, 10-14 yaş grubunda yer alan tüm çocuklar oluşturmaktadır. Örneklemini ise Ankara ili Yenimahalle ilçesindeki Özkent Akbilek Ortaokulu ve Kahramankazan ilçesindeki Yıldırım Beyazıt Ortaokulundan evreni temsil edeceği düşünülen 419 öğrenci oluşturmaktadır.

### 4.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada Hazar ve Hazar'ın 2016 yılında geliştirdikleri oyuna yüklenen değer ve oyun süresinde tolerans gelişimi, çatışma ve dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma,oyuna dalma ve yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansımaları, ödevlerin, sosyal ve bireysel sorumlulukların ertelenmesi gibi isimleri verilen 24 madde ve 4 alt boyuttan oluşan "Çocuklar için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği ve Yaya Kocayörük (2000) tarafından geliştirilen tek boyuttan ve 20 maddeden oluşan "Sosyal Beceri Ölçeği ile elde edilmiştir.

Çocuklar için dijital bağımlılık ölçeğindeki ifadelerle ilgili değerlendirmelerde 5 puanlı Likert tipi ölçek kullanılmıştır. Bu değerlendirmede "1=Kesinlikle Katılmıyorum", "2=Katılmıyorum", "3=Kararsızım", "4=Katılıyorum", "5=Tamamen Katılıyorum" şeklinde puanlandırılmıştır. Bu ölçekten alınabilecek en yüksek puan "120", en düşük puan ise "24"tür. Ölçekten elde edilen puanların 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.

#### 4.3.1. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

"Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" çocukların dijital oyun bağımlılığı düzeylerini belirlemek amacıyla 10-14 yaş grubu öğrencilerin katılımıyla Hazar ve Hazar (2016) tarafından geliştirilmiştir. Geliştirilmiş olan ölçek dört alt boyut ve 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin "Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansımaları ve Oyuna Dalma" alt boyutu 4 sorudan (2,4,8,9); "Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi" alt boyutu 6 sorudan (12,15,17,19,20,22); "Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer" alt boyutu 7 sorudan (1,3,11,16,18,21,24); "Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma" alt boyutu 7 sorudan (5,6,7,10,13,14,23) oluşmaktadır. Ölçekte yer alan ifadelerin değerlendirilmesinde 5 puanlı Likert tipi ölçek kullanılmıştır. Yukarıda belirtilen alt boyutlar ile bu boyutların güvenirlik değerleri şu



şekildedir; “Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma” (.86); “Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi” (.79); “Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer” (.76); “Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma” (.82); Ölçek madde toplamı ise (.91).

#### **4.3.2. Sosyal Beceri Ölçeği**

Kocayörük (2000) tarafından geliştirilen Sosyal Beceri Ölçeği, bireylerin göz teması kurma, selamlaşma, etkin dinleme, iletişimi başlatıp devam ettirme, soru sorabilme, sosyal ortamlarda kendini ifade etme, izin isteme, grupla işbirliği yapabilme, özür dileme, ikna edebilme, sorumluluk alma ve yerine getirme, sırasını bekleme, hakkını savunabilme, kurallara uyma davranışlarından oluşmaktadır.

Kocayörük (2000) tarafından geliştirilen ölçeğin ilk hali 40 maddelik sosyal becerileri ölçen ifadelerden oluşmaktadır. 302 öğrenci üzerinde uygulanan ölçeğin madde analizleri ve madde test korelasyon hesaplamaları yapılarak deneme testi gerçekleştirilmiştir. 0.20’den düşük korelasyon veren maddeler testten çıkarılarak ölçeğin madde sayısı 20’ye düşürülmüştür. Madde analizleri son hali üzerinden hesaplanmıştır.

Ölçekteki en düşük korelasyon katsayısı 0,20 en yüksek ise 0.44 olarak bulunmuştur. Ölçek 20 maddeden oluşan 4’lü Likert tipindedir. Bireysel ya da grup halinde uygulanabilmektedir. Ölçeğin puanlandırılması; Hiç uygun değil 1 puan, Bazen 2, Genelde uygun 3, Tamamen Uygun 4 puan şeklindedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan 20 dir. Ölçekten elde edilen yüksek puan, öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin pozitif yönde olumlu gelişimlerini göstermektedir. Ölçeğin güvenilirlik katsayısı Cronbach-Alfa 0.75 olarak hesaplanmıştır. Ölçek kapsam geçerliği yöntemiyle 5 uzman görüşüne başvurulmuş, 5’li puan sistemine göre değerlendirilmiştir. Ortak değerlendirmeler sonucunda ölçeğin kapsam geçerliliği 4,5 puan olarak hesaplanmıştır (Kocayörük, 2000).

#### **4.4. Verilerin Toplanması**

Çalışmanın yapılabilmesi için Ankara Valiliği Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izin alındıktan sonra, Yenimahalle Özkent Akbilek Ortaokulunda ve Kahramankazan Yıldırım Beyazıt Ortaokulunda bulunan 2018-2019 eğitim- öğretim yılında öğrenim gören 10-14 yaş grubu öğrencilerine araştırmacı tarafından "sosyal beceri ölçeği" ve "dijital oyun bağımlılığı ölçeği" uygulanmıştır. Ölçeğin açıklanması, öğrencilere dağıtılması ve toplanması araştırmacı tarafından yapılmıştır.

#### **4.5. Verilerin Analizi**

Verilerin analiz edilmesinde grup içi karşılaştırmalar için Tukey (HSD) testi, tek yönlü varyans analizi ANOVA testi, bağımsız tek örneklem t testi, betimsel istatistikler, chi square testi, ölçekler arasındaki ilişkinin betimlenmesinde Pearson Korelasyon testi, etki durumlarının incelenmesi için regresyon analizi ve etki büyüklüğü testinden yararlanılmıştır. Dijital oyun için iç güvenirlik katsayısı .92, sosyal beceri ölçeği için iç güvenirlik katsayısı .82 olarak belirlenmiştir.

## BÖLÜM 5

### BULGULAR

Tablo 5

*Katılımcılara İlişkin Demografik Değişkenlerin Sıklık ve Yüzdeler Dağılımları*

n=(419)			
	Değişken	f	%
Okul	Yenimahalle	207	49,4
	Kahraman kazan	212	50,6
Cinsiyet	kız	210	50,1
	erkek	209	49,9
Sınıf	5	109	26,0
	6	102	24,3
	7	108	25,8
	8	100	23,9

Katılımcıların %49,4'ü Özkent Akbilek Ortaokulundan, %50,6'sı Yıldırım Beyazıt Ortaokulundan araştırmaya dahil olmuştur. Katılımcıların %50,1'i kız katılımcılardan %49,9'u ise erkek katılımcılardan oluşmaktadır. Araştırmada yer alan örneklem grubu 109 (%26,0) 5. Sınıf öğrencisinden, 102 (%24,3) 6. Sınıf öğrencisinden, 108 (%25,8) 7. Sınıf öğrencisinden ve 100 (%23,9) 8. Sınıf öğrencisinden oluşmaktadır.

Tablo 6. *Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Beceri Ölçeklerinin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri*

	n=(419)			
	Min.	Max.	$\bar{x}$	ss
Dijital Oyun Bağımlılığı	24,00	120,00	45,02	17,65
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	7,00	35,00	12,28	5,21
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer	7,00	35,00	15,08	6,70
Bireysel ve sosyal görevlerin ödevlerin ertelenmesi	6,00	30,00	10,13	4,91
Yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma	4,00	20,00	7,52	3,32
Sosyal Beceri	20,00	90,00	64,61	9,08

Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeyleri normal olarak belirlenmiştir. Ölçüm aracının puanlanmasında yer alan 25-48 puan aralığında yer alarak  $45,02 \pm 17,65$  puan ortalamasını elde etmişlerdir. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutlarından yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutu en yüksek alt boyut ortalamasını elde ederken ( $7,52 \pm 3,32$ ), en düşük alt boyut ortalamasını dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma alt boyutu ( $12,28 \pm 5,21$ ) elde etmiştir. Tüm değerler negatif yönlü olup ortalama değerlerin altında seyretmiştir. Dolayısıyla alt boyut ortalamaları dijital oyun bağımlılığının negatif görüntüde olduğunu ifade etmektedir. Ancak katılımcıların sosyal beceri düzeylerinin yüksek oranlara sahip olduğu belirlenmiştir ( $64,61 \pm 9,08$ ).

Tablo 7

*Katılımcıların Okul Değişkeni İle Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Arasındaki T Testi Sonuçları*

	Okul	n	$\bar{x}$	ss	t	p
Dijital Oyun Bağımlılığı	Yenimahalle	207	47,2464	17,6841	2,564	0,011*
	Kahraman Kazan	212	42,8538	17,3855		
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	Yenimahalle	207	12,7778	5,21377	1,910	0,057
	Kahraman Kazan	212	11,8066	5,19162		
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer	Yenimahalle	207	15,7295	6,51542	1,954	0,051
	Kahraman Kazan	212	14,4528	6,84857		
Bireysel ve sosyal görevlerin ödevlerin ertelenmesi	Yenimahalle	207	10,7971	4,97834	2,750	0,006*
	Kahraman Kazan	212	9,4858	4,78295		
Yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma	Yenimahalle	207	7,9420	3,53	2,580	0,010*
	Kahraman Kazan	212	7,1085	3,06834		

\*p<0,05

Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı ve öğrenim gördükleri okul değişkeni arasında yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre toplam dijital oyun puanlarında, bireysel ve sosyal görevlerin ödevlerin ertelenmesi veyoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır. Buna göre anlamlı ilişki saptanan tüm alt boyutlarda ve toplam puanda Özkent Akbilek

Ortaokulunda okuyan katılımcıların Yıldırım Beyazıt Ortaokulunda okuyan katılımcılara oranla daha yüksek dijital oyun bağımlılığı sergiledikleri gözlemlenmektedir.

Tablo 8

*Katılımcıların Cinsiyet Değişkeni İle Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Arasındaki T Testi Sonuçları*

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	t	p
Dijital Oyun Bağımlılığı	kız	210	40,86	16,93	-4,974	0,000*
	erkek	209	49,20	17,40		
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	kız	210	11,30	5,13	-3,925	0,000*
	erkek	209	13,27	5,12		
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer	kız	210	13,35	6,22	-5,459	0,000*
	erkek	209	16,81	6,74		
Bireysel ve sosyal görevlerin ödevlerin ertelenmesi	kız	210	9,39	4,96	-3,112	0,002*
	erkek	209	10,87	4,77		
Yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma	kız	210	6,80	2,85	-4,511	0,000*
	erkek	209	8,23	3,61		

\*p<0,05

Çalışma grubunda yer alan öğrencilerin cinsiyet değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre toplam puanda ve tüm alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı ilişki ortaya koyulmuştur. Buna göre; belirlenen tüm anlamlı ilişkiler erkek öğrencilerin kız öğrencilere nazaran daha yüksek dijital oyun bağımlılığı sergilediklerini gözler önüne sermektedir.

