



**GELENEKSEL ÇOCUK OYUNLARININ İNTERNET BAĞIMLILIĞI,  
SOSYAL BECERİ VE STRES DÜZEYİNE ETKİSİ**

**Dilek KACAR**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ  
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI**

**GAZİ ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**OCAK 2020**

Dilek KACAR tarafından hazırlanan "GELENEKSEL ÇOCUK OYUNLARININ İNTERNET BAĞIMLILIĞI, SOSYAL BECERİ VE STRES DÜZEYİNE ETKİSİ" adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ / ~~OY ÇOKLUĞU~~ ile Gazi Üniversitesi Hemşirelik Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

**Danışman:** Prof. Dr. Sultan AYAZ ALKAYA

Hemşirelik Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/~~onaylamıyorum~~



**Başkan :** Doç. Dr. Satı DEMİR

Hemşirelik Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/~~onaylamıyorum~~



**Üye :** Dr. Öğr. Üyesi Bilge KALANLAR

Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Hacettepe Üniversitesi

Bu tezin, kapsam ve kalite olarak Yüksek Lisans Tezi olduğunu onaylıyorum/~~onaylamıyorum~~



Tez Savunma Tarihi: 23/01/2020

Jüri üyeleri tarafından YÜKSEK LİSANS tezi olarak uygun görülmüş olan bu tez Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu kararı ile onaylanmıştır.

Prof. Dr. Mustafa ASLAN

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

## ETİK BEYAN

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,

bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.



Dilek KACAR

23/01/2020

# GELENEKSEL ÇOCUK OYUNLARININ İNTERNET BAĞIMLILIĞI, SOSYAL BECERİ VE STRES DÜZEYİNE ETKİSİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Dilek KACAR

GAZİ ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Ocak 2020

## ÖZET

Araştırma geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığı, sosyal beceri ve stres düzeyine etkisini belirlemek amacıyla ön test son test kontrol gruplu yarı deneysel tasarım ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini iki ortaokulda öğrenim gören beşinci ve altıncı sınıf öğrencileri oluşturmuştur. Müdahale grubunda 20 ve kontrol grubunda 22 olmak üzere toplam 42 öğrenci araştırmaya dahil edilmiştir. Verilerin toplanmasında ‘kişisel bilgi formu’, ‘aile-çocuk internet bağımlılık ölçeği’, ‘sosyal becerileri değerlendirme ölçeği’, ‘sosyal beceri ölçeği’ ve ‘çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ölçeği’ kullanılmıştır. Müdahale grubuna sekiz haftalık geleneksel çocuk oyunu uygulanmıştır. Her iki grupta öğrenciler arasında cinsiyet, sınıf, baba öğrenim düzeyi, aile tipi, gelir düzeyi gibi sosyodemografik özellikler açısından istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı bulunmuştur ( $p > 0,05$ ). Ön testte müdahale ve kontrol grubu arasında internet kullanım süresi, sosyal beceriler ve stres düzeyi açısından anlamlı bir fark olmadığı ( $p > 0,05$ ), son testte günlük ve haftalık internet kullanım süresi, sosyal beceriler açısından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu ( $p < 0,05$ ), ancak stres düzeyi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir ( $p > 0,05$ ). Araştırma bulgularına göre, geleneksel çocuk oyunlarının internet kullanımının azaltılmasında, sosyal becerilerin artırılmasında etkili olduğu ancak stres düzeyini etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle okul sağlığı hemşireleri çocukların sağlığın korunması ve geliştirilmesinde geleneksel çocuk oyunlarını kullanabilirler.

Bilim Kodu : 1032.5  
Anahtar Kelimeler : Geleneksel oyunlar, Sosyal beceri, İnternet bağımlılığı, Stres, Çocuk, Hemşirelik  
Sayfa Adedi : 65  
Danışman : Prof. Dr. Sultan AYAZ ALKAYA

THE EFFECT OF TRADITIONAL CHILDREN GAMES ON INTERNET ADDICTION,  
SOCIAL SKILL AND STRESS LEVEL

(M. Sc. Thesis)

Dilek KACAR

GAZİ UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF HEALTH SCIENCES

January 2020

ABSTRACT

The study was conducted with a pre-test post-test quasi-experimental design with control group to determine the effect of traditional children games on internet addiction, social skill and stress level. The population of the study consisted of fifth and sixth grade students studying at two secondary schools. A total of 42 students, 20 in the intervention group and 22 in the control group, were included in the study. 'Personal information form', 'family-child internet addiction scale', 'social skills assessment scale', 'social skills scale' and 'perceived stress scale in children (8-11 years)' were used to collect the data. The intervention group received eight weeks of traditional children games. There was no statistically significant difference between the two groups in terms of socio-demographic characteristics such as gender, class, father education level, family type, income level ( $p > 0,05$ ). It was found that there was no significant difference between the intervention and control group in terms of internet usage time, social skills and stress level in the pre-test ( $p > 0,05$ ), that there was a statistically significant difference in terms of daily and weekly internet use and social skills in the post-test ( $p < 0,05$ ) and that there was no statistically significant difference in terms of stress level ( $p > 0,05$ ). According to the findings of the study, it was concluded that traditional children games are effective in reducing internet usage and increasing social skills but do not affect stress level. Therefore, school health nurses can use traditional children games for protection and promotion of children's health.

Science Code : 1032.5  
Key Words. : Traditional games, Social skill, Internet addiction, Stress, Child,  
Nursing  
Page Number : 65  
Supervisor : Prof. Dr. Sultan AYZAZ ALKAYA

## TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimim boyunca engin bilgi ve deneyimleriyle her daim bana yol gösteren ve desteğini esirgemeyen, göstermiş olduğu sabır ve hoşgörüden dolayı sevgili tez danışman hocam Sayın Prof. Dr. Sultan AYZAZ ALKAYA'ya,

Tezimi okuyarak değerli katkılarda bulunan değerli jüri üyeleri Doç. Dr. Satı DEMİR ve Dr. Öğr. Üyesi Bilge KALANLAR'a,

Hayatımın her döneminde beni destekleyen ve yardımlarını esirgemeyen kıymetli annem Emine KACAR, babam Nuri KACAR ve kardeşim Kader KACAR'a,

Uygulama sürecimde yanımda hissettiğim ve yardım etmek için her zaman hazır bulunan değerli arkadaşım Çiğdem KIVAKDAL'a,

Bilimsel konulardaki yardımlarını ve manevi desteklerini esirgemeyen tüm dostlarıma ve araştırmanın uygulama aşamasında her türlü desteği sağlayan başta okul müdürü olmak üzere tüm okul yöneticilerine, öğretmenlere, araştırmada yer alan sevgili öğrencilere ve ailelerine teşekkür ederim.

**İÇİNDEKİLER**

	<b>Sayfa</b>
ÖZET .....	iv
ABSTRACT.....	v
TEŞEKKÜR.....	vi
İÇİNDEKİLER .....	vii
ÇİZELGELERİN LİSTESİ.....	x
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	xi
1. GİRİŞ.....	1
2. GENEL BİLGİLER .....	5
2.1. Oyun .....	5
2.2. Oyunun Yararları .....	5
2.3. Geleneksel Çocuk Oyunları .....	7
2.4. Oyun ve Stres .....	8
2.5. Sosyal Beceri ve Oyun .....	9
2.6. İnternet Bağımlılığı ve Oyun .....	10
2.7. Oyun ve Okul Sağlığı Hemşireliği .....	12
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	13
3.1. Araştırmanın Tipi .....	13
3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri.....	13
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi .....	14
3.4. Veri Toplama Araçları .....	15
3.4.1. Kişisel bilgi formu .....	15
3.4.2. Aile çocuk internet bağımlılık ölçeği.....	15
3.4.3. Sosyal becerileri değerlendirme ölçeği .....	16
3.4.4. Çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ölçeği .....	16



	<b>Sayfa</b>
3.4.5. Sosyal beceri ölçeği .....	17
3.5. Araştırmacının Hazırlığı.....	17
3.6. Araştırmanın Uygulama Basamakları .....	17
3.7. Geleneksel Çocuk Oyunları .....	18
3.7.1. Bireysel oyunlar .....	18
3.7.2. Grup oyunları .....	20
3.8. Araştırmanın Etik Yönü .....	22
3.9. Verilerin Değerlendirilmesi .....	22
<b>4. BULGULAR .....</b>	<b>25</b>
4.1. Çocukların Sosyo-Demografik Özellikleri .....	25
4.2. Çocukların Algılanan Stres, Sosyal Beceri, Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık, Sosyal Becerileri Değerlendirmeye İlişkin Bulgular .....	26
4.3. Çocukların İnternet Kullanımına İlişkin Bulgular .....	27
<b>5. TARTIŞMA .....</b>	<b>29</b>
5.1. Sosyal Becerilere İlişkin Bulguların Tartışması .....	29
5.2. Algılanan Strese İlişkin Bulguların Tartışması .....	30
5.3. İnternet Bağımlılığına İlişkin Bulguların Tartışması .....	31
<b>6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>35</b>
6.1. Sonuç.....	35
6.2. Öneriler .....	36
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>37</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>45</b>
EK-1. Öğrenci Kişisel Bilgi Formu .....	46
EK-2. Ebeveyn Kişisel Bilgi Formu .....	47
EK-3. Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği .....	48
EK-4. Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği.....	49

	<b>Sayfa</b>
EK-5. Çocuklarda (8-11 Yaş) Algılanan Stres Ölçeği.....	52
EK-6. Sosyal Beceri Ölçeği .....	53
EK-7. Araştırmacının Eğitim Sertifikası.....	54
EK-8. Gazi Üniversitesi Etik Komisyon Yazısı .....	56
EK-9. Kurum İzin Yazısı .....	58
EK-10. Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu (Müdahale Grubu).....	59
EK-11. Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu (Kontrol Grubu) .....	61
EK-12. Ölçek Kullanım İzni .....	63
ÖZGEÇMİŞ .....	65

## ÇİZELGELERİN LİSTESİ

Çizelge	Sayfa
Çizelge 4.1. Müdahale ve kontrol grubunun sosyo-demografik özellikleri.....	25
Çizelge 4.2. Müdahale ve kontrol grubunun algılanan stres, sosyal beceri, aile-çocuk internet bağımlılık, sosyal becerileri değerlendirme ölçeklerinden aldıkları ortalama puanlarının karşılaştırılması.....	26
Çizelge 4.3. Müdahale ve kontrol grubunun internet kullanımı ile ilgili özelliklerinin karşılaştırılması.....	27



## SİMGELER VE KISALTMALAR

Bu çalışmada kullanılan bazı simgeler ve kısaltmalar açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur.

### **Simgeler**

### **Açıklama**

<b>n</b>	Örnekleme Sayısı
<b>p</b>	Anlamlılık Düzeyi
<b>SS</b>	Standart Sapma

### **Kısaltmalar**

### **Açıklama**

<b>MEB</b>	Milli Eğitim Bakanlığı
<b>Ort</b>	Ortalama Değer
<b>UNESCO</b>	United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Teşkilatı)
<b>UNICEF</b>	United Nations International Children's Emergency Fund (Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu)



# 1. GİRİŞ

## Problem durumu

Bütün toplumların temelini ve geleceğini çocuklar oluşturmaktadır. Dünyada ve ülkemizde çocuk nüfusu giderek artmaktadır. Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (United Nations International Children's Emergency Fund-UNICEF) (2019) raporuna göre dünya nüfusunun %39'unu çocuklar oluşturmaktadır. Türkiye İstatistik Kurumu verilerine göre (2018), ülkemizde 0-17 yaş grubu çocuk nüfusu toplam nüfusun %28,3'ünü oluşturduğu bildirilmiştir. Nüfus projeksiyonlarına göre, çocuk nüfus oranının 2040 yılında %23,3; 2060 yılında %20,4 ve 2080 yılında %19 olacağı öngörülmektedir.

Çocukluk dönemi ve çocuklarla özdeşleşen kavramlar arasında oyun önemli bir yer tutmaktadır (Arslan ve Dilci, 2015). Oyun çocuğun fiziksel, zihinsel, duygusal, sosyal ve dil yönünden gelişimini etkileyen, özgürlük ve bireysellik kazanmasını sağlayan, isteklerini, amaçlarını ve hedeflerini anlatan, çocuğu toplumsal hayata alıştıran araçlardan biridir. Oyun çocuğun beslenme, nefes alıp verme gibi temel gereksinimleri arasında yer almaktadır (Budak ve ark., 2017; Savaş ve Gülüm, 2014; Duman ve Temel, 2011). Oyun, aynı zamanda Çocuk Hakları Sözleşmesinin 31. maddesinde bir hak olarak ele alınmıştır (Özalp Gerçeker ve ark., 2014; Duman ve Temel, 2011).

Geleneksel çocuk oyunları çocuğun gelişimsel yönlerini olumlu yönde etkileyebilen ve çocuğun potansiyelini geliştiren eğlenceli ve kültürel açıdan değerli oyun etkinliklerinden biridir (Lestaringrum, 2017). Geleneksel çocuk oyunları, yer ve zaman oynayanlara göre değişse de belli kuralları olan, ebe, eş, takım seçimi, sayışma, ödül ve ceza gibi kendisini bütünleyen öğelere yer veren, zaman zaman müzik ve araç gereçten yararlanan, genellikle grupta gerçekleştirilen eylemlerdir (Özalp Gerçeker ve ark., 2014). Geleneksel çocuk oyunları çocukların hem fiziksel, ruhsal ve zihinsel sağlığını korur hem de öğrenme, yaratıcılık, hayal gücü ve sosyal bağlantılarını geliştirmektedir (Dehkordi, 2017; Tatli, 2018). Geleneksel çocuk oyunları toplumsal değerleri içinde barındırdığı için çocuklar oyun ortamında yaşadıkları ve benimsedikleri topluma ait kültürel değerlerin bilincine varmakta ve bu değerleri bir sonraki nesillere oyun aracılığıyla aktarmaktadırlar (Sümbüllü ve Altınışık, 2016).

Oyun çocuğun aynı zamanda sosyal gelişiminde de etkilidir. Çocuklar oyunla birbirlerinin ismini öğrenmeden oynamaya başlarlar ve bu da çocuğun sosyal ve kültürel açıdan gelişiminde yardımcı olmaktadır. Oyun çocuğa, sorumluluk almayı, iş birliği içinde yaşamayı, insanlara saygılı olmayı, insanları sevmeyi, girişimciliği, liderlik yapmayı, paylaşmayı, dayanışmayı, dürüst olma, karar verme gibi yeteneklere sahip olmayı sağlamaktadır. Çocuğun kendine olan güvenini arttıran, sosyal olarak ihtiyacını karşılamasını sağlayan oyun çocuğun kendi yeteneklerini anlamasını sağlamaktadır. Oyunlarda kullanılan tekerlemeler çocuğun dil gelişiminde de yardımcı olmaktadır (Budak ve ark., 2017; Gelişli ve Yazıcı, 2015; Sümbüllü ve Altınışik, 2016; Türkoğlu, 2018).

Çocuklar oyun oynayarak ve yetişkinlerin yaptıklarını taklit ederek sosyal davranışlarını değiştirme ve geliştirme fırsatı bulmaktadırlar. Bu şekilde, çocuk topluma katılma cesaretini toplar, toplumda nasıl yaşayacağını öğrenir ve karşılaşılabileceği sorunlara çözüm bulabilir ve üstesinden gelebilir (Dehkordi, 2017). Oyun oynayarak büyüyen çocuk oyun oynamayanlara göre sosyal yönden daha aktiftir, girişkendir, yaratıcılık becerileri gelişmiştir. Çocuk oyun oynadığı sırada beklemeyi, paylaşmayı, işbirliği yapmayı, ben merkezilikten kurtulmayı, saldırgan davranışlarını kontrol etmeyi, empati kurmayı, gruba ait olmayı, başkalarının haklarına saygı göstermeyi, özgürlük kavramını, iletişim kurmayı, dinlemeyi, kendini ifade etmeyi, yardımlaşmayı, lider olmayı öğrenirler (Duman ve Temel, 2011; Özden Gürbüz, 2016; Türkoğlu, 2018).

Oyun çocukların stres dolu olaylarla baş edebilmelerine ve duygusal gelişimlerine katkıda bulunan bir araçtır. Psikoanalitik kuramcılar oyunun çocukta var olan endişe duygusunun hafiflemesine yardımcı olduğunu ve oyunun gerçek hayatın baskısından, geriliminden kurtulma aracı olduğunu ifade etmişlerdir. Çocuk kendini rahatsız eden durumları oyun yoluyla ifade etmektedir. Çocuklarda travma yaratan bir durumu oyunlarıyla yansıtarak stresle baş edebilirler (Aktaş Arnas, 2017). Çocuk dile getirmekte çekindiği kızgınlık, düşmanlık, duygusunu, öfkesini aynı şekilde sevgisini mutluluğunu da oyun yoluyla yansıtmaktadır (Savaş ve Gülüm, 2014). Çocuklar duygularını ifade etmek ve tatmin etmek için oyunlar oynarlar ve oyunlar sayesinde çocuklar duyguları arasındaki bağlantıları keşfederler (Dehkordi, 2017).

Bilim ve teknolojide hızla meydana gelen gelişmeler geleneksel çocuk oyunlarının yaşatılacağı ortamların günden güne azalmasına ve yeni nesil gençlerin gelişen teknolojiyle

kendini sokaklardan eve, geleneksel çocuk oyunlarından elektronik alan oyunlarına çektiği görülmektedir. Sokakta, bahçede veya parkta geleneksel çocuk oyunlarını oynaması gereken çocuklar, ev veya internet kafe gibi kapalı ortamlarda internet oyunlarına öncelik vermektedir (Özalp Gerçeker ve ark., 2014).

Çocukların geleneksel çocuk oyunları yerine internet oyunlarına yönelmesi onların sosyalleşmesini önlemekte, enerji tüketiminde azalmaya neden olmakta ve hareketsiz yaşam tarzını benimsemelerine yol açmaktadır (Özalp Gerçeker ve ark., 2014). Çocuklarda internette fazla zaman geçirmelerinden dolayı uyuyamama, aile üyeleriyle çatışma, okul başarısında düşme, sosyal izolasyon, yetersiz beslenme, sosyal becerilerde gecikme görülmektedir (Şahin ve Tuğrul, 2012; Telef, 2016). İnternet kullanımının günde iki saati aşması halinde ruh sağlığı sorunları ortaya çıkabilmektedir (Telef, 2016). Çocukların kontrolsüz ve aşırı internet kullanmaları onların internet bağımlısı olmalarına sebep olmaktadır. Uzun süreli internet kullanımı frontal lobda, oksipital bölgede ve davranış bozukluğunda önemli olan parietal bölgedeki beyin fonksiyonlarında bozulmaya neden olabilmektedir (Wee ve ark., 2014). Bu alanlardaki hasarlar düşünme sürecini, bellek işleyişini ve saklamayı, görsel ayarları, el hareketini ve özel yetenekleri etkileyebilmektedir (Pinel, 2015).

