

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**15-18 YAŞ ARASI OKUL SPORLARINA KATILAN
ÖĞRENCİLERİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE SOSYAL VE
DUYGUSAL YALNIZLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

Mehmet Ali KILIÇ

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Sinan AYAN**

2020-KIRIKKALE

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ
KIRIKKALE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**15-18 YAŞ ARASI OKUL SPORLARINA KATILAN ÖĞRENCİLERİN
DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI İLE SOSYAL VE DUYGUSAL YALNIZLIK
DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

Mehmet Ali KILIÇ

**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**DANIŞMAN
Doç. Dr. Sinan AYAN**

2020-KIRIKKALE

KABUL-ONAY

Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı çerçevesinde
yürütülmüş olan bu çalışma, aşağıdaki jüri üyeleri tarafından Yüksek Lisans Tezi
olarak kabul edilmiştir.

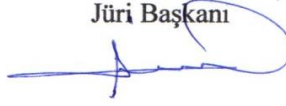
Tez Savunma Tarihi: 21 /01 /2020

Doç. Dr. İbrahim ŞAHİN

Aksaray Üniversitesi

Spor Bilimleri Fakültesi

Jüri Başkanı

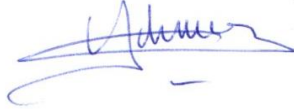


Dr. Öğr. Üyesi Abdullah YILMAZ

Kırıkkale Üniversitesi

Fen Edebiyat Fakültesi

Üye



Doç.Dr. Sinan AYAN

Kırıkkale Üniversitesi

Spor Bilimleri Fakültesi

Üye



Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

.../.../2020

Prof. Dr. Mehmet Akif KARSLI

Enstitü Müdürü

İÇİNDEKİLER

KABUL-ONAY	I
İÇİNDEKİLER	II
ÖNSÖZ.....	IV
KISALTMALAR.....	V
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	VI
TABLolar LİSTESİ.....	VII
ÖZET.....	IX
SUMMARY	X
1. GİRİŞ	1
1.1. Problemin Durumu	2
1.2. Araştırmanın Önemi	2
1.3. Araştırmanın Amacı	3
1.4. Araştırmanın Varsayımları	3
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	4
2. GENEL BİLGİLER.....	5
2.1. Oyun Kavramı	5
2.2. Oyun Kuramları.....	8
2.2.1. Klasik Oyun Kuramları:.....	8
2.2.1.1. Fazla Enerji Kuramı	8
2.2.1.2. Öncül Deneme Kuramı	8
2.2.1.3. Tekrarlama / Özünü Yineleme Kuramı.....	9
2.2.2. Dinamik Oyun Kuramları:.....	9
2.2.2.1. Psikoanalitik Oyun Kuramı.....	9
2.2.2.2. Bilişsel (Zihinsel) Oyun Kuramı	9
2.2.3. Diğer Oyun Kuramları;.....	9
2.3. Oyun Türleri	10
2.4. Dijital Oyun	12
2.5. Dijital Oyun Türleri.....	15
2.6. Dijital Oyunun Tarihsel Gelişimi	17
2.7. Bağımlılık.....	20

2.8. Dijital Bağımlılık, İnternet Bağımlılığı	22
2.9. Dijital Oyun Bağımlılığı.....	24
2.10. Dijital Oyun Bağımlılığının Olumlu Etkileri	31
2.11. Dijital Oyun Bağımlılığının Olumsuz Etkileri	32
2.12. Yalnızlığın Tanımı ve Sınıflandırılması.....	37
2.13. Sosyal Yalnızlık.....	41
2.14. Duygu Nedir?	42
2.15. Duygusal Yalnızlık.....	44
2.16. Yalnızlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı	46
3. YÖNTEM.....	48
3.1. Evren ve Örneklem.....	48
3.2. Veri Toplama Araçları.....	49
3.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	49
3.2.2. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu (DOBÖ-7)	49
3.2.3. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği	50
3.3. Verilerin Analizi.....	50
4. BULGULAR.....	51
5. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	67
5.1. Öneriler:.....	79
KAYNAKÇA	80
EKLER:	107
Ek 1:Kişisel Bilgi Formu.....	107
Ek 2: Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA)	108
Ek 3: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu (DOBÖ)	109
ÖZGEÇMİŞ.....	110

ÖNSÖZ

Bu çalışmada, gösterdikleri ilgi ve alakalarından dolayı Osmaniye ilinde bulunan Osmaniye Fen Lisesi, Osmaniye Anadolu Lisesi ve Osmaniye Sosyal Bilimler Lisesi değerli hocalarıma, idarecilerime ve öğrenci arkadaşlara, desteğini hiçbir zaman esirgemeyen Yusuf SOYLU hocama, benimle birlikte bu yolda yürüyen Osman YILMAZ, Ahmet KUBAT hocalarıma ve emeği geçen herkese teşekkür ediyorum.

Yüksek lisans eğitim sürecim boyunca yardımlarından dolayı başta annem, babam, eşim Maşide Sultan KILIÇ'a, manevi destekleriyle biricik oğlum Yusuf ARAS'a ve kardeşlerime, birlikte görev yaptığım mesai arkadaşlarıma ve okul müdürüm Mustafa TÜRKMEN'e teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Mesleğinin bütün engin tecrübelerini bana aktaran ve bu tez çalışmasının her noktasında emeği olan ve bakış açımı değiştirmem için her anımda yanımda olan saygı değer hocam, danışmanım Doç. Dr. Sinan AYAN'a ise bütün destekleri, güven ve cesaretlendirmeleri için teşekkürü bir borç bilirim. Sizi tanıdığım ve sizinle çalıştığım için kendimi şanslı görüyorum. Verdiğiniz tüm emekler için teşekkürlerimi ve şükranlarımı sunuyorum, sevgi ve saygılarımla.

MEHMET ALİ KILIÇ

KISALTMALAR

APA	: Amerikan Psikiyatri Birliği
Ark.	: Arkadaşları
ASAGEM	: Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel M¼d¼rl¼đ¼
CFI	: Comparative Fit Index (Karşılaştırmalı Uygunluk Endeksi)
CI	: Confidence Interval (G¼ven Aralığı)
DOB¼	: Dijital Oyun Bağımlılığı ¼lçeđi
DSM-5	: Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabının 5. versiyonu
DS¼	: D¼nya Sağlık ¼rg¼t¼
EğİTEK	: Eğitim Teknolojileri Genel M¼d¼rl¼đ¼
MMORPG	: (Massively Multiplayer Online Role Playing Game): Devasa çok oyunculu evrimii rol yapma oyunu.
PC	: Personal Computer (Kişisel Bilgisayar)
RMSEA	: The root mean square error of approximation (K¼k ortalama karesel yaklaşım hatası)
RPG	: Role Playing Games (Rol Oynama Oyunları)
SELSA-S	: Sosyal ve Duygusal Yalnızlık ¼leđi Kısa Formu
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı)
TDK	: T¼rk Dil Kurumu
T¼İK	: T¼rkiye İstatistik Kurumu
vb	: Ve Benzeri
WHO	: World Health Organization (D¼nya Sağlık ¼rg¼t¼)
%	: Y¼zde

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1 Spacewar (Pongmuseum, 2016).....	17
Şekil 2 Pong (today I found Out, 2011).	18
Şekil 3 Space Invaders (Vidya, 2019).....	18
Şekil 4 Computer Space (Pinterest, 2019).	19
Şekil 5 Bağımlılık Döngüsü (Kızılay, 2018).....	22

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırma Grubunu Tanımlayıcı İstatistiki Bilgiler.....	51
Tablo 2. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeğinde Yer Alan Önermelere.....	53
Tablo 3. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeğinde Yer Alan Önermelerine Verdikleri Cevapların Dağılımı.....	55
Tablo 4. Kadın Öğrencilerin Cep Telefonu ile En Çok Tercih Ettiği Dijital Oyunlar	56
Tablo 5. Erkek Öğrencilerin Cep Telefonu İle En Çok Tercih Ettiği Dijital Oyunlar.....	57
Tablo 6. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu	58
Tablo 7. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Sınıf Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu	59
Tablo 8. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Anne Eğitim Seviyesi Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu	60
Tablo 9. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Baba Eğitim Seviyesi Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu	61
Tablo 10. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu	62
Tablo 11. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Dijital Oyun Oynama Süresi Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeylerine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu	63
Tablo 12. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Ve Duygusal Yalnızlık Ölçeğine Ait T Testi Tablosu.....	64

Tablo 13. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Dijital Oyun Oynama Zamanı Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Ve Duygusal Yalnızlık Ölçeğine Ait T Testi Tablosu	65
Tablo 14. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Puanlarına İlişkin Korelasyon Tablosu	66

ÖZET

15-18 Yaş Arası Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığı ile Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi

Bu araştırmanın amacı Osmaniye ilindeki okul sporlarına katılan 15-18 yaş arası kişilerin dijital oyun bağımlılığı ve sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmamıza lise düzeyinde okul sporlarına katılan 263 (E=135, K=128) öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmamızda DiTommaso ve ark., (1997) tarafından geliştirilen Çeçen (2007) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği ve Lemmens ve ark., (2009) tarafından geliştirilen, Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından yapılan Dijital Oyun Bağımlılığı ölçeği kısa formu (DOBÖ-7) kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22 istatistik programı kullanılmıştır. Verilerin analizi için aritmetik ortalama, standart sapma, bağımsız örneklem bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü varyans (One Way Anova) testleri yapılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre; yaş ve sınıf değişkeni açısından, dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ölçeği genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Anne-Baba eğitim düzeyi değişkenine göre, romantik ilişkiler alt boyutunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür. Dijital oyun oynama süresi değişkenine göre, dijital oyun bağımlılığı genel ortalamada gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği ile romantik ilişkiler alt boyutu ve sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği arasında olumlu yönde pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Ergen bireyleri sosyal ve duygusal yalnızlıktan uzaklaştırmak için dijital oyun bağımlılığı sürelerini aza indirip farklı rekreatif etkinliklere yönlendirilmelidir.

Anahtar sözcükler: Dijital Oyun, Spor, Oyun, Ergen, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık.