Tablo 9

*Katılımcıların Sınıf Değişkeni İle Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Arasındaki Anova Testi Sonuçları*

	Sınıf	n	$\bar{x}$	ss	F	p
Toplam Dijital Oyun Bağımlılığı	5	109	43,98	16,80	1,269	0,285
	6	102	43,06	17,13		
	7	108	47,48	19,07		
	8	100	45,50	17,39		
	Toplam	419	45,02	17,65		
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	5	109	11,66	4,73	2,463	0,062
	6	102	11,60	5,07		
	7	108	13,25	5,65		
	8	100	12,61	5,26		
	Toplam	419	12,28	5,21		
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer	5	109	15,04	6,45	0,563	0,640
	6	102	14,40	6,21		
	7	108	15,54	7,06		
	8	100	15,32	7,09		
	Toplam	419	15,08	6,70		
Bireysel ve sosyal görevlerin ödevlerin ertelenmesi	5	109	10,00	5,07	0,917	0,433
	6	102	9,78	5,07		
	7	108	10,79	5,07		
	8	100	9,91	4,39		
	Toplam	419	10,13	4,91		
Yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma	5	109	7,25	3,45	0,627	0,598
	6	102	7,27	3,03		
	7	108	7,88	3,52		
	8	100	7,66	3,26		
	Toplam	419	7,52	3,32		

\*p<0,05

Tablo 9 incelendiğinde katılımcıların sınıf değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında Anova testi sonuçlarına göre sınıf değişkeni ve dijital oyun bağımlılığı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmemiştir ancak istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmamasına karşın 7. sınıfların dijital oyun bağımlılığı puanlarının diğer sınıflara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 10

*Katılımcıların Sınıf Değişkeni İle Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Arasındaki Eta Kare Testi Sonuçları*

	n	$\bar{x}$	ss	F	p	Eta-kare
Dijital oyun bağımlılığı	5	102	43,98	16,80	1,269	,285
	6	109	43,06	17,13		
	7	100	47,48	19,07		
	8	108	45,50	17,39		
	Toplam	419	45,02	17,65		

\*p<0,05

Bağımsız değişken olan sınıf değişkeninin bağımlı değişken olan dijital oyun bağımlılığı üzerinde ne derece etkili olduğunu gösteren etki büyüklüğü (eta kare) değeri incelenmiştir.  $\eta^2$  değeri 0,009 olarak saptanmıştır. Dolayısıyla sınıf değişkeninin dijital oyun bağımlılığında orta düzeyde öneme sahip olduğunu söylemek mümkündür.

Tablo 11

*Katılımcıların Okul Değişkeni İle Sosyal Beceri Ölçeği Arasındaki T Testi Sonuçları*

	Okul	n	$\bar{x}$	ss	t	p
Sosyal Beceri	Yenimahalle	207	64,58	9,09	0,053	0,957
	Kahraman Kazan	212	64,63	9,09		

\*p<0,05

Tablo 11’de katılımcıların okulları ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişki belirlenmiştir. Buna göre okul değişkeni ve sosyal beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmamıştır, ancak çok az bir farkla Yıldırım Beyazıt Ortaokuluna giden öğrencilerin istatistiksel olarak anlamlı olmamasına karşın Özkent Akbilek Ortaokuluna oranla daha yüksek sosyal beceri düzeyi ortaya koyduğu belirlenmiştir.

Tablo 12

*Katılımcıların Cinsiyet Değişkeni İle Sosyal Beceri Ölçeği Arasındaki T Testi Sonuçları*

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	t	p
Sosyal Beceri	kız	210	65,45	8,87	1,912	0,057
	erkek	209	63,76	9,23		

\*p<0,05

Tablo 12’de katılımcıların cinsiyet değişkeni ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişki belirlenmiştir. Buna göre sınıf değişkeni ve sosyal beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmamıştır, ancak kız öğrencilerin sosyal beceri düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmamasına karşın, erkeklere oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 13

*Katılımcıların Sınıf Değişkeni İle Sosyal Beceri Ölçeği Arasındaki Anova Testi Sonuçları*

	Sınıf	n	$\bar{x}$	ss	F	p
Sosyal Beceri	5	109	64,66	9,08	0,627	0,598
	6	102	65,28	8,32		
	7	108	63,64	9,75		
	8	100	64,91	9,13		
	Toplam	419	64,61	9,08		

\*p&lt;0,05

Katılımcıların sınıf değişkeni ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki Anova testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmemiştir. Ancak istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmamasına karşın, katılımcılardan 6. Sınıf öğrencisi olanların sosyal beceri düzeylerinin diğer sınıflara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 14

*Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Beceri Ölçekleri Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları*

	Toplam Dijital Oyun Bağımlılığı	Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer	Bireysel ve sosyal görevlerin ödevlerin ertelenmesi	Yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma	Toplam Sosyal Beceri
Toplam Dijital Oyun Bağımlılığı	PearsonCorrelation	1				
	Sig. (2-tailed)					
	N	419				
Dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma	PearsonCorrelation	0,911**	1			
	Sig. (2-tailed)	0,000				
	N	419	419			
Oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer	PearsonCorrelation	0,909**	0,762**	1		
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000			
	N	419	419	419		
Bireysel ve sosyal görevlerin ödevlerin ertelenmesi	PearsonCorrelation	0,857**	0,726**	0,673**	1	
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,000		
	N	419	419	419	419	
Yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansımaları ve oyuna dalma	PearsonCorrelation	0,776**	0,654**	0,617**	0,571**	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,000	0,000	0,000	
	N	419	419	419	419	419
Toplam Sosyal Beceri	PearsonCorrelation	-	-	-	-	1
	Sig. (2-tailed)	0,332**	0,324**	0,275**	0,311**	0,239**
	N	419	419	419	419	419

\*p&lt;0,05

\*\*p&lt;0,01



Dijital oyun bağımlılığı ve sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlendiği pearsonkorelasyon analizi sonuçlarına göre dijital oyun bağımlılığı ve sosyal beceri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde negatif yönlü zayıf düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir.

Tablo 15

*Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal Beceri Üzerindeki Etkisine Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları*

	B	Std. hata	$\beta$	t	p
Sosyal beceri	-0,645	0,090	-0,332	14,808	0,000*
R=0,332	R <sup>2</sup> =0,110				
F <sub>(51,667)</sub> =0,000*	p<0.001				

*Bağımlı değişken: dijital oyun bağımlılığı*

Dijital oyun bağımlılığının sosyal beceri düzeyini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etkilediği ( $\beta=-0,645$ ,  $t=14,808$ ,  $p=0,000$ ) bu etkinin negatif yönlü olduğu belirlenmiştir.

Tablo 16

*Katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeyleri bulguları*

	Değişken	N=(419)	
		f	%
<b>Dijital Oyun Bağımlılığı</b>	normal	27	6,4
	az riskli	249	59,4
	riskli	107	25,5
	bağımlı	31	7,4
	yüksek düzeyde bağımlı	5	1,2

Çalışma grubunda yer alan 10-14 yaş arası çocukların çoğunluk olarak az riskli grupta olduğu, diğer yandan en yüksek düzeyde bağımlı olarak belirlenen katılımcıların azınlığı oluşturduğu belirlenmiştir.

Tablo 17

*Katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeylerinin cinsiyete göre dağılımı*

	N=416			
	Min.	Max.	$\bar{x}$	ss
Kız(n=210)	1,00	5,00	2,21	0,73
Erkek(n=209)	1,00	5,00	2,53	0,75
Toplam	1,00	5,00	2,37	0,76

10-14 yaş grubu katılımcıların dijital oyun bağımlılık seviyeleri erkeklerde kızlara nazaran ortalama puanlarda 0,32 farkla daha yüksek dijital oyun bağımlılık seviyesi sergilemiştir.

Tablo 18

*Katılımcıların Cinsiyet ve Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki Ki-Kare Testi Sonuçları*

Cinsiyet		Normal	Az riskli	Riskli	Bağımlı	Yüksek düzeyde bağımlı	Toplam	X <sup>2</sup>	p
		n							
Kadın	n	18	146	31	12	3	210	31,12	0,000*
	%	4,3%	34,8%	7,4%	2,9%	0,7%	50,1%		
Erkek	n	9	103	76	19	2	209		
	%	2,1%	24,6%	18,1%	4,5%	0,5%	49,9%		
Toplam	n	27	249	107	31	5	27		
	%	6,4%	59,4%	25,5%	7,4%	1,2%	100,0%		

\*p&lt;0,05

10-14 yaş aralığındaki çocukların dijital oyun bağımlılık düzeyleri ve cinsiyetleri arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik olarak yapılan ki-kare testi sonuçlarına göre cinsiyet ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır ( $X^2=31,12$ ;  $p<0,05$ ). Buna göre dijital oyun bağımlılığı az riskli düzeyde olan kadın katılımcıların oranı sahip bireylerde kadınların oranı daha yüksekken, erkeklerde bu durum benzer şekilde az riskli olan grup puanlarının daha yüksek olduğu bulgusuyla karşımıza çıkmaktadır. Kadınların ve dijital oyun bağımlılığında en düşük ortalamayı yüksek düzeyde bağımlı grup almıştır. Dolayısıyla hem kadın hem erkeklerde örneklem grubu için az riskli grupta yer almaktadırlar bulgusu ortaya koyulmuştur.