Oyun çocuğun fiziksel, motor, dil, zihinsel, sosyal ve entelektüel gelişim alanlarını desteklemede kritik önem taşımaktadır. Bu nedenle okul sağlığı hemşirelerinin çocukların sağlığın korunması ve geliştirilmesinde, internetin zararlı etkilerinden korunmasında geleneksel çocuk oyunlarından yararlanabileceği düşünülmektedir. Literatürde, geleneksel çocuk oyunlarının sosyal beceri davranışlarını arttırdığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Arslan ve Dilci, 2015; Lestari ve Prima, 2017; Anastasovski ve ark., 2016). Ancak oyunların stres düzeyine (Li ve ark., 2016) ve internet bağımlılığına (Nawang Sari, 2016) etkisini inceleyen çalışmalar sınırlı sayıdadır. Bu çalışmanın geleneksel çocuk oyunlarının, çocukların boş vaktini uygun aktivitelerle geçirmelerine, arkadaşlık ilişkilerinin gelişmesine ve internetin bilinçli kullanımına yardımcı olacağı ve böylece çocuklardaki internet bağımlılığının önlenmesine, sosyal becerilerin gelişmesine ve stresin azalmasına katkıda bulunacağı öngörülmektedir.



### Araştırmanın amacı

Araştırma, geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığı, sosyal beceri ve stres düzeyine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır.

### Araştırmanın hipotezleri

$H_{0a}$ = Geleneksel çocuk oyunlarının sosyal becerilerin artmasında etkisi yoktur.

$H_{0b}$ = Geleneksel çocuk oyunlarının stresin azaltılmasında etkisi yoktur.

$H_{0c}$ = Geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığı riskinin azaltılmasında etkisi yoktur.

### Araştırma sınırlılıkları

Araştırmanın bulguları yalnızca çalışmanın yapıldığı evrene genellenebilir. Araştırmanın uygulama sürecinde katılımcılara uygulama ders dışı zamanlarda ve okul çıkışında yapıldığı için gönüllülük esasının sağlanmasında zorluklar yaşanmıştır. Bu yaş grubu çocuklar tarafından doldurulan internet bağımlılığını değerlendiren uygun ölçeğe ulaşamamıştır. Aileler ile yüz yüze görüşme yapılamadığı için kişisel bilgi formu, aile çocuk internet bağımlılık ölçeği ve sosyal becerileri değerlendirme ölçeği kapalı zarf içinde ailelere gönderilmiştir, geri dönüşlerin az olması araştırmanın diğer bir sınırlılığıdır.

## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1. Oyun

Oyun hem yetişkinler hem de çocuklar tarafından zevk alınarak yapılan bir eylemdir. Çünkü oyun insanın doğal ihtiyacıdır (Hazar ve ark., 2017; Ramazan ve Adak Özdemir, 2015; Petrovska ve ark., 2013). En genel tanımıyla oyun belli bir amacı olan veya olmayan, kurallı ya da kuralsız gerçekleştirilen, çocuğun isteyerek yaptığı, fiziksel, bilişsel, duygusal, sosyal ve ahlaki gelişiminde etkili olan öğrenme sürecidir (Kaya, 2018; Petrovska ve ark., 2013; Özalp Gerçeker ve ark., 2014; Gelişli ve Yazıcı, 2015). Oyun doğal ve eğitici bir ortamdır ve oyun yoluyla çocuk dokunma, görme, koklama, dinleme ve tatma gibi duyuları öğrenme şansına sahiptir, ayrıca dikkatli olmayı, hızlı ve doğru karar vermeyi ve vücut dilini kullanmayı öğrenmektedir. Bu sebeplerden dolayı oyun daha kalıcı ve doğal bir öğrenme sürecidir (Gelişli ve Yazıcı, 2015; Savaş ve Gülüm, 2014; Budak ve ark., 2017).Oyun çocuğun dış baskıdan uzak kendi isteği ile yaptığı tüm eylemleri kapsar. Bu nedenden dolayı oyun, çocukların en gerçek uğraşlarıdır. Yetişkinler için iş ne anlama geliyorsa çocuk için de oyun aynı anlamı taşımaktadır (Özservet Çakırer, 2015).

### 2.2. Oyunun Yararları

Oyun etkinlikleri, çocukların hızlı, akıcı ve uygun motor becerileri kazanmasını sağlar. Oyun oynamak koşma, sınırlama, atlama, yakalama, tutma ve diğer hareketleri içeren bedensel hareketleri gerektirir. Çocuklar hareket ettikçe vücut kasları aynı anda hareket eder; kas sisteminin gelişimini sağlar (Budak ve ark., 2017). Aynı zamanda solunum, dolaşım, sindirim, boşaltım gibi sistemlerin düzenli çalışmasını destekler (Özden Gürbüz, 2016).

İnsan yaşamında önemli bir yeri olan oyun, çocuğun gelişiminde ve eğitiminde önemlidir. Çocuk oyunlarla dünyayı anlamaya çalışır, oyunla beraber deneyim kazanır, iletişim kurar, kendini ifade eder, çevresini ve kendini keşfeder, gelecekleri için gerekli olan bilgi, beceri ve alışkanlıkları oyun içinde kendiliğinden öğrenirler. Bu nedenle oyun çocuk için bir eğlence, öğrenme ve gelişim aracıdır. Bu dönemde kazandığı beceriler çocuğun sosyal ve duygusal yaşamını zenginleştirir. Çocukla iletişime geçmenin de en kolay yolu oyundur. Oyun içinde paylaşma, sosyalleşme, problem çözme gibi sosyal açıdan önemli

pekiştirmeler yer alır (Budak ve ark., 2017; Savaş ve Gülüm, 2014; Boz ve ark., 2018). Oyun oynarken çocuk, diğer bakış açılarını anlama, paylaşma, yönlendirme, başkalarına saygı gösterme, kazanma, kaybetme gibi çeşitli sosyal becerileri öğrenir ve bu durum da ileriki yaşamlarında oldukça önemli bir özelliktir (Aypay, 2016; Özer ve ark., 2006). Bunun yanında oyun çocuğun gizli kalmış becerilerini geliştirir. Çocuk arkadaş edinebilme becerisini, insanlarla anlaşma yollarını, toplum kurallarına uymayı, uyulmadığında karşılaşılabilecek sorunları oyun yoluyla öğrenmektedir. Oyun yoluyla çocuklar dünya ile ilgili sorunlarına cevap bulur, yeni fikir ve kavramları araştırır, problem çözme ve mantık yürütme kabiliyetlerini eyleme döker (Savaş ve Gülüm, 2014). Oyun genellikle çocukların davranışları, zihinsel durumları ve duygusal tepkilerden nasıl etkilendiğini ve nasıl anlam oluşturduğunu düşüncelerini gerektiren karakterler ve anlamlar içerir ve kızgınlık, mutluluk, endişe, neşe, üzüntü gibi duyguları oyun aracılığıyla doğru şekilde ifade ederler. Bunun sayesinde çocuklar hem duygusal olarak kendilerini daha iyi hissederler hem sosyal ilişkilerinde kendilerine düşen rol ve sorumlulukları yerine getirirler, hem de öğrendikleri her türlü bilgiyi oyun sürecinde tekrar ederek pekiştirmekte ve geliştirmektedirler (Ramazan ve Adak Özdemir, 2015; Arslan, 2017; Goldstein ve Lerner, 2016; Gelişli ve Yazıcı, 2015; Özden Gürbüz, 2016).

Oyun çocuğun kendini tanımasını ve diğer insanlardan farklı yönlerini keşfetmesini sağlar. Kişisel gelişim üzerindeki etkisine ek olarak oyun çocuğun sosyal ve kültürel gelişimine de katkı sağlar. Sosyal ve kültürel gelişimindeki en önemli katkılarından biri dil gelişimidir. Oyun içinde yer alan rol yapma, konuşma, şarkı ve diğer unsurlar dilin gelişiminde olumlu katkı sağlar. Oyun aynı zamanda kelimelerin zenginleşmesinde, toplum önünde rahat bir şekilde konuşmada etkilidir (Gelişli ve Yazıcı, 2015; Özden Gürbüz, 2016). Oyun ortamı çocuğun en özgür şekilde hareket edebildiği yerdir. Bu özgür ortam ise çocuğun zeka gelişimini etkiler (Gökşen, 2014). Oyun oynarken hedefine ulaşamayan çocuk hedefine ulaşmak için daha çok çalışması gerektiğini anlar. Oyunun tüm bu etkilerinin sonucunda çocukla oyun arasında samimi bir bağ oluşur (Gökşen, 2014).

Oyunun tüm bu faydalarıyla birlikte oyun uluslar arası platformlara taşınmış ve oyun çocuğun bir hakkı olduğu sözleşmelerle kabul edilmiştir. Çocuk Hakları Sözleşmesi'nin 31. maddesindeki 'taraf devletler; çocuğun dinlenme, boş zamanı değerlendirme, oynama, yaşına uygun etkinliklerde bulunma, kültürel ve sanatsal yaşama serbestçe katılma hakkını

tanır. Bu konuda çocuklara uygun ve eşit fırsatların sağlanmasını teşvik eder' ifadesi ile çocuğun oyun hakkı koruma altına alınmıştır (UNICEF, 2004).

### 2.3. Geleneksel Çocuk Oyunları

Geleneksel çocuk oyunları, değer verilmesi ve saklanması gereken bir hazinedir. Geleneksel çocuk oyunları çocuğun gelişimsel yönlerini olumlu yönde etkileyebilecek ve çocuğun potansiyelini geliştirecek en zevkli ve kültürel açıdan değerli oyun etkinliklerinden biridir (Lestaringrum, 2017; Petrovska ve ark., 2013). Bir başka tanıma göre ise geleneksel çocuk oyunları, kurallarını törelerden alan, milletin gelenek ve göreneklerini yansıtan kuşaktan kuşağa aktarılan bir değerdir (Budak ve ark., 2017; Charles ve ark., 2017). Bireylerarası iletişim temelli, fizikselliğe ve yaratıcılığa dayanan oyunlardır (Hazar ve ark., 2017). Geleneksel çocuk oyunlarında çocuklar bazen açık hava olarak adlandırılan dış mekanda, bazen ise evin veya okulun içinde arkadaşlarıyla paylaşım halinde oyun oynarlar. Geleneksel çocuk oyunları mevsimlere göre, coğrafi ve kültürel bölgelere göre farklılık gösterse de çocuklara aktardığı temel değerler aynıdır (Sümbüllü ve Altınışık, 2016). Geleneksel çocuk oyunları sayesinde çocuklar, hareket etme, önemli deneyimler kazanma, duyguları geliştirme olanağı kazanırlar. Bu oyunlar sayesinde akranlar ve yetişkinlerle sosyal ihtiyaçları karşılanmaktadır. Rol model olmayı, organize olmayı, tartışmayı ve oyunda aynı fikirde olmayı, liderlerini demokratik olarak seçmeyi öğrenirler (Petrovska ve ark., 2013).

Geleneksel çocuk oyunları 2003 yılında UNESCO tarafından kabul edilen 'Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Sözleşmesi'nde yer alan kültürel bir üründür ve Çocuk Hakları Sözleşmesinin 31. maddesiyle bir hak olarak ele alınmaktadır.

Teknoloji son yüzyılda insanlık için önemli bir olgu haline gelmiştir. İnsanoğlunun temel yaşam kaynakları arasında yer almaktadır. Eğitimden sağlığa, ulaşımdan iletişime, eğlenceye kısacası tüm yaşam alanlarını etkilemektedir. Teknoloji faydalarının yanında zararlarını da beraberinde getirmektedir. Temel yaşam kaynaklarından biri olan oyunlarda bu değişimden etkilenmektedir (Hazar ve ark., 2017).

Değişen teknolojik gelişmelerle birlikte çocuğun gelişiminde önemli bir yere sahip olan oyununda şekli, kullanılan araç ve gereçleri, çocukların oyun anlayışları ve oyun ortamı da

hızlı bir değişim sürecine girmektedir (Özden Gürbüz, 2016). Geçmişte açık ortamlarda arkadaşlarla beraber oynanan oyunlar değişen teknolojiyle beraber bilgisayar ve internet aracılığıyla sanal ve kapalı ortamlarda, sanal kişilerle oynanmaya başlanmıştır. Bu durum ise çocukların kendilerini sokaklardan eve, geleneksel çocuk oyunlarından internet oyunlarına yönlendirmelerine neden olmuştur. Sokaklarda, okullarda, parkta olması gereken çocuklar evde, internet kafe gibi kapalı mekanlarda internet oyunlarına yönelmişlerdir (Özalp Gerçekler ve ark., 2014; Hazar ve ark., 2017). Bu nedenlerden kaynaklı olarak geleneksel çocuk oyunları da giderek unutulmaktadır (Özden Gürbüz, 2016). Geleneksel çocuk oyunlarının giderek unutulması sadece bir kültürün yok olması anlamına gelmemekte, bunun yanında bu oyunların sağladığı fiziksel, ruhsal, zihinsel ve sosyal alandaki katkıları da yok olmaya başlamaktadır (Hazar ve ark., 2017).

#### **2.4. Oyun ve Stres**

Stres, organizmanın çevreye uyumunu ve kendi yaşamını tehdit eden bir uyarıcıya karşı göstermiş olduğu ‘savaş ya da kaç’ tepkisi olarak tanımlanmıştır (Civan ve ark., 2018). Stres, vücudun, taleplere veya ortamdaki rahatsız edici durumlara yönelik spesifik olmayan tepkisidir (Shahroom ve ark., 2019; Ramamoorthy ve ark., 2019). Çocukların karşılaştığı her durum onlara yeni deneyimler kazandırırken aynı zamanda korku, endişe gibi karmaşık duygular yaşamalarına da neden olmaktadır. Çocukların bu olumsuz duyguları yaşamalarında anne ve babası, öğretmenleri, arkadaşları ve yakın çevresi ile ilişkisi ön plandadır. Kaygılı çocukların anne ve babalarının çocuklarından beklentilerinin yüksek ve çocuklarına sevgi ve desteği bu beklentileri karşılandığında sağlayan kişiler olduğu bulunmuştur ve bu durumda çocuğun kaygı yaşamasına neden olur (Uysal Bayrak ve ark., 2018).

Oyun çocukların stres dolu olaylarla baş edebilmelerine ve duygusal gelişimlerine katkıda bulunan bir araçtır. Psikoanalitik kuramcılar oyunu çocukta var olan endişe duygusunun hafiflemesinde yardımcı bir yol olarak görmüşler ve oyunun gerçek hayatın baskısından, geriliminden kurtulma aracı olduğunu ifade etmişlerdir. Çocuk kendini rahatsız eden durumları oyun yoluyla ifade etmektedir. Oyun çocuğa sorunları ve stresli koşulları sembolik bir çevrede tekrarlama imkanı verir. Çocuklarda travma yaratan bir durumu oyunlarıyla yansıtarak stresle baş edebilirler (Aktaş Arnas, 2017; Özalp Gerçekler ve ark., 2014; Başal, 2007). Çocuk dile getirmekte çekindiği kızgınlık, düşmanlık, duygusunu,

öfkelerini oyun yoluyla yansıtır. Aynı şekilde sevgisini, mutluluğunu da oyun yoluyla yansıtır (Savaş ve Gülüm, 2014). Çocuklar duygularını ifade etmek ve tatmin etmek için oyunlar oynarlar ve oyunlar sayesinde çocuklar duyguları arasındaki bağlantıları keşfederler (Dehkordi, 2017). Oyun aynı zamanda çocuğa problemlerle karşılaşma, onları çözme pratiği, çocuğa zihinsel ve fiziksel sağlık alanı oluşturarak depresyon oluşumunu engeller (Özalp Gerçekler ve ark., 2014; Başal, 2007). Neşeli, hareketli ve çekici oyunlar stresi önemli ölçüde azaltır (Tahmores, 2011).

## 2.5. Sosyal Beceri ve Oyun

Sosyal beceri bireyin kendini ifade etme, çevresindeki kişilerle iletişime geçme, toplumsal sorumluluklarını yerine getirme, içinde bulunduğu gruba uyum sağlama amacı için öğrenilmiş davranışların hepsini ifade eder (Ataş ve ark., 2016). Bir başka tanıma göre “sosyal beceriler, bireyin sosyal ortamlarda olumlu sosyal sonuçlar elde etmesini sağlayan, başkaları ile iletişimi mümkün kılan, sosyal açıdan kabul edilebilir ve öğrenilmiş davranışlardır” (Durualp ve Aral, 2010). Sosyal beceri kavramı, temel beceriler (izin istemek, özür dilemek), olumsuz ve olumlu duyguları uygun bir şekilde ifade etmek, duygularını yönlendirmek, öz haklarını savunmak, uygun akran ilişkileri başlatmak ve sürdürmek, etkili problem çözme ve uygunsuz istekleri reddetmek gibi çeşitli becerilerden oluşmaktadır (Aydoğan ve Özyürek, 2016). Aynı zamanda sosyal beceriler, bireyin yaşamını sosyal çevre ile uyum içinde sürdürmek için sosyal normlara uygun olarak sözel ve sözel olmayan davranışsal iletişim becerileridir (Zekioğlu ve ark., 2018). Sosyal beceri kavramının bir çok tanımı olmasına rağmen tüm tanımların ortak yönü iletişim, uyum ve etkileşimdir (Boz ve ark., 2018).

Sosyal becerilerin kazanıldığı dönemde çocuğun ilk etkileşime geçtiği çevre aile ortamıdır. Bu nedenle aile çocuğun tüm yaşamı boyunca kullanacağı birçok becerinin temelini atıldığı sosyal ortamdır (Boz ve ark., 2018). Çocuklar bu doğal süreçte ailelerini, öğretmenlerini, diğer yetişkinleri, kardeşlerini ve akranlarını gözlemleyerek ve onları örnek alarak sosyal beceri kazanır (Aydoğan ve Özyürek, 2016). Özellikle ilköğretim bu dönemde önemli bir yer olmaktadır. Çünkü okul ortamı yeni davranış biçimlerinin kazanıldığı bir yerdir. Okul ortamında artan problemlerle baş edebilmek için bir takım çalışmalarda bulunurlar ve erken yaşlarda bu tür sorunlarla baş edebilmeyi öğrenme ileriki yaşamlarında fayda sağlar (Özbay, 2017).

Çocuk zamanında sosyal becerileri kazanamazsa eğer ileriki yıllarda bu becerileri kazanmakta zorlanabilir ve çocukların sosyal çevreleri de bu durumdan olumsuz bir şekilde etkilenir. Sosyal becerilerde yetersiz olan çocuklar; kişiler arası ilişkilerinde, çevresiyle olan uyumunda, akademik yaşamında, duygusal alanlarında ve meslek hayatlarında sorunlarla karşılaşmaktadır (Durualp ve Aral, 2010; Samancı ve Uçan, 2017; Ömeroğlu ve ark., 2014). Alkol kullanımı ve suç işleme oranı artmakta olup arkadaş edinmede ve evliliği sürdürmede güçlük yaşamaktadır (Ataş ve ark., 2016).