SUMMARY

Investigation Of Digital Game Addiction And Social And Emotional Loneliness Levels Of Students Attended To School Sports Aged 15-18

The aim of this study is to investigate the levels of digital game addiction and social and emotional loneliness among 15-18 year olds who participated in school sports in Osmaniye. In this study, 263 (M = 135, F = 128) students who participated in high school sports participated voluntarily. In our study, Social and Emotional Loneliness Scale, adapted by Turkish by Çeçen (2007), developed by DiTommaso et al., (1997) and the Turkish validity and reliability study developed by Lemmens et al., (2009), were conducted by Irmak and Erdoğan (2015) the addiction scale short form (DOBÖ-7) was used. SPSS 22 statistical program was used for data analysis. Arithmetic mean, standard deviation, independent sample, independent sample t test and one-way variance tests were performed for the analysis of the data. According to the findings; In terms of age and class variable, there was no significant difference between the groups in terms of digital game addiction, social relationships, romantic relationships, family relationships sub-dimensions and general average of social and emotional loneliness. It was seen that there was a statistically significant difference between the groups in the romantic relationships sub-dimension according to the educational level of the parents. There was a statistically significant difference between the groups in terms of digital game addiction. It was seen that there was a positive relationship between the digital game addiction scale and the romantic relationships sub-dimension and the social and emotional loneliness scale. In order to remove adolescent individuals from social and emotional loneliness, digital game addiction should be reduced and directed to different recreational activities.

Key words: Digital Game, Sport, Game, Adolescent, Social and Emotional Loneliness.

1. GİRİŞ

Oyun yüzyıllardır süregelen ve insan hayatının önemli bir parçası olan olgudur. İnsan hareketlerinin doğal bir parçası olarak ortaya çıktığı düşünülen oyun günümüzde ise çeşitli şekiller ve platformlarda yerini almaktadır. Çeşitli değişimler ile de geleneksel oyunların yerini günümüzde dijital platformlarda oynanan oyunların aldığı görülmektedir.

Teknolojinin hızlı gelişimi ile hayatımıza çok hızlı bir şekilde giren dijital aletlerin insan hayatında birçok değişikliğe neden olduğu söylenebilir. Hayatımız kolaylaştırıcı birçok etkisinin yanında hayal dünyasının derinliklerine iterek sosyallikten uzak bireyleri yalnızlaştıran ve bağımlı hale getiren dijital dünyanın katkı ve yararları da tartışılmaya başlandığı görülmektedir. Bilim ve teknolojinin yanında dijital aletler oyun şekillerinde de değişimlere neden olmuştur (Demirbozan, 2019). Günümüzde raflarda yerini almaya başlayan dijital oyunlar PC, tablet, telefon, konsollar vb. aletler ile oynanmaktadır. Bu dijital oyunlar sadece çocukların değil artık ergenlerin ve yetişkinlerin oynadığı oyunlar haline gelmiştir (Yiğit, 2017). Bütün bireylerde olduğu gibi ergenler için de video oyunları, artık günlük yaşamın normal bir parçası haline gelmiş olup ergen bireyler için eğlence ve sosyal fırsatlar sunmaktadır (Anderson ve ark, 2010).

Literatüre bakıldığında oyunlar ve dijital oyunlar üzerine yapılmış araştırmaların olduğu göze çarpmaktadır. Bu çalışmaların sonucunda oyunların çeşitli yararlarının yanında zararlarının da olduğu söylenmektedir. Bu zararların en başında ise insanları bağımlı hale getirmesidir. Yaptığımız bu çalışma ile bu oyunların bireyler üzerinde ne gibi bağımlılık yaptığı ve bu bağımlılığın bireyler üzerinde etkilerini araştırılması gibi sebeplere yönlendirilmektedir.

1.1. Problemin Durumu

Bu bölümde araştırmanın problem durumu ortaya konulmaya çalışılmış ve araştırmaya destek sağlayıcı bilgiler üzerinde durulmuştur. Ayrıca araştırmanın önemi, alt problemleri, sayıtları, araştırmanın sınırlılıkları tanımlarına yer verilmiştir.

1.2. Araştırmanın Önemi

Eğitimin en önemli sosyal işlevlerinden biri, toplumdaki çocukların geleceğe hazırlanması ve toplumun devamlılığını sağlamaktır (Ekinci ve ark., 2019). Tüm toplumlarda bu ortak görev, çocukların zihinsel, duygusal, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarının yanı sıra beslenme, barınak ve sağlık gibi fiziksel ihtiyaçlarının karşılanması olarak değerlendirilir (Ekinci ve ark., 2019).

Video oyunları, 1970'lerde halka tanıtıldığından beri uzun bir yol kat etti. Günümüzde video oyunları hemen hemen her yerde bulunabilir, çünkü insanlar onları evde, eğlencelerde, cep telefonlarında ve internete erişimi olan herhangi bir yerde oynayabilir. Video oyunlarının popülerliği arttıkça, video oyunları oynamanın oyuncular üzerinde ne gibi etkileri olduğu konusunda tartışmalar yaşanıyor. Bazı insanlar ve kuruluşlar, video oyunlarının şiddetli davranışlara, bağımlılığa yol açtığı ve gelişmeyi olumsuz yönde etkilemek gibi zararlı etkileri olduğuna inanmaktadır. Bazıları ise video oyunlarının artan el-göz koordinasyonu, sosyal beceriler, teknolojik anlayış ve eğitimsel veya tıbbi araçlar olarak kullanılabilen gibi olumlu etkileri olduğuna inanıyor (Sammis, 2008). Okul çağındaki öğrenciler tarafından bilgisayarların ve internetin aşırı ve uygunsuz kullanımı, sosyal ilişkiler üzerinde olumsuz etkilere neden olabilir ve hem akademik hem de kişisel gelişimi olumsuz yönde etkileyebilir (Qin ve Nan, 2010; Harris, 2001).

Son zamanlarda, aşırı oyun araştırmaları halkın dikkatini çekmeye başlamıştır (Grüsser ve ark., 2006). Teknolojik gelişmelerin artmasıyla, bireylerin kendilerine ve çevrelerine ayırdığı süresi azalmakta, bu da bireyin kendisinden ve yaşadığı, yalnız

kaldığı toplumdaki soyutlanmasına neden olmaktadır (Ekinci ve ark., 2015). Literatürdeki araştırmamıza benzer birçok çalışma yapılmıştır. Örneğin Haghbin ve arkadaşları (2013), “bu tür oyunları oynarken, oyuncular her şeyi unutabilir ve oyuna karışabilir” görüşünü belirtmişlerdir (Haghbin ve ark., 2013). Yee (2006b), göre, bağımlılık ilerlemesi arttıkça, oyuncular oyun içinde yaşamaya alıştıkları ve zevk aldıkları hobilere veya etkinliklere daha az ilgi gösterdiklerini vurgulamıştır (Yee, 2006b). Kuss ve Griffiths (2012c) oyun bağımlılığı gençlerin diğer insanlarla iletişim kurma motivasyonlarını azaltabilir ve sonuç olarak sosyal ilişkileri üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini belirtmiştir (Kuss ve Griffiths, 2012c). Bu gibi nedenlerle oyun bağımlılığının öğrencilerin yalnız kalmasına neden olduğunu söyleyebiliriz (Ekinci ve ark., 2019).

Toplumda sporun bütünleştirici ve sosyalleşme özelliğini kullanarak bireylerin artan ilişkilerini, bireylerin spora ve rekreasyonel faaliyetlere katılımını, kişinin olgunlaşmasını ve ergenlik sürecinin fiziksel ve sosyal olarak sağlıklı bir şekilde tamamlanması sosyal toplum için bir zorunluluktur. Bu çalışmamızla okul sporlarına katılan öğrenci sporcuların dijital oyun bağımlılık düzeylerinin bireylerin sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerine etkisinin belirlenmesinin ortaya koyacağı sonuçlarının önemini arttırmaktadır.

1.3. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı dijital oyun oynayan lise kademesindeki okul sporlarına katılan öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyleri üzerine etkisinin belirlenmesidir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

1. Araştırma evreninden seçilen örneklemin evreni temsil edebilecek yeterlik ve nitelikte olduğu varsayılmaktadır.

2. Araştırmaya katılan ğrencilerin Kişisel Bilgi Formunu, Sosyal ve Duygusal Yalnızlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı ölçeklerini gönüllü olarak doğru bir Şekilde hiçbir etki altında kalmadan doldurdıkları kabul edilmiştir.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırmanın alışma grubunu Osmaniye İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı Osmaniye Fen Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi, Osmaniye Anadolu Lisesinde 2018-2019 eğitim-ğretim yılında öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. Sınıf ğrencileri ile sınırlıdır.

2. Bu araştırma kişisel bilgi formu, Lemmens, Walkenburg ve Peter (2009) tarafından geliştirmiş, Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan Dijital Oyun Bağımlılığı leği ve DiTommaso, Brannen ve Best (1997) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması ise een (2007) tarafından yapılan Sosyal ve Duygusal Yalnızlık leklerinden elde edilen bilgiler ile sınırlıdır.

3. Bu araştırmadaki tüm bulgular araştırmaya katılan öğrencilerin sorulara verdikleri cevaplarla sınırlıdır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Oyun Kavramı

Türk kültür dünyasının en eski kaynaklarında dahi oyun kelimesine rastlanılabilir. Tarihimizin en eski yazılı kaynaklarında (Divanı Lugat-it Türk, Kutadgu Bilig, Manas Destanı gibi), oyun kavramının tarihinin ne kadar eski dönemlere kadar dayandığı hakkında bilgi vermektedir (Özdemir, 2006). Oyun çocuğu gerçek hayattan uzaklaştırmadan yetişkinliğe uzanan ve yavaş yavaş ilerlerken gelişen, öğrenen, yaşamına renk katan deneyimler bırakan yoldur (Gander ve Gardiner, 1993).

İnsanoğlunun ilkel avlanma tekniklerinden esinlenerek yapılan doğal davranışlar ile birbirlerini taklit ederek ve bunları nesillere aktararak oyun aksiyonunun ortaya çıkmasına neden olduğu düşünülür. Şimdiki oynanan oyunların o zamanki doğal hareketlerle benzerlik göstermesi kanıt olarak gösterilebilir (Yengin, 2010). Bu ilkel hareketler yerini, hoş vakit geçirilen kurallı hareketlere bıraktığı görülmektedir. Bunlar alan, kural, amaç ve zaman gibi temel özellikleri ile ciddi olmayan belli bir zaman ve kurallar çerçevesinde serbest zaman etkinliği olarak görülmeye başlanmaktadır (Altunay, 2004).

Günlük yaşamda herhangi birinin bir noktada oyuna dâhil olmaması mümkün değildir (Brown, 2014). Oyun hem insanlarda hem hayvanlarda sergilenen biyolojik bir zorunluluk (Brown ve Vaughan, 2009) ve hem çocuklar hem yetişkinlikte sağlıklı gelişim ve kişisel gelişim için kritik bir unsur olarak kabul edilir (Son ve ark., 2007; Vygotsky, 2004; Yarnal, 2006; Yarnal ve ark., 2008).