Tablo 19

*Katılımcıların Sınıf ve Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki Ki-Kare Testi Sonuçları*

Sınıf		Normal	Az riskli	Riskli	Bağımlı	Yüksek düzeyde bağımlı	Toplam	X <sup>2</sup>	p
		n							
5	n	6	70	25	7	1	109	5,39	0,943
	%	1,4%	16,7%	6,0%	1,7%	0,2%	26,0%		
6	n	9	61	24	6	2	102		
	%	2,1%	14,6%	5,7%	1,4%	0,5%	24,3%		
7	n	7	59	30	11	1	108		
	%	1,7%	14,1%	7,2%	2,6%	0,2%	25,8%		
8	n	5	59	28	7	1	100		
	%	1,2%	14,1%	6,7%	1,7%	0,2%	23,9%		
Toplam	n	27	249	107	31	5	419		
	%	6,4%	59,4%	25,5%	7,4%	1,2%	100,0%		

\*p&lt;0,05

Çocukların dijital oyun bağımlılık düzeyleri ve sınıf değişkeni arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik olarak yapılan ki-kare testi sonuçlarına göre sınıf ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır ( $X^2=5,39$ ;  $p<0,05$ ). Ancak istatistiksel

olarak anlamlı olmamakla beraber tüm sınıflarda az riskli grubun diğer gruplara oranla daha yüksek yüzdeler elde etmiş olduğu, bunun yanı sıra en düşük değeri ise yüksek düzeyde bağımlı olan grubun elde ettiği gözlemlenmiştir.

Tablo 20

*Katılımcıların Okul ve Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki Ki-Kare Testi Sonuçları*

Okul		Normal	Az riskli	Riskli	Bağımlı	Yüksek düzeyde bağımlı	Toplam	X <sup>2</sup>	p
Yenimahalle	n	11	114	63	17	2	207		
	%	2,6%	27,2%	15,0%	4,1%	0,5%	49,4%		
Kahraman Kazan	n	16	135	44	14	3	212	6,50	0,165
	%	3,8%	32,2%	10,5%	3,3%	0,7%	50,6%		
Toplam	n	27	249	107	31	5	419		
	%	6,4%	59,4%	25,5%	7,4%	1,2%	100,0%		

\*p<0,05

Çocukların dijital oyun bağımlılık düzeyleri ve okul değişkeni arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik olarak yapılan ki-kare testi sonuçlarına göre okul değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır (X<sup>2</sup>=6,50; p<0.05). Ancak istatistiksel olarak anlamlı olmamakla beraber tüm sınıflarda az riskli grubun diğer gruplara oranla daha yüksek yüzdeler elde etmiş olduğu, bunun yanı sıra en düşük değeri ise yüksek düzeyde bağımlı olan grubun elde ettiği gözlemlenmiştir.

Tablo 21

*Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri ve Sosyal Beceri Ölçeği Arasındaki Anova Testi Sonuçları*

Dijital oyun bağımlılık düzeyleri	n	$\bar{x}$	ss	F	p
Normal	27	70,59	7,56	12,437	0,000*
Az Riskli	249	65,80	8,40		
Riskli	107	61,76	8,96		
Bağımlı	31	62,29	7,72		
Yüksek Düzeyde Bağımlı	5	48,20	19,29		
Toplam	419	64,61	9,08		

\*p>0.05

Katılımcıların dijital oyun seviyeleri ve sosyal beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. Buna göre dijital oyun bağımlılık seviyeleri normal olan

grubun sosyal beceri düzeyinin yüksek olduğu(70,59±7,56), dijital oyun bağımlılığı seviyesi yüksek düzeyde bağımlı olan grubun ise sosyal beceri düzeyinin en düşük olduğu (48,20±19,20) saptanmıştır.

Tablo 22

*Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılık Seviyeleri Ve Cinsiyetleri Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları*

	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	ss	t	p
Normal	kız	210	0,08	0,28	1,780	0,076
	erkek	209	0,04	0,20		
Az riskli	kız	210	1,39	0,92	4,301	0,000*
	erkek	209	0,98	1,00		
Riskli	kız	210	0,47	1,09	-4,945	0,000*
	erkek	209	1,09	1,44		
Bağımlı	kız	210	0,22	0,93	-1,163	0,245
	erkek	208	0,34	1,12		
Yüksek bağımlı	kız	210	0,07	0,59	0,444	0,656
	erkek	209	0,04	0,48		

\*p>0.05

Cinsiyet ile dijital oyun bağımlılık düzeyleri arasında yapılan analiz sonuçlarına göre az riskli ve riskli grupta istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır. Buna göre az riskli olan grupta kızların, (1,39±0,92), riskli grupta ise erkeklerin ortalamalarının (1,09±1,44) daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 23

*Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılık Seviyeleri Ve Okulları Arasındaki Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları*

	Okul	n	$\bar{x}$	ss	t	p
Normal	Yenimahalle	207	0,05	0,22	-0,930	0,353
	Kahraman	212	0,07	0,26		
	Kazan					
Az riskli	Yenimahalle	207	1,10	0,99	-1,796	0,073
	Kahraman	212	1,27	0,96		
	Kazan					
Riskli	Yenimahalle	207	0,94	1,39	2,496	0,013*
	Kahraman	212	0,62	1,21		
	Kazan					
Bağımlı	Yenimahalle	206	0,33	1,10	0,838	0,402
	Kahraman	212	0,24	0,96		
	Kazan					
Yüksek düzeyde bağımlı	Yenimahalle	207	0,04	0,49	-0,422	0,673
	Kahraman	212	0,07	0,59		
	Kazan					

\*p>0.05

Dijital oyun bağımlılık düzeyleri ve okul değişkeni arasındaki bağımsız örneklem t testi bulgularına göre riskli grup ile okul arasında anlamlı ilişki belirlenmiştir. Özkent Akbilek Ortaokulunda öğrenim gören öğrencilerin Yıldırım Beyazıt Ortaokulunda öğrenim gören öğrencilere nazaran daha yüksek risk ortalamaları sergiledikleri görülmektedir.

Tablo 24

*Katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri Ve Sınıf Değişkeni Arasındaki Anova Testi Sonuçları*

		n	$\bar{x}$	Ss	F	p
Normal	5.sınıf	109	0,05	0,22	0,485	0,693
	6.sınıf	102	0,08	0,28		
	7.sınıf	108	0,06	0,24		
	8.sınıf	100	0,05	0,21		
	Toplam	419	0,06	0,24		
Az riskli	5.sınıf	109	1,28	0,96	0,691	0,558
	6.sınıf	102	1,19	0,98		
	7.sınıf	108	1,09	1,00		
	8.sınıf	100	1,18	0,98		
	Toplam	419	1,18	0,98		
Riskli	5.sınıf	109	0,74	1,30	0,263	0,852
	6.sınıf	102	0,70	1,27		
	7.sınıf	108	0,83	1,34		
	8.sınıf	100	0,84	1,35		
	Toplam	419	0,78	1,31		
Bağımlı	5.sınıf	109	0,25	0,98	0,769	0,512
	6.sınıf	101	0,19	0,87		
	7.sınıf	108	0,40	1,21		
	8.sınıf	100	0,28	1,02		
	Toplam	418	0,28	1,03		
Yüksek düzeyde bağımlı	5.sınıf	109	0,04	0,47	0,224	0,880
	6.sınıf	102	0,09	0,69		
	7.sınıf	108	0,04	0,48		
	8.sınıf	100	0,05	0,50		
	Toplam	419	0,05	0,54		

$p > 0,05^*$

Katılımcıların dijital oyun bağımlılık seviyeleri ve sınıf değişkeni arasında yapılan Anova testi sonuçlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanamamıştır. İstatistiksel olarak anlamlılık olmamasına karşın, normal bağımlılıkta 6. Sınıfın, az riskli bağımlılıkta 5. Sınıfın, riskli bağımlılıkta 8. Sınıfın, bağımlılık düzeyinde 7. Sınıfın ve yüksek bağımlılık düzeyinde 6. Sınıfın diğer sınıflara oranla daha yüksek ortalamalar elde ettiği belirlenmiştir.

## BÖLÜM 6

### TARTIŞMA SONUÇ VE ÖNERİLER

#### 6.1. Tartışma

Değişen zaman ve yaşanan gelişmelerin etkisiyle günümüz dünyasında teknoloji, önemli bir yer edinmiştir. Her geçen gün yeni gelişmelerin yaşanıyor olması bireylerin ilgisini bu yöne çekmekte ve karşılaştıkları teknolojik yenilikler bireyleri heyecanlandırmaktadır. Teknolojik araçların hayatı kolaylaştırması, merak duygularını canlı tutması, eğlendirmesi, boş zamanları değerlendirirken tercih edilecek en kolay etkinlik olması bireyleri teknolojiyle iç içe yapmakta hatta teknolojik araçları kullanma oranının artmasına bağlı olarak bağımlılık oluşturmaktadır. Teknolojinin aşırı kullanımı olarak ifade edilen bu durum, her yaştan insanı bağımlı hale getirmektedir. Günümüzde birçok çocuk, zamanının çoğunu bilgisayar başında geçirmekte ve dijital dünyanın kendisine sunduğu eğlence olanaklarıyla meşgul olmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı, çocukların oyun oynama alışkanlıklarını değiştiren, onları sosyal ortamlardan, ikili ilişkilerden uzaklaştıran, tercih ettiği dijital oyuna göre şiddet, agresiflik, öfke gibi olumsuz duygular edinmesine neden olan bir bağımlılık türü olarak tespit edilmiştir (Evcin, 2010). Evcin (2010) tarafından dijital bağımlılıkla ilgili olarak ifade edilen tespitler, araştırmada dijital bağımlılıkla sosyal beceriler arasında tespit edilen negatif yönlü ilişkinin açıklamasında önemli bir tespit olarak düşünülmektedir. Araştırma sonucunda dijital bağımlılığın artması sosyal becerileri olumsuz etkilemiştir. Elde edilen bu sonuç bağlamında Evcin (2010) tarafından sosyal