Sosyal beceriler model alma, taklit yoluyla öğrenilebildiği gibi eğitim öğretim içinde planlı bir şekilde öğretilmektedir. Sosyal beceri eğitimi ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde okul, aile ve yakın çevrede çocukların sosyal beceri gelişiminde uygulanacak birçok yöntem, teknik ve etkinliklerin varlığına rastlanmaktadır. Bunlar arasında çocuk oyunları, rol oynama, drama, spor etkinlikleri, sosyal kulüp çalışmaları vb. yer almaktadır (Samancı ve Uçan, 2017).

Çocuklar oyunlarla birlikte sosyal kuralları ve etiği daha kolay kazanırlar. Oyun çocuklara liderlik, kurallara saygı duyma, kendi haklarını koruma, herhangi bir konuda karar vermek, paylaşma, zamanlama, kendi kültürünü tanıma ve iş birliği yapmak gibi sosyal kuralları öğretir (Budak ve ark., 2017; Gelişli ve Yazıcı, 2015). Oyunun çocukların sosyokültürel gelişimindeki en önemli katkıları arasında çocukların dil becerilerini geliştirmesi yer alır. Oyunun başında yaptıkları sayışmalar, oyun içinde yer alan tekerlemeler çocukların diksiyonları açısından önemlidir (Gökşen, 2014). Kalıcı dostlukların çoğu çocuklukta oyun arkadaşlığıyla bir başka deyişle oyun aracılığıyla başlamaktadır. Toplum içindeki sosyal barışın en önemli dinamiklerinden biri çocukken sokakta, mahallede, parkta, bahçede paylaşılan oyunlardır (Gökşen, 2014). 1921'den beri ülkemizde 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı kutlanmaktadır. Burada farklı coğrafyalardan, kültürlerden, milletlerden gelen çocuklarla çeşitli oyunlar oynanarak aynı duygular paylaşılmaktadır (Gökşen, 2014).

## **2.6. İnternet Bağımlılığı ve Oyun**

İnternet, birçok bilgisayarın ve bilgisayar sistemlerinin birbirine bağlı olduğu bir iletişim aracıdır. İnternet güncel haber ve bilgi sağlama, görüş ve bilgiyi paylaşma, alışveriş yapma, çalışma, araştırma, iletişim ve iletişim destekli görsel-işitsel unsurlar sağlama, gibi

nedenlerden dolayı günlük yaşamın ayrılmaz ve vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Akıllı telefonların ortaya çıkışıyla beraber internet tüm sosyoekonomik gruplardaki bireyler tarafından kolayca erişilmektedir (Işık ve Ayaz Alkaya, 2017; Karasu ve ark., 2017; Saikia ve ark., 2019).

İnternet bağımlılığı internet kullanımı ile meşgul olma, internetin fazla kullanımına rağmen kısıtlama getirememeye, psikolojik, fiziksel ve sosyal zararlara rağmen kullanmayı sürdürme, internetin olmadığı zamanlarda anksiyete duyma ve saldırganlık davranışlarını sergileme gibi belirtilerle karakterize bir durumdur. İnternet kullanımı nedeniyle sosyal problemler (aile, okul, arkadaşlar), internette kalmak için dürüst olmayan davranışlar sergileme (yalan söyleme) görülmektedir (Berber Çelik, 2016; Bozkurt ve ark., 2016; Ferrara ve ark., 2017; Gür ve ark., 2016). İnternet bağımlılığı sadece yetişkinlerde değil çocuklarda da görülmektedir. İnternetin çekiciliği, özellikle çocuklar için en sık kullanım nedenlerinden biridir. Aynı zamanda çocukların internet kullanımına açık olmasında; internetin kullanımının hızlı ve kolay olması, zamanın mevcudiyeti, sınırlı ebeveyn denetimi, kaçış yolu ve sosyal etkileşim sayılabilir. Bunun yanında bağımlılık yaratan uygulamalar özellikle çevrimiçi sohbet, buluşma veya oyun oynama sayılabilir (Arokiasamy ve ark., 2019; Kumar ve ark., 2019).

İnternet bağımlılığı ciddi fiziksel, psikososyal ve zihinsel hasara neden olabilir. Bilgisayar karşısında aşırı zaman harcamak, yanlış oturma pozisyonları, uyku yoksunluğu, düzensiz yatma saatleri, hareketsizlik, görme ve konuşma problemleri, iştahsızlık, öğün atlama ve öğün yetersizliği nedeniyle kas-iskelet sistemi yaralanmalarına neden olabilir (Gür ve ark., 2015; Gür ve ark., 2016). Çocuğun aşırı çevrimiçi kullanımı çocuğun uyku düzeninde değişiklikler yaratabilir ve çocuk aşırı yorgun olabilir. Akademik sorunlar yaşayabilir. Ek olarak, çocuk başka hobilerde bir düşünüş gösterebilir, çünkü internet tek etkinlik haline gelir. Çocuk arkadaşlarından çekilebilir ve internettekilerle duygusal bağlar kurabilir (Price, 2011).

Uzun süreli internet kullanımı frontal loblarda, oksipital bölgede ve davranışsal bozulmaya yol açabilecek parietal alanlarda beyin fonksiyonlarının bozulmasına neden olabilir. Bu alanlardaki hasar, düşünme sürecini, hafıza işleme ve alıkoyma, görsel ayarlar, el hareketi ve özel yetenekleri de etkileyebilir (Navangsari, 2016).



Öğrencilerin internet oyunlarına yönelmesi, onların sosyalleşmesini engellemekte, sosyal faaliyetlerinde azalmaya neden olmakta, sportif faaliyetlerden uzaklaşmasına neden olmakta, aile bireyleriyle ortak zaman geçirememeye yüzünden aile ilişkilerinde bozulma, enerji tüketiminin azalmasına bağlı olarak sedanter yaşam tarzını benimsemelerine neden olmaktadır (Özalp Gerçeker ve ark., 2014; Altıntaş ve Öztapak, 2016). Bunun yanında, aşırı internet kullanımını kişilerde antisosyal bozukluk, anksiyete ve sıkıntı gibi ruh sağlığı sorunlarına neden olmaktadır (Navangsari, 2016).

İnternet bağımlılığının önlenmesi için, koruyucu müdahalelerin ağırlıklı olarak çocuklar ve ergenler üzerinde yoğunlaşması gerekmektedir. Önleme programları okul ortamlarında uygulanmalı, geleneksel çocuk oyunları gibi ders dışı etkinlikler kullanılmalıdır. Nawangsari (2016) tarafından yapılan çalışmada da geleneksel çocuk oyunlarının çocuklar için internet bağımlılığı tedavisinde etkili olduğu bulunmuştur.

## **2.7. Oyun ve Okul Sağlığı Hemşireliği**

Okul sağlığı öğrencilerin ve okulda çalışan tüm personelin sağlığını korumak ve geliştirmek amacıyla yapılan tüm sağlık faaliyetlerini kapsamaktadır. Okul sağlığı hizmetlerinin amacı okul çağındaki tüm çocukların bedensel, ruhsal ve sosyal olarak sağlıklarına kavuşmalarını sağlamak, sürdürmek ve sağlık düzeyini yükseltmektir (Ayaz, 2014; Altıntaş ve Baykal, 2012).

Okul çağı çocuğun fiziksel, bilişsel, psikososyal gelişiminin hızlı olduğu dönemdir. Bu nedenle bu dönemde çocukların sağlığını geliştirmeye yönelik girişimlerinin planlanması ve koruyucu müdahalelerin yapılması önemlidir (Ayaz, 2014). Okul sağlığı hemşiresinin; öğrencilere sağlık bakımı sunma, sağlık hizmetlerinin sunumunda liderlik yapma, sağlığı geliştirme, sağlık taramaları yapma, öğrencilerin periyodik olarak fizik muayenelerini yapma, okul, aile, toplum ve sağlık hizmetleri sağlayıcıları arasında irtibat görevi yapma, kronik hastaların izlenmesi ve ilaç kullanımının yönetimi, sağlık eğitimi için programlar düzenleme ve danışmanlık yapma, sağlıklı okul çevresi oluşturma gibi pek çok görevi vardır (Ayaz, 2014; Desocio ve Hootman, 2004; Altıntaş ve Baykal, 2012). Bu bağlamda okul sağlığı hemşireleri çocuklar için sağlığın korunması ve geliştirilmesi stratejisi olarak geleneksel çocuk oyunlarını kullanabilirler.

### **3. GEREÇ VE YÖNTEM**

#### **3.1. Araştırmanın Tipi**

Araştırma geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığı, sosyal beceri ve stres düzeyine etkisini belirlemek amacıyla ön test son test kontrol gruplu yarı deneysel tasarım ile yapılmıştır.

#### **3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri**

Araştırma Yozgat İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı Merkez Ortaokulu ve Fatma Temel Turhan Ortaokulunda yapılmıştır. Bu okulların seçilme nedeni öğrenci sayısının yüksek olmasıdır. Merkez Ortaokulunda 2018-2019 Eğitim-Öğretim yılı kayıtlarına göre öğrenci sayısı 1000'dir. Okulda 33 tane derslik, bilgisayar laboratuvarı, konferans salonu, fen laboratuvarı, müzik sınıfı, resim sınıfı, kütüphane, okul bahçesi ve kapalı spor salonu bulunmaktadır. Beşinci ve altıncı sınıflarda dokuzar şube, yedinci sınıflarda yedi şube ve sekizinci sınıflarda sekiz şube bulunmaktadır. Okulda beşinci ve altıncı sınıfta öğrenim gören toplam 600 öğrenci vardır. Okulda sabah ve öğleden sonra olmak üzere ikili eğitim verilmektedir. Okulda revir ve hemşire bulunmamaktadır. Okul bahçesini ve spor salonunu değerlendirdiğimizde alan hem oyun için hem de öğrenciler için yeterli büyüklüktedir, ancak bahçenin beton zeminle kaplı olması öğrencilerin oyun sırasında yaralanmalarına neden olabilmektedir. Bunun yanında bahçenin ana yoldan uzak olması ve bahçenin yüksek duvarlarla kaplı olması oyun sırasında oluşabilecek sorunları önlemektedir. Okulda basketbol, futbol, voleybol gibi oyunlar çoğunlukta oynanmaktadır.

Fatma Temel Turhan Ortaokulunda 2018-2019 Eğitim-Öğretim yılı kayıtlarına göre; öğrenci sayısı 650'dir. Okulda 26 tane derslik, konferans salonu, bilgisayar laboratuvarı, okul bahçesi ve kapalı spor salonu bulunmaktadır. Beşinci sınıflarda altı şube, altıncı sınıflarda beş şube, yedinci sınıflarda yedi şube, sekizinci sınıflarda beş şube bulunmaktadır. Okulda beşinci ve altıncı sınıfta öğrenim gören 330 öğrenci vardır. Okulda tam gün eğitim verilmektedir. Okulda revir ve hemşire bulunmamaktadır. Okul bahçesi ve spor salonunu değerlendirdiğimizde bahçenin büyüklüğü yeterli düzeydedir, ancak yerlerin beton zeminle kaplı olması öğrencilerin yaralanmasına sebep olabilmektedir. Okul bahçesinin caddeye yakın olması riskli olmasına rağmen okul tarafından alınan önlemler

(güvenliğin bulunması, bahçe duvarının tel örgülerle kaplı olması vb.) oyun sırasında oluşabilecek kazaları en aza indirmektedir. Okulda oyun olarak basketbol, voleybol, masa tenisi, futbol gibi oyunlar çoğunlukta oynanmaktadır.

### 3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Yozgat il merkezinde yer alan Merkez Ortaokulu ve Fatma Temel Turhan Ortaokulunda öğrenim gören beşinci ve altıncı sınıf öğrencileri (11-12 yaş grubu) oluşturmuştur. Araştırmaya bu yaş grubu öğrencilerinin dahil edilme nedeni çocukların gelişim özelliklerini yansıtmada oyunu bir araç olarak kullanmalarıdır. Araştırmaya başlamadan önce gruplarda yer alacak birey sayısını belirlemek için daha önce yapılmış olan çalışmalardan (Anastasovski ve ark., 2016; Coşkun ve Samancı, 2012; Lestari ve Prima, 2017) elde edilen bilgiler referans alınarak güç analizi yapılmıştır. Birinci tip hata olasılığı Alfa( $\alpha$ ) =0,05 güç 1-  $\beta$  (beta) =0,80 standart sapma %10 olarak esas alınarak yapılan güç analizi sonucunda her grupta en az 17 olmak üzere toplam 34 bireyin örnekleme alınması gerektiği hesaplanmıştır.

Müdahale ve kontrol okulu kura ile belirlenmiştir. Kura sonucu Fatma Temel Turhan Ortaokulu müdahale okulu, Merkez Ortaokulu kontrol okulu olarak alınmıştır. Uygulama öncesi her iki okuldaki öğrencilerin internet bağımlılığı durumlarını belirlemek için aile çocuk internet bağımlılık ölçeği öğrenciler aracılığıyla ailelere gönderilmiştir. Toplamda 291 aileden (Fatma Temel Turhan Ortaokulu= 126, Merkez Ortaokulu= 165) geri dönüş olmuştur. Ailesi tarafından onay verilen öğrencilerin internet kullanım durumlarını belirlemek için öğrencilere kişisel bilgi formu uygulanmıştır. İnternet kullanım süresi (günde 2 saatten fazla) ve sıklığı (her gün internet kullanan) fazla olan 60 öğrenci (30 müdahale grubu, 30 kontrol grubu) araştırmaya dahil edilmiştir. Müdahale grubundan 10 öğrenci, kontrol grubundan 8 öğrenci oyun programı başlamadan önce araştırmadan ayrılmak istediklerini belirtmişlerdir. Araştırma müdahale grubunda 20, kontrol grubunda 22 öğrenci ile tamamlanmıştır.

Araştırmaya dahil edilme kriterleri; öğrencinin ailesi ve okul yöneticisi tarafından onay verilmesi, araştırmaya katılmaya gönüllü olmasıdır. Araştırmada dışlama kriterleri oyun oynamasına engel olabilecek fiziksel, ortopedik ya da mental hastalığının veya engelinin olması, düzenli sportif etkinliklere katılıyor değildir. Araştırmadan çıkarılma kriterleri;

geleneksel çocuk oyunları sırasında istenmeyen yaralanmanın meydana gelmesi, geleneksel çocuk oyunu programına en az iki hafta katılamamadır.

### **3.4. Veri Toplama Araçları**

Araştırma verilerinin toplanmasında literatüre dayalı hazırlanan (Gür ve ark., 2015; Işık ve Ayaz Alkaya, 2017) araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu (EK-1, 2), aile çocuk internet bağımlılık ölçeği (EK-3), sosyal becerileri değerlendirme ölçeği (EK-4), çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ölçeği (EK-5) ve sosyal beceri ölçeği (EK-6) kullanılmıştır.

#### **3.4.1. Kişisel bilgi formu**

Kişisel bilgi formu öğrencilere ve ebeveynlere yönelik ayrı ayrı hazırlanmıştır. Öğrencilere yönelik kişisel bilgi formunda yaş, cinsiyet, sınıf, internet kullanım süresi, sıklığı, zamanı, internete bağlandığı araç gibi internet kullanımı ile ilgili özellikleri belirlemeye yönelik kapalı uçlu sorular yer almaktadır. Ebeveynlere yönelik kişisel bilgi formunda ebeveyn öğrenim düzeyi, çalışma durumu, aile gelir durumu gibi sosyodemografik özellikleri belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır.

#### **3.4.2. Aile çocuk internet bağımlılık ölçeği**

Aile Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği Young (1998) tarafından ailelerin çocuklarının internet bağımlılığı durumlarını değerlendirmek amacıyla oluşturulan kendi kendine değerlendirme ölçeğidir. Ölçek Eşgi (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek altılı likert tipte (0-uygun değil, 1-nadiren, 2-ara sıra, 3-çoğunlukla, 4-çok sık, 5-devamlı), 20 madde ve dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan sıfır, en yüksek puan 100'dür. Değerlendirilen çocuklardan ölçekten 80 ve üzeri puan alanlar "İnternet bağımlısı", 50-79 puan arası alanlar "Sınırlı Semptom Gösterenler" ve  $\leq 49$  puan alanlar "Semptom Göstermeyenler" olarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa Güvenirlik Kat sayısı ,91 ve Spearman Brown değeri, 89 olarak bulunmuştur.

### 3.4.3. Sosyal becerileri değerlendirme ölçeği

Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği Akçamete ve Avcıoğlu (2005) tarafından sosyal etkileşimi artırmak için iletişim yetersizliklerine yardım etmede önemli olan becerileri ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek beşli likert tipi bir ölçektir ve sosyal beceriler aileler tarafından değerlendirilmektedir. Ölçekte çocukların sahip olması gereken beceriler on iki alt kategoriden oluşmaktadır. Bunlar; temel sosyal beceriler (13 madde), temel konuşma becerileri (4 madde), ileri konuşma becerileri (5 madde), ilişkiyi başlatma becerileri (5 madde), ilişkiyi sürdürme becerileri (6 madde), grupla iş yapma becerileri (7 madde), duygusal beceriler (6 madde), kendini kontrol etme becerileri (6 madde), saldırgan davranışla başa çıkma becerileri (4 madde), sonuçları kabul etme becerileri (3 madde), yönerge verme becerileri (4 madde) ve bilişsel becerilerdir (6 madde). Maddeler olumlu yönde düzenlenmiştir. Maddelere verilen tepkiler ‘her zaman yapar’, ‘çok sık yapar’, ‘genellikle yapar’, ‘çok az yapar’, ve ‘hiçbir zaman yapmaz’ şeklinde derecelendirilmiştir. Her zaman yapar cevabı beş, hiçbir zaman yapmaz puanı ise bir puan almaktadır. Ölçekten en düşük 69 puan, en yüksek ise 345 puan alınmaktadır. Düşük puan sosyal becerilere yeterince sahip olunmadığını, yüksek puan ise sosyal becerilere sahip olduğunu göstermektedir.

### 3.4.4. Çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ölçeği

Çocuklarda (8-11 Yaş) Algılanan Stres Ölçeği Snoeren-Hoefnagels (2014) tarafından geliştirilmiş, Türkçeye uyarlanması Tuncay ve Ersan tarafından 2017 yılında yapılmıştır. Çocuktan geçen haftayı değerlendirdiğinde her bir maddenin kendisi için ne kadar uygun olduğuna ilişkin cevaplar vermesi istenmektedir. Ölçek 9 maddeden oluşmaktadır. Tek boyutlu olan ölçek 4'lü likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. Maddelere verilen tepkiler ‘hiç’, ‘bazen’, ‘sık sık’ ve ‘her zaman’ şeklinde derecelendirilmiştir. Hiç cevabı bir, her zaman cevabı ise 4 puan almaktadır. Ters madde bulunmayan ölçekte en düşük puan dokuz, en yüksek puan otuz altı alınmaktadır. Ölçek sorularından alınan puanların yüksek olması, bireyin stres düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ,76 ve test- tekrar test korelasyonu ,79 olarak bulunmuştur.