“Oyun”un evrensel bir tanımı bulunmasa da oyun teorisinin geliştirilmesine öncülük eden Hollandalı tarihçi John Huizinga, bu alanın karmaşıklığını ve zenginliğini araştıran ilk kişilerden birisiydi (Brown, 2014). Huizinga, Homo Ludens adlı eserinde oyunu şu özelliklere sahip olarak tanımlamaktadır: “*normal yaşamın dışında*”, “*ciddi olmayan*”, “*serbest zaman etkinliği*” “*maddi çıkar veya kazanç*

elde edilmeyen”, “sabit kuralları olan ve sosyal grupları teşvik etmektedir.” (Huizinga, 1998).

“*Oyun kavramı*” denilince akla hoş vakit geçirme, eğlence amaçlı yapılan etkinlikler gelmekte ve sadece çocuklar değil bütün yaş grubunun oynayacağı oyunlar bulunmaktadır (Altunay, 2004). Oyun, kelime anlamı olarak Türk Dil Kurumunu tanımına göre “*Yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence.*” olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2019c). Çocuğun oyun oynarken doğuştan bir taklit eğiliminin egemenliğini, bir rahatlama ihtiyacını karşılama veya hayatın gerçek zorluklarına karşı vereceği mücadelenin bir antrenmanı ya da en önemlisi insanoğlunun nefesine hâkim olma çabası içerisinde olması durumu olduğu söylenebilir (Huizinga ve Ludens, 1995).

Schiller (1990), oyunu, insan olmanın ön koşuludur ve oyunu insanla özdeş sayar: “*İnsan, sözcüğün tam anlamıyla, insan olduğu yerde oynar ve o, ancak oyun oynadığı yerde tam insandır.*” (Schiller, 1990). Farklı bir tanım olarak Türk Dilinin Etimoloji Sözlüğünde ise oynamak olarak geçen oyun sözcüğü, sözcük kökü bakımında bir nesneyi çukurlaştırmak, orayı oyarak ya da delerek çukur açmak anlamına gelir (TDK, 2019c).

Sözcüklerin anlam bakımından genişleyerek farklı yapılara bürünmesi gibi oynamak sözcüğü de eğlence amaçlı oyun yapmak, düzenlemek karşılıklı devinmek şeklinde ifade edilmektedir (Eyuboğlu, 2004). Suits’e (2014), göre oyun bir oynama etkinliğidir ve bu etkinlik kurallar çerçevesinde gönüllüğü esas alır (Suits, 2014). Oyunun ne olduğu ve ne olması konusunda çeşitli tartışmalar olsa da en önemli ortak nokta çocuğun hayattaki en önemli uğraşlarından biri olduğu, sözcük kapsamı bakımından içeriği ne olursa olsun hayatta karşılaştığı zorlukların somut birer örneğidir (Çalışkan ve Karadağ, 2008). Kültür, coğrafya ve zamana göre farklılık gösteren oyun kavramı (Onur ve Güney, 2004), çocukların zihinsel gelişimleri ile birlikte yapısı, kuralları ve amaçları bakımından değişiklik gösterebilmektedir (Pilten ve Pilten, 2013). Oyun, çocuğu hayata hazırlayan, insan ilişkileri, yardımlaşma,

deneyim ve psikomotor ve sosyal ve duygusal alanlarını etkilediği gibi zihinsel ve dil gelişimini de etkiler (Ayan ve Memiş, 2012).

Oyun çocukların eğitiminin ilk dönemlerinden itibaren önemli bir ihtiyacı olmuştur. Çocukların sağlıklı gelişimleri için bu ihtiyaçlarının kısıtlanmaması gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Çünkü çocukların hayata hazırlanması için gerekli olan birçok deneyimi oyunlar aracılığıyla gerçekleştirmektedir (Ayan, 2007). Birçok bilim insanına göre oyun çocuğu tanımada en etkili yol olduğu vurgulanmaktadır. Oyun ayrıca çocuk için iyi bir eğitim aracı olduğunu yadsınamaz bir gerçektir (Ayan ve Dündar, 2009). Oyunlar çocukların eğitimlerine katkıda bulunmakla birlikte Oyunlar ayrıca çocukların sosyal rollerini içselleştirmelerini de sağlamaktadır (Ayan, 2013).

Oyunun görüldüğü üzere bireyler açısından birçok anlam ifade edebilir. Oyun yetişkin bireylerde bir rahatlama aracı ve boş zamanı değerlendirme biçimidir. Oyun çocuklar için ise gün boyunca eğlendikleri, eğlenirken öğrendikleri ve bundan zevk aldıkları bir yaşam biçimidir (Aksoy ve Dere-Çiftçi, 2018; Hazar, 2018a). Kısacası yetişkinler için boş zamanı değerlendirme olarak görülebilen oyunlar çocuklar için kendini ifade edebildiği, beceriler kazandığı, zihinsel, sosyal ve motorik becerilerini geliştirdiği ortamlardır (Mangır ve Aktaş, 1993). Aynı zamanda oyun, çocukların bilişsel olarak büyümesini ve günlük yaşamında içinde olmadığı durumları (yemek yapma, mimar olma, bilim adamı olma gibi) yaşatma fırsatı sunmakla birlikte çocukları olduğundan daha olgun davranışlar sergilemesine de olanak sağlar (Vygotsky ve ark., 1933). Oyun çocukların temel bilişsel gelişimin en yoğun olduğu erken çocukluk dönemi, 3-5 yaşlarına denk gelen tamamen eğlenceli bir aktivite olmakla birlikte (Perry, 1998), çocuğun yaşam becerisi için okulda akranlarla ilişkide sosyal yetkinlik ve güven ortamı oluşturmak için önemlidir (Howes, 1992; Howes ve Matheson, 1992; Raver, 2002; Singer ve Singer, 2005).

Oyun dinamik yapısı ile dışarıdan yönlendirilen bir etkinlik olmamakla birlikte yaratıcı ve esnek yapısının yanında belirli kuralları olan etkinliklerdir.

Oyuncular oyunlara aktif olarak katılır ve belirlenen kuralları isterlerse değiştirebilir ve bu süreçler oynayan üzerinde olumlu sonuçlar yaratabilir (Hazar, 2018a).

2.2. Oyun Kuramları

Oyunun kavram bakımından çok eski zamanlardan bu yana çeşitli tanımlamalar yapıldığını görülmektedir. Bazı kuramcılar oyunun içsel olduğunu savunurken bazıları ise eğlenme, stres atma ve gevşeme gibi ihtiyaçlardan doğan amaçlara hizmet ettiğini belirtmişlerdir (Dönmez, 2000). Oyun kavramının daha net anlaşılması açısından farklı kuramlarda değerlendirilmektedir. Bunlar; “*Klasik Oyun Kuramları*”, “*Dinamik Oyun Kuramları*” ve “*Diğer Oyun Kuramları*”dır (Kadim, 2012).

2.2.1. Klasik Oyun Kuramları:

2.2.1.1. Fazla Enerji Kuramı

Schiller (1873) ve Spencer (1875), tarafından ortaya konan bu kuramda çocuğun var olan enerjisini dışa vurumu sırasında ortaya konan amaçsız, düzensiz etkinlikler olarak tanımlanmaktadır. Bu kuramda oyunun içeriğinin bir önemi yoktur, önemli olan fazla enerjinin dışa vurumudur (Koçyiğit ve ark., 2007; Bilgi, 2005).

2.2.1.2. ncl Deneme Kuramı

Kuramın temsilcisi olan Karl Gross (1898-1901), oyunu; çocuğun geleceğinde ki yaşamına kendisini hazırlamak için ortaya koyduğu yetenekleridir diye tanımlamaktadır (Kadim, 2012). Bu kuramda oyunun içsel olduğu vurgulanmaktadır. Çocuklar iler ki yıllarda ortaya koyacakları hareketleri içgüdüsel olarak öncelikle oyun formatında sergileyerek beceri kazanır (Dönmez, 1992).

2.2.1.3. Tekrarlama / Özünü Yineleme Kuramı

Darwin'in evrim teorisini temel alarak ergen gelişimi üzerine Stanley Hall tarafından geliştirilen bu kurama göre çocuk, kendi türünün hayat tecrübelerini tekrarı niteliğindedir. Oyun prensip ve gereksiz davranışların kişi tarafından reddedilme şekli olarak bilinen, gelecekteki insan davranışlarımızdan ziyade geçmişteki davranışlarımızın yansıması olarak kabul edilir (Kadim, 2012).

2.2.2. Dinamik Oyun Kuramları:

2.2.2.1. Psikoanalitik Oyun Kuramı

Freud ortaya koyduğu bu kuramda, çocukların duygusal yönlerinin karşılaştığı problemlerle alakalı bilgi edinmeyi sağlayan bir sonuç olarak ortaya çıktığı vurgulanmaktadır (Kadim, 2012). Bu teoriye göre oyun, çocuğun gerçek ortamdan uzaklaştırıldığı ve daha saldırgan bir yapıya büründüğü bir ortama sokmakta ve teoride oyun olgusu oyun, çok kısa sürelidir ve işin içine mantıksal yapı ve egonun gelişimiyle oyun artık çocukta son bulur (Ulutaş, 2011).

2.2.2.2. Bilişsel (Zihinsel) Oyun Kuramı

Piaget tarafından ortaya atılan ve geliştirilen bu kuram oyunun zihinsel bir çabanın ürünü ve deneyimleri ve yaşanmışlıklar sonucu ortaya çıkan bir sonuç olarak oyun, süzgeçten geçirilen bilgiyi veri tabanına yükleme, yani diğer bir deyişle uyumdur (Koçyiğit ve ark., 2007). Çocuğun zihinde bilginin nasıl oluşturulduğuna odaklanırken, çocuğa dış dünyadan bir şeyler öğretmenin imkânsız olmadığı, lakin öğrenmenin çocuğun dış dünya ile yoğun etkileşimi ve zihinsel çabası ile yoluyla gerçekleşebileceğini açıklar (Kadim, 2012).

2.2.3. Diğer Oyun Kuramları;

✓ Sistem Kuramı

- ✓ İçten Uyarılma Kuramı

2.3. Oyun Türleri

Oyunun türleri açısından literatür incelediğinde oyunu farklı türlere ayırdığı görmekteyiz. En önemli olarak görülenlerden biri de oyunun zihinsel gelişimiyle paralel bir ilişki olduğunu savunan ve bu gelişimi 3 evrede sınıflandıran Jean Piaget'dir (Piaget, 1962). Çocuğun bütün gelişim alanlarının birbiri ile ilişkili olduğunu savunan Piaget bu evrelerin paralel olarak birbirini takip ettiğini belirtmiştir. Piaget oyunları üç aşamada incelemiştir. Bunlar; alıştırma oyunları, sembolik (taklit) oyunları, kurallı oyunlardır (Özdoğan, 2009).