becerileri düşük bireylerde şiddet, agresiflik, öfke gibi duyguların geliştiğinin ortaya konulması, araştırma sonucunda ulaşılan sosyal becerileri düşük bireylerin davranışlarının hangi yönde olacağını açıklar mahiyettedir. Çocuklar, uzun süre bilgisayar başında kaldıkları için günlük olarak yapması gerekenleri ihmal edebilmekte, görev ve sorumluluklarını yerine getirememekte, başka etkinlikleri yapmak yerine dijital oyunu tercih etme gibi davranışlara yönelmektedirler (Arslan vd., 2015). Dijital bağımlılığın belirlenmesine yönelik oluşturulan alt boyutlarda da 10- 14 yaş aralığındaki çocukların bireysel ve sosyal görevleri yerine getirmemeleri, oyunun başından ayıramamaları gibi durumlar ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Araştırma sonucunda ulaşılan bu tespit, Arslan vd. (2015) tarafından yapılan çalışmadaki tespitlerle benzer özellik taşımaktadır. Zamanla dijital oyunların çocuklar üzerinde psikolojik, sosyolojik, fiziksel ve e-hastalık gibi birçok soruna neden olduğu da yapılan araştırmalarda ortaya konulmuştur (Tamer & Koç, 2010). Araştırmada dijital bağımlılık ile okul, cinsiyet, sınıf değişkenlerinin aralarındaki farklılığın belirlenmesi için oluşturulan oyuna aşırı yoğunlaşma, çatışma durumunun oluşması, oyundan ayıramama, bireysel ve sosyal görevleri erteleme ve oyuna yüklenen değerlerin fazla olması alt boyutlarında anlamlılık saptanması, Tamer ve Koç (2010) tarafından tespit edilen sosyolojik, psikolojik, fiziksel ve e-hastalık gibi tespitlerin çocuklarda oluşabileceğini destekler niteliktedir. Toplumun devamlılığı açısından iyi bireyler yetiştirilmesinin önemi sürekli olarak vurgulanmaktadır. Başka bir ifadeyle toplum tarafından kabul edilir davranışlar sergileyen bireyler, toplumun devam edebilmesi için oldukça büyük önem taşımaktadır. Toplumun benimsediği davranışların öğretilen sosyal becerilerden oluştuğu bilinmektedir. Sosyal beceri sahibi çocukların kendini ifade edebilme yetilerinin gelişmiş olduğu, akran grupları üzerinde etkili olabildikleri, akran grubuna kabul edildikleri, kişiler arası ilişkiler geliştirebildikleri ve bunu devam ettirdikleri belirlenmiştir (Gülay ve Akman, 2009). Yapılan araştırmanın sonucunda düşük düzey olarak tespit edilen sosyal becerilerin geliştirilmesinin gerekliliği, Gülay ve Akman (2009) tarafından ortaya konulan sonuçlarla anlaşılmaktadır. Yapılan genel değerlendirmeleri daha detaylı bir şekilde ortaya koymak için araştırmada incelenen 10- 14 yaş arasındaki



çocukların dijital oyun bağımlılıklarıyla sosyal beceriler arasındaki ilişkiye dair ulaşılan sonuçlar ve bu sonuçları destekleyen ya da sonuçlarla benzer olmayan çalışmalara değinmek gerekmektedir.

Araştırma için seçilen örneklem grubu 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerden oluşmakta olup 210 kız; 209 erkek öğrenci katılımcı olarak belirlenmiştir. Erkek ve kız öğrencilerin sayılarının birbirine yakın olması araştırma sonuçlarının objektifliği açısından önemlidir.

Araştırmada incelenen 10- 14 yaş arasındaki çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ve okul değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Yenimahalle ilçesinde Özkent Akbilek Ortaokuluna ait dijital bağımlılık düzeyiyle ilgili sonuçların Kahramankazan ilçesine bağlı Yıldırım Beyazıt Ortaokulundan daha yüksek çıktığı tespit edilmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasında etkili olan faktörlerin çevre, anne baba tutumu, anne baba eğitim durumu, ekonomik nedenler olduğunu belirtmek mümkündür. Faktörlerin çocuklarda değişik davranış ve bağımlılıklara yol açtığı düşünülmektedir. Hazar vd. (2017) yapılan araştırmanın sonucunda dijital bağımlılık ile okul değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık oluştuğunu belirlemişlerdir. Hazar vd. (2017) tarafından yapılan araştırma sonucu, araştırmada elde edilen okul değişkeninin dijital bağımlılık düzeyini etkilediği sonucunu destekler niteliktedir. Bilgin (2015) çalışmasında, 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin riskli düzeyde bilgisayar oyun bağımlısı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Köse (2013) de araştırmasında 13-14 yaş grubundaki bireylerin dijital oyun bağımlılıklarının yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Koçak ve Köse (2014) yapılan çalışmada bilgisayar oyununu bağımlılık düzeyinde oynayan ergenlerin bireysel ve sosyal ödevlerini yerine getirmekte zorlandıklarını tespit etmişlerdir. Bilgin (2015), Köse (2013), Koçak ve Köse (2014) elde edilen sonuçlarla araştırma sonucu benzer niteliktedir. Araştırmada elde edilen sonuçlarla benzer çalışmaların sonuçlarının örtüştüğü anlaşılmaktadır. Dijital oyun bağımlılık düzeylerinin belirlenmesinde yararlanılan alt boyutlara bakıldığında, dijital oyun bağımlısı olan çocukların sosyal ve bireysel görevlerini

yerine getiremediği ve oyundan ayrılamadığı görülmektedir. Bu tür olumsuz durumların ortaya çıkmasında dijital oyun bağımlılığının etkili olduğu ifade edilebilir.

10- 14 yaş arasındaki çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile cinsiyet arasında farklılık olup oluşmadığına bakıldığında yapılan bağımsız örneklem t testi sonuçlarına göre; dijital oyun bağımlılığı ile ilgili toplam puanda ve dijital oyun bağımlılığının tüm alt boyutlarında cinsiyet değişkeninin anlamlı bir farklılığa yol açtığı görülmektedir. Araştırma sonuçlarında tespit edilen tüm anlamlı ilişkiler erkek öğrencilerde daha yüksek düzeyde olduğu yönündedir. Araştırma grubunda yer alan erkek öğrencilerin kız öğrencilere kıyasla yüksek düzeyde dijital oyun bağımlılığı davranışı gösterdikleri anlaşılmaktadır. Arslan vd., (2015) dijital bağımlılık düzeyini çeşitli değişkenler açısından incelediği çalışmasında cinsiyet değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yüksek düzeyde anlamlı ilişki olduğunu saptamıştır. Bu sonuç, araştırma sonucuyla benzerdir. Hazar vd. (2017) çalışmasında cinsiyet değişkeni ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkiyi tespit etmiş ve cinsiyet değişkeninin anlamlı bir farklılık oluşturduğu sonucuna ulaşmıştır. Ulaşılan bu sonuç, çalışma sonucuyla benzerlik göstermektedir. Çukurluöz (2016) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları da benzer şekilde erkeklerin dijital bağımlılık düzeylerinin kızlara oranla yüksek olduğunu göstermektedir. Çukurluöz (2016) sonuçları araştırma sonucunu desteklemektedir. Araştırma sonucunda cinsiyet değişkeni ile dijital bağımlılık arasında ulaşılan yüksek düzeydeki anlamlı ilişki sonucuyla Şahin ve Tuğrul (2012), Yiğit (2008), Güllü vd., (2012), Erboy (2010), Horzum (2011), Öztürk (2007) çalışmalarındaki sonuçlar benzerdir. Dolayısıyla araştırma sonuçları, benzer çalışmaların sonuçlarını destekler niteliktedir.

Cinsiyet değişkeninde erkeklerde çıkan yüksek düzeydeki farklılık; erkeklerin kızlara kıyasla teknolojik araçlara daha fazla ilgi ve merakla yaklaşımlarıyla, bilgisayar başında vakit geçirmekten daha çok hoşlanmalarıyla, duyuşsal özelliklerinin farklılığıyla açıklanabilir.

Araştırma grubu üzerinde etkisi incelenen bir değişken de sınıf düzeyidir. 10- 14 yaş arasındaki çocukların dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile buldukları sınıf seviyesi arasında farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan analiz sonuçlarında sınıf değişkeni ile dijital oyun bağımlılık düzeyinde Anova testi sonuçlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Bilgin (2015) yapmış olduğu çalışmada bilgisayar oyun bağımlılığı ile sınıf düzeyi arasında anlamlı yönde ilişkiye rastlanmadığını bildirmiştir. Bu sonuç, araştırmada elde edilen sınıf değişkeninin dijital bağımlılığı değiştirmediği sonucuyla benzerdir. Fakat araştırmada ulaşılan 7. sınıf öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı puanının diğer sınıf düzeylerinden yüksek olduğu anlaşılmıştır. Horzum (2011) çalışmasında 4. Sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılık düzeyinin 3. ve 4. sınıflardan belirgin bir fark oluşturduğunu saptamıştır. Araştırma sonucu Horzum (2011) sonucuyla benzer bir nitelik göstermektedir. Araştırma sonucunu destekleyen başka bir çalışma da 2012’de Şahin ve Tuğrul tarafından yapılan çalışmadır. Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan 4. ve 5. sınıf öğrencilerinden 5. Sınıf düzeyinde olanların bilgisayar oyun bağımlılık düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Çalışmaların sonucu, araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Erboy (2010) araştırmasında sınıf düzeyi değişkeninin oyun bağımlılığı ölçeğinin bazı alt boyutlarını yordadığı sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuç, araştırma sonucuyla benzer değildir. 2012’de Güllü ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmada da sınıf düzeyi ile bilgisayar oyun bağımlılık düzeyi arasında farklılık tespit edilmiştir. Bu çalışmanın sonucu da araştırma sonucuyla benzer değildir.

Bilgisayar oyun bağımlılığı olan kişilerde yaşam kalitesinin bozulabileceği (Koçak ve Köse, 2014), saldırgan davranışların daha fazla görülebileceği (Çankaya ve Ergin, 2015; Madran ve Çakılcı, 2014;Burak, 2013; Bilgi, 2005), düşük benlik saygısı oluşturacağı (Demirli ve Aydın, 2017), akademik başarının düşmesine neden olacağı (Taylan ve diğerleri, 2017; Karaca, 2007; Koçak ve Köse, 2014) ve oyun karakterleri ile özdeşleşmeye yol açabileceği (Taylan ve diğerleri, 2017) ve aile ilişkilerinde sorunlar yaratabileceği (Koçak ve Köse, 2014) araştırma sonuçlarında tespit edilmiştir. Araştırmalarda elde edilen bu sonuçlarla dijital oyun bağımlılığının sosyal becerileri olumsuz etkilediği ortaya

çıkılmaktadır. Yapılan araştırmada ulaşılan sonuçlardan da anlaşılacağı üzere dijital oyun bağımlılığının sosyal becerileri olumsuz etkilediği diğer çalışmaların sonuçlarını desteklemektedir.