### 3.4.5. Sosyal beceri ölçeği

Sosyal Beceri Ölçeği Kocayörük ve Kuzgun tarafından (2000) geliştirilmiş olup 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçek ilköğretim öğrencilerine sosyal beceri davranışı gösterip göstermediklerini sormaktadır. Yanıtlama şekli 4'lü likert tipidir ve 'hiç', 'bazen', 'genelde' ve 'tamamen' şıklarından oluşmaktadır. Puanlama bu sıralanışa paralel olarak 1'den 4'e kadar değer almıştır. Buna göre ölçekten alınan en düşük puan 20 en yüksek puan 80'dir. Ölçekten düşük puan alma söz konusu sosyal beceriler yönünden bu davranışı göstermede yetersizliği, yüksek puan alma sosyal beceri davranışını göstermede yeterliliği ifade etmektedir.

### 3.5. Araştırmacının Hazırlığı

Araştırmacı "Oyun Terapisi" ve Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) onaylı 'Eğitimde Oyun Etkinlikleri' sertifikalarını almıştır (Ek-7).

### 3.6. Araştırmanın Uygulama Basamakları

Araştırmanın uygulaması Aralık 2018-Haziran 2019 tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir. Uygulama öncesi okul yönetimi ve öğretmenler ile görüşülerek bilgilendirme yapılmıştır. Araştırmaya katılacak öğrencilerin ebeveynlerine aydınlatılmış onam formu, kişisel bilgi formu, aile çocuk internet bağımlılık ölçeği ve sosyal becerileri değerlendirme ölçeği kapalı zarf içinde gönderilmiştir ve bir hafta sonra öğretmenler aracılığıyla öğrencilerden toplanmıştır.

Öğrencilere geleneksel çocuk oyunu programı Nisan-Mayıs 2019 tarihleri arasında uygulanmıştır. Çocuklara ilk hafta oyunun tanıtımı yapılmıştır. Oyunun sade bir dille ve onların anlayacağı bir şekilde adı açıklanarak oyunla ilgili genel bilgiler verilmiş, oyunun kuralları açıklanmıştır. Çocuğa oyun hakkında bilgi verilirken oyunla ilgili videolar, resimler kullanılmıştır. Böylece çocuklar oyun oynamaya hazır hale getirilmiştir. Oyun öncesi öğrencilere kişisel bilgi formu, sosyal beceri ölçeği ve çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ölçeği uygulanmıştır.

Geleneksel çocuk oyunları sekiz hafta boyunca haftada üç gün ve 60 dakika süre ile oynatılmıştır. Öğrencilere her gün farklı olarak hem bireysel hem de grup oyunu

oynatılmıştır. Her seans ısınma (10 dakika), geleneksel çocuk oyunu (45 dakika) ve soğuma (çocukların çok yavaş bir tempo ile okul bahçesinde bir tur koşması-yaklaşık 5 dakika) olmak üzere üç bölümden oluşmuştur. Oyunlar 10 kişilik gruplar halinde öğle arası ve okul çıkışında okulun bahçesinde ya da spor salonunda (havanın uygun olmadığı zamanlarda) oynatılmıştır. Program tamamlandıktan sonra öğrencilere kişisel bilgi formu, sosyal beceri ölçeği ve çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ölçeği yeniden uygulanmıştır. Ebeveynlere aile çocuk internet bağımlılık ölçeği ve sosyal becerileri değerlendirme ölçeği kapalı zarf içinde yeniden gönderilip ve doldurmaları istenmiştir.

Kontrol grubuna herhangi bir girişimde bulunulmamıştır. Kontrol grubuna ön test-son test araştırmacı gözetiminde ve müdahale grubu ile paralel aynı zaman diliminde uygulanmıştır.

### **3.7. Geleneksel Çocuk Oyunları**

Geleneksel çocuk oyunlarının belirlenmesinde literatür incelenmiştir ve MEB tarafından uygulanan geleneksel çocuk oyunları dikkate alınmıştır.

#### **3.7.1. Bireysel oyunlar**

##### İstop oyunu

Oyuncu sayısı sınırsızdır. Ebenin eline tutabileceği bir top verilir. Diğer çocuklar, ebenin çevresine toplanırlar. Ebe, topu havaya atarken oyuncular etrafa kaçmaya başlarlar. Ebe, oyunculardan birisinin ismini söyler. İsmi söylenen kişi kaçmayı bırakır ve topu tutmaya çalışır. Topu tuttuğu zaman “*istop*” der. Kaçısan oyuncular oldukları yerde durmak zorundadırlar. İstop denildiği halde kaçan oyuncular, oyundan çıkar. Daha sonra topu yakalayan kişi, topu oyunculardan birine doğru fırlatır. Eğer vurmaya başlırsa oyunu kazanır. Oyuncular bir bir elenip en sona kalan kişi, oyunun birincisi olur (MEB, 2019).

Oyun içerisinde yakalama, tutma, vurma gibi eylemler olduğundan oyun sayesinde çocukların el ve kol kasları gelişmektedir. Oyunun belli bir alanda olması ve ebenin diğer oyuncuları vurmaya çalışması çocukların mesafeyi hesaplama gibi işlemsel bilgilerini güçlendirmektedir. Oyun aynı zamanda çocukların mesafeyi değerlendirirken pratik düşüncelerini ve strateji oluşturmalarını sağlamaktadır. Oyunun kız ve erkek karışık

oyunması çocukların sosyal anlamda birbirlerini tanımalarına ve sosyalleşmelerine katkı sağlamaktadır (Özden Gürbüz, 2016).

### Yağ satarım bal satarım oyunu

Çocuklardan oluşan bir çember yapılır. Ebe yani tavşan elinde bir mendille, çemberin etrafında iki tur dolandır. Çemberdeki çocuklar, el ele tutuşarak hep birlikte bir tekerleme söylerler: “*Yağ satarım, bal satarım, ustam ölmüş, ben satarım, ustamın kürkü samurdur, satsam on beş liradır, zambak zumbak, dön arkana iyi bak*”. Tekerleme söylenirken ebe, istediği bir çocuğun arkasına mendili bırakır ve çemberin etrafında koşmaya başlar. Mendili alan çocuk, ebeyi yakalamaya çalışır. Ebe kaçarken, diğerleri “*Tavşan kaç tazı tut*” diye bağırlar. Kaçan ebe, yerine oturur ve oyun yeniden başlar ( Toksoy, 2010).

Oyun içerisinde söylenen tekerlemeler çocuğun dil ve sosyal-duygusal gelişimini, hafızasını olumlu yönde etkiler (Toksoy, 2010). Aynı zamanda toplum içinde konuşma yetisini artırmaktadır. Oyunla birlikte çocuklar arasında grup içi etkileşim artar. Oyunun kız ve erkek karışık oynanması sosyalleşmelerini sağlamaktadır (Özden Gürbüz, 2016).

### Seksek

Oyuncular ilk olarak sayışma yoluyla oynama sırasını belirlerler. Ardından düzce bir zemine tebeşirle sekiz tane birbirine bitişik şekilde kareler çizilir. Çizilen tablonun içerisine 1’ den 8 ‘e kadar rakamlar yazılır. Birinci seçilen oyuncu elindeki taşı 1 yazılı olan kareye atar. Eğer taşı farklı bir kutucuğa ya da kutucukların çizgilerine atarsa sırasını kaybeder. Atmak istediği kareye taşı düşüren oyuncu tek ayak üzerinde zıplayarak tüm kutuları geçer ve dönüş sırasında attığı taşı alıp başa döner. Art arda olan kutularda tek ayak üzerinde dururken yan yana olan kutularda iki ayağıyla yere basar. Oyuncu kutuları geçerken çizgilere basar ya da zıplarken ayak değiştirirse sırasını kaybeder. Tüm kutuları tamamlayan oyuncu oyunu kazanır (Çocuk Oyunları ve Spor Klüpleri Federasyonu, 2019).

Oyun, el-kol-bacak koordinasyonunu sağlamada etkili bir oyundur. Çocuk oyunda ileri-geri gibi zıt kavramları anlayabilmektedir. 1’den 8’e kadar sayı saymayı öğrenebilmektedir. Ellerindeki taşları kutuya atmaya çalışması çocukların dikkatlerini toplamalarına, bir amaca yönelmelerine katkı sağlar. Yerde çizilen çizgiler içerisinde ilerlemeleri oyuncuların dengelerini sağlamalarında katkıda bulunur. Oyunu sırayla



gerçekleştirmeleri ise başkalarının haklarına saygı duymayı, kurallara uyum göstermeyi öğretir. Oyunun cinsiyet ve yaş ayrımı yapmadan oynanması çocuklarda birlikte yaşama kültürünü desteklemektedir (Özden Gürbüz, 2016).

### 3.7.2. Grup oyunları

#### Mendil kapmaca

Oyun onar kişilik iki grup arasında oynanır. Takımlar sayışmalardan sonra saha seçimi yaparak yerlerini alır. Oyuncular dip çizginin gerisinde sıralanırlar. İki oyuncu dip çizgilerinden çıkış pozisyonu alarak hakemin işaretini beklerler. Hakemin işaretiyle mendili kapmak için harekete geçerler. Mendili alan oyuncu rakip oyuncu tarafından ebelenmeden kendi dip çizgisinin gerisine geçebilirse takımı bir puan kazanır ve rakip oyuncu oyun dışı kalır. Savunma yapan oyuncu mendili alan oyuncuyu kendi dip çizgisinin arkasına geçmeden ebelerse takımı bir puan kazanır ve mendili alan oyuncu oyun dışı kalır. Oyuncuların hücum süresi otuz saniyedir. Kazanan oyuncu kendi takımının sırasının sonuna geçerek yarışmaya devam eder. Oyun bu şekilde takımlardan birisinin oyuncuları tamamen elenene kadar devam eder. Takımlardan hangisinin oyuncularının tamamı elenirse o takım seti kaybetmiş olur ve rakip takım kazanmış olur. Oyun üç set üzerinden oynanır. İki set kazanan müsabakayı kazanmış olur (Kazan ve Kırçık, 2006).

Oyun yakalama, alma, vurma, değme gibi eylemler içerdiğinden oyun sayesinde çocukların el ve kol kasları gelişmektedir. Oyunun başında grupların belirlenmesi için sayışma yapılması çocukların eşitlik ve adalet kavramlarını öğrenmelerinde yardımcı olur. Oyunun belli bir alanda oynanması çocukların mesafeyi hesaplama gibi işlemsel bilgilerini güçlendirmektedir. Oyun aynı zamanda çocukların mesafeyi değerlendirirken pratik düşüncelerini sağlar. Rakibin hamlelerini takip etmeye çalışması çocuğun karşı taraftaki kişinin özelliklerini tanımalarına, probleme yönelik hızlı, yaratıcı ve soyut düşüncelerini sağlamaktadır. Oyunun kız ve erkek karışık bir şekilde oynanması çocukların sosyal anlamda birbirlerini tanımalarına ve sosyalleşmelerine katkı sağlar (Özden Gürbüz, 2016).

#### “Aç Kapıyı Bezirgan Başı” oyunu

En az 10 çocukla oynanır. Aralarından iki çocuk seçilir. Bu çocuklar aralarında anlaşarak her biri kendine takma bir isim (Örneğin; meyve, hayvan, çiçek ismi gibi) seçer. Bu iki

çocuk yüz yüze dururlar ve el ele tutuşup, kollarını köprü gibi havaya kaldırır. Diğer çocuklar, tek sıra halinde dizilirler ve aşağıdaki şarkıyı söyleyerek arkadaşlarının kollarının altından geçerler: “*Aç kapıyı bezirgan başı, Gözümün yaşı, Kapı hakkın ne verirse, ne alırsa, Arkamdaki yadigar olsun*”. Bu geçme sırasında, şarkının bittiği an, hangi çocuk arkadaşlarının kolları arasında kaldıysa bu çocuk, oyun oynanan yerden biraz uzağa götürülür. Önceden belirlenen takma isimler çocuğa söylenir ve bu iki isimden birini seçmesi istenir. Kollar arasında kalan çocuk, iki isimden birini seçer ve o ismi kendisine takma isim olarak seçmiş olan çocuğun arkasına geçer. Oyun, tüm çocuklar bitene kadar oynanır. Sonunda, her iki çocuğun arkasında iki grup oluşur. Daha sonra ortaya bir çizgi çizilir. Çizginin bir tarafında bir grup, diğer tarafında öteki grup durur ve en önde kendilerine takma isimler takan çocuklar bulunur, onları seçen diğer çocuklarda, onların arkasında kuyruk olurlar. En öndekiler ellerine kalınca bir ip alırlar ve ellerindeki ipe birbirlerini çekmeye çalışırlar. Bu çekişme sırasında, çizgiyi geçen grup oyunu kaybeder (Başal, 2007).

Bu oyun yarışmaya dayalı bir oyundur. Oyunun başında grupların belirlenmesi için sayışma yapılır. Bu da çocukların adil olma kavramını öğrenmelerini sağlar. Oyunun kız ve erkek karışık gruplarla oynanıyor olması çocukların sosyalleşmelerine ve cinsiyet farklılıklarının ayrı olmayı değil anlaşmayı gerektirdiğini anlamalarını sağlar. Çocukların belli sırada olması kimsenin yerine geçmemesi, onların birbirlerinin haklarına saygı duymasını öğretir. Ben duygusundan biz duygusuna geçiş çocukların uyum içinde hareket etmelerini sağlar. Oyunun içerisinde tekerleme gibi bir şarkının var olması çocukların dil gelişimini, topluluk karşısında konuşma yetisini arttırdığı için önemlidir. Oyun sırasında kurulan köprüyle çocukların kol ve bacak kaslarını geliştirmekte, oyunun sonunda yer alan ip çekmeyle ise çocukların el-ayak ve göz koordinasyonlarının gelişimine katkı sağlamaktadır (Özden Gürbüz, 2016).

### İp atlama oyunu

İp atlama oyununun süresi yaklaşık 10 dakikadır. Oyuncu sayısı en fazla 10 kişidir. İki çocuk karşılıklı olarak ipin ucundan tutarak çeviriler. Sıra ile öğrenciler ipten atlamaya çalışırlar. İp atlarken tekerleme söylerler. İp atlama koordinasyon, denge çeviklik, ritim, sürat ve kas dayanıklılığının gelişiminde yardımcı olur (Şahin, 2016).

### Yakan top oyunu

Yakan top oyununun süresi en az 15 dakikadır. Oyun 10 kişiden oluşur. İki takım arasında oynanır. Oyun alanında takımları atıcı takım ve kaçıcı takım olarak adlandırmak mümkündür. Atıcı takımın elemanları, aralarında 1,5–2 m civarında bir mesafe olan iki çizgiye çekilirler. Kaçıcılar, bu iki çizginin arasına yerleşirler. Atıcıların amacı, kaçıcı takım elemanlarını, elleriyle attıkları top ile vurmaktır. Vurulan kişi oyun dışı kalır. Grupta son kişi kalana kadar oyun, bu şekilde devam eder. Kaçan grupta kalan son kişi için, 6 atış yapılır. Bu 6 atışın sonunda vurulmazsa, oyun dışı kalan grup arkadaşlarını, tekrar oyuna dahil eder. Eğer vurulursa, kaçan grup atıcı olur. Bu kez top atan grup ortaya gelerek kaçır.

Yakan top oynanırken dikkat, hız, çeviklik, yanmama gibi dikkati üzerinde toplayan seyir zevkli hızlı ve bir o kadarda mücadele gerektiren bir çocuk oyunudur (Çocuk Oyunları ve Spor Klüpleri Federasyonu, 2019).

### **3.8. Araştırmanın Etik Yönü**

Araştırmanın uygulanabilmesi için Gazi Üniversitesi Etik Komisyonu'na başvurulmuş, 11.12.2018 tarihli 14574941-199- 136909 sayılı karar ile etik komisyon onayı alınmıştır (EK-8). Araştırma öncesi Yozgat İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden (14.11.2018 tarih ve 55005497-605.02-E.21767057 sayısı) yazılı izin alınmıştır (EK-9). Ayrıca araştırmaya dahil edilen öğrencilerin velilerine bilgilendirilmiş onam kapalı zarf şeklinde gönderilmiş ve yazılı izinleri alınmıştır (EK-10) (EK-11). Araştırmaya katılan öğrencilerden sözel izin alınmıştır. Araştırmada kullanılan ölçek için ölçeği geliştiren kişilerden elektronik posta ile izin alınmıştır (EK-12).

### **3.9. Verilerin Değerlendirilmesi**

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 20.0 (Statistical Package For Social Sciences) paket programı ile değerlendirilmiştir. Araştırmanın bağımsız değişkeni geleneksel çocuk oyunu oynama, bağımlı değişkeni internet kullanımı, sosyal beceriler ve stres düzeyidir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler olarak sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Kategorik verilerin karşılaştırılmasında ki-kare testi veya McNemar testi kullanılmıştır. Verilerin analizinde bağımsız gruplarda Mann Whitney U testi veya

bağımlı gruplarda Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi kullanılmıştır. Anlamlılık seviyesi  $p < 0,05$  olarak kabul edilmiştir.





## 4. BULGULAR

Geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığı, sosyal beceri ve stres düzeyine etkisini belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmadan elde edilen bulgular aşağıda belirtilen başlıklar altında sunulmuştur.

1. Çocukların Sosyo-demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular
2. Çocukların Algılanan Stres, Sosyal Beceri, Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık, Sosyal Becerileri Değerlendirmeye İlişkin Bulgular
3. Çocukların İnternet Kullanımına İlişkin Bulgular

### 4.1. Çocukların Sosyo-Demografik Özellikleri

Çizelge 4.1. Müdahale ve kontrol grubunun sosyo-demografik özellikleri

Sosyo-demografik Özellikleri	Müdahale (n = 20)		Kontrol (n = 22)		p *
Cinsiyet					
Kız	6	30,0	11	50,0	0,187
Erkek	14	70,0	11	50,0	
Sınıf					
5	9	45,0	5	22,7	0,126
6	11	55,0	17	77,3	
Anne öğrenim düzeyi					
İlköğretim mezunu	5	25,0	12	54,5	0,051
Lise ve üzeri mezunu	15	75,0	10	45,5	
Baba öğrenim düzeyi					
İlköğretim mezunu	3	15,0	9	40,9	0,063
Lise ve üzeri mezunu	17	85,0	13	59,1	
Gelir durumu					
Gelir giderden az	5	25,0	6	27,3	0,377
Gelir gidere eşit	10	50,0	14	63,6	
Gelir giderden fazla	5	25,0	2	9,1	

\* Ki-kare testi

Çizelge 4.1’de müdahale ve kontrol grubunun sosyo-demografik özelliklerinin dağılımı verilmiştir. Müdahale ve kontrol grubu arasında cinsiyet, sınıf, baba öğrenim düzeyi, anne öğrenim düzeyi, gelir düzeyi açısından istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) belirlenmiştir.