Alıştırma Oyun Evresi; Tekrar ve motorik faaliyetler bu oyun türünün en belirleyici özelliğidir. Bu oyun türünde 0-2 yaş arasında çocuklar emme, elleri açıp kapama gibi basit kas hareketlerini tekrarlayarak haz alırlar (Piaget, 1962). Bu noktada kişinin çevreye hâkimiyet kurma içgüdüğü de büyük rol oynar. Zihinsel fonksiyonların gelişmesine yardımcı olmak için bu alıştırma oyunlarının gerekliliğine dikkat çeken Piaget sözel olmayan zekânın çevresindeki nesnelere ilişki kurmasıyla ve bilgi edinimiyle geliştiğini belirtmiştir.

Sembolik Oyun Evresi: 1,5-2 yaşlarında çocuklarda sembolik oyun adında farklı bir tür oyun anlayışı oluşur. Taklit ve dil bu evrede en önemli işlev olarak karşımıza çıkar ve taklidin sembolik oyun için gerekli olduğu, faaliyetin bir objeden diğerine geçmesi ve çocuğun başkasının rolünü üstlenmesi bu oyun türünde görülen en önemli iki şekildir (Piaget, 1962).

Kurallı Oyun Evresi: Belirli kuralları olan oyunlardır (Ayan ve Memiş, 2012). 11-12 yaşları arasında bu evresinde ileri düzeyde bir zihinsel çaba gerektirir. Piaget'e göre çocukların sadece nesnelere ile ilişki içinde olması yeterli değildir. Diğer çocuklar ile iletişim içinde olması onlarla oyunlar oynaması gerekir. Kurallar gereği sosyal düzene uygun davranan çocuk, oyun kurallarına uyarak benmerkezcilikten kurtulur (Piaget, 1962). Piaget'e göre çocuklar arkadaşlarının

davranışlarını gözlemleyerek kendi davranışlarını şekillendirir ve karşılaştığı problem durumlarına zihinsel çaba ile çözebilme yeteneğine ulaşabilir.

Bazı çalışmalarda oyunları belirli türlere ayırmışlardır. Bu çalışmalarda öne çıkan sınıflandırmalardan olan Artar ve Tekkaya'nın çalışmalarıdır. Artar (1999), yaptığı çalışmada oyun türlerini şu başlıklar altında belirtmiştir: top ve spor oyunları, şarkılı tekerlemeli oyunları, taş oyunları, taklit oyunları, ip oyunları, yakalamalı oyunlar (Artar, 1999). Tekkaya (2001) ise çalışmasında, amaçlı hareket (A'dan B'ye yürüme, bisiklete binme gibi), amaçsız vücut dinlendirme (oturma, konuşma, yürüme gibi), sabit çevre donanımıyla hareket (duvarda yürüme, çite tırmanma gibi), amaçlı vücut dinlendirme (okuma, kart oyunları, bebekle oynama gibi), araçsız hareket (koşma, saklanma), araçlı hareket (bisiklet, paten gibi), sabit oyun donanımıyla hareket (salıncak, tırmanma, kaydırak gibi),top oyunu, taklit ve rol oyunları, temel malzemelerle aktivite (kum, su gibi), hayvanlar ve bitkilerle oyun, saldırı oyunları gibi çocukların çeşitli oyun aktivitelerini sahip olduğunu belirtmiştir (Tekkaya, 2001).

Bir başka yapılan çalışmada ise geçmişten gelen kültürel izlerini kaybetmeyen nesilden nesile aktaran eğlenceli geleneksel oyunlar ve eğitsel oyunlar, çocukta eğitimsel amaç gütmeyen oyunlar olarak iki farklı türde sınıflandırmıştır (Akandere, 2006).

Oyunlar her ne kadar birçok sınıflandırmalara ve gruplara ayrılrsa da çocuğun bu oyunlardan aldığı keyif ve hazzın yanı sıra farkında olmadan öğrendikleri birçok noktada bulunmaktadır. Oyunların eğitim süreci içerisinde gelişim ve öğrenme açısından önemli bir yeri ve rolü vardır. (Kayabaşı ve Akbaş, 2017; Badua ve ark., 2018). Çocuğun gelişiminde önemli rol oynayan oyunun etkin ve doğru kullanılması durumunda içgüdüsel başarıyı ve ilerlemeyi desteklediği ve özellikle sayısal temelli oyunların el-göz koordinasyonunu, problem çözme ve çoklu görev yetkinliğini güçlendirdiği görülmüştür (Saka ve Aktürk, 2012; Ekin ve ark., 2019). Bunun yanı sıra sanatsal, drama temelli, benzetim ve okur-yazarlığa dayalı oyunların yanında planlı olarak yapılan motorik becerilerinin öğretimine yönelik oyunlarında

desteklenerek fiziksel gelişiminin de diğer gelişim alanlarından gerisinde kalmaması için desteklenmesi gerekmektedir. Sözel oyunlardan çok hareketli oyunlarla kendi kimliğini ortaya koyan çocuk büyük bir hazla oyun oynar (Ayan & Memiş, 2012).

Bu tanım ve teorilerden yola çıkılarak oyun, çocuğun özgürce eğlendiği, kurallı ve kuralsız olarak fazla enerjisini dışa vurduğu ve eğlenirken de öğrendiği etkinlikler de denilebilir.

2.4. Dijital Oyun

Çağın gelişen teknolojisine yenik düşen oyun, gelişen teknoloji ile içerik ve şekil bakımından birçok açıdan değişikliklere uğramıştır. Doğası gereği sürekli hareket halinde olan insan fiziksel hareketlik içeren oyunların yerini artık dijital platformlara bırakmakta, çocuğu pasif hale getirerek fiziksel, sosyal ve zihinsel yönde olumsuz etkilemeye bağımlı hale getirmektedir (Hazar, 2018a). Günümüzde toplumun her kesiminden insanı etkileyen bilgisayar alanı, çocuklarımızın yaşamına yenilik olarak dijital oyun kavramını getirmiştir (Erboy ve Akar Vural, 2010). Teknolojik gelişmelerle birlikte ekran başında oynanan oyunlara ilgi artmış, neden olarak ta bilgisayar ortamındaki yenilikler, çok boyutluluk, ses efektleri olarak karşımıza çıkmaktadır (Tural, 2005). Bugün ise etkileşimli modern video oyunları dünyayı tamamen etkiler hale gelmiştir (Chappell ve ark., 2006).

Dijital oyunun tanımlama yapmak gerekirse fizik bilimcilerin verilerin bir ekran yardımı ile kullanıcı ile etkileşimi olarak tanımlanan dijital ve oyun kavramı olarak birlikte ele alındığında mantıksal ilişki içerisindeki görsel verilerin bir ekran çıktısı aracılığıyla (PC monitör, televizyon ekranı, cep telefonu gibi.) kullanıcıya aktarıldığı oyunlardır (TDK, 2009). Dijital oyun farklı teknolojilerle yazılımı yapılan ve kullanıcıya bir veri girişi yapmayı sağlayan oyunlardır (Çetin, 2013). Dijital oyun, başka bir tanımlama da ise belli kuralları olan sistemler bütünlüğünde, monitör, klavye, fare veya başka donanım yardımıyla PC yazılımlarının ile bağlantının kurulduğu oyunlardır (Günay, 2011). Yine diğer bir tanımlama da çeşitli teknoloji ve yazılımlar kullanarak, kullandığı teknoloji bakımından dijital oyun konsolları, online

oyunlar ve bilgisayar oyunları olarak sınıflandırılmıştır (Gökçearsan ve Durakoğlu, 2014). Dijital platformda oynanan bu oyunlarda oyuncu tek başına karşı makineye karşı (yapay zekâ) veya çoklu oyun (multi player) olarak birbirlerine karşı oyunlar oynar ve mücadele edebilirler (Bozkurt, 2014). Oyunlar, böylelikle artan oyuncu sayıları kapasiteleri artmasıyla iki kişilik oyunların etkileşimden geniş bir sosyal çevrede oynanan oyunlara dönüştürerek oyun bağımlılığı kavramının da ortaya çıkmasına yol açtı diyebiliriz (Hart ve ark., 2009).

Bilgisayar oyunları insanların gerçek hayatta yapamadıkları birçok şeyi (şiddet içerikli oyunlar gibi) fantastik bir ortamda ve kişiyi oyunun içine dâhil ederek yapmaya imkân vermesi ile bireyleri bu oyunları oynamaya sürüklemektedir (Akkemik 2007).

Farklı görüşlerin olduğu bu kavram tanımlamasında ortak nokta teknoloji ve kullanılan yazılımlarla insanlara çoklu ortamlarda oyun oynama fırsatı sunması olarak göze çarpmaktadır. Dijital kavram olarak ele alındığında bilgisayar, internet, oyun kavramlarının birbirinden ayırt edilemez bir noktada olduğunu görürüz. Bilgisayar oyunları ve video oyunları genellikle birbirinin yerine de kullanılacağı gibi dijital oyun ve konsol oyunları kavramları da kullanılabilir (Kirriemuir, 2002). Kirriemuir'a (2002), göre yaptığı dijital türler şu şekildedir; oyun kolu gibi giriş aygıtı yardımıyla TV'ye bağlı bir oyun konsolu kullanılarak, uydu sistemi ya da aboneliklerle TV sistemlerini kullanarak, game boy türü cihazlar kullanılarak, PC ya da Macintosh kullanarak, atari salonlarında bulunan oyun kabinleri kullanılarak, akıllı telefon, tablet gibi cihazlar ile oynanan oyunlardır (Kirriemuir, 2002).

Oyun oynamanın insanlar açısından birçok nedenleri bulunmaktadır. Bunlar arasında; boş zaman değerlendirme, rekabet ve meydan okuma, stres atma, dinlenme, sosyalleşme, tekrar dönebilme, rahatlama ve eğlence, yapacak bir şey bulamama, gerçek hayattan uzak kalma, zihinsel gelişim sağlama gibi birçok nedenle karşılaşabiliriz (Griffiths ve Hunt, 1995; Kirriemuir, 2002; Tüzün, 2004; İnal ve Çağıltay, 2005; Wan ve Chiou, 2006).

Dijital oyunların da geleneksel oyunlar gibi doğrudan ya da dolaylı yönlerden eğitsel işlevlerinin olduğu, tür bakımından ne olursa olsun, yaşamın gündelik ilişkilerinden toplumsal, ekonomik, tarihsel, kültürel ve ideolojik gibi nedenlere bağlı üretim aracı olarak ortaya konulduğunda bu bahsedilen eğitsel işlevlik daha çok ortaya çıkmaktadır (Binark ve ark., 2009).