10- 14 yaş arasındaki çocukların sosyal becerileri üzerinde okul değişkeninin etkili olup olmadığıyla ilgili yapılan analiz sonuçlarında anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiş olup Özkent Akbilek Ortaokulunun çok az bir farkla Yıldırım Beyazıt Ortaokulundan sosyal beceri düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuca ulaşılmasında okulun bulunduğu çevre, anne baba eğitimi ve sosyo ekonomik düzeyin etkili olduğu düşünülmektedir. Yiğit (2008) 10-14 yaş aralığındaki öğrenciler üzerinde yaptığı araştırmasında sosyal beceri ve okul arasında az da olsa ilişkiye rastlandığını belirtmiştir. Bu sonuç, araştırma sonucunu destekler niteliktedir. Samancı (2010) çalışmasında sosyal beceriler konusunda öğretmen görüşlerine başvurmuş ve çalışmanın sonucunda okul, aile, çevre ve bireysel özelliklerin sosyal beceriler üzerinde etkili dört faktör olduğunu belirtmiştir. Bu çalışmaya göre okul değişkeninin sosyal becerilerin önemli bir yordayıcısı olduğu belirtilebilir. Bu yönüyle araştırma sonucuyla benzerlik göstermemektedir. Ancak Samancı, yapmış olduğu çalışmada okul değişkeninin etkili olduğu sonucunu ifade ederken okul değişkeninin taşıması gereken özelliklerini de belirtmektedir. Okul faktöründe, sınav stresinin azaltılması, öğrenci merkezli tekniklerin kullanılması, demokratik sınıf ve okul yönetimi, öğretmenin pozitif tutum ve davranışları ve okuldaki sosyal aktivitelerin okulu önemli bir değişken haline getirdiği belirtilmiştir. Bu özelliklere sahip olan okulun sosyal beceriler üzerinde anlamlı düzeyde etkili olacağı ortaya konmuştur. Yapılan araştırmada anlamlı düzeyde ilişki bulunmadığı tespit edildiğine göre Samancı (2010)'un çalışmasından hareketle okul özelliklerinin birbirine yakın olduğu belirtilebilir. Aralarında çok az fark olan Özkent Akbilek Ortaokulunun diğer okula kıyasla daha iyi şartlarda olduğu yorumu yapılabilir.

Cinsiyet değişkenine bakıldığında sonuçlarda sosyal beceri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir. İstatistiksel sonuçlara göre cinsiyet

değişkeninde anlamlı düzeyde bir değişiklik olamamasına rağmen kız öğrencilerin sosyal beceri yönüyle erkek öğrencilerden yüksek puan aldığı tespit edilmiştir. Akkuş (2005)'un çalışmasında ulaştığı sonuç, kız öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla sosyal becerilerinin yüksek olduğu şeklindedir. Bu sonuç, araştırma sonucunu destekler özelliktedir. Riggio, Coffaro&Tucker, (1989) yapılan araştırma sonucunda, cinsiyet değişkeninde kız öğrencilerin sosyal beceri olarak erkeklerden farklı olduklarını ortaya koymuşlardır. Çalışmada elde edilen sonucu desteklemektedir.

Sınıf değişkeni ile sosyal beceriler arasındaki ilişki incelendiğinde anlamlı bir farka rastlanmadığı tespit edilmiş ve sonuçlarda 6. Sınıf düzeyindeki öğrencilerin sosyal becerilerinin diğer sınıf düzeylerine göre farklılık oluşturduğu belirlenmiştir.

Dijital oyun bağımlılığının sosyal beceri üzerinde etkili olup olmadığının incelenmesi açısından yapılan Regresyon analizinden elde edilen sonuca göre negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Yükselgün (2008) yapmış olduğu çalışmada dijital oyun bağımlılığı olan 10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin sosyal becerilerinin düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuç, araştırma sonucunu desteklemektedir. Şelimen (2016) tarafından yapılan çalışmada da oyunların içeriğinin ve oyun sürelerinin çocukları saldırganlık davranışına yönlendirdiği belirlenmiştir. Bu sonuç öğrencilerin sosyal becerilerinin düşük olduğunu ortaya koymaktadır. Dolayısıyla ulaşılan bu sonuç araştırma sonucuyla benzerdir. Koçak ve Köse (2014) yapmış oldukları çalışmada, bilgisayar oyun bağımlılığının çocuklarda sosyal becerileri zayıflattığını ortaya koymuşlardır. Bu sonuç, araştırma sonucunda ulaşılan dijital oyun bağımlılığı ile sosyal beceriler arasındaki negatif yönlü ilişkiyi desteklemektedir. Ergür (2015) çalışmasında bilgisayar oyun bağımlılığı ile sosyal beceriler arasında yüksek düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Özellikle saldırganlık içeren şiddet içerikli oyunların çocukların benlik saygılarını düşürdüğünü belirlemiştir. Yükselgün (2008); Şelimen (2016); Koçak ve Köse (2014); Ergür (2015); Çakılcı (2013) yaptıkları çalışmalarda dijital bağımlılık ve sosyal beceriler arasındaki ilişkinin yüksek düzeyde anlamlı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Araştırma sonucuna göre dijital bağımlılık ve sosyal beceri

arasındaki ilişki sonucu, diğer çalışmaların sonuçlarıyla benzerdir. Bilgin (2015) tarafından yapılan çalışmada sosyal becerilerin alt boyutu olan iletişim becerisi değişken olarak kullanılmıştır. Bilgin (2015) araştırmasında dijital bağımlılığın iletişim becerilerini negatif yönlü etkilediğini belirlemiştir. Bilgin (2015) tarafından yapılan çalışma sonucu, araştırma sonucunu desteklemektedir. Köse (2013) ise yapmış olduğu çalışmada, bilgisayar oyun bağımlılığının sosyalleşmeyi ve dolayısıyla sosyal becerileri hem olumlu hem de olumsuz yönde etkilediğini belirlemiştir. Köse (2013) çalışmasında dijital oyunlarla çocukların paylaşım içerisinde olmaları yönüyle olumlu etkilendiklerini tespit ederken diğer taraftan sosyal beceri kapsamında olan pek çok alt boyutu olumsuz etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Köse (2013) ulaştığı sonuçla çalışmada elde edilen dijital oyun bağımlılığı ile sosyal beceriler arasındaki negatif yönlü ilişki benzerdir. Aynı çalışmada ulaşılan aralarındaki ilişki incelenen değişkenlerin ortaya çıkardığı olumlu sonuç araştırma sonucuyla benzer değildir. Dijital oyunlarla sosyalleşme arasındaki ilişkiyi inceleyen Sağlam (2011), çalışmasında bilgisayar oyunlarının sosyalleşmeyi olumsuz yönde etkilediğini belirlemiştir. Bu çalışmada bilgisayar oyun bağımlılığı olan çocukların sosyalleşmelerinin zayıf olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç da çalışmada elde edilen sonucu desteklemektedir.

Literatür çalışmalarında ulaşılan sonuçlarla araştırma sonuçlarının genel olarak örtüştüğü ifade edilebilir. Başka bir ifadeyle yapılan araştırmayla ulaşılan sonuçlar alanda yapılan benzer çalışmaların sonuçlarıyla desteklenmektedir. Bu bağlamda dijital oyun bağımlılığının sosyal becerileri azaltan bir etki ortaya çıkardığı söylenebilir.

## **6.2. Sonuç**

10-14 yaş aralığındaki öğrencilerin oluşturduğu araştırma grubunda 210 kız; 209 erkek öğrenciyle yürütülen çalışmada dijital oyun bağımlılığı ile sosyal beceriler arasında ilişki olup olmadığına bakılmış ve elde edilen veriler analiz edilerek birtakım bulgulara ulaşılmıştır. Araştırmanın beşinci bölümünde yer verilen bulgulardan hareketle şu sonuçlara ulaşmak mümkündür:

- Okul değişkeninin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisi incelendiğinde yapılan bağımsız t testi sonuçlarına göre bireysel ve sosyal görevlerin ödevlerin ertelenmesi ve yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma alt boyutlarında anlamlı ilişki belirlenmiş olup Özkent Akbilek Ortaokulunun Yıldırım Beyazıt Ortaokuluna göre dijital bağımlılık düzeyi daha yüksek olarak tespit edilmiştir.
- Dijital oyun bağımlılığı üzerinde etkisi incelenen bir diğer değişken de cinsiyettir. Cinsiyet değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı arasında yapılan bağımsız t testinden elde edilen sonuca göre anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Erkek ğrencilerin kız öğrencilere kıyasla dijital oyun bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur.
- Sınıf düzeyi ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik yapılan Anova testinin dışında bağımsız değişken olarak seçilen sınıf değişkeninin bağımlı değişken olan dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinin derecesi belirlemek için “etakare” testi yapılmış ve test sonucunda sınıf değişkeninin dijital oyun bağımlılığı üzerinde orta düzeyde bir öneme sahip olduğu tespit edilmiştir.
- Okul değişkeni ile sosyal beceri arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik yapılan analiz sonucunda anlamlı bir farklılığa rastlanmadığı görülmektedir. Test sonuçlarına göre Yıldırım Beyazıt okulunda anlamlı bir değişiklik gözlenmemesine karşın Özkent Akbilek Ortaokulunda çok az bir farklılık tespit edilmiş ve sosyal beceri yönüyle Özkent Akbilek Ortaokulunun düzeyi diğer okula kıyasla yüksek çıkmıştır.
- Cinsiyet değişkeni ile sosyal beceri düzeyi arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir farklılığın olmadığı ortaya konulmuştur. Kız ve erkek öğrenciler arasında sosyal beceri düzeyi yönüyle belirgin bir farklılık bulunamamasına rağmen kızların sosyal beceri düzeyi erkek öğrencilere göre yüksek çıkmıştır.
- Sınıf değişkeni ile sosyal beceri düzeyi arasındaki ilişkiye bakıldığında Anova testi sonuçlarında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Ancak belirgin bir farklılık olmasa da 6. sınıfların sosyal beceri düzeyinin diğer sınıflara göre yüksek olduğu saptanmıştır.

- Katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile ilgili bulguların sonucunda incelenen 10-14 yaş aralığındaki çocukların çoğunluğunun az riski grupta yer aldığı belirlenmiş olup yüksek risk taşıyan grubun daha az olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
- Katılımcılarda dijital oyun bağımlılığı düzeyinde ki-kare testi sonucunda cinsiyet değişkeninin anlamlı bir farklılık oluşturduğu sonucuna varılmıştır. Hem erkek hem de kız öğrencilerin ki-kare testi sonuçlarına göre dijital bağımlılık düzeylerinin az riskli olduğu tespit edilmiştir.
- Dijital oyun bağımlılığı düzeyinin sınıf ve okul değişkenine göre farklılaşmadığı ki-kare testi sonucunda belirlenmiştir.
- Katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyal becerileri arasındaki ilişkiye anova testi ile bakıldığında iki değişken arasında anlamlı ilişki bulunmuş ve dijital oyun bağımlılığı normal düzeyde olan öğrencilerin sosyal becerilerinin yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Dijital oyun bağımlılık düzeyinde anlamlı düzeyde yüksek olarak belirlenen grubun ise sosyal beceri düzeyi düşük bulunmuştur.
- Bağımsız örneklem testi sonuçlarına bakıldığında da cinsiyet değişkeninin dijital oyun bağımlılık düzeyinde farklılık oluşturduğu belirlenmiş olup kızlar az riskli grupta yer almış erkekler ise riskli grupta olarak tespit edilmiştir.
- Bağımsız örneklem t testi sonuçlarında okul değişkeni farklılık oluşturmuş ve Özkent Akbilek Ortaokulunda okuyan öğrencilerin Yıldırım Beyazıt Ortaokulundaki öğrencilere kıyasla dijital oyun bağımlılık düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.
- Dijital oyun bağımlılık düzeylerinin sınıf değişkenine göre anova testi sonuçlarında anlamlı farklılık oluşturmadığı tespit edilmiştir. Buna karşın 6.sınıf öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin diğer sınıflara göre yüksek olduğu belirlenmiştir.

Sonuç olarak dijital bağımlılık düzeyinin yüksek olması sosyal beceri düzeyini azaltmaktadır.



### 6.3. Öneriler

Araştırmada elde edilen sonuçlar bağlamında konuya yönelik şu önerilerde bulunmak mümkündür:

- Dijital bağımlılığın bir bağımlılık türü olarak ele alınması ve alan üzerine yapılan çalışmalarda çocuklara yönelik önemli bir tehdit olarak ifade edilmesi bu konunun daha detaylı ve derin bir şekilde incelenmesi gerektiğini düşündürmektedir. 10-14 yaş aralığında bulunan çocukların neden dijital oyun bağımlısı oldukları araştırmalı. Daha geniş katılımların sağlandığı kapsamlı araştırmaların yapılarak ölçümleme yapılması gerekmektedir. Yapılan ölçümleme çalışmalarından önce ölçme araçları geliştirilirken ölçme değerlendirme uzmanından başka sosyoloji, psikoloji ve eğitim uzmanından destek alınması önerilmektedir.
- Dijital bağımlılık konusunda yeteri kadar bilgi sahibi olmayan ve zararlarının farkında olmayan çocukların bilinçlendirilmesi için ailelerin uyarılması ve dijital araçların kontrollü kullanılmasının sağlanması gerekmektedir.
- Çocukların bağımlı olmalarının nedenleri irdelenirken ebeveyn bağımlılığının da incelenmesi gerekmektedir.
- Dijital oyunları her yaş grubu tercih ettiği için bu tür oyunlarla gelişen bağımlılık konusunda toplumun geneline yönelik bir bilgilendirme yapılması daha etkili sonuçlar oluşturabilir.
- Teknolojinin cezbedici etkisinden çocukların kurtulması mümkün olmadığı için dijital araç ve uygulamalarla ilgili doğru yönlendirmeler yaparak oyun bağımlılığı oluşmasının önüne geçilebilir. Öğretmenlerin öğrencileri eğitim sistemini destekleyici sitelere yönlendirmeleri ve dijital dünyayı öğrenciler için verimli bir kullanım alanı haline getirmeleri gerekmektedir.
- Beden eğitimi öğretmenlerinin çocukları sosyal aktivitelere yönlendiren etkinlikler yaparak çocukların sosyalleşmesini desteklemelidir.

- Çocukların okul, aile ve çevre faktörüyle iç içe olduğu düşünülürse dijital oyun bağımlılığıyla ilgili sıralanan bu faktörlere yönelik kontrol sağlanması üzerinde durmak gerekmektedir. Özellikle okullarda öğretmen ve okul yöneticilerinin konuya yönelik bilgilendirilmesi ve öğrencilerin bilinçlendirilmesi için öğretmen ve okul yöneticileri tarafından bu konunun anlatılması sağlanmalıdır.
- Öğrencilere yönelik geliştirilen ölçme araçlarıyla okullarda dijital bağımlılık testleri yapılmalı ve test sonucuna göre bağımlı çıkan öğrencilerin uzman desteği alması sağlanmalıdır.
- Okullarda verilen bilişsel eğitimin yanı sıra sosyal beceri eğitimi de verilmeli ve sosyal becerileri geliştirilmesi gereken öğrenciler tespit edilerek gerekli eğitim sonrasında becerilerindeki değişiklik belirlenmelidir.
- Sosyal becerilerin öğretilebilir özelliğinden hareketle her türlü sosyal beceriyi öğrenciye kazandıracak etkinlikler planlanmalı bu konuda yapılmış çalışmalarda da üzerinde durulduğu gibi yaratıcı dramının sosyal beceri üzerindeki etkisi göz önünde bulundurulmalıdır.
- Sosyal becerileri düşük olan öğrencilerdeki bu zayıflığın nedenleri belirlenerek giderilmesi yönünde etkili adımlar atılmalıdır.
- Toplum tarafından kabul edilir davranışların tamamı sosyal beceri olarak ifade edildiğine göre toplum için iyi bireyler yetiştirilmesi adına çocukların sosyal becerilerini azaltan davranışları yapmaması sağlanmamalıdır.
- Araştırmalarda ortaya konan dijital bağımlılığın sosyal becerileri azalttığı yönündeki sonuçların, dikkate alınması ve bu konuda gerekirse devlet tarafından gerekli tedbirlerin alınması önerilmektedir.

## KAYNAKLAR

- Akkök, F. (1996). *İlköğretimde sosyal becerilerin geliştirilmesi (öğretmen el kitabı)*. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Talim Terbiye Kurulu Başkanlığı.
- Akkök, F. (2006). *İlköğretimde sosyal becerilerin geliştirilmesi anne-baba el kitabı*, İstanbul: Özgür.
- Akkuş, Z. (2005). *İlköğretim 5.sınıf öğrencilerinin sosyal becerilerinin özsaygı ve denetim odağı ile ilişkisi*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Aksel, N. (2018). *Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile öz denetim ve sosyal eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ordu.
- Aksoy, A.B. & Dere Çiftçi, H. (2014). *Erken çocukluk döneminde oyun*. Ankara: Pagem.
- Aral, N., Bulut, Ş., Baran, G. & Çimen, S. (2001). *Çocuk gelişimi* (2. baskı), İstanbul: YA-PA.
- Arslan, A., Kırık, A.M., Karaman, M. & Çetinkaya, A. (2015). Lise ve üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık, UHİVE: *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 8(8), 34- 58.
- Avcıoğlu, H. (2005). *Etkinliklerle sosyal beceri öğretimi* (2. baskı). Ankara: Kök.
- Avşar, Z. & Öztürk Kuter, F. (2007). Beden eğitimi ve spor bölümü öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin belirlenmesi (Uludağ Üniversitesi örneği). *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 3(2), 197-206.
- Bacanlı, H., & Erdoğan Filiz, E. (2003). Matson çocuklarda sosyal becerileri değerlendirme Ölçeğinin (MESSY) Türkçe'ye uyarlanması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 3(2), 351-379.

- Bağatarhan, T. & Siyez, D.M. (2017). Ergenlik döneminde internet bağımlılığını önleme programları: sistematik gözden geçirme. *Addicta*, 4 (2).
- Balta, Ç.Ö. & Horzum, M. B. (2008). The factors that affect internet addiction of students in a web basal learning environment, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1), 187 – 205.
- Baran, G. (2011). *Sosyal gelişim; çocuk gelişimi*. İstanbul: Ya-Pa.
- BATEM (Bağımlılık Tanı ve Tedavi Merkezi, 2014), *İnternet bağımlılığının belirtileri*. [bagimlilik.info.tr/internet\\_bagimlilik\\_belirtileri\\_nelerdir.html](http://bagimlilik.info.tr/internet_bagimlilik_belirtileri_nelerdir.html) sayfasından erişilmiştir.
- Bierman, K.L. & Furman, W. (1984). The effects of social skills training and peer involvement on the social adjustment of preadolescents. *Child Development*, 55(1), 151-162.
- Bilgi, A. (2005). *Bilgisayar oyunu oynayan ve oynamayan öğrencilerin saldırganlık, depresyon ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bilgin, H.C. (2015). *Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Burak, Y. (2013). *Bilgisayar oyunlarının ilköğretim birinci kademe öğrencilerinin saldırganlık düzeylerine etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Cerrahoğlu, S. (2002). *Sosyal beceri eğitiminin ilköğretim öğrencilerinin öz kavramı düzeylerine etkisi*. Yüksek lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Cinel, N. (2006). *Farklı sosyo ekonomik düzeydeki 3-6 yaş çocuğu olan anne babaların oyuncak ve oyun materyalleri hakkındaki görüşlerinin ve bu yaş grubu çocukların sahip oldukları oyuncak ve oyun materyallerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çakılcı, E. (2013). *Çok oyunculu çevrimiçi video oyunu oynayan bireylerde video oyun bağımlılığı ve saldırganlık*. Yüksek Lisans Tezi, Başkent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çakır, Ö., Horzum, M.B. & Ayas, T. (2013). *İnternet bağımlılığının tanımı ve tarihçesi, internet bağımlılığı-sorunlar ve çözümler*. Kalkan, M. ve Kaygusuz C. (Ed.), Ankara: Anı.