## 4.2. Çocukların Algılanan Stres, Sosyal Beceri, Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık, Sosyal Becerileri Değerlendirmeye İlişkin Bulgular

Çizelge 4.2. Müdahale ve kontrol grubunun algılanan stres, sosyal beceri, aile-çocuk internet bağımlılık, sosyal becerileri değerlendirme ölçeklerinden aldıkları ortalama puanlarının karşılaştırılması

Ölçekler	Müdahale	Kontrol	p *
	(n = 20) Ort (SS)	(n = 22) Ort (SS)	
Çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres			
Ön test	6,80 (5,14)	8,18 (3,69)	0,283
Son test	6,55 (4,80)	7,59 (3,98)	0,324
p**	0,895	0,688	
Sosyal beceri			
Ön test	57,65 (12,86)	55,18 (10,34)	0,246
Son test	62,15 (8,30)	56,40 (9,66)	0,050
p**	0,016	0,275	
Sosyal becerileri değerlendirme			
Ön test	252,20 (52,87)	250,63 (30,40)	0,970
Son test	281,75 (43,15)	253,31 (29,19)	0,020
p**	<0,001	0,057	
Aile-çocuk internet bağımlılık			
Ön test	24,15 (17,69)	22,90 (16,95)	0,791
Son test	19,30 (13,25)	20,81 (16,59)	0,900
p**	0,184	0,155	

\* Gruplar arası karşılaştırma, \*\* Grup içi karşılaştırma

Çizelge 4.2’de müdahale ve kontrol grubunun çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres, sosyal beceri, aile-çocuk internet bağımlılık, sosyal becerileri değerlendirme ölçeklerinden aldıkları ortalama puanlarının karşılaştırılması verilmiştir. Müdahale ve kontrol grubu arasında uygulama öncesi ve sonrası çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ve aile-çocuk internet bağımlılık ölçeğinden alınan ortalama puanlar açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ( $p > 0.05$ ) belirlenmiştir. Müdahale grubunun uygulama sonrasında

sosyal beceriler ve sosyal becerileri değerlendirme ölçeğinden alınan ortalama puanların kontrol grubuna göre anlamlı şekilde yükseldiği ( $p < 0,05$ ) belirlenmiştir.

Grup içi ön ve son testler karşılaştırıldığında; müdahale grubunun sosyal beceri ve sosyal becerileri değerlendirme ön test ortalama puanlarının son teste göre anlamlı şekilde yükseldiği ( $p < 0,05$ ), çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ve aile-çocuk internet bağımlılık açısından anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) belirlenmiştir. Kontrol grubunda ön ve son test arasında çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres, sosyal beceri, aile-çocuk internet bağımlılık, sosyal becerileri değerlendirme ortalama puanları açısından anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) belirlenmiştir.

### 4.3. Çocukların İnternet Kullanımına İlişkin Bulgular

Çizelge 4.3. Müdahale ve kontrol grubunun internet kullanımı ile ilgili özelliklerinin karşılaştırılması

İnternet Kullanımıyla İlgili Özellikler	Müdahale Grubu		Kontrol Grubu		Ön test p*	Son test p*
	Ön test	Son Test	Ön test	Son test		
<b>Tek Oturuşta İnternet Kullanım Süresi</b>	Sayı (%)	Sayı (%)	Sayı (%)	Sayı (%)		
15-45 Dakika	6 (30,0)	14 (70,0)	9 (40,9)	9 (40,9)	0,461	0,059
60 Dakika	14 (70,0)	6 (30,0)	13 (59,1)	13 (59,1)		
p**	0,008		1,000			
<b>Günlük İnternet Kullanım Süresi</b>						
≥ 2 saat	10 (50,0)	18 (90,0)	10 (45,5)	12 (54,5)	0,768	0,011
3 saat ve üzeri	10 (50,0)	2 (10,0)	12 (54,5)	10 (45,5)		
p**	0,008		0,687			
<b>Haftalık İnternet Kullanımı/Gün</b>						
Her gün	13 (65,0)	4 (20,0)	15 (68,2)	13 (59,1)	0,827	0,010
Haftada 2 gün ve üzeri	7 (35,0)	16 (80,0)	7 (31,8)	9 (40,9)		
p**	0,004		0,625			

\*Gruplar arası karşılaştırma, \*\* Grup içi karşılaştırma



Çizelge 4.3’de müdahale ve kontrol grubunun internet kullanımı ile ilgili özelliklerinin karşılaştırılması verilmiştir. Ön testte müdahale ve kontrol grubu arasında tek oturuşta internette geçirdiği süre, günlük internet kullanım süresi ve haftalık internet kullanımı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı ( $p > 0.05$ ) belirlenmiştir. Son testte müdahale ve kontrol grubu arasında tek oturuşta internette geçirdiği süre açısından istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ), günlük ve haftalık internet kullanım süresi açısından istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu ( $p < 0,05$ ) belirlenmiştir.

Grup içi ön ve son testler karşılaştığında; müdahale grubundaki öğrencilerin internet kullanımıyla ilgili özellikler açısından ön ve son test arasında anlamlı fark olduğu belirlenmiştir ( $p < 0,05$ ). Kontrol grubunda öğrencilerin internet kullanımıyla ilgili özellikler açısından ön ve son test arasında anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) belirlenmiştir.

## 5. TARTIŞMA

Geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığı, sosyal beceri ve stres düzeyine etkisini belirlemek amacı ile yapılan çalışmadan elde edilen bulgular aşağıdaki başlıklar altında tartışılmıştır:

1. Sosyal Becerilere İlişkin Bulguların Tartışması
2. Stres Düzeyine İlişkin Bulguların Tartışması
3. İnternet Kullanımına İlişkin Bulguların Tartışması

### 5.1. Sosyal Becerilere İlişkin Bulguların Tartışması

Kendini ifade etme, arkadaşlık ilişkilerini geliştirme, grup içinde uyumlu davranış sergileme, kurallara uyma gibi birçok sosyal beceri ve davranış çocukluk döneminde kazanılmaktadır. Oyun, çocuklara birlikte hareket etme, işbirliği içinde olma, akran grubu içinde kendini ifade etme gibi fırsatlar yaratmaktadır (Göl Güven, 2017). Bu çalışmada çocukların sosyal beceri davranışlarının artırılması için geleneksel çocuk oyunları oynatılmıştır. Oyun sonrası müdahale grubunun sosyal beceri ölçeği ortalama puanlarının kontrol grubuna göre anlamlı bir şekilde yükseldiği belirlenmiştir. Müdahale grubunun sosyal beceri ölçeği ortalama puanlarının yükselmesi ‘Geleneksel çocuk oyunlarının sosyal becerilerin artmasında etkisi yoktur’ hipotezinin reddedildiğini ortaya koymaktadır. Öğrencilerin sosyal becerilerinin artmasında müdahale grubuna uygulanan geleneksel çocuk oyunlarının konuşma, düşünme, paylaşma, sosyalleşme, problem çözme, yardımlaşma, çevre ile etkileşime girme gibi sosyal açıdan önemli becerileri geliştirme etkisinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Literatürde de geleneksel çocuk oyunlarının sosyal becerileri arttırdığını gösteren çalışmalar mevcuttur. Gelişli ve Yazıcı (2015) tarafından yapılan çalışmada oyunların çocukların motor, dil gelişimi, bilişsel, sosyal ve duygusal alanlarına katkıda bulunduğu belirlenmiştir. Arslan ve Dilci (2015) tarafından yapılan çalışmada çocuk oyunlarının çocuklarda karakter gelişimi, fiziksel beceri gelişimi, duyuşsal-bilişsel gelişiminde ve etkili sosyal ilişki oluşturmada olumlu katkı sağladığı bulunmuştur. Lestari ve Prima (2017) tarafından yapılan çalışmada geleneksel çocuk oyunlarının çocukların sosyal-duygusal gelişimini arttırdığı bulunmuştur. Anastasovski ve ark. (2016) tarafında yapılan çalışmada geleneksel çocuk oyunlarının ve sporun, çocuklardaki hoşgörü düzeyini yükseltmeye katkıda bulunduğu, çocuklar arasındaki

birliğin oluşmasında etkili olduğu bulunmuştur. Fang ve ark. (2016) tarafından yapılan çalışmada geleneksel çocuk oyunlarının kişiler arası ilişkileri geliştirdiği bulunmuştur. Tatira (2014) tarafından yapılan çalışmada oyunların çocukların problem çözme becerisini geliştirdiği, başkalarıyla uyum içinde yaşamayı, başkalarıyla iş birliği yapmayı öğrettiği bulunmuştur. Girmen (2012) tarafından yapılan çalışmada geleneksel çocuk oyunlarının öğrencilere öz yönetim, dil-iletişim, problem çözme, karar verme, liderlik, eğlenme, iş birliği yapma ve takım olma gibi becerileri geliştirdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Sosyal becerinin kazanılmasında çocuğun ilk iletişime geçtiği çevre önemlidir. Bundan dolayı çocuğun sosyal becerilerini etkileyen faktörlerin başında aile ortamı yer almaktadır (Boz ve ark., 2018). Bu çalışmada, çocukların sosyal becerileri aynı zamanda aileleri tarafından değerlendirilmiş, oyun öncesi testte müdahale ve kontrol grubu arasında fark olmadığı, oyun sonrası müdahale grubunun sosyal becerileri değerlendirme ölçeği ortalama puanlarında kontrol grubuna göre anlamlı bir şekilde yükselme olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu ailelerin çocuklarda olumlu yönde değişen sosyal becerilerin farkında olduğunu göstermektedir.

## **5.2. Algılanan Strese İlişkin Bulguların Tartışması**

Stres, hem zihni hem de vücudu etkileyen zihinsel bir durumdur (Aliyari ve ark., 2018). Oyun çocuğun yaşamında yer alan zorluklarla baş etmesini kolaylaştırır, gelişimini destekler ve yaşadığı sıkıntılardan uzaklaşma olanağı sağlamaktadır (Eslek ve Yılmaz Irmak, 2018; Yayan ve Zengin, 2018). Bu çalışmada stres düzeyinin azaltılması için geleneksel çocuk oyunları oynatılmıştır. Müdahale ve kontrol grubu arasında ön ve son testte çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ölçeği ortalama puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu bulgu 'Geleneksel çocuk oyunlarının stresin azaltılmasında etkisi yoktur' hipotezinin kabul edildiğini ortaya koymaktadır. Çocuklar stresle karşılaştıklarında onunla nasıl baş edeceğini zamanla öğrenmektedirler. Oyunun faydalı olabilmesi için çocuğun hayatında sürekli olması gerekmektedir. Bu çalışmada programın sekiz hafta ile sınırlı olması nedeniyle geleneksel çocuk oyununun stres düzeyini azaltmada yeterli olmadığı düşünülmektedir. Literatürde, Li ve ark. (2016) tarafından yapılan çalışmada terapötik oyunun çocuklardaki anksiyete ve negatif duygu durumunun azalmasında etkili olduğu bulunmuştur. Kaya (2018) tarafından yapılan çalışmada yaratıcı drama oturumlarının stresle baş etmede ve kaygı düzeyini olumlu yönde

değiştirdiği bulunmuştur. Ancak geleneksel çocuk oyunlarının stres düzeyine etkisini inceleyen çalışmaya ulaşamamıştır.

### **5.3. İnternet Bağımlılığına İlişkin Bulguların Tartışması**

İnternet kullanımı dünya genelinde her yaşta artmasına karşın, özellikle çocuk ve adölesanlar arasında belirli bir artış göstermektedir. İnternet kullanım süresi ve sıklığı, internet kullanılan ortam, internette harcanan zamanın artışı gibi faktörler internet bağımlılığı riskini artırmaktadır (Shin, 2017).

İnternet bağımlılığının önlenmesi için, koruyucu müdahalelerin ağırlıklı olarak çocuklar ve ergenler üzerinde yoğunlaşması gerekmektedir. Önleme programları okul ortamlarında uygulanmalı, geleneksel çocuk oyunları gibi ders dışı etkinlikler kullanılmalıdır (Jang ve Ji, 2012; Lan ve Lee, 2013; Vondrácková ve Gabrhelík, 2016). Bu çalışmada internet bağımlılığı riskinin azaltılması için geleneksel çocuk oyunları oynatılmıştır. Oyun sonrası testte müdahale grubunda tek oturuşta internette geçirilen süre, günlük ve haftalık internet kullanım süresi açısından oyun öncesi teste göre anlamlı bir azalma olduğu; kontrol grubunda internet kullanımı süre ve sıklığı açısından anlamlı fark olmadığı belirlenmiştir. Geleneksel çocuk oyunları sonrası müdahale grubunun internet kullanım süre ve sıklığının azalması, kontrol grubunda değişiklik olmaması ‘Geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığı riskinin azaltılmasında etkisi yoktur’ hipotezinin reddedildiğini ortaya koymaktadır. Müdahale grubundaki öğrencilerin internet kullanım süre ve sıklığının azalması oyunun çocuklarda sosyal ilişkileri arttırması, arkadaş edinmeyi kolaylaştırması, liderlik özelliği kazandırmasının etkileri ile açıklanabilir. Geleneksel çocuk oyunları sırasında, okuldaki diğer öğrenciler tarafından daha önce oynanan basketbol, voleybol gibi oyunlar yerine ip atlama, yakan top, istop gibi geleneksel çocuk oyunlarının oynanması uygulamanın çocuklar üzerindeki etkisini ortaya çıkarmaktadır. Bunun yanında çalışmaya katılan öğrenciler yaşadıkları çevredeki arkadaşlarına geleneksel çocuk oyunlarını öğrettiklerini ve onlarla da bu oyunları oynadıklarını ifade ettiler. Bu durum çocukların geleneksel çocuk oyunlarını uygulama sonrasında da devam ettirdiklerini ve uygulamanın çocuklardaki internet kullanımının azalmasında ve sosyal becerilerin artmasında etkili olduğunu gösterebilir. Literatürde internet bağımlılığını azaltmaya yönelik çeşitli müdahalelerin uygulandığı çalışmalar mevcuttur. Taş ve Ayas (2018) tarafından yapılan çalışmada psiko-eğitim programının ergenlerde psikolojik belirtileri ve internet

bağımlılığını azaltmada etkili olduğu bulunmuştur. Kooraki ve ark. (2010) tarafından yapılan çalışmada psikodrama müdahalelerinin internet bağımlılığı olan kişilerde sosyal becerilerini geliştirmek için etkili bir müdahale olduğu bulunmuştur. Berber Çelik (2016) tarafından yapılan çalışmada bilinçli internet kullanımı, akademik güdülenme ve zamanı etkin kullanmanın artırılmasına yönelik geliştirilen eğitim programının internet bağımlılığının azalmasında etkili olduğu bulunmuştur. Ancak, geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığına etkisini inceleyen tek çalışmaya ulaşılmıştır. Nawangsari (2016) tarafından yapılan çalışmada geleneksel çocuk oyunlarının çocuklar için internet bağımlılığı tedavisi kadar etkili olduğu bulunmuştur. İnternet bağımlılığının önlenmesinde geleneksel çocuk oyunlarının yararlı olacağı düşünülmektedir.

İnternet bağımlılığının önlenmesinde ailenin tutumu önemlidir (Altıntaş ve Öztapak, 2016; Ayas ve Horzum, 2013). İnternet kullanımının giderek artması ve özellikle çocukların internette çok vakit geçirmeleri bu konuda ailelerin çocuklarını gözlem altına alarak süreci kontrol etmelerini gerektirmektedir (Wang, Bianchi ve Raley, 2005). Bu çalışmada, çocukların internet bağımlılığı durumu aileler tarafından değerlendirilmiş, hem müdahale hem de kontrol grubunda aile-çocuk internet bağımlılık ölçeği ortalama puanlarının düşük olduğu bulunmuştur. Ancak öğrencilerin youtube kanalları olduğunu ve bu kanalları aktif olarak kullandıklarını ifade etmeleri çocukların internet bağımlılığı konusunda risk altında olduklarını göstermektedir. Bu nedenle ailelerin bu konudaki farkındalıklarını artırmaya yönelik önlemler alınması gerekmektedir. Çünkü internetin aşırı ve bilinçsiz kullanımı fiziksel ve psikososyal sorunlara neden olmaktadır (Chou ve ark., 2017; Gür ve ark., 2015; Işık ve Ayaz Alkaya, 2017; Kumar ve ark., 2018, ). Işık ve Ayaz-Alkaya (2017) tarafından yapılan çalışmada internet kullanan her beş çocuktan birinin psikososyal problem riski olduğu tespit edilmiştir. Gür ve ark. (2015) tarafından yapılan çalışmada internette daha uzun zaman geçiren öğrencilerin aile ve arkadaşlarıyla ilişkilerin kötüleştiği, aileleriyle tartıştıkları, bilgisayar önünde yemek yedikleri ve sırt ve boyun ağrıları yaşadıkları tespit edilmiştir. Kumar ve ark. (2019) yapılan çalışmada aşırı internet kullanımının kullanıcılar üzerinde duygusal, davranışsal, hiperaktivite ve akran problemleri gibi olumsuz sonuçlara yol açtığı bulunmuştur. Kumar ve ark. (2018) tarafından yapılan çalışmada internet bağımlılığının zihinsel sağlık ve akademik performans üzerinde olumsuz etkisi olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak, bu çalışmada, geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığının azaltılmasında ve sosyal becerilerin artırılmasında etkili olduğu ancak stres düzeyini etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır.





## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

### 6.1. Sonuç

Geleneksel çocuk oyunlarının internet bağımlılığı, sosyal beceri ve stres düzeyine etkisini belirlemek amacıyla yapılan bu araştırmada aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir.

- Müdahale ve kontrol grubu arasında sosyodemografik özellikler açısından anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) bulunmuştur (Çizelge 4.1).
- Müdahale ve kontrol grubu arasında geleneksel çocuk oyunları öncesi ve sonrası çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ve aile-çocuk internet bağımlılık ölçeği ortalama puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) belirlenmiştir (Çizelge 4.2).
- Müdahale grubunun geleneksel çocuk oyunları sonrasında sosyal beceriler ve sosyal becerileri değerlendirme ölçeği ortalama puanlarının kontrol grubuna göre anlamlı şekilde yükseldiği ( $p < 0,05$ ) belirlenmiştir (Çizelge 4.2).
- Grup içi ön ve son testlerde; müdahale grubunun sosyal beceri ve sosyal becerileri değerlendirme ön test ortalama puanlarının son teste göre anlamlı şekilde yükseldiği ( $p < 0,05$ ), çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ve aile-çocuk internet bağımlılık açısından anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) belirlenmiştir (Çizelge 4.2).
- Grup içi ön ve son testlerde; kontrol grubunda ön ve son test arasında çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres, sosyal beceri, aile-çocuk internet bağımlılık, sosyal becerileri değerlendirme ortalama puanları açısından anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) belirlenmiştir (Çizelge 4.2).
- Ön testte müdahale ve kontrol grubu arasında tek oturuşta internette geçirdiği süre, günlük internet kullanım süresi ve haftalık internet kullanımı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) bulunmuştur (Çizelge 4.3).
- Son testte müdahale ve kontrol grubu arasında tek oturuşta internette geçirdiği süre açısından istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ), günlük ve haftalık internet kullanım süresi açısından farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu ( $p < 0,05$ ) bulunmuştur (Çizelge 4.3).
- Müdahale grubunda öğrencilerin internet kullanımıyla ilgili özellikler açısından ön ve son test arasında anlamlı fark olduğu ( $p < 0,05$ ) belirlenmiştir (Çizelge 4.3).