Dijital oyunlar ve geleneksel oyunların her ne kadar yapısal bakımından benzer özellikler gösterse de ikisi arasında bazı farklılıklarda bulunmaktadır. Güneş (2012) yaptığı çalışmada bu farklılıkları altı başlık altında ele almaktadır. Bu farklılıklar yaptığı değerlendirmede şu şekildedir;

- ❖ Geleneksel oyun çeşitli disiplinleri barındırır da dijital oyun ilgilenen disiplinin adı Ludoloji'dir.
- ❖ Dijital oyunlarda başarı süreç içerisinde de görülebilirken, geleneksel oyunlar da ise oyunun sonunda ödüllendirilmektedir.
- ❖ Geleneksel oyunlarda oyunun hikâyesi belli iken dijital oyunlarda oyuncu tarafından hazırlanır.
- ❖ Geleneksel oyunlarda rekabetçi bir ortam ve gönüllülük esasına dayalı en az iki kişiden bahsedilirken, dijital oyunlarda bunun yerini yapay zekâ alabilir.
- ❖ Dijital oyunlarda fiziki bir ortamdan ziyade sanal ortamlarda oynanırken geleneksel oyunlar da ise fiziki bir ortamda oynandığı görülmektedir.
- ❖ Dijital oyunlarda geleneksel oyunların aksine profesyonel yapılanmaların olduğu görülmektedir (Güneş, 2012).

Dijital oyunların en gözde oyunlarından biri de şüphesiz çok oyunculu çevrimiçi rol yapma (MMORPG) oyunlarıdır. Bu oyunlar internet erişimi ile sanal dünyada oynanan çoklu oyuncu ile etkileşim halinde oynanan oyunlardır (Sammis, 2008). Bu oyun türünde oyuna dâhil olmak ve içinde kalmaya devam etmek için büyük bir zamana ihtiyaç duyulduğundan daha fazla sorunlara yol açabilirler (National Research Council, 1999; Wiemer-Hastings, 2005; Skinner, 1969). MMORPG'lere örnek olarak; Anarchy, Yıldız Savaşları, EverQuest, World of Warcraft, Sims, Motor City Online verilebilir (Sammis, 2008).

Geniş bir pazar haline gelen dijital oyunlar içinde en çok tercih edilen dijital oyunların şiddet içerikli oyunlar (Dill ve ark., 2005), erkeklerin ve hatta ergen grubunun oransal olarak büyük bir kısmı şiddet içerikli oyunları tercih edilmesi (Allahverdipour ve ark., 2010; Bunchman ve Funk 1996; Gentile ve ark., 2004) oyunun oynanması bakımında problem oluşturması için büyük risk olmaktadır.

2.5. Dijital Oyun Türleri

Dijital oyun türleri bakımından yapılan araştırmalarda araştırmacılar farklı yapılarda sınıflandırmalar yaptıkları görülmektedir. Dijital oyun türlerini sınıflandırma yaparken araştırmacıların dikkat ettiği noktalar, oynanan oyunun ortamına, oynanma şekline, oyuncu sayısına gibi kriterlere bağlı olarak hareket etmişlerdir (Kukul, 2013). Genel olarak bakıldığında ise dijital oyunlar 2 ana bölümde değerlendirilmektedir. Bunlar çok oyunculu oyunlar (multiplayer games) ve bireysel oyunlar (Individual game)'dır (Köse, 2013). Bu oyunlar 6 temel tür olarak ayrılmıştır. Bunlar; "*Aksiyon oyunları*", "*Simülasyon oyunları*", "*Strateji oyunları*", "*Yarış oyunları*", "*Macera oyunları*", "*Rol yapma oyunları*"dır (Köse, 2013).

Bu alanda yapılan ulusal ve uluslararası araştırmalarda birçok sınıflandırmaya rastlamak mümkündür. Ögel (2012b), yaptığı çalışmada dijital oyun türlerini şu şekilde sınıflandırmıştır;

❖ Macera Oyunları: Bilinmeyen bir noktadan bırakılıp yön bulmak, araştırma yapmak ve yeni bir şeylerle karşılaşmak, nesne toplamak ve bilmece bulmak gibi sınıflandırılan oyun türleridir. '*Indiana Jones*' '*Zork*' gibi (Ögel, 2012b).

❖ Strateji Oyunları: Temel zihniyet bir toplulukta liderlik sorumluluğunu üstlenme gibidir. Satranç mantığını andırır. Uzaktan erişim yoluyla birçok kişi ile oynanabilir. Yaş sınırlaması yoktur ve hızlı karar verme yeteneği kazandırır. Örnek olarak; "*Age of Empires*", "*Red alert*", "*Civilization*" , "*Yuri*" , "*Simicity*", "*Warcraft*", "*Strong Hold*" gibi (Ögel, 2012b).

❖ Spor Oyunları: Multiplayer, çevrimiçi ve PC ile oynanan gerçek spor türlerinden taklit yoluyla geliştirilen, uluslararası kuralların geçerli olduğu oyun

türüdür. Bu oyunlar sayesinde bireylerde hızlı düşünme ve karar verme yetenekleri geliştirir. Örnek olarak verecek olursak; "NBA", "NFS2", "FIFA", "NBA", "baseball", "Golf", "Skiing oyunları", "NFS6", "Motorbike", "Driver", "HardTruck", "Crazy Taxi", "Virtual Skiper", "Beetlformula 1", "Championship manager" bazı örneklerindendir (Ögel, 2012b).

❖ Aksiyon Oyunları: Bireyde el göz koordinasyonunun gelişmesini sağlayan ani ve hızlı oynanan oyunlardır. Bu oyunların alt bölümünde ise "Labirent oyunları", "ateş etme oyunları", "araba yarışları" ve "takip oyunları" bulunur. Bu oyun türlerine örnek olarak da "Super Mario", "PacMan", "Misilse Command", "Doom", "Quake", "Half Life", "Unreal Tournament", "Hitman", "GTA3", "Soldier of Fortune", "Max Payne" gibi oyunlar verilebilir (Ögel, 2012b).

❖ Dövüş Oyunları: Hareketlerin oldukça süratli ve şekilli bir şekilde tasarlandığı oyun türüdür. Oyunda gücün ön planda olduğu, yetişkinlere yönelik oyunlardır. Psikolojik bakımdan güçlü bireylere uygun oyunlardır. Güç ön planda gelmektedir. Yetişkin ve psikolojisi güçlü kişilere uygundur. "Mortal Kombat", "Virtual Fighter" vb. oyunları örnek olarak verilebilir (Ögel, 2012a).

❖ Bilmece Oyunları: seviye atlayarak zorluk derecesi bakımında değişkenlik gösteren genellikle görsel olan oyunlardır. Oyuncunun önüne çözmesi için problemler koyar. Örnek olarak is "Tetris", "Devil Dice" vb (Ögel, 2012b).

❖ Eğlence Oyunları: multiplayer olarak çevrimiçi oynanan sadece oyuncuları eğlendirmeyip onların zihinsel ve dikkat kapasitelerini artırıcı etkinlikler içeren oyun türüdür. Örnek olarak, "Okey", "tavla", "kâğıt oyunları" verilebilir (Ögel, 2012b).

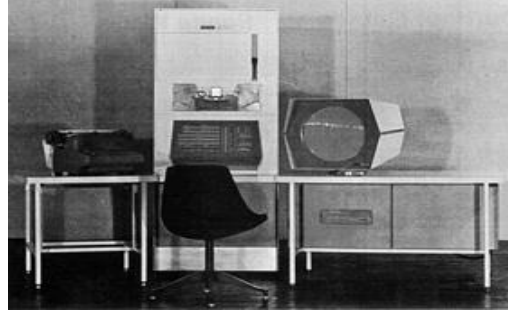
❖ Rol-Oynama (RPG) Oyunları: bu oyunlarda oyuncular kişilik yapılarına uygun rollerde bulunurlar. "Ultima", "EverQuest", "Diablo", "Wizards and Warriors" gibi (Ögel, 2012a).

❖ Simülasyon Oyunları: belli alanlar yaratmak veya bir nesnenin kullanıma yönelik tasarlanan oyun türüdür. Örneğin: "Sin City", "The sims", "Flight Simulators" (Ögel, 2012b).

2.6. Dijital Oyunun Tarihsel Gelişimi

İnsanın, yaşamının ayrılmaz bir parçası olan oyunun elektronik ortamlarda karşı karşıya kalması 20.yüzyılın ikinci yarısından sonraki döneme denk gelmektedir. Dijital oyunların 1970’lerde tüketici pazarına girmesinden bu yana, oyun teknolojisi önemli ölçüde gelişmiş ve çeşitli platformlarda her yerde ulaşılır hale gelmiştir (Brown, 2014).

Literatürde ilk elektronik etkileşimli oyunun 1962 yılında Steve RUSSELL ve ark. Massachusetts Institute of Technology’de ürettikleri Spacewar olduğu bilinmektedir (Brown, 2014; Yılmaz ve Çağiltay, 2007; Binark ve Bayraktutan-Sütçü, 2008).



Şekil 1 Spacewar (Pongmuseum, 2016).

Uzay araştırmalarında kurumu adına yaptığı bu çalışmanın ilk elektronik oyuna öncülük ettiğinden habersizdi. Russel (1962) yılındaki çalışmasındaki bu çabası onun dijital oyun dünyasındaki çeşitliliğin başlangıcı olmuştur.

Dünya tarihinin incelediğimizde ise ilk ticari amaçla üretilen dijital oyun Atari firması tarafından 1972 yılında Amerika da geliştirilen ve önemli bir satış sağlanan “*PONG*” isimli oyundur (Gentile ve Anderson, 2006). Tamamıyla elektronik olması bakımından ilk oyun olma özelliği taşıyan Pong, masa tenisi oyunu olarak günümüzde geliştirilerek üretimi yapılan oyunlardandır.



Şekil 2 Pong (today I found Out, 2011).

Aynı firma tarafında 1978 de geliştirilen “*Space Invaders*” ise döneminde popüler olan oyunlardandır. Daha sonra Atari firması jetonlu makinler üretmek dijital oyunlara yeni bir soluk kazandırmıştır (Yılmaz ve Çağiltay, 2007).



Şekil 3 Space Invaders (Vidya, 2019).

Dünya üzerinde ticari amaçla üretilip piyasaya sürülen 1971 yılında Computer Space'nin üretilmesiyle dijital oyunlar yeni bir yol almaya başladı (Yılmaz ve Çağiltay, 2007).



Şekil 4 Computer Space (Pinterest, 2019).