- Çankaya, G. & Ergin, H. (2015). *Çocukların oynadıkları oyunlara göre empati ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Uluslararası Katılımlı III. Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Erken Müdahale Kongresi'nde sunulmuş bildiri, Ankara.
- Çubukçu, Z. & Gültekin, M. (2006). İlköğretimde öğrencilere kazandırılması gereken sosyal beceriler. *Ahmet Yesevi Üniversitesi, Bilig/Türk Dünyası Sosyal Bilimleri Dergisi*, 37, 155-174.
- Çukurluöz, Ö. (2016). *Lise öğrencilerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Demirli, C., & Aydın, S. (2017). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar bağımlılıkları ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*; 16(31), 47-60.
- Dinç, M. (2015). Teknoloji bağımlılığı ve gençlik, *Gençlik Araştırmaları Dergisi* 3 (3), 31-65.
- Dowrick, P.W. (1986). *Video training. chapter 11 in social survival for children: A trainer's resource*. New York: Brunner/Mazel.
- Elksnı, L.K. & Elksnı, N. (1998). Teaching social skills to students with learning and behavior problems. *Intervention in School and Clinic*, 33 (3), 131-140.
- Erboy, E. (2010). *İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Erdem, H., Türen, U. & Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (Nomofobi) yayılımı: Türkiye'den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örnekleme, *Bilişim Teknoloji Dergisi*, 10(1), 1-12.
- Ergin, H. (2012). Arkadaşlık ilişkileri. H. Yavuzer (Ed.), *Ana-baba okulu: Ana-baba eğitimi ve aile içi iletişim becerileri* içinde (s. 93-94). İstanbul: Remzi.
- Ergür, G. (2015). *Şiddet içerikli bilgisayar oyunu oynayan ikinci kademe öğrencilerinin saldırganlık eğilimlerinin ve benlik saygı düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Ertemel, A.V. & Aydın, G. (2018). Dijital ekonomide teknoloji bağımlılığı ve çözüm önerileri. *Addicta*, 5 (4).
- Evcin, S. (2010). *Bilgisayar oyunlarının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin saldırganlık eğilimine etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Fazlıoğlu, Y. (2009). *Sosyal gelişim; eğitim psikolojisi*. İstanbul: Kriter .
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. *Psychological Science*, 20(5), 594-602.
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. *Psychological Science*, 25(5), 594-602.
- Gentile, D.A. & Anderson, C. A. (2006). Video games. In N.J. Salkind (Ed.), *Encyclopedia of human development* (Vol 3, pp. 1303–1307). Thousand Oaks, CA: Sage. <http://www.psychology.iastate.edu/faculty/caa/abstracts/2005-2009/06GA.pdf> sayfasından erişilmiştir.
- Gökçe Arslan, ř. & Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakóltesi Dergisi*, 23, 419-435.
- Green, C.S., & Bavelier, D. (2003) Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423, 534–537.
- Greenwood, P. (2008). Prevention and intervention programs for juvenile offenders. *The Future of Children*, 18(2), 185-210.
- Griffiths, M. D. (1995). Technological addiction. *Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.
- Griffiths, M.D. & Davies, M.N.O. (2005). *Video game addiction: Does it exist?* Boston: MIT.
- Griffiths, M.D. & Hunt, N. (1995). Computer game playing in adolescence: prevalence and demographic indicators. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 5, 189-193.
- Gölai, H. & Akman, B. (2009). *Okul öncesi dönemde sosyal beceriler*. Ankara: Pegem.
- Göllü, M., Arslan, C., Dündar, A. & Murathan, F. (2012). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılıklarının İncelenmesi. *Journal of Social Sciences/Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(9).
- Günüç, S. ve Kayri, M. (2010). Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik güvenirlik çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakóltesi Dergisi*, 39, 220-232.
- Hazar, M. (2000). *Beden eğitimi ve sporda oyunla eğitim*. Ankara: Tutıbay.

- Hazar, Z. & Hazar, M. (2016). Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 203-216.
- Hazar, Z., Hazar, K, Gökbilek, B., Hazar, M. & Çelikkilek, S. (2017). Ortaokul öğrencilerinin oyunsallık, dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, *Journal of Human Sciences*, 14 (4), 4320-4332.
- Hops, H. (1983). Children's social competence and Skill: Current research practices and future directions. *BehaviorTherapy*, 14, 3-18.
- Horzum, M. B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(159), 57-68.
- Gelişmekte Olan Spor Branşları (2020). <http://gosbf.gov.tr/Sayfalar/2630/2320/dijital-oyunlar.aspx>. sayfasından erişilmiştir.
- Irmak, A. Y. (2014). *Ortaöğretim öğrencilerinin dijital oyun oynama davranışlarının sağlık davranışı etkileşim modeline göre incelenmesi*. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Irmak, A.Y. & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 1, 1-11.
- Işık, U. (2007). *Medya bağımlılığı teorisi doğrultusunda internet kullanımının etkileri ve internet bağımlılığı*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- İnal, Y. & Çağıltay, K. (2005). *İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihlerini etkileyen faktörler*. Ankara Özel Tevfik Fikret Okulları, Eğitimde Yeni Yönelimler II Eğitimde Oyun Sempozyumu, Ankara.
- Jans, K. S., Hwang, S. Y. & Choi, J. Y. (2008). Internet addiction and psychaitric symptoms among Korean adolescents, *Journal of School Health*, 78(3), 165- 171.
- Jones, E. & Cooper, R. M. (2006). *Playing to get smart (Earlychildhoodeducationseries)*. New York: Teachers College.
- Kabasakal, Z. & Çelik, N. (2010). Sosyal beceri eğitiminin ilköğretim öğrencilerinin sosyal uyum düzeyine etkisi. *İlköğretim Online*, 9(1), 203-2012.
- Kahraman, H. & Akgün, S. (2008). The effects of empathy training on preschoolers empathic skills and conduct problems. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15 (1), 15-24.

- Karaca, M. (2007). İnternet gençliği: yeni bir gençlik tiplemesi denemesi. *Humanities Sciences*, 2(4), 419-6.13.
- Karahisar, T. (21-23 Kasım, 2013). Türkiye’de dijital oyun sektörünün durumu. *Uluslararası sanat, tasarım ve manipülasyon sempozyumu bildiriler kitabı*.İçinde: (s.107-113), Sakarya, Sakarya Üniversitesi,
- Karasar, N. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemi* (32. Baskı). Ankara: Nobel.
- Kaya, B.A. (2013). *Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Kelly Jeffrey, A. (1982). *Social-skill straining: A practical guide for inter ventions* Newyork: Springer.
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T. & Kim, S. J. (2008). Therelation ship between online game addiction and aggression, self-control and narcisistic personality traits. *European Psychiatry*, 23(3), 212.
- King, A. L. S., Valença, A.M., Silva, A.C., Sancassiani, F., Machado, S. & Nardi, A. E. (2014). Nomophobia: Impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group, *Clinical Practice ve Epidemiology in Mental Health*, 10, 28-35.
- Kirriemuir, J. (2002). Video gaming, education and digital learning technologies.*The Magazine Of Digital Library Research*, 8(2)
- Kocayörük, A. Y. (2000). *İlköğretim öğrencilerinin sosyal becerilerinin geliştirilmesinde dramanın etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Koçak, D. Y., Hotun-Şahin, N. & Büyükkayacı Duman, N. (2015). Alkol ve sigara bağımlılığı, kadın sağlığına etkileri ve hemşirelik girişimleri, *Literatür Sempozyum Psikiyatri / Nöroloji / Davranış Bilimleri Dergisi*, 1(5), 43-47.
- Koçak, H., & Köse, Z. (2014). Ergenlerin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve sosyalleşme süreçleri üzerine bir araştırma. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1, 21-32.
- Korinek, L. & Popp, P.A. (1997). Collobarative mainstream integration of social with academic instruction. *Preventing School Failure*. 41, 148–152.
- Kozanoğlu, T. (2006). *Utangaçlıkla baş edebilme sosyal beceri eğitim programının ergenlerin utangaçlık düzeylerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.



- Köroğlu, G., Öztürk, Ö., Tellioglu, N., Genç, Y., Mırsal, H. & Beyazyürek, M. (2006). Problemlili internet kullanımıyla başvuran iki uçlu bir hasta nedeniyle psikiyatrik ek tanı tartışması: Olgu sunumu. *Bağımlılık Dergisi*, 7, 150 – 154.
- Köse, Z. (2013). *13-14 yaş grubu ergenlerin bilgisayar oyunlarını oynama alışkanlıklarının ve sosyalleşme durumlarının araştırılması: Kütahya ili örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyonkarahisar.
- Kumru-Sarıca, A. (2008). *Sosyal beceri programının ergenlerin saldırganlık düzeyine etkisi*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Lam, L. T., Peng, Z. & Mai, J. (2009). The association between internet addiction and self – injurious behaviour among adolescents. *Injury Prevention*, 15, 403 – 408.
- Lane, K. L., Givner, C. C. & Pierson, M. R. (2004). Teacher expectations of student behaviors social skills necessary for success in elementary school classrooms. *The Journal of Special Education*, 38(2), 104-110.
- 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.
- Madran, H. A. D., ve Çakılcı, E. F. (2014). The relationship between aggression and online video game addiction: A study on massively multiplayer online video game players. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 15(2), 99-107.
- Makas, Y. (2008). *Lise öğrenimi gören gençlerin internet kullanımının psikososyal durum ile ilişkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Memiş, A. & Memiş, U. A. (2013). Cinsiyet, başarı ve sosyal Beceri Bülent Ecevit Üniversitesi. *Karaelmas Journal of Educational Sciences* 1, 43-49.
- Müller, K. W., Janikian, M., Dreier, M., Wölfling, K., Beutel, M. E., Tzavara, C., & Tsitsika, A. (2015). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 24(5), 565-574.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*, İstanbul: Türkiye İş Bankası.
- Öz, M. (2009). *Bilgisayar oyunlarının çocukların bilişsel performansına etkisinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- 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., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y. & Kalyoncu, A.Ö. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8, 36-41.
- Özyürek, A., Begde, Z. & Yavuz, N. F. (2014). Okul öncesi çocukların sosyal becerileri ile yakın çevresindeki yetişkin etkileşimleri arasındaki ilişki. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(2), 115-134.
- Palut, B. (2003). *Sosyal gelişim ve arkadaşlık ilişkileri*. İstanbul: Morpa Kültür.
- Park, S. K., Kim, J. Y. & Cho, C. B. (2008). Prevalence of internet addiction and correlations with family factors among south korean adolescents, *Adolescence*, 4(172), 895 – 909.
- Prot, S., Anderson, C. A., Gentile, D. A., Brown, S. C., & Swing, E. L. (2014). The positive and negative effects of video gameplay. *Media and the Well-Being of Children and Adolescents*, 109, 2010-2014.
- Riggio, R. E., Tucker, J. & Coffaro, D. (1989). Social skills and empathy. *Personality and Individual Differences*, 10(1), 93-99.
- Rideout, V. J., Foehr, U. G., & Roberts, D. F. (2010). *Generation M [superscript 2]: Media in the Lives of 8-to 18-Year-Olds*. ERIC Clearinghouse. <https://eric.ed.gov/?id=ED527859> sayfasından erişilmiştir.
- Sağlam, H. (2011). *Bilgisayar oyunlarının ergen öğrencilerin sosyalleşme süreci ve şiddet eğilimleri üzerindeki etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Samancı, O. (2010). Teacher views on social skills development in primary school students. *Education*, 131(1).
- Seferoğlu, S. S. & Yıldız, H. (2013). Dijital çağın çocukları: İlköğretim öğrencilerinin Facebook kullanımları ve internet bağımlılıkları üzerine bir araştırma, *İletişim ve Diplomasi Dergisi*, 2(Çocuk ve Medya Özel Sayısı), 31-48.
- Senemoğlu, N. (2007). *Gelişim öğrenme ve öğretim*. Ankara: Gönül.
- Sergin, C. & Giverts, M. (2003) *Methods of Social Skills Training and Developments. Handbook of Communication and Social Interaction Skills*. Ed. J. O. Grene and B. R. Burlison. Lawrence Erlbaum Associates.