- Kontrol grubunda öğrencilerin internet kullanımıyla ilgili özellikler açısından ön ve son test arasında anlamlı fark olmadığı ( $p > 0,05$ ) belirlenmiştir (Çizelge 4.3).

## 6.2. Öneriler

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir.

- Çocukların motor, dil, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimini destekleyen geleneksel çocuk oyunlarının müfredat programına dahil edilmesi,
- Okul ortamında geleneksel çocuk oyunlarının sürekliliğinin sağlanması,
- Geleneksel çocuk oyunlarının yaygınlaştırılmasına yönelik düzenlemeler (yarışmalar gibi) yapılması,
- Ebeveynlerin çocuklarının internet kullanımı durumları ile ilgili bilgilendirilmeleri,
- Ebeveynlerin çocukları internetten uzaklaştırmaya yönelik geleneksel çocuk oyunlarının faydaları hakkında bilgilendirilmeleri,
- Okul ortamında okul sağlığı hemşiresinin çocukların sağlığını korumaya ve geliştirmeye yönelik geleneksel çocuk oyunlarına yer vermesi,
- Geleneksel çocuk oyunlarının yaygınlaştırılmasına yönelik farklı yöntem ve uygulamaların kullanılacağı araştırmalar planlanması,
- Araştırmanın daha büyük örneklem ile tekrarlanması,

## KAYNAKLAR

- Akçamete, G., Avcioğlu, H. (2005). Sosyal beceri değerlendirme ölçeğinin (7-12 yaş) geçerlik ve güvenirlik alışması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 61-77.
- Aktaş Arnas, Y. (2017). Oyun, ğrenme ve deneyimin birleşimi: ocuk müzeleri. *Yaratıcı Drama Dergisi*, 12(2), 17-30.
- Aliyari, H., Sahraei, H., Daliri, M. R., Minaei-Bidgoli, B., Kazemi, M., Agei, H., Sahraei, M., Hosseini, S. M. A. S., Hadipour, M. M., Mohammadi, M., and Dehghanimohammadabadi, Z. (2018). The beneficial or harmful effects of computer game stress on cognitive functions of players. *Basic and Clinical Neuroscience*, 9(3), 177-186.
- Altıntaş, S., Öztabak, M. (2016). Ortaokul ğrencilerinin problemleri internet kullanımları ile anne baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi*, 7(13), 109-128.
- Altıntaş, S., Baykal, . (2012). Okul hemşirelerinin iş, iş ortamı, rol ve sorumluluklarına yönelik görüşleri. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 9(1), 43-50.
- Anastasovski, I., Aleksovska, L. V., Zivkovic, V., Misovski, A. Z., Nanev, L., and Ivanova, T. S. (2016). Role of traditional games and sports in social and ethnical inclusion, integration and cohesion in the post-conflict and transitional societies among children of elementary schools. *Research in Physical Education, Sport and Health*, 5(2), 19-25.
- Arokiasamy, L., Kanan, N., ve Ismail, M. R. B. (2019). A study on parenting styles and parental attachment in overcoming internet addiction among children. *Global Business and Management Research: An International Journal*, 11(2), 409-419.
- Arslan, A. (2017). Geçmişten günümüze uzanan süreçte oyun ve oyuncaklardaki farklılaşmanın incelenmesi (Sivas ili rneklemi). *International e-Journal of Educational Studies (IEJES)*, 1(2), 69-87.
- Arslan, A., Dilci, T. (2015). ocuk oyunlarının çocukların geşişim alanlarına yönelik etkilerinin geçmiş ve günümüz bağlamında incelenmesi (Sivas ili rneklemi). *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 28(1), 47-59.
- Ataş, A. T., Efeınar, H. İ., ve Tatar, A. (2016). Sosyal beceri değerlendirme ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(46), 71-85.
- Ayas, T., Horzum, M. B. (2013). İlköğretim ğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 46-57.
- Ayaz, S. (2014). İlköğretim ğretmenlerinin okul sağlığı hemşireliğine ilişkin görüşleri. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 1, 42-52.

- Aydoğan, Y., Özyürek, A. (2016). Sosyal beceri envanteri (SOBE): Geliştirilmesi, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *International Journal of Family, Child and Education*, 9, 44-56.
- Aypay, A. (2016). Investigating the role of traditional children's games in teaching ten universal values İn Turkey. *Eurasian Journal of Educational Research*, 62, 283-300.
- Başal, H. A. (2007). Geçmiş yıllarda Türkiye'de çocuklar tarafından oynanan çocuk oyunları. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 243-266.
- Berber Çelik, Ç. (2016). İnternet bağımlılığı eğilimini azaltmada eğitsel bir müdahale. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(3), 365-386.
- Boz, M., Uludağ, G., ve Tokuç, H. (2018). Aile katımlı sosyal beceri oyunlarının okul öncesi dönemdeki çocukların sosyal becerilerine etkisi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*; 38(1), 137-158.
- Bozkurt, H., Şahin, S., and Zoroğlu, S. (2016). İnternet bağımlılığı: Güncel bir gözden geçirme. *Journal of Contemporary Medicine*, 6(3), 235-247.
- Budak, M., Kılıç, M., ve Taşkın, H. (2017). The effect of traditional children's games on orientation and rhythm ability. *Science. Movement and Health Dergisi*, 17(2), 200-204.
- Charles, M. A. G., Abdullah, M. R., Musa, R. M., ve Kosni, N. A. (2017). The effectiveness of traditional games intervention program in the improvement of form one school-age children's motor skills related performance components. *Journal of Physical Education and Sport*, 17, 925-930.
- Chou, W. J., Huang, M. F., Chang, Y. P., Chen, Y. M., Hu, H. F., and Yen, C. F. (2017). Social skills deficits and their association with internet addiction and activities in adolescents with attention-deficit/hyperactivity disorder. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(1), 42-50.
- Civan, A., Özdemir, İ., Gencer, Y. G., ve Durmaz, M. (2018). Egzersiz ve stres hormonları. *Türkiye Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 1-14.
- Coşkun, N., Van Müdürlüğü, M. E., ve Samancı, O. (2012). İlköğretim 4. ve 5. sınıflarda sosyal beceri düzeyi ile sosyal bilgiler dersine yönelik tutumların çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Journal of Educational and Instructional Studies in the World*, 2(1), 32-41.
- Dehkordi, M. R. (2017). The educational impact of traditional games: the role of zurkhaneh sport in educating children. *International Journal of Science Culture and Sport*, 5 (3): 134-139.
- DeSocio, J., Hootman, J. (2004). Children's mental health and school success. *The Journal of School Nursing*, 20(4), 189-196.

- Duman, G., Temel, Z. F. (2011). Türkiye ve Amerika Birleşik Devletleri'nde anasınıfına devam eden çocukların oyun davranışlarının incelenmesi. *Sosyal Bilimler*, 1(1), 279-298.
- Durualp, E., Aral, N. (2010). .Altı yaşındaki çocukların sosyal becerilerine oyun temelli sosyal beceri eğitiminin etkisinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 160-172.
- Eslek, D., Yılmaz Irmak, T. (2018). Ekolojik sistemler kuramı çerçevesinde göçmen çocuklar ve oyunları üzerine bir derleme. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(3), 347-362.
- Eşgi, N. (2014). Aile-çocuk internet bağımlılık Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 22(2), 807-839.
- Fang, Y., Chen, K., ve Huang, Y. (2016). Emotional reactions of different interface formats: comparing digital and traditional board games. *Advances in Mechanical Engineering*, 8(3), 1-8.
- Ferrara, P., Corsello, G., Ianniello, F., Sbordone, A., Ehrich, J., Giardino, I., and Pettoello-Mantovani, M. (2017). Internet addiction: Starting the debate on health and well-being of children overexposed to digital media. *European Paediatric Association*, 191, 280-281.
- Gelişli, Y., Yazıcı, E. (2015). A study into traditional child games played in konya region in terms of development fields of children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 197, 1859-1865.
- Girmen, P. (2012). Eskişehir folklorunda çocuk oyunları ve bu oyunların yaşam becerisi kazandırmadaki rolü. *Milli Folklor*, 24(95), 263-273.
- Goldstein, T. R., and Lerner, M. D. (2016). Dramatic pretend play games uniquely improve emotional control in young children. *Developmental Science*, 21(12603), 1-13.
- Gökşen, C. (2014). Oyunların çocukların gelişimine katkıları ve Gaziantep çocuk oyunları. *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*, 52, 229-259.
- Göl Güven, M. (2017). Oyun temelli deneyimlerin sınıf ortamı, öğrencilerin davranışları, okul algıları ve çatışma dönüştürme becerilerine etkisi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(3), 1345-1366.
- Gür, K., Şişman, F. N., Şener, N., ve Çetindağ, Z. (2016). Internet addiction in Turkish adolescents and their postponed activities of daily living. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1), 32-38.
- Gür, K., Yurt, S., Bulduk, S., Atagöz, S. (2015). Internet addiction and physical and psychosocial behavior problems among rural secondary school students. *Nursing and Health Sciences*, 17, 331-338.

- Hazar, Z., Tekkurşun Demir, G., ve Dalkıran, H. (2017). Ortaokul öğrencilerinin geleneksel oyun ve dijital oyun algılarının incelenmesi: Karşılaştırmalı metafor çalışması. *Spormetre Dergisi*, 15(4), 179-190.
- Işık, B., Ayaz Alkaya, S. (2017). Internet use and psychosocial health of school aged children. *Psychiatry Research*, 255, 204-208.
- İnternet: *Çocuk Oyunları ve Spor Kulüpleri Federasyonu*. (2019). Web: <https://www.coskf.org.tr/yayin/6/yakan-top-oyunu>, Son Erişim Tarihi: 29.11.2019.
- İnternet: *Milli Eğitim Bakanlığı*. (2019). *Geleneksel çocuk oyunları ve fiziksel etkinlikler unutulmaya yüz tutmuş çocuk oyunlarımız*. Web: <http://gelenekselcocukoyunlari.com/oyun.aspx?id=15&idkat=3>, Son Erişim Tarihi: 29.11.2019.
- İnternet: *Türkiye İstatistik Kurumu*. (2018). *Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi*. Web: [tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt\\_id=1059](http://tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1059), Son Erişim Tarihi: 26.10.2019.
- İnternet: *United Nations International Children's Emergency Fund*. (2004). *Çocuk Haklarına Dair Sözleşme*. Web: <https://www.unicefturk.org/public/uploads/files/UNICEFCocukHaklarınaDairSozlesme.pdf>, Son Erişim Tarihi: 26.10.2019.
- İnternet: *United Nations International Children's Emergency Fund*. (2019). *The State of the World's Children Reports Statistical Tables (All)*. Web: [https://data.unicef.org/resources/dataset/sowc-2019-statistical-tables\\_](https://data.unicef.org/resources/dataset/sowc-2019-statistical-tables_), Son Erişim Tarihi: 29.10.2019.
- Jang, M. H., Ji, E. S. (2012). Gender differences in associations between parental problem drinking and early adolescents' internet addiction. *Journal For Specialists In Pediatric Nursing*, 17(4), 288–300.
- Karasu, F., Bayır, B., Çam, H. H. (2017). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(14), 374-388.
- Kaya, M. B. (2018). *Yaratıcı dramanın stresle başetmeye etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul: 1-150.
- Kazan, Ş., Kırçık, Ş. K. (2006). *Dünden bugüne Burdur'da oynanan çocuk ve genç oyunları*. Türkiye: Burdur İl Kültür Turizm Müdürlüğü, 38.
- Kocayörük, A., Kuzgun, Y. (2000). *İlköğretim öğrencilerinin sosyal becerilerini geliştirmede dramanın etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara: 1-70.
- Kooraki, M., Yazdkhasti, F., Ebrahimi, A., and Oreizi, H. R. (2010). Effectiveness of psychodrama in improving social skills and reducing internet addiction in female students. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 17(4), 279-288.
- Kumar, N., Kumar, A., Mahto, S. K., Kandpal, M., Deshpande, A. N., and Tanwar, P. (2019). Prevalence of excessive internet use and its correlation with associated psychopathology in 11th and 12th grade students. *General Psychiatry*, 32, 1-8.

- Kumar, S., Kumar, A., Badiyani, B., Singh, S. K., Gupta, A., and Bismail, M. (2018). Relationship of internet addiction with depression and academic performance in indian dental students. *Clujul Medical*, 91(3), 300-306.
- Lan, C. M., Lee, Y. H. (2013). The predictors of internet addiction behaviours for taiwanese elementary school students. *School Psychology International*, 34(6), 648-657.
- Lestari, P. I., Prima, E. (2017). The implementation of traditional games to improve the social emotional early childhood. *Journal of Educational Science and Technology*, 3(3), 178-184.
- Lestaringrum, A. (2017). The effects of traditional game 'congklak' and self-confidence towards logical mathematical intelligence of 5-6 years children. *Journal Ilmiah Pendidikan Prasekolah dan Sekolah Awal*, 3(1), 13-22.
- Li, W. H. C., Chung, J. O. K., Ho, K. Y., and Kwok, B. M. C. (2016). Play interventions to reduce anxiety and negative emotions in hospitalized children. *BMC Pediatrics*, 16(1), 16-36.
- Nawangarsi, G. (2016). Traditional games intervention effectiveness for children with internet addiction. 2. *Psychology & Humanity Asean Conference*: 729-733.
- Oral, T., Ersan, C. (2017). Çocuklarda (8-11 yaş) algılanan stres ölçeği'nin Türkçeye uyarlama çalışması. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 37, 419-428.
- Ömeroğlu, E., Büyüköztürk, Ş., Aydoğan, Y., Çakan, M., Kılıç Çakmak, E., Özyürek, A., Gültekin Akduman, G., Günindi, Y., Kutlu, Ö., Çoban, A., Yurt, Ö., Koğar, H., ve Karayol, S. (2014). Okul öncesi sosyal beceri değerlendirme ölçeği öğretmen formunun geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik analizleri. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum*, 3(8), 37-46.
- Özalp Gerçekler, G.Ö., Kahraman, A., Yardımcı, F., and Bolışık, B. (2014). İlköğretim öğrencilerinin geleneksel çocuk oyunlarını oynama durumlarının ve etkileyen etmenlerin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Aile Çocuk ve Eğitim Dergisi*, 2(3), 49-62.
- Özbay, G. (2017). Geleneksel oyun ve hayal kahramanlarından yararlanılarak hazırlanan öfke denetimi programının ilkokul öğrencileri üzerindeki etkililiğinin incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 62, 111-128.
- Özden Gürbüz, D. (2016). Geleneksel çocuk oyunları ve eğitimsel işlevleri: Emirdağ örneği. *Electronic Turkish Studies*, 11(14): 529-564.
- Özer, A., Gürkan, A. C. ve Ramazanoğlu, M. O. (2006). Oyunun çocuk gelişimi üzerine etkileri. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 54-57.
- Özservet Çakırer, Y. (2015). *Geleneksel çocuk oyunları için sokak temelli geleneksel oyun alanlarının yeniden keşfi*. I. Uluslararası Türk Dünyası Çocuk Oyun ve Oyuncakları Kurultayı, 264-269.

- Petrovska, S., Sivevska, D., and Cackov, O. (2013). Role of the game in the development of preschool child. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 92, 880-884.
- Pinel, J. P. J. (2015). *Biopsikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar: 112-525.
- Price, H. O. (Ed.). (2011). Internet addiction. psychology of emotions, motivations and actions. *New York: Nova Science Publishers: 25-119*.
- Ramamoorthy, S., Kamaldeen, D., Ravichandran, L., and Sundaramahalingam, M. (2019). Effect of stress on sleep hygiene among school going adolescents in chennai. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(9), 2917- 2920.
- Ramazan, M. O., Adak Özdemir, A. (2015). Çocuk oyun alanlarının/ parklarının fiziksel özelliklerinin ve kullanıcılarının davranışlarının incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 12(1), 1558-1576.
- Saikia, A. M., Das, J., Barman, P., and Bharali, M. D. (2019). Internet addiction and its relationships with depression, anxiety and stress in urban adolencents of kamrup district, assam. *Journal of Family and Community Medicine*, 26(2), 108-112.
- Samancı, O., Uçan, Z. (2017). Çocuklarda sosyal beceri eğitimi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(1), 281-288.
- Savaş, E., Gülüm, K. (2014). Geleneksel oyunlarla öğretim yöntemi uygulamasının başarı ve kalıcılık üzerine etkisi. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 183-202.
- Shahroom, S. B., Ganapathy, D., ve Visalakshi, R. M. (2019). The perception of youth on physical activity to relieve stress. *Drug Invention Today*, 12(6), 1138-1142.
- Shin, Y.M. (2017). Smartphone addiction in children and adolescents. In: K.S. Young & C. N. de Abreu (editors) *Internet addiction in children and adolescents: risk factors assessment and treatment*. New York: Springer Publishing Company, 29-46.
- Sümbüllü, Y. Z., Altınışik, M. E. (2016). Geleneksel çocuk oyunlarının değerler eğitimi açısından önemi. *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 73-85.
- Şahin, C., Tuğrul, V. M. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Zeitschrift Für Die Welt Der Türken Dergisi*, 4(3), 115-130.
- Şahin, G. (2016). Farklı hızlarda ip atlama antrenmanlarının anaerobik güce etkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 75-86.
- Tahmores, A. H. (2011). Role of play in social skills and intelligence of children. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 30, 2272-2279.
- Taş, İ., Ayas, T. (2018). Psikolojik belirtileri azaltmaya yönelik psiko-eğitim programının ergenlerde internet bağımlılığına etkisi. *Eğitim ve Bilim*, 43(196), 257-279.

- Tatira, L. (2014). Traditional games of shona children. *The Journal of Pan African Studies*, 7(4), 156-174.
- Tatli, Z. (2018). Taraditional and digital game preferences of children: A CHAID analysis on middle school students. *Contemporary Educational Technology*, 9(1), 90-110.
- Telef, B. B. (2016). Investigating the relationship among internet addiction, positive and negative affects, and life satisfaction in turkish adolescents. *International Journal of Progressive Education*, 12(19), 128-135
- Toksoy, A. C. (2010). Yarışma niteliği taşıyan geleneksel çocuk oyunları. *Acta Turcica Çevrimiçi Tematik Türkoloji Dergisi*, 2(1): 205-220.
- Türkoğlu, B. (2018). Selçuklu bilişsel eğitim programının çocukların farklı beceri alanlarına etkisine ilişkin uygulayıcı sınıf öğretmenlerinin görüşleri. *Kastamonu Education Journal*, 26(85), 1653-1666.
- Uysal Bayrak, H., Özen Altınkaynak, Ş., ve Erginsoy Osmanoğlu, D. (2018). Okul öncesi dönemdeki çocukların problem durumunda kullandıkları başa çıkma stratejilerinin incelenmesi. *Sakarya Üniversitesi Journal of Education*, 8(2), 72-82.
- Vondrackova, P., Gabrhelik, R. (2016). Prevention of internet addiction: A systematic review. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4), 568-579.
- Wang, R., Bianchi, S. M., and Raley, S. B. (2005). Teenagers' internet use and family rules: A research note. *Journal of Marriage and Family*, 67(5), 1249-1258.
- Wee, C., Zhao, Z., Yap, P., Wu, G., Shi, F., Price, T., Du, Y., Xu, J., Zhou, Y., and Shen, D. (2014). Disrupted brain functional network in internet addiction disorder: A resting-state functional magnetic resonance imaging study. *PloS One Dergisi*, 9(9), 107-306.
- Yayan, E. H., Zengin, M. (2018). Çocuk kliniklerinde terapötik oyun. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(1), 226-233.
- Zekioğlu, A., Tatar, A., ve Özdemir, H. (2018). Analysis of sports and social skill relation in a non-sportive group. *Journal of Education and Training Studie*, 6(8), 108-115.