Uzun yıllar yaşamımıza müdahil olan dijital oyunlar 2013 yılında 24,75 milyar dolarlık gelire sahip olmuş, dünya üzerinde 1 milyara yakın kullanıcıya ulaşmıştır (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016). Belirtilen bu sayının dünya nüfusu ile orantılandığında her 6 kişiden birinin dijital oyun oynadığı ortaya çıkmaktadır. Son yıllarda insan hayatını meşgul etmesine rağmen dijital oyunlar, gelişen teknoloji ile oyunların reel anlamda bir dönüşüm içerisine girmesine fırsat oluşturmuştur (Bozkurt, 2014).

Fenomen olan oyunların başında gelen Tetris 1985 yılında Ruslar tarafından üretilmiş ve piyasaya sürülmüştür. Oyun sektöründeki bu denli hızlı gelişmelerin yanında tüm zamanların en çok satılan oyun kartuşu olarak 1990 yılında üretilen ve piyasaya sürülen “*Süper Mario*” isimli oyun olmuştur (Yılmaz ve Çağıltay, 2005). 1980 yıllar incelendiğinde yine oyun sektörünün, endüstrisinin olağanüstü gelişme kaydederek hızlı bir gelişme içerisinde olduğu görülmektedir. Örnek olarak 1982 yılında yalnızca Amerika da 9 milyar dolarlık bir maliyet ortaya çıkmıştır. ABD ‘de satılan 30 milyon oyun sisteminin 6-16 yaşa aralığındaki nüfusa sahip 35 milyon hanenin bulunması ortaya ilginç bir tablo çıkarmıştır (Provenzo, 1991). Bu sayı 90’lı yıllarda ise dünya genelinde 40 milyon oyun sistemi satılmıştır.

2.7. Bağımlılık

Literatür incelediğimizde temel özellik bakımından dikkate almak gerekirse genellikle karşımıza madde bağımlılığının ön planda olduğu ve buradan yola çıkılarak yapılan tanımlamalara rastlamak mümkündür (Hazar, 2016).

Bireylerin günlük yaşamlarında pratiklerinde problemler yaratan durumları bağımlılık olarak açıklanabilir (Egger ve Rauterberg, 1996). Bağımlılık bir işi birden çok kere yapmak olarak açıklanamaz (Young, 2009). Yani alışkanlıklardan çok farklı bir konumdur. Aradaki farka bakmak gerekirse alışkanlıklara olayın düzenli tekrar edilmesi karşımıza çıkar. Bağımlılıkta ise dikkat etmemiz gereken nokta ise olayın dozu da önemlidir (Can, 2007).

Uzmanlar, özellikle psikoloji ve psikiyatri uzmanları, bireyin aile, okul, iş ve psikolojik durumu gibi farklı yapısal fonksiyonların zarara uğraması olarak bağımlılığa tanımlama yapmışlardır (Gentile, 2009).

Klinik pratiğinde uzmanlar bağımlılığı davranışsal ve fiziksel olarak iki başlık altında ele almaktadır (Öztürk ve ark., 2007). Fiziksel bağımlılığa örnek olarak; sigara, alkol, uyuşturucu bağımlılığı verilebilir. İnternet, bilgisayar, seks, televizyon, kumar gibi bağımlılıklarda kimyasal olmayan davranışsal bağımlılık sınıflandırılmasının içerisinde yer alır.

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) “*Mental Bozuklukların Tanısı ve İstatistik El Kitabı IV*” te yapılan tanımlamada bağımlılığın klinik olarak teşhis konulması için yedi maddelik kıstas belirlenmiş olup, bu kıstasların son on iki ay içerisinde yedi kriterden en az üç ve üzeri kriteri belirtilerinin olması gerekliliğini bildirmiştir (Hazar ve Hazar 2017). Belirtilen bu yedi ölçüt şu şekildedir;

I. Tolerans; kullanıcının sürekli aldığı miktarda madde alımına bağlı olarak maddenin etkisinin azalması ile daha fazla madde alma isteğinin oluşması durumudur.

II. Yoksunluk belirtileri; sürekli kullanılan maddenin bırakılması durumunda fiziksel ve psikolojik bulguların oluşması ile bu bulguların tekrar etmemesi için kullanılan maddenin alınımına devam edilmesi.

III. Aşırı tüketim; kullanılan maddenin planlanandan daha fazla miktarda ve sürede kullanılması durumudur.

IV. Kontrol kaybı; kullanılan maddenin kontrol altında tutmak ya da bırakmak için gösterilen çabanın başarısızlıkla sonuçlanması durumu.

V. Sürekli madde temini ile meşgul olmak; ihtiyaç duyduğu maddeyi bulmak için yoğun çaba harcaması ve zaman ayırması durumu.

VI. Madde kullanımı sebebiyle; günlük yaşam sorumluluklarını yerine getirmemek (aile, iş, okul gibi).

VII. Devam eden problemlerin varlığına rağmen madde kullanmaya devam etmek (Hazar ve Hazar 2017).

Başka bir tanımda ise Şahin (2007) de yaptığı çalışmasında bağımlılığı “*Herhangi bir maddenin tedavi amaçlı olmaksızın, fizyolojik bir gereksinime yanıt vermemesine rağmen giderek artan miktarda kullanılmasıdır.*” şeklinde tanımlama yapmıştır.

Çetin (2013) yaptığı çalışmasında bağımlılığı şu şekilde tanımlamıştır: “*kişinin kullandığı madde üstünde kontrolünü kaybetmesi ve onsu bir yaşam sürememeye başlamasıdır.*”

Yeşilay’a (2018) göre bağımlılık bireyin içinde bulunduğu önemli bir rahatsızlıktır. Karşısındaki maddeye karşı belli bir uyum geliştirmek ve aşırı istekli hale gelmek fiziksel bağımlılığı ifade eder. Bireyin kişisel arzularına cevap veren ve ruhsal yönden doyum sağlayan bağımlılık ise ruhsal bağımlılık olarak ifade edilir. Bağımlılık insan beyinde sinir sistemlerinin işlevlerine eşlik eden kimyasal reaksiyonlarda ve nörofizyolojik işlevlerinde değişikliği neden olur.



Şekil 5 Bağımlılık Döngüsü (Kızılay, 2018).

2.8. Dijital Bağımlılık, İnternet Bağımlılığı

Teknolojik bağımlılığı ya da dijital bağımlılık şeklinde ifade edilen bu bağımlılık internetin yaygın bir ağ olarak yayılmasına paralel bir şekilde gelişim göstermiştir. Çok yeni olan dijital bağımlılık kavramı ve hatta literatürde belirli bir terime sahip olmadığı görülebilir. Örnek olarak, internetin fazla kullanımı, İnternet Bağımlılığı Rahatsızlığı, Çevrim içi Bağımlılığı, Takıntılı İnternet Kullanımı, yüksek internet düşkünlüğü, problemlerli internet kullanımı, patolojik internet kullanımı gibi terimler kullanılmaktadır (Widyanto ve Griffiths, 2006).

Önceleri TV bağımlılığı şeklinde karşımıza çıkan bu bağımlılık türü daha çok teknolojideki hızlı gelişmeler ile ortaya çıkan birçok dijital aletlerin bağımlılığını ortaya çıkarmıştır (Mohammed El-Kord, 2016). Bizim yaptığımız çalışmada ise bütün dijital platformlarda kullanılan cihazları kapsamaktadır.

İnsanın ihtiyacını farklı yöntem ve araçlarla ya da kendisi ile alakalı gerçekle yüzleşememe ve unutturma çabası nedeniyle diğer bağımlılık türleri ile benzerlik göstermektedir (Dinç, 2015).

Teknoloji bağımlılığı bireyin makine ile ilişkisini kapsayan, aktif ya da pasif halde oynanan, pekiştirici özellikleri ile bireyi oyun oynamaya iten bir yapıdır Griffiths (2002), bu bağımlılık türünü davranışsal bağımlılığın bir alt türü olarak belirtilmiştir (Cengizhan, 2005). Yapılan araştırmalar sonucunda sigara içki bağımlılığında olduğu gibi spor, seks, kumar ve teknoloji gibi bileşenlerinde insanda bağımlılık yaptığına dair sonuçlar elde edilmiştir (Tarhan ve Nurmedov, 2011). Burada olduğu gibi davranışsal bağımlılıkta da bağımlılığın ana belirtileri olan fiziksel ve psikolojik belirtilerle (zihinsel meşgul olma, duygu durum değişikliği, yoksunluk tekrarlama gibi) karşılaşılabılır (Arısoy, 2009).

İnsanın ölçsüz ve kontrolsüz internet ve bilgisayar kullanımı bireyin günlük sorumluluklarından uzaklaştırarak birçok şeyi aksatmasına, çevresi ve ailesi den uzaklaşmasına ve hatta bunların teknoloji ile arasında engel olarak görmeye başlamaktadır (Durmuş, 2007).

Young (2004)'a göre internet bağımlılığını ilk tanımlayan ve tanıyı ortaya koyan ölçütleri belirleyen kişi olmuştur. İnternet bağımlılığını tıpkı kumar oynama da ki bağımlılığına benzetmiş ve internet bağımlıların çeşitli dürtüsel kontrol kayıplarına yol açtığını belirtir. Young (2004), internet bağımlılığı tanı ölçütleri şu şekildedir;

- a) İnternet kullanımında aşırı derece de zihinsel çaba sarf etmek (sürekli internette yapacağı etkinlikleri düşünmek, hayal kurmak),
- b) Aradığı haz için internet kullanımında geçirdiği süreyi giderek arttırmak (tolerans gelişimi),
- c) İnternet kullanımı konusunda özdenetimini yapamama, başarısız olma,
- d) İnternet kullanımını azaltması ya da tamamen bitirdiği zaman aşırı öfkelenme, huzursuzluk ve çevresi ile çatışma içersine girmesi,
- e) İnternet kullanımına başlamadan önce hesapladığı süreden fazla internette kalma,
- f) İnternet kullanımının aşırılığından dolayı aile, iş, okul ve arkadaş çevresi ile problemler yaşama ve bu aktiviteleri aksatma,

- g) Çevresine ve yakınlarına internet kullanımı süresi hakkında yalan söyleme,
- h) İnterneti günlük yaşantısında karşılaştığı problemlerden kaçmak, yaşadığı olumsuz duygulardan uzaklaşmak için vakit geçirmek (Young, 2004).