- Sevinç, M. (2005). *Kendine güven ve başarı*. İstanbul: Morpa Kültür.
- Sormaz, F. (2010). *Çocukluk imgesi oyun ve oyuncak: sosyo-kültürel bir analiz*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya
- Soule, L. C., Shell, L. W. & Kleen, B. A. (2003). Exploring internet addiction: Demographic characteristics and stereotypes of heavy internet addiction, *The Journal of Computer Information Systems*, 44(1), 64 – 73.
- Sözbilir, A. (2019). *Açık hava etkinliklerinin dijital bağımlılık düzeyine etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Stanley, M. (2009). *Çocuk ve beceri*. İstanbul: Ekinoks.
- Şad, E. D. (2007). *Akranları tarafından reddedilen ve kabul edilen ilköğretim II. kademe öğrencilerinin özsaygı, sosyal beceri, davranış problemleri ve okul başarılarının karşılaştırılması*. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Şahin, C., & Tuğrul, V. M. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Zeitschrift Für Die Welt Der Türken/Journal of World of Turks*, 4(3), 115-130.
- Şelimen, M. (2016). *Şiddet içeren bilgisayar oyunlarının 13-14 yaş grubu çocukların saldırganlık davranışı üzerindeki etkileri*. Yüksek Lisans Tezi, Yalova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yalova.
- Şengül C.,& Büber A. (2016). Dijital oyun bağımlılığında tanı ve tedavi. *Türkiye Psikiyatri Derneği Sürekli Eğitim / Sürekli Mesleki Gelişim Dergisi*, 6(3), 175-178.
- Tagay, Ö., Baydan, Y. & Voltan-Acar, N. (2010). Sosyal beceri programının ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin sosyal beceri düzeyleri üzerindeki etkisi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(3), 19-28.
- Tamer, S. L., & Koç, M. (2010). Bilgisayar laboratuvarlarının fiziksel ergonomik kriterler açısından değerlendirilmesi: Süleyman Demirel Üniversitesi örneği. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 720 – 747.
- Tarcan, A. (2005). *İnternet ve toplum*, Ankara: Anı.
- Tarhan, N. & Nurmedov, S. (2011). *Bağımlılık, sanal veya gerçek* (1. Baskı). İstanbul: Timaş.

- Taylan, H. H., Kara, H. Z. & Durğun, A. (2017). Ortaokul ve lise öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri üzerine bir araştırma. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(1).
- TDK Eğitim Terimleri Sözlüğü, <https://sozluk.gov.tr/> sayfasından erişilmiştir.
- TDK Ruhbilim Terimleri Sözlüğü, <https://sozluk.gov.tr/> sayfasından erişilmiştir.
- Tekayak, H. V. & Akpınar, E. (2017). Tıp alanında yeni bir dönem: dijital çağda doğan yeni hastalıklar. *Eurasian Journal Of Family Medicine/Avrasya Aile Hekimliği Dergisi*, 6(3), 93-100.
- Torun, F., Akçay, A. & Çoklar, A.N. (2015). Karaelmas. *Journal of Educational Sciences*, 3, 25-35
- Tsai, C. C., Lin, S. S. J. & Tsai, M. J. (2001). Analysis of attitudes toward computer networks and internet addiction of Taiwanese adolescents, *Cyberpsychology & Behavior*, 4(3), 373 – 376.
- Tudof (2019). [www.tudof.org](http://www.tudof.org). sayfasından erişilmiştir.
- Türkçe Sözlük. (2011). *Türkçe sözlük* (11. Baskı) Ankara: Türk Dil Kurumu
- Tüzün, H. (2004). *Motivating learners in educational computer games*. Unpublished Doctoral Dissertation. Indiana University, Bloomington.
- Uluç, G. (2003). *Küreselleşen medya: iktidar ve mücadele alanı*. Ankara: Anahtar Kitaplar.
- Uzamaz, F. & Güçray, S. (2004). Sosyal beceri eğitiminin ergenlerin kişiler arası ilişki düzeylerine etkisi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(28), 29-36.
- Ünal, G. T., & Batı, U. (2011). *Dijital oyunlar*. İstanbul: Derin.
- Wan, C.S. & Chiou, W.B. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming? An interview study in Taiwan. *Cyberpsychology & Behavior*. 9(6), 762-766.
- We Are Social and Hootsuite, (2019). Dijital 2019 January Turkey, <https://www.slideshare.net/DataReportal/digital-2019-turkey-january-2019-v01> sayfasından erişilmiştir
- Whirter, J. & Acar, N. V. (2000). *Ergen ve çocukla iletişim*. Ankara: USA.
- Wikipedia (2019). <https://tr.wikipedia.org/wiki/%C4%B0internet> sayfasından erişilmiştir.
- Wikipedia (2019). [https://tr.wikipedia.org/wiki/World\\_Wide\\_Web](https://tr.wikipedia.org/wiki/World_Wide_Web) sayfasından erişilmiştir.

- Wilson, S. R. & Sabee, C. R. (2003). *Explicating Communicative Competence as A Therotetical Term*. (Edt: J. O. Gren and C. M. Sabee). Handbook of Communication and Social Interaction Skills. 3–51. Lawrence Erlbaum Ass.
- Wolffe, K. E. & Sacks, S. Z. (2000). Focused on social skill. Assesment techniques study quide. USA: AFB.
- Wortham, S. (2006). Early childhood. Curriculum. Development bases for learning and teaching. (4.edition), Pearson Merrill Prentive Hall, 432, Ohio.
- Yavuzer, H. (2007). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi.
- Yıldırım, E. (2008). *Uyuşturucu kullanımının sosyolojik boyutu uyuşturucuya yönelik talep azaltımı*. Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale.
- Yıldırım, İ. (2006). *Ana Baba Desteği ve Başarı*. Ankara: Anı.
- Yiğit, R. (2008). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin depresyon ve sosyal beceri düzeylerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American behavioral scientist*, 48(4), 402-415.
- Yüksel, G. (2004). *Sosyal beceri envanteri el kitabı*. Ankara: Asıl.
- Yükselgün, Y. (2008). *İlköğretim dördüncü ve beşinci sınıf öğrencilerinin internet kullanım durumlarına göre saldırganlık ve sosyal beceri düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.

## **EKLER**



## EK 1. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

### ÇOCUKLAR İÇİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

Lütfen ifadelerin karşısındaki kutucuklardan size uygun olanı X ile işaretleyiniz.

Hiç  
Katılmıyorum  
Katılmıyorum  
Kararsızım  
Katılıyorum  
Tamamen  
Katılıyorum

- 1.Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır.
- 2.Dijital oyun oynarken acıktığının farkına varmam.
- 3.Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim.
- 4.Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissedirim.
- 5.Annem ve babam dijital oyun oynamamı engellerse onlara dijital oyun oynamak için ısrar ederim.
- 6.İstedğim zaman dijital oyun oynamazsam sinirlenirim/öfkelenirim.
- 7.Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim
- 8.Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçır.
- 9.Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm.
- 10.Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.
- 11.Gün içerisinde birden bire/aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur.
- 12.Dijital oyun oynadığım için arkadaşlarımla başka oyunlar oynamaya zamanım kalmaz.
- 13.Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafıma bakırım.
- 14.Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.
- 15.Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.
- 16.Bilgisayar, telefon, tablet, ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı sevmem.
- 17.Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik gibi) zamanım kalmaz.
- 18.Dijital oyunlar hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır (benim için çok önemlidir).
- 19.Dijital oyun oynamak için ev ödevlerimi aksattığım zamanlar olur.
- 20.Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur.

21.Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir.

22.Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.

23.Başkalarına (aile, arkadaşlar, öğretmenler vb.) dijital oyun oynadığım süreyle ilgili yalan söylediğim olur.

24.Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir.





## EK 2. Sosyal Beceri Ölçeği

Sevgili Öğrenciler,

Aşağıda sizlerin davranışlarıyla ilgili bazı ifadeler yer almaktadır. Her bir ifadeyi dikkatlice okuduktan sonra, ifadenin karşısında bulunan kutucuklardan, size en uygun olan kutucuğu X ile işaretleyiniz. Cümlelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. Lütfen boş bırakmayınız.

Hiç uygun değil	Bazen uygun	Genelde uygun	Tamamen uygun
-----------------	-------------	---------------	---------------

- 1 Grup içinde konuşmak istediğimde izin alırım.
- 2 Grup içinde rahatlıkla konuşurum.
- 3 Sınıfa yeni gelen bir arkadaşın yanına gidip tanışırım.
- 4 Hoşlandığım insanlarla yakınlık kurarım.
- 5 Arkadaşlarıma beğendiğim özelliklerini söylerim.
- 6 Arkadaşlarımla hatalı yönlerini kendilerine söyler ve uyarırım.
- 7 Gerektiğinde teşekkür etmeyi ihmal etmem.
- 8 Bir ortamdaki ayrılırken “iyi günler” demeyi unutmam.
- 9 Grup içinde bir takım görevler alırım.
- 10 Kırdığım veya üzdüğüm kişilerin gönlünü alırım.
- 11 Derste anlamadığım yerleri öğretmenime sorarım.
- 12 Doğru bildiğim konuları her yerde savunurum.
- 13 Gördüğüm aksaklıkları ilgili kişilere bildiririm.
- 14 Grup içinde yapılacak faaliyetlere ilişkin önerilerde bulunurum.
- 15 Problemlerimi kendim halledemediğimde yardım isterim.
- 16 İlgi duyduğum sosyal faaliyetlere katılırım.
- 17 Birbirlerini tanımayan arkadaşlarımla tanıştırmam.
- 18 Anlatılanları dikkatle dinlerim.
- 19 Sınavdan iyi not alan arkadaşlarımla tebrik ederim.
- 20 Derslerimi bitirince eğlenecek bir şeyler bulurum.



*GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..*