**EKLER**

## EK-1. Öğrenci Kişisel Bilgi Formu

**ÖĞRENCİ KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

Değerli Öğrenci;

Bu araştırma Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı kapsamında “Geleneksel Çocuk Oyunlarının İnternet Bağımlılığı, Sosyal Beceri ve Stres Düzeyine Etkisi” konulu tez çalışması olarak planlanmıştır. Araştırmanın güvenilirliği açısından soruların doğru ve eksiksiz yanıtlanması önem taşımaktadır. Bu veriler araştırma dışında başka bir amaçla kullanılmayacaktır. Katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Araştırmanın yapılabilmesi için gerekli izinler yazılı olarak alınmıştır.

Sizden beklenen formu ve ölçeği dikkatlice okuyarak size en uygun ifadeyi işaretlemenizdir. Katılımınız ve işbirliğiniz için teşekkür ederim.

Danışman öğretim üyesi

Prof. Dr. Sultan AYAZ ALKAYA

Yüksek lisans öğrencisi

Dilek KACAR

1. Okul numaranız: .....
2. Sınıf ve şubeniz: .....
3. Cinsiyet :        ( ) Kız     ( ) Erkek
5. İnternet kullanır mısınız? ( ) Evet                      ( ) Hayır
6. İnterneti genellikle en fazla hangi ortamda kullanırsınız?  
       ( ) İnternet kafe     ( ) Ev            ( ) Okul    ( ) Diğer .....
7. Tek oturuşta en fazla kaç dakika (dk) internete bağlanırsınız?  
       ( ) 15 - 30 dk        ( ) 45 dk        ( ) 60 dk    ( ) Diğer.....
8. Bir günde kaç saat internet kullanırsınız?  
       ( ) 0-2 saat        ( ) 3-4 saat        ( ) 5 saat ve üzeri    ( ) Diğer.....
9. Haftada kaç gün internet kullanırsınız?  
       ( ) Her gün     ( ) Haftada iki gün    ( ) Haftada üç-dört gün    ( ) Diğer.....



## EK-3. Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği

Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için <u>her zaman doğru ise “Devamlı (5)”</u> , <u>hiçbir zaman doğru değilse “Hiçbir Zaman (0)”</u> olacak şekilde işaretleme yapınız. Lütfen her bir maddeyi okuyunuz ve doğru bir şekilde cevaplayınız.	Uygun Değil	Nadiren	Ara Sıra	Çoğunlukla	Çok Sık	Devamlı
1. Hangi sıklıkla çocuğunuz aile üyeleri ile vakit geçirmek yerine internette zaman harcamayı tercih eder?						
2. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette zaman harcamak için günlük ev işlerini ihmal eder?						
3. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette ne yaptığını sorduğunuzda savunmacı ya da gizemli olur?						
4. Hangi sıklıkla çocuğunuz interneti kullanmadan öncesine göre yorgun ve bitkin görünür?						
5. Hangi sıklıkla çocuğunuz internetteki kullanıcılarla yeni arkadaşlıklar kurar?						
6. Hangi sıklıkla çocuğunuz odasında yalnız başına bilgisayarda oyun oynayarak zaman geçirir?						
7. Hangi sıklıkla çocuğunuzun internet ortamında harcadığı süreden şikayet edersiniz?						
8. Hangi sıklıkla çocuğunuzun notları internette harcadığı süreden dolayı düşer?						
9. Hangi sıklıkla çocuğunuz interneti keşfettiğinden beri diğer insanlardan uzak durur?						
10. Hangi sıklıkla çocuğunuz internete bağlı kalması için koyduğunuz zaman sınırına uymaz?						
11. Hangi sıklıkla çocuğunuz başka bir şey yapmadan önce e-postasını (e-mail) denetler?						
12. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette ne kadar süre kaldığı ile ilgili uyarılarınıza öfke nöbetleri oluşturur?						
13. Hangi sıklıkla çocuğunuzu aksini söylemenize rağmen gizlice internete bağlanırken bulursunuz?						
14. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette iken rahatsız edildiğinde kontrolünü kaybeder, bağırır ya da rahatsız olmuş gibi hareketler yapar?						
15. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette bağlı değilken internetle ilgili bir şeyler yapar görünür?						
16. Hangi sıklıkla çocuğunuz yapmaktan hoşlandığı hobi ve/veya dışarıda bir etkinlik yapmak yerine internette zaman geçirmeyi seçer?						
17. Hangi sıklıkla çocuğunuz arkadaşları ile birlikte dışarı gitmek yerine internet ortamında zaman geçirmeyi seçer?						
18. Hangi sıklıkla çocuğunuz internetten yeni tanıştığı arkadaşlarından telefon çağrılarını alır?						
19. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette olmadığına kendini mutsuz, hüzünlü veya gergin hissedip, internete girince rahatlar?						
20. Hangi sıklıkla çocuğunuz internette geçireceği zaman konusunda sınır koyduğunuzda kızgın ya da kavgacı olur?						

## EK-4. Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği

<b>SOSYAL BECERİLERİ DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ</b>					
Maddeler	Her zaman yapar	Çok sık yapar	Genellikle yapar	Çok az yapar	Hiç bir zaman yapmaz
<b>Temel Sosyal Beceriler</b>					
1. Çevresinde gelişen olayları gözlemler (Çevresinde yer alan canlı ve cansız varlıklar ve bunların özellikleri hakkında veri toplayarak bilgi edinir.)					
2. Konuşurken, sözel anlatımının anlamını pekiştirmek ve tamamlamak için mimikler kullanır.					
3. Konuşurken, sözel anlatımının anlamını pekiştirmek ve tamamlamak için jestler kullanır.					
4. Birlikte olduğu insanlara karşı hissettiği duygulara göre arasındaki mesafeyi ayarlar (uzak ya da yakın durur).					
5. Başkalarıyla ilişkilerinde, karşısındakine duygularını aktarmak için bedensel teması kullanır (Sarılma, öpme, kucaklama, kolları tutma, sırtı tutma vb.).					
6. İçinde bulunduğu ortama göre (başkalarıyla konuşurken, dinlerken) beden duruşunu sergiler.					
7. Başkalarıyla etkileşim halindeyken (başkalarıyla konuşurken, dinlerken) göz kontağı kurar.					
8. Daha önce neler söylediği sorulduğunda tekrar söyler.					
9. Kıyafet temizliğine dikkat eder.					
10. Başkaları konuşurken konuşmanın içeriğine uygun geri bildirimde bulunur.					
11. Eşyalarını (kalem, silgi, oyuncak vb.) başkalarıyla paylaşır.					
12. Başkalarıyla gerektiğinde iş birliği yapar.					
13. Başkaları konuşurken dinler.					
<b>Temel Konuşma Becerileri</b>					
1. Konuşmayı başlatır.					
2. Konuşmayı sürdürür.					
3. Konuşmayı bitirir.					
4. Konuşmayı bitirdikten sonra yeniden başlatır.					

## EK-4. (devam) Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği

<b>İleri Konuşma Becerileri</b>					
1.Konuşmak için başkalarının konuşmasını tamamlamasını bekler.					
2. Konuşmasını, konuşmanın içeriğine uygun olmayan duraklamalar yapmadan sürdürür.					
3. Konuşurken başkaları tarafından anlaşılabilmek için konuşma hızını ayarlar.					
4. Konuşurken, konuşmada yer alan duygu ve düşüncelerin anlamına ışık tutan vurgulamalarda bulunur.					
5. Konuşurken içinde bulunduğu ortama göre ses tonunu ayarlar.					
<b>İlişkiyi Başlatma Becerileri</b>					
1.İlk tanıştığı kişilere kendisini tanıtır.					
2.Tanıdığı kişileri başkalarına tanıtır.					
3.Tanıdığı kişilerle karşılaşınca gülümser.					
4.Tanıdığı kişilerle karşılaşınca selam verir (sözlü ya da başıyla).					
5.Kendisinden farklı olan arkadaşlarıyla birlikte olur.					
<b>İlişkiyi Sürdürme Becerileri</b>					
1.Gereksinim duyduğunda başkalarından yardım ister.					
2.Yardıma gereksinimi olan kişiler yardım istemeden onlara yardım etmeyi teklif eder.					
3.Gereksinim duyduğunda izin ister.					
4.Kendisine yardım edildiğinde teşekkür eder.					
5.Birisine zarar verince özür diler.					
6.Bir şey istediğinde lütfen sözcüğünü kullanır.					
<b>Grupla İş Yapma Becerileri</b>					
1.Bir gruba katılmak için grup üyelerinden izin alır.					
2.Grup faaliyetlerine katılır.					
3.Grupta iş bölümüne uyar.					
4.Grupta sorumluluğunu yerine getirir.					
5.Sınıf arkadaşlarına oyun oynamayı teklif eder.					
6.Oynanmakta olan oyuna katılmayı teklif eder.					
7.Arkadaşlarına yeni oyunlar oynamayı teklif eder.					
<b>Duygusal Beceriler</b>					
1.Başkalarıyla ilgili olumsuz duygularını ifade eder.					
2. Başkalarıyla ilgili olumlu duygularını ifade eder.					

## EK-4. (devam) Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği

3.Başkalarının kendisine karşı neler hissettiğini ifade eder.					
4.Gerektiğinde kendisiyle ilgili olumlu ifadeler kullanır.					
5.Arkadaşları bir iş başardığında onlara övücü sözler söyler.					
6.Başkalarından farklı olan düşüncelerini söyler.					
<b>Kendini Kontrol Etme Becerileri</b>					
1.Karşısındakinin duygu durumuna göre uygun tepki verir.					
2.Aşırı sevinç, üzüntü, öfke, korku gibi duygularını uygun şekilde ifade eder.					
3.Öfkesini başkalarına zarar vermeden ortaya koyar.					
4.Başkalarını rahatsız etmekten kaçınır.					
5.Başkalarıyla arasında olan farklılıkları konuşarak çözer.					
6.Başkalarıyla olan problemlerini kavga etmeden çözer.					
<b>Saldırgan Davranışlarla Başa Çıkma Becerileri</b>					
1.Kendisinden istemediği bir şeyi yapması istendiğinde hayır der.					
2.Kendisine yapılması istemediği bir davranış olduğunda karşısındakine söyler.					
3.Suçlamalar karşısında kendini savunur.					
4.Kendisiyle alay edildiğinde duymazlıktan gelir.					
<b>Sonuçları Kabul Etme Becerileri</b>					
1.Kurallara uymadığında ortaya çıkan sonuçları kabul eder.					
2.Başarısız olduğunda bu durumu sakince karşılar.					
3.Uygun olmayan davranışlar sergilediğinde ortaya çıkan sonuçları kabul eder.					
<b>Yönerge Verme Becerileri</b>					
1.Gerektiğinde soru sorar					
2.Kendisine soru sorulduğunda cevap verir.					
3.Gerektiğinde başkalarına sözel yönerge verir.					
4.Gerektiğinde başkalarınca verilen sözel yönergelere uyar.					
<b>Bilişsel Becerileri</b>					
1.İçinde bulunduğu sosyal ortama uygun davranışlar gösterir.					
2.Kendi yaptıklarını objektif olarak gözden geçirerek değerlendirir.					
3.Kendi kendine herhangi bir konu ile ilgili araştırma yapıp onun hakkında bilgi edinir.					
4.Başkalarını ikna edinceye kadar haklı olduğu bir konuyu savunur.					
5.Bir problemin çözümü için alternatifler üretir.					
6.Bir problemi çözer.					



## EK-5. Çocuklarda (8-11 Yaş) Algılanan Stres Ölçeği

	<b>Hiç</b>	<b>Bazen</b>	<b>Sık sık</b>	<b>Her Zaman</b>
1. Geçen hafta sakinleşmekte zorlandın mı?	( )	( )	( )	( )
2. Geçen hafta çok fazla işin ya da ödevin olduğunu ama çok az zamanın kaldığını düşündün mü?	( )	( )	( )	( )
3. Geçen hafta düşünmen gereken sorunlar oldu mu?	( )	( )	( )	( )
4. Geçen hafta sınıfındaki diğer çocuklara kolayca kızdın mı?	( )	( )	( )	( )
5. Geçen hafta bir sorun hemen çözülmediğinde sabırsızlandın mı?	( )	( )	( )	( )
6. Geçen hafta olan kötü şeyleri düşündün mü?	( )	( )	( )	( )
7. Geçen hafta bir şeyi beklerken sabırsızlandın mı?	( )	( )	( )	( )
8. Geçen hafta kolayca keyfin kaçtı mı?	( )	( )	( )	( )
9. Geçen hafta kolayca üzüldün mü?	( )	( )	( )	( )

## EK-6. Sosyal Beceri Ölçeği

## SOSYAL BECERİ ÖLÇEĞİ

Sevgili Öğrenciler,

Bu ölçek sosyal beceri düzeyini ölçmek amacıyla, günlük yaşantınızda ortaya koyduğunuz sosyal beceri davranışlarını içeren cümlelerden oluşmaktadır. Aşağıdaki cümleleri dikkatle okuyunuz. Her bir cümle dört şıktan oluşmaktadır. Okuduğunuz cümle size hiç uygun gelmiyorsa 1'i, size biraz uygun geliyorsa 2'yi, genellikle uygun geliyorsa 3'ü, tamamen uygun geliyorsa 4'ü işaretleyiniz.

1 2 3 4

		1	2	3	4
1	Grup içinde konuşmak istediğimde izin alırım				
2	Grup içinde rahatlıkla konuşurum				
3	Sınıfa yeni gelen bir arkadaşın yanına gidip onunla tanışırım				
4	Hoşlandığım insanlarla yakınlık kurarım				
5	Arkadaşlarıma beğendiğim özelliklerini söylerim				
6	Arkadaşlarımdan hatalı yönlerini kendilerine söyler ve uyarırım				
7	Gerektiğinde teşekkür etmeyi ihmal etmem				
8	Ortamdan 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 tanıştırırım				
18	Anlatılanları dikkatle dinlerim				
19	Sınavdan iyi not alan arkadaşlarımla tebrik ederim				
20	Derslerimi bitirince, eğlenecek bir şeyler bulurum				

## EK-7. Araştırmacının Eğitim Sertifikası



## EK-7. (devam) Araştırmacının Eğitim Sertifikası



T.C.  
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIğI  
Özel Öğretim Kurumları Genel Müdürlüğü

## KURS BİTİRME BELGESİ

KURSIYERİN		PROGRAMIN		BELGENİN	
T.C KİMLİK NO	42338022194	MESLEK	Eğitimde Oyun Etkinlikleri	NUMARASI	9995301120190052394285
ADI SOYADI	Dilek KACAR	ALAN	Çocuk Gelişimi Ve Eğitimi	TARİH	06/07/2019
BABA ADI	Nuri	SÜRESİ	80	VERİLDİĞİ YER	Ankara-Cankaya Özel Maarif Uzaktan Öğretim Kursu
ANNE ADI	Emine				

Yukarıda açık kimliği yazılı Dilek KACAR , 5580 sayılı Kanuna dayanarak çıkartılan Millî Eğitim Bakanlığı Özel Öğretim Kurumları Yönetmeliği gereğince 17/06/2019 - 05/07/2019 tarihleri arasında düzenlenen 80 saatlik Eğitimde Oyun Etkinlikleri programını tamamlayarak bu belgeyi almaya hak kazanmıştır.

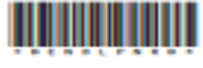



Emre DALDIRAN  
Kurum Müdürü

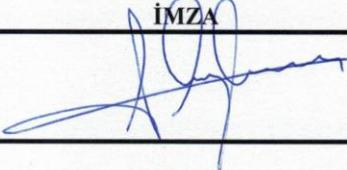
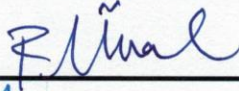

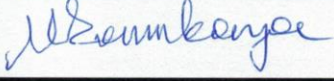

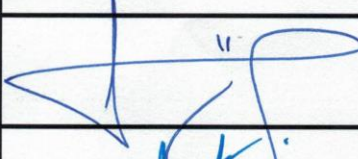


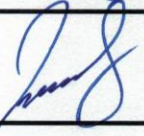
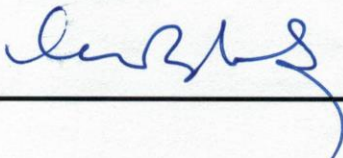


Mustafa ÖZEL  
İlçe Millî Eğitim Müdürü

## EK-8. Gazi Üniversitesi Etik Komisyon Yazısı

Evrak Tarih ve Sayısı: 17/12/2018-E.166003			
		<b>T.C. GAZİ ÜNİVERSİTESİ Etik Komisyonu</b>	
			
Sayı :	77082166-302.08.01-		
Konu :	Bilimsel ve Eğitim Amaçlı		
<b>SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE</b>			
İlgi : 11/10/2018 tarihli ve 14574941-199- 136909 sayılı yazı.			
İlgi yazınız ile göndermiş olduğunuz, Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi <b>Dilek KACAR</b> 'ın, Prof.Dr. <b>Sultan AYAZ ALKAYA</b> 'nın danışmanlığında yürüttüğü " <i>Geleneksel Çocuk Oyunlarının İnternet Bağimliğine Etkisi</i> " adlı tez çalışması ile ilgili konu Komisyonumuzun <b>11.12.2018</b> tarih ve <b>10</b> sayılı toplantısında görüşülmüş olup,			
İlgilinin çalışmasının, yapılması planlanan yerlerden izin alınması koşuluyla yapılmasında etik açıdan bir sakınca bulunmadığına oybirliği ile karar verilmiş ve karara ilişkin imza listesi ekte gönderilmiştir.			
Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.			
<b>e-İmzalıdır Prof. Dr. Alper CEYLAN Komisyon Başkanı</b>			
Araştırma Kod No: 2018-437			
Ek:1 Liste			
			
Ankara Tel:0 (312) 202 20 57 - 0 (312) 2... Faks:0 (312) 202 28 76 İnternet Adresi : <a href="http://etikkomisyon.gazi.edu.tr/">http://etikkomisyon.gazi.edu.tr/</a>		Bilgi için :Burak Çınak Genel Evrak Sorumlusu Telefon No:0312 202 26 41	

## EK-8. (devam) Gazi Üniversitesi Etik Komisyon Yazısı

<b>GAZİ ÜNİVERSİTESİ ETİK KOMİSYONU KATILIM LİSTESİ</b>	
<b>TOPLANTI TARİHİ : 11.12.2018</b>	<b>TOPLANTI SAYISI : 10</b>
ADI-SOYADI	İMZA
Prof.Dr.Alper CEYLAN BAŞKAN	
Prof.Dr. Mustafa N.İLHAN BAŞKAN YRD.	KATILAMADI
Prof.Dr.Rahmi ÜNAL	
Prof.Dr.Mehmet Sayım KARACAN	
Prof.Dr.Mustafa SARIKAYA	
Prof.Dr.İbrahim DOĞAN	KATILAMADI
Prof.Dr.C. Haluk BODUR	
Prof.Dr.Mustafa İLBAŞ	KATILAMADI
Prof.Dr.Fusun DEMİREL	
Prof.Dr.Aymelek GÖNENÇ	
Doç.Dr.Nihan KAFA	
Doç.Dr.Zehra GÖÇMEN BAYKARA	
Doç.Dr.Latif AYDOS	

## EK-9. Kurum İzin Yazısı



T.C.  
YOZGAT VALİLİĞİ  
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 55005497-605.02-E.21767057  
Konu : Araştırma İzni

14/11/2018

VALİLİK MAKAMINA

- İli: a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü'nün 22/08/2017 tarihli ve 3558626-10.06.01-E.12607291 sayılı 2017/25 nolu genelgesi.  
b) Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'nün 11/10/2018 tarihli ve 14574941-302.99-E.38521 sayılı yazısı.