2.9. Dijital Oyun Bağımlılığı

Bağımlılık denince literatürde aklımıza sigara, alkol, kumar vb. gibi bağımlılık türleri gelmektedir. Teknolojide hızlı gelişmeler ve yeni teknolojik aletleri gelişimi ile çocuğun yaşantısına birçok yenilik ve oyun türleri girmiştir (Horzum, 2011). Çalışmamızın ana çerçevesini oluşturan dijital oyun bağımlılığın kuramsal yapılan tanımlamalardan bahsetmemiz gerekmektedir. Buna bağlı olarak literatür de oyun bağımlılığı, olumsuz etkilere rağmen oynamaya devam eden “*oyun oynamaya harcanan zamanı kontrol edememe*”, “*diğer faaliyetlere ilgi kaybı*” ve “*oynayamadığı zaman psikolojik olarak mahrum hissetmek*” gibi belirtilerle karakterize edilen bir dürtü kontrol bozukluğu olarak tanımlanmıştır. (Yalçın Irmak ve ve Erdoğan, 2016; Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2015).

Dijital oyun bağımlılığı kavramsal olarak internet bağımlılığı olarak ta tanımlanmaktadır. Ancak yapılan araştırmalarda dijital oyun bağımlılığın internet bağımlılığının alt grubunda yer aldığını göstermektedir (Griffiths, 2002). Farklı çalışmalarda “*sorunlu oyun kullanımı*” (Seay ve Kraut, 2007; Tejeiro Salguero ve Morán, 2002), “*sorunlu oyun*”, “*patolojik video oyunları*” gibi farklı terimler (Choo ve ark., 2010; Gentile, 2009; Lemmens ve ark., 2011), “*İnternet oyun bağımlılığı*” (Kuss ve Griffiths, 2012a), “*İnternet oyun bozukluğu*” (APA, 2013) ve “*oyun bağımlılığı*” (Lemmens ve ark., 2009; Van Rooij ve ark., 2011) oyun bağımlılığına kaynak olarak kullanılmaktadır.

Dijital oyun bağımlılığı ile ilgili genel geçer bir tanım olmaması ile birlikte, bilgisayar kullanımının kontrolsüz ve aşırı kullanımı ile alakalı davranışsal bağımlılık biçimi olarak tanımlanan bir kavramdır (Thalemann, 2010). Buna göre dijital platformlarda oynanan oyunların yarattığı bağımlılığı bir davranışsal

bağımlılık olarak tanımlanabilir (Lemmens ve ark., 2009). Şahin ve Tuğrul (2012) da oyun bağımlılığı üzerine henüz standart bir tanımının olmadığı ve davranış bağımlılığı olarak ele alınması gerektiğini belirtmiştir. Aynı zamanda bilgisayar kullanımının uzun süre kontrol altında tutulmadan ve zararlı kullanımı ifadesinin karşılığı olarak tanımlanabilir.

Video oyun bağımlılığı, bireyin birçok yaşam alanını olumsuz şekilde etkileyen yıkıcı, zorlayıcı oyun bağımlılığı olarak ta bilinir (Weinstein, 2010). Dijital oyun bağımlılığı genel olarak olumsuz sonuçları ile sağlıksız günlük yaşam davranışlarına yol açan bilgisayar oyunlarının aşırı ve kontrolsüz kullanımı sonucunda gelen oyun bağımlılığıdır (Jeong ve Kim, 2011).

Dijital oyun bağımlılığı çocukların aralıksız bir şekilde oyun oynamaları, oyunu gerçek yaşamın bir parçası haline getirmeleri, oyunu ayırdıkları zaman ile gerçek hayattaki sorumluluklarını yerine getirmeme ve diğer etkinliklere tercih etmesi olarak da tanımlanabilir (Griffiths, 2010). Video oyunu bağımlılığı kavramını güçlendirmek için video oyunu bağımlılığına katkıda bulunan risk faktörlerini anlamak ve önce net bir tanım kurulmalıdır. Daha önce yapılan çalışmalar, oyun bağımlılığı risk faktörleri üzerinde odaklanmıştır. Bu çalışmalar aile ilişkileri, psikolojik ve sosyal faktörler gibi biyopsikolojik özelliklerin, internet oyun bağımlılığının kaynağı olabileceğini göstermektedir (Sugaya ve ark., 2019).

Bağımlılık araştırılması üzerine yapılan ilk çalışmalarda, bağımlılık kavramının klinik vaka içerisinde ele alınan bir kavramsal konu olduğu ve aşırı kullanımın sonucunda oluştuğu ve bu kapsamda PC oyun bağımlılığı, internet bağımlılığı kumar oynama bağımlılığı gibi bağımlılıkların kapsamında olduğu vurgulanmaktadır (Horzum ve ark., 2008).

Aşırı oyun oynamanın sonucunda insan hayatında yıkıcı etkiye sahip olan oyun bağımlılığı sosyal ve halk sağlığı açısından problem olabilir. Daha önce yapılan birçok çalışmada oyun bağımlılığı olan insanların günlük yaşantılarını devam ettirmede büyük problemler yaşadığı görülmektedir (Griffiths ve Meredith, 2009;

Kuss ve Griffiths, 2012c; Liu ve Peng, 2009). Video oyunlarına bağımlı olan bireyler, aşırı oyun sonucunda obezite, artan saldırganlık ve oyunlara bağlı nöbetler gibi sayısız olumsuz belirtiler yaşamıştır (Chappell ve ark., 2006; Chuang, 2006; Grüsser ve ark., 2006).

Çocuk ve ergenlerin video oyunlara ayırdıkları zaman gittikçe artmıştır (Yılmaz ve ark., 2017). Eğitimciler ve ebeveynler özellikle oyun oynayan gençler üzerinde psikososyal etkileri açısından (Gentile, 2009), bu oyunların popülaritesinin artmasına dikkat çekmektedirler. 20.yy. başlarında popülarliğini arttıran bu oyunların olumsuz sonuçları ve ilişkili riskleri ortaya atan video oyun bağımlılığı çalışmalarının zorunluluğunun ortaya koymaktadır (Aksoy, 2018). Uzak Doğu Asya, Amerika ve Avrupa da bu bağımlılık üzerine tedavi kliniklerinin kurulması durumun ciddiyetini göstermektedir (Kuss, 2013). Video oyunların pek çok yararları olmasına rağmen bu gibi pek çok bilim insanı potansiyel zarar verici etkilerinin olduğu kaygılarını vurgulamaktadır. Bu kaygılar seks ve şiddet gibi olumsuz içerik (Benrazavi ve ark., 2015), oluşan oyun bağımlılığı (Griffiths ve Meredith, 2009; Kuss ve Griffiths, 2012a; 2012b); ve artan saldırganlık, kaygı ve tıbbi sonuçlardan oluşmaktadır. Ayrıca Jansz ve Martens (2005), çalışmasında video oyunlarında ki şiddetin yaygınlığını ve bu tartışmalara hükmedecek video oyunu sorunlarının bir sonucu olarak toplumsal soyutlanma riskini belirtmiştir (Jansz ve Martens, 2005).

İstatiksel olarak bakmak gerekirse uluslararası araştırmalarda görülen oyun bağımlılığı yaygınlığı %0,6 ile 15 arasında değişim göstermektedir. Başta Asya ülkeleri olan Çin, Kore ve Tayvan olmak üzere çevrimiçi oynanan oyunların yarattığı bağımlılığın ciddi anlamda halk sağlığını tehdit eden bir noktaya geldiği ve Amerikan tıp birliğine göre ülkesindeki gençlerin %90'ı dijital platformlarda oyun oynamakta ve bunların %15'lik kısmı oyun bağımlısı olduğu üzerinde tahmin yürütülmektedir (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016).

Son günlerde, Amerikan Psikiyatri Birliği (APA, 2013) DSM-5'te (Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabının 5. versiyonu) oyun bağımlılığının patolojik bir hastalık olarak değerlendirilmesinin gerekip gerekmediğini belirlemek

için daha fazla araştırma yapılmasını önermektedir. Yakın tarihte Dünya Sağlık Örgütü (WHO), yeni yayınlanan Uluslararası Hastalıklar Sınıflandırması'ndaki (ICD-11) bağımlılık bozukluğu bölümüne oyun bozukluğunu da ekledi (WHO, 2018a; 2018b; 2018c). Her ne kadar yeni yayınlanan DSÖ'nün uluslararası hastalık sınıflandırmalarında (ICD-11) oyun bozukluğu kavramı kullanılsa da akademide uzun süredir oyun bağımlılığı, video oyunu bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı, çevrimiçi oyun bağımlılığı veya oyun bağımlılığı kullanılmıştır (Bhagat ve ark., 2019).

Yapılan bir çalışmada 1708 katılımcı ergen bireylerin %13,8'nin internet bağımlısı olduğu sonucu ortaya çıkarmıştır. Bu katılımcıların internet bağımlısı olan gruptan dijital oyun oynama ortalaması %20,43, internet bağımlısı olmayan bireylerin dijital oyun oynama ortalaması %79,57 olduğu görülmüştür (Yang ve Tung 2007).

Video oyunlarına kimin bağımlı olduğunu ya da bağımlı olmadığını belirleme kriterleri hala çok tartışılan bir konudur (King ve ark., 2010). Çevrimiçi oyun oynamanın nasıl bağımlılık yaratacağını açıklayan farklı çalışmalar vardır. Bir çalışmaya göre uygulanan ankette (Lu ve Wang, 2008), ankete katılanların %60'ı her gün çevrimiçi oyun oynadıklarını ve %33'ü her oyun oturumu başına 3 saatten fazla zaman harcadıklarını söyledi. Norveç'te 2500 katılımcı ile yapılan bir çalışmada problem derecesinde oyun oynama %4,1, bağımlı derecesinde oyun oynama oranı ise %0,6 olduğu tespit edilmiştir (Mentzoni ve ark., 2011). Bazı dünya ülkelerinde bu oranlar ise Almanya'da %11,9 (Grüsser ve ark., 2006), Avustralya'da %8,0 (Porter ve ark., 2010), Singapur'da %9 (Gentile ve ark. 2011), Tayvan'da %15,1 (Lin ve ark. 2011) olduğu görülmektedir (Aksoy, 2018).