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Dilek KACAR'ın, Prof. Dr. Sultan AYAZ ALKAYA danışmanlığında yürüteceği "Geleneksel Çocuk Oyunlarının İnternet Bağımlılığına Etkisi" konulu tez çalışmasına ilişkin İli (b) yazı ve işlemli belgeleri ekte sunulmuştur.

Söz konusu araştırmanın İli (a) genelgede belirtilen esaslar doğrultusunda, İlimiz Merkez Fatma Temel Turhan Ortaokulu Müdürlüğünde, 2018-2019 eğitim öğretim yılında yapılmasında herhangi bir sakınca bulunmamakta olup, Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Mekamınızca da uygun görülmesi halinde ohurlarınıza arz ederim.

Yusuf YAZICI  
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek: İli (b) Yazı ve Ekleri (30 sayfa)

O L U R  
14/11/2018  
Salih ALTUN  
Vali a.  
Vali Yardımcısı

Karapınar Mah. Hürriyetçiler Cad. no: 57 66100 YOZGAT  
Faks: (0 354) 2806669  
Tel: (0 354) 280 66 21 e-posta: arge56@meb.gov.tr

MEM 2.Kat No:45 AR-GE  
Açık adresli bilgi için: H.ÜÇAR Şef.  
Elektronik Ağ: www.yozgat.meb.gov.tr

Bu e-iletim güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. İmza kontrolü için: <http://yozgat.meb.gov.tr> adresindeki BİT-13-4406-3960-9204-5012 kodu ile teyit edilebilir.

## EK-10. Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu (Müdahale Grubu)

### **Veliler İçin Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu**

**Araştırmanın adı:** Geleneksel Çocuk Oyunlarının İnternet Bağımlılığı, Sosyal Beceri ve Stres Düzeyine Etkisi

**Sorumlu Araştırmacı:** Prof. Dr. Sultan Ayaz Alkaya

Sayın Veli,

‘Geleneksel Çocuk Oyunlarının İnternet Bağımlılığı, Sosyal Beceri ve Stres Düzeyine Etkisi’ adlı çalışmaya kızınız/oğlunuzun katılması için davet edilmiş bulunmaktadır. Bu çalışma Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Yüksek Lisans Programı kapsamında araştırma amaçlı yapılmaktadır. Kızınızın/oğlunuzun çalışmaya katılmasına izin vermeden önce çalışmayla ilgili bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırın ve bu bilgileri kızınız/oğlunuz ve ailenizle tartışınız. Aşağıdaki bilgileri okuyup anladıktan sonra çocuğunuzun araştırmaya katılmasını isterseniz formu imzalayıp araştırmacıya gönderiniz.

Oyun çocuğun fiziksel, duygusal, bilişsel ve psikososyal gelişimini etkiler. Arkadaşlarıyla iletişime geçmesine, liderlik duygusu kazanmasına yarar sağlar. Çocuklar yaşadıkları sosyal çevrenin kurallarını, görev ve sorumluluklarını oyunlar sayesinde öğrenir. Çocuklar oyunla beraber kaybetmeyi, başka insanlara saygı duymayı öğrenir. Yapılan araştırmalarda oyunun çocuktaki endişe duygusunu azalttığı görülmüştür. Aynı zamanda çocuk kendini rahatsız eden durumları oyun yoluyla ifade eder. Gelişen teknolojiyle beraber geleneksel çocuk oyunlarının yerini bilgisayar oyunları almıştır. Çocukların internet oyunlarına yönelmesi onların sosyalleşmesini engellemekte, eğitim kariyerlerinde zarara yol açmaktadır. İnternette fazla zaman geçirmelerinden kaynaklı aile içi çatışma, uyku problemleri görülmektedir. İnternet bağımlılığını önlemek için geleneksel çocuk oyunlarından faydalanılmaktadır. Bu sayede çocuklar internet olmadan yaşam tarzı deneyimi kazanırlar. Bu çalışmanın geleneksel çocuk oyunlarının çocuklardaki stres düzeyinin azalmasına ve aynı zamanda çocukların sosyal becerilerinin gelişmesine ve dolayısıyla internet bağımlılığının önlenmesine katkıda bulunacağı öngörülmektedir.

Bu araştırma 2018-2019 eğitim öğretim yılında uygulanacaktır. Araştırma 5. ve 6. sınıflarda öğrenim gören gönüllü öğrenciler ile yapılacaktır. Kızınız/oğlunuzun çalışmaya katılmasını istemeyebilirsiniz. Ayrıca izin verseniz bile, herhangi bir aşamada izninizi geri çekme hakkına sahipsiniz. Çalışmaya katılım sizin izninizle birlikte oğlunuz/ kızınızın



**EK-10. (devam) Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu (Müdahale Grubu)**

isteğine bağlı, istemezse çalışmaya katılmayabilir. Çalışma anket yöntemi (yüz yüze görüşme), Ölçek Yöntemi (yüz yüze görüşme) ve Geleneksel Çocuk Oyunu Oynama (deneysel çalışma) ile yapılacaktır.

Kızınız/oğlunuzun verdiği cevaplar hiç kimse ile paylaşılmayacaktır. Çalışma programı okul derslerini engellemeyecektir. Oyunlar okul yönetiminin uygun gördüğü zamanlarda yapılacaktır. Geleneksel çocuk oyunları kızınızın/oğlunuzun sosyal becerilerini geliştirecek, internet bağımlılığını ve çocuğunuzun stres düzeyini azaltacaktır.

Araştırmanın yapılması için gerekli izinler yazılı olarak alınmıştır. Çalışmaya katılmak için size ek ödeme yapılmayacaktır ve herhangi bir ücret istenmeyecektir. Çalışmanın sonuçları, sizin ve kızınız/oğlunuzun kişisel bilgileri gizli tutularak bilimsel amaçlı olarak kullanılacaktır. Bu çalışmanın sonuçları tarafınıza ve okul yönetimine kimlik belirtilmeden yazılı olarak bildirilecektir.

Çalışma ile ilgili tüm sorunuzu sormak ya da çalışmayla ilgili ek bilgi almak istediğinizde araştırmacıya ulaşabilirsiniz. Aşağıda araştırmacının iletişim bilgileri yer almaktadır. İmzalı bu form kağıdının bir kopyası sizde kalacaktır. Araştırmaya verdiğiniz destek için teşekkür ederim.

İmza

**Velinin Adı Soyadı:**

**Araştırmacılar**

Yüksek lisans Öğrencisi: Dilek KACAR, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Danışman: Prof. Dr. Sultan Ayaz, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

**İletişim Adresi**

Tez Öğrencisi: Dilek KACAR

Yozgat Şehir Hastanesi

**email: [dilekkacar9@gmail.com](mailto:dilekkacar9@gmail.com)**

## EK-11. Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu (Kontrol Grubu)

### **Veliler İçin Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu**

**Araştırmanın adı:** Geleneksel Çocuk Oyunlarının İnternet Bağımlılığı, Sosyal Beceri ve Stres Düzeyine Etkisi

**Sorumlu Araştırmacı:** Prof. Dr. Sultan Ayaz Alkaya

Sayın Veli,

‘Geleneksel Çocuk Oyunlarının İnternet Bağımlılığı, Sosyal Beceri ve Stres Düzeyine Etkisi’ adlı çalışmaya kızınız/oğlunuzun katılması için davet edilmiş bulunmaktadır. Bu çalışma Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Yüksek Lisans Programı kapsamında araştırma amaçlı yapılmaktadır. Kızınızın/oğlunuzun çalışmaya katılmasına izin vermeden önce çalışmayla ilgili bilgileri dikkatlice okumak için zaman ayırın ve bu bilgileri kızınız/oğlunuz ve ailenizle tartışınız. Aşağıdaki bilgileri okuyup anladıktan sonra çocuğunuzun araştırmaya katılmasını isterseniz formu imzalayıp araştırmacıya gönderiniz.

Oyun çocuğun fiziksel, duygusal, bilişsel ve psikososyal gelişimini etkiler. Arkadaşlarıyla iletişime geçmesine, liderlik duygusu kazanmasına yarar sağlar. Çocuklar yaşadıkları sosyal çevrenin kurallarını, görev ve sorumluluklarını oyunlar sayesinde öğrenir. Çocuklar oyunla beraber kaybetmeyi, başka insanlara saygı duymayı öğrenir. Yapılan araştırmalarda oyunun çocuktaki endişe duygusunu azalttığı görülmüştür. Aynı zamanda çocuk kendini rahatsız eden durumları oyun yoluyla ifade eder. Gelişen teknolojiyle beraber geleneksel çocuk oyunlarının yerini bilgisayar oyunları almıştır. Çocukların internet oyunlarına yönelmesi onların sosyalleşmesini engellemekte, eğitim kariyerlerinde zarara yol açmaktadır. İnternette fazla zaman geçirmelerinden kaynaklı aile içi çatışma, uyku problemleri görülmektedir. İnternet bağımlılığını önlemek için geleneksel çocuk oyunlarından faydalanılmaktadır. Bu sayede çocuklar internet olmadan yaşam tarzı deneyimi kazanırlar. Bu çalışmanın geleneksel çocuk oyunlarının çocuklardaki stres düzeyinin azalmasına ve aynı zamanda çocukların sosyal becerilerinin gelişmesine ve dolayısıyla internet bağımlılığının önlenmesine katkıda bulunacağı öngörülmektedir.

Bu araştırma 2018-2019 eğitim öğretim yılında uygulanacaktır. Araştırma 5. ve 6. sınıflarda öğrenim gören gönüllü öğrenciler ile yapılacaktır. Kızınız/oğlunuzun çalışmaya katılmasını istemeyebilirsiniz. Ayrıca izin verseniz bile, herhangi bir aşamada izninizi geri

**EK-11. (devam) Aydınlatılmış Onam ve İzin Formu (Kontrol Grubu)**

çekme hakkına sahiptir. Çalışmaya katılım sizin izninizle birlikte oğlunuz/ kızınızın isteğine bağlı, istemezse çalışmaya katılmayabilir.

Çalışma anket yöntemi (yüz yüze görüşme), Ölçek Yöntemi (yüz yüze görüşme) ve Geleneksel Çocuk Oyunu Oynama (deneysel çalışma) ile yapılacaktır. Kızınız/oğlunuzun verdiği cevaplar hiç kimse ile paylaşılmayacaktır. Çalışma programı okul derslerini engellemeyecektir. Oyunlar okul yönetiminin uygun gördüğü zamanlarda yapılacaktır. Geleneksel çocuk oyunları kızınızın/oğlunuzun sosyal becerilerini geliştirecek, internet bağımlılığını ve çocuğunuzun stres düzeyini azaltacaktır.

Araştırmanın yapılması için gerekli izinler yazılı olarak alınmıştır. Çalışmaya katılmak için size ek ödeme yapılmayacaktır ve herhangi bir ücret istenmeyecektir. Çalışmanın sonuçları, sizin ve kızınız/oğlunuzun kişisel bilgileri gizli tutularak bilimsel amaçlı olarak kullanılacaktır. Bu çalışmanın sonuçları tarafınıza ve okul yönetimine kimlik belirtilmeden yazılı olarak bildirilecektir.

Çalışma ile ilgili tüm sorunuzu sormak ya da çalışmayla ilgili ek bilgi almak istediğinizde araştırmacıya ulaşabilirsiniz. Aşağıda araştırmacının iletişim bilgileri yer almaktadır. İmzalı bu form kağıdının bir kopyası sizde kalacaktır. Araştırmaya verdiğiniz destek için teşekkür ederim.

İmza

**Velinin Adı Soyadı:**

**Araştırmacılar**

Yüksek lisans Öğrencisi: Dilek KACAR, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Danışman: Prof. Dr. Sultan Ayaz, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

**İletişim Adresi**

Tez Öğrencisi: Dilek KACAR

Yozgat Şehir Hastanesi

**email: [dilekkacar9@gmail.com](mailto:dilekkacar9@gmail.com)**

## EK-12. Ölçek Kullanım İzni

Convergence Welcome Dilek KACAR Themes Help Sign out

**Inbox**

Get Mail Write Reply Forward Move Print Delete All Attributes

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Subject	From	Date	Size	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	[Genel] Yaşam Boyu Öğrenme Merkezi Koordinatörlüğü Duyurusu: Evliliği Güçlen...	Basın ve Halkla İlişkiler Müdürlü...	02/04/19 05:19 PM	8KB	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Re: Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği	necmi.esgi@gop.edu.tr	02/04/19 02:11 PM	5KB	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	[Genel] Vefat Duyurusu: Dr. İrem Akçam Yalçın'ın Kaynpederi	Basın ve Halkla İlişkiler Müdürlü...	02/04/19 01:43 PM	7KB	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Dilek, did this researcher author this publication?	ResearchGate	02/01/19 08:44 PM	23KB	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	[Genel] Yapı İşleri ve Teknik Daire Başkanlığı Duyurusu: Elektrik Kesintisi İptali	Basın ve Halkla İlişkiler Müdürlü...	02/01/19 05:20 PM	8KB	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	[Genel] Prof. Dr. Atalay Yörükoğlu Ulusal Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Politikaları ...	Basın ve Halkla İlişkiler Müdürlü...	02/01/19 03:07 PM	10KB	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	[Genel] Teşekkür Mesajı: Doç. Dr. S. Cumhur Altıntaş, Prof. Dr. K. Hakan Altıntaş	Basın ve Halkla İlişkiler Müdürlü...	01/31/19 12:06 PM	9KB	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	[Genel] Yapı İşleri ve Teknik Daire Başkanlığı Duyurusu: Elektrik Kesintisi Hakkında ...	Basın ve Halkla İlişkiler Müdürlü...	01/31/19 09:12 AM	9KB	<input type="checkbox"/>

Subject: Re: Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği  
To: Dilek KACAR  
Date: 02/04/19 02:11 PM  
From: necmi.esgi@gop.edu.tr

2019-02-02 15:39, Dilek KACAR yazmış:  
>>Merhabalar Necmi EŞGİ hocam. Ben Dilek KACAR. Gazi  
>>Üniversitesinde Halk Sağlığı Hemşireliği alanında yüksek  
>>lisans yapıyorum. Çocuklar da görülen internet  
>>bağımlılığı ile ilgili bir çalışma yapacağım. Bu konuda  
>>sizin 2014 yılında Türkiye'ye uyarlanmış olduğunuz  
>>'Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği' ni izniniz olursa  
>>çalışmada kullanmak isterim. Çok teşekkür eder  
>>başarılarınızın devamını dilerim. İyi günler.

Merhabalar,  
Ölçeği kullanabilirsiniz. Makale ve tüm ölçek içeriğine <http://79.123.169.199/ojs/index.php/Kefolegi/article/view/117/114> adresinden ulaşabilirsiniz. Kastamonu Eğitim Dergisi Cilt 22, sayı 2 (2014). Kolaylıklar diliyorum, selamlar.  
Doç. Dr. Necmi EŞGİ  
GaziOsmanPaşa Üniversitesi Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bölümü

Messages 1627  
Address Book  
Options

## EK-12. (devam) Ölçek Kullanım İzni

algılanan stres ölçe... (16kB)

Merhabalar,

Dilek hanım, ölçek ve değerlendirme ekteedir.

Çalışmalarınızda kullanabilirsiniz. Kolay gelsin.

Saygılarımla.

2018-05-31 00:28, Dilek KACAR yazmış:

Merhabalar Tuncay Bey. Ben Dilek KACAR. Ben Gazi Üniversitesinde Halk Sağlığı Hemşireliği alanında yüksek lisans yapıyorum. Siz 2017 yılında 'Çocuklarda (8-11 Yaş) Algılanan Stres Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlama Çalışması' adlı bir çalışma yapmışınız. Öncelikle belirtmek isterim ki güzel bir çalışma olmuş. Ben de çocuklarda görülen stres ile ilgili hemşirelik alanında bir çalışma yapacağım. Fakat stres ölçeğine ulaşamadım. Rica etsem bana bu konuda yardımcı olur musunuz? Çok teşekkür eder başarılarınızın devamını dilerim.

## ÖZGEÇMİŞ

### Kişisel Bilgiler

Soyadı, Adı : KACAR, Dilek  
 Uyuğu : T.C.  
 Doğum tarihi ve yeri : 18/07/1993, Uşak  
 Medeni Durum : Bekar  
 Telefon : (0539) 526 86 59  
 e-posta : dilekkacar9@gmail.com  
 kacar11@hacettepe.edu.tr



### Eğitim

Derece	Eğitim Birimi	Mezuniyet Tarihi
Yüksek Lisans	Gazi Üniversitesi/ Hemşirelik Ana Bilim Dalı	Devam Ediyor
Lisans	Hacettepe Üniversitesi/ Hemşirelik Fakültesi	2011
Lise	Orhan Dengiz Anadolu Lisesi	2007

### İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
2017-devam ediyor	Yozgat Şehir Hastanesi	Hemşire

### Yabancı Dil

İngilizce, Almanca

### Yayımlar

- Kacar, D., Ayaz Alkaya, S. (2019, 04-06 Ekim). *Erken Adölesan Dönemde Geleneksel Çocuk Oyunları Oynama ve İnternet Kullanımı*, Uluslararası Ankara Bilimsel Araştırmalar Kongresi, Ankara, 310-317 (Tam metin).
- Kacar, D., Ayaz Alkaya, S. (2019, 04-06 Ekim). *Geleneksel Çocuk Oyunlarının İnternet Bağımlılığı ile İlişkisi*, Uluslararası Ankara Bilimsel Araştırmalar Kongresi, Ankara, 04-06 Ekim 2019, 318-323 (Tam metin).



*GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR..*