Peki nasıl oyun bağımlısı oluruz? Bu problemin nedenleri çok açık olmasa da şu ana kadar iki faktör üzerinde çok durulmaktadır: içsel psikoloji ve sosyo-çevresel nedenler (Shi, 2008) ve ayrıca nöro-davranışsal eksikliklerle (Ko ve ark., 2009). Örneğin, sosyo-davranışsal olarak etkin olmayan kişilik özellikleri, utangaçlık, bağımlılık, depresyon, saldırganlık, düşük benlik saygısı, düşük benlik kontrolü ve

narsisizm gibi bazı nedenler bireyleri aşırı oyun oynamaya ve muhtemelen daha yüksek seviyelerde çevrimiçi oyun bağımlılığı geliştirmeye yatkın hale getirebilir (Dominick, 1984; Ho ve Lee, 2001; Yang ve Tung, 2007; Kim ve ark., 2008). Sosyo-çevresel faktörler, birinin çalışma pratiği (örneğin, çalışma saatleri değişimleri), sosyo-ekonomik durumu (Hur, 2006) ve demografik bilgileri (örneğin, yaş ve cinsiyet) içerebilir (Ko ve ark., 2005). Oyun tasarımı, oyun bağımlılığını etkileyebilecek başka bir dış faktördür. Rol oynama oyunları, aksiyon oyunları, macera oyunları, strateji oyunları ve dövüş oyunları (Shi, 2008), etkileşimli, işbirlikçi ve rekabetçi doğası nedeniyle diğerlerinden daha çok bağımlılık yaratır (Liu ve Peng, 2009; Barnett ve Coulson, 2010). Gerçek yaşamında eksiklerini gidermek için de oyun bağımlılığı yaratabilir (Young, 2010).

Wan ve Chiou (2006), çevrimiçi oyun bağımlıların gerçek hayattan almadıkları zevki dijital aletler yardımı ile oyun oynayarak belli bir doyum elde ettikleri kaynak olarak görmektedir. Bu şekilde oyunu hayatlarının en önemli işlevlerinde biri haline getirerek bireyin psikolojik kaygılar yaşamamasına (Griffiths ve Meredith, 2009), fiziksel olarak ve mesleki/akademik olarak ta olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Kuss ve Griffiths, 2012a; Liu ve Peng, 2009).Yapısal beyin yetersizlikleri, dikkat eksikliği-hiperaktivite bozukluğu, psikolojik faktörler ve sosyal ortamlar, oyun içi ödüller ve ailesel faktörler ergen ve çocukların oyun bağımlısı olmasına sebebiyet verebilmektedir (Paulus ve ark., 2018).

Dijital oyunların bireyler üzerinde çeşitli etkilerinden bahsetmek mümkündür. Kullanımı noktasından aşırılık yaşamadan oynanan dijital oyunların normal olduğu, hatta bireyde rahatlama ve duygusal yönden boşalma gibi olumlu katkıları yanında olduğu görülmektedir (Green ve Bavelier 2003; Prot ve ark., 2014). Ancak bireyin oyun oynama isteğinin kontrol edilemez seviyeye ulaşması zihinsel ve sosyal yaşantısında değişikliğe uğruyorsa bir problemin varlığından veya bağımlılıktan bahsetmektedir (Griffiths ve Davies 2005; Ögel 2012a; Young 2009). Sonuç olarak, Lemmens ve arkadaşları (2009) “*sosyal ve/veya duygusal sorunlara neden olduğu halde, kişinin bilgisayar ya da video oyunlarını aşırı ve kompulsif düzeyde*

kullanması ve oyuncunun aşırı kullanımı kontrol edememesi” şeklinde dijital oyun bağımlılığı tanımlamışlardır.

Dijital oyunların oynamaya sürükleyen birçok etken içerisinde dijital oyunların yapısı gereği özellikler ve bireyde yaşattığı haz, bireyde bağımlılık geliştirmeye ve aşırı kullanmaya iten faktörler olabileceği üzerinde durulmaktadır. Yee (2006a) yaptığı çalışmada, dijital oyunların bireyleri motive etmede “*başarı*”, “*sosyal*” ve “*oyuna dalma*” olarak üç başlık altında toplamıştır.

Başarı Bileşeni;

Yükselme /İlerleme: Oyuncunun oyun sürecinde kazandığı güç seviyeleri, ödül, hızlı seviye atlama gibi kazanılan oyun içi statü ya da servet kazanma isteği.

Mekanik: Oyuncunun sahip olduğu oyun karakterinin güç bakımından seviye yükseltmek için oyunun kural ve yönergesini öğrenme gerekliliği.

Rekabet: Oyuncunun diğer yarıştığı oyuncularla mücadele ve rekabet içerisinde bulunma isteği (Yee, 2006a).

Sosyal Bileşen;

Sosyalleşme: Oyuncunun oyun aksiyonunda diğer yarışmacı veya oyun arkadaşları ile sohbet etme, iletişim kurma imkânı.

İlişki: Oyuncuların online bir şekilde fiziksel olarak ayrı mekanlarda olsa dahi çevrimiçi online oyunlarla bir araya gelme ve uzun süreli iletişim kurma isteği.

Ekip Çalışması: Oyuncunun bir grup halinde oyun oynama ve bu grubun bir parçası olmasından dolayı memnun olması (Yee, 2006a).

Oyuna Dalma Bileşeni;

Keşif: Oyuncunun oyun oynarken bir sonraki adımın bilinmezliğinin ve keşfetme gibi görevleri yerine getirme isteği.

Rol Yapma: Oyunun bilimsel kurgusu içerisinde kendine karakter oluşturma ve özümseme sonucunda gerçek hayatla bağdaşım kurarak olmak istediği role girme isteği.

Özelleştirme ve Kontrol: oyuncunun sahip olduğu oyun karakterini ev ortamını kendine özgü tasarlama.

Gerçeklerden Kaçma: oyun oynarken oyuncunun gerçek yaşamın stresinden uzaklaşma isteği (Yee, 2006a; Kuss ve Griffiths, 2012b; Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016).

Qin ve Nan'e (2010) göre, oyun bağımlılığı belirtilerinin teşhisi için on standart kural vardır:

- İnternet kullanımı için güçlü bir isteklilik hali veya itirazda bulunmak,
 - İnternet kullanım zamanını ölçmek,
 - İnterneti kullanırken memnuniyetsizliği ve endişeyi ortadan kaldırmak,
 - Durma durumunda rahatsızlık hissetmek,
 - Akraba ve arkadaşlardan kendi sık sık çevrimiçi davranışlarını gizlemek,
 - Çevrimiçi çalışmadan daha önemli bir davranış olarak kabul etmek,
 - İnternet kullanımına çok para harcamak, internet kullanımı nedeniyle birçok hobiden vazgeçmek,
 - İnternet kullanımını durdurduktan sonra interneti düşünmek,
 - İnterneti kullanmadan dışlanmış ve hayal kırıklığına uğramış olmak.
- (Qin ve Nan, 2010).

Griffiths (2009) da yaptığı çalışmada video oyun bağımlılığı tanımlamak için ruh hali değişikliği, dikkat çekme, tolerans, çekişme, tekrarlama ve geri kaçınma gibi altı kriter önermiştir (Griffiths, 2009).

Yapılan çalışmalarda dijital oyunların çocuklar üzerinde ne tür etkilerinin araştırılması yapılmıştır. Dijital oyunların bağımlılığı üzerine yapılan çalışmalarda tartışmalara neden olan önemli konulardan biride dijital oyunların bireyler üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkilerinin olduğu konusundadır.

2.10. Dijital Oyun Bağımlılığının Olumlu Etkileri

Dijital oyunlardan olan bilgisayar oyunları çocukların PC okur-yazarlığı becerilerinin geliştirilmesinde ve bununla birlikte bilgisayar oyunlara çocukların el-göz koordinasyonunun gelişmesine, şekilsel-uzamsal yeteneklerinin, matematiksel düşünme, fiziksel nesnelere göz önünde canlandırma gibi çocuk üzerindeki faydalarından söz etmek mümkündür. (Horzum ve ark., 2008). Çocuklar dijital oyun oynarken rahatlamanın dışında zihinsel ve algısal yeteneklerini ve motorik becerilerinin gelişmesine önemli katkısı bulunur (Eni, 2017). Bunun yanında ergenlerin istenilen şartlar altında oynadığı dijital oyunların, onların büyüme ve gelişmesine katkıları olduğu kadar, bu oyunların ergenlerin görsel ve zihinsel yapılarını da geliştirdiği öne sürülmüştür (Zhu ve ark., 2015).

Dijital oyunlar bireylerin problem çözme ve karar verme yetilerinin gelişmesine katkı sağlar, çoklu oyuncu grubu ile oynanan oyunlarda ekip çalışmasını kavrar, algılarının açık olmasını sağlar. Önemli noktalardan biriside kısa süreli bellek gelişimine katkı sağlar (Tüzün, 2006).

İçeriğinde sosyal dayanışma teması bulunan oyunların bireyi saldırgan düşünce, duygu ve davranışını azalttığı yardımlaşma, paylaşma ve duygudaşlık gibi eylemleri arttırdığını göstermektedir (Gentile 2009; Greitemeyer ve Osswald 2010; Narvaez ve ark. 2008; Sestir ve Bartholow 2010).

Oyuncuların dijital ortamlarda oynadıkları oyunlarda oluşan rekabetçi ortamın, çocuğun strateji geliştirmesine sağlar. Oyunlarla birlikte kazanma ve kaybetme duygusunu yaşayarak güven duygusunun gelişimine katkı sağlar (Bayırtepe ve Tüzün, 2007).

Dijital oyunların belirlenen hedefe ulaşma da karşılaştığı problemlerle baş etme yeteneği, plan yapabilmeyi ve odaklanma konusunda daha iyi seviyeye gelme gibi kazanımları olur (EĞİTEK, 2008).

Drummond ve Sauer (2014) yılında yaptığı çalışmada uluslararası öğrenci değerlendirme (PISA) katılan 22 ülkeden 192 binden fazla öğrencinin verilerinin tekrar analiz yöntemi ile değerlendirme yaparak dijital oyunların çocukların matematik, fen bilimler ve okuma gibi ders başarıları üzerine etkisini ortaya koymuşlardır. Bu sonuçlara göre çocukların oyun oynamaya ayırdıkları vakitlerinin akademik başarılarına etkisinin olmadığını ortaya koymaktadır. Bu sonucu, Wack ve Tantleff-Dunn (2009) yaptığı oyun oynama sıklığının erkek çocukların ders başarıları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığını sonucuna ulaşması ise desteklemiştir. Bir başka çalışma da ise eğitsel dijital oyunların çocukların ders başarılarını arttırdığı, öğrenmeyi hızlandırdığı ve çocukları dikkatini çekmede etken bir rol oynadığını kanısını savunmaktadır (Gentile ve Gentile, 2008). Dijital oyunların bu yapısı nedeniyle Wang ve Chen (2010) çocuklara matematik, fen ve okuma gibi ders konularını öğretme ve öğrenme motivasyonunun artırılması amacıyla bu içeriklerinden oluşan oyunlar kullanmışlardır. Bunun dışında sosyal yardımlaşma içerikli oyunların çocukların saldırgan yapılarının ortadan kaldırdığı ve düşüncelerini azalttığı, duygudaşlık, paylaşma ve yardımlaşma gibi edimlerini kazandırdığı vurgulanmıştır (Wang ve Chen, 2010).

Bir başka araştırma da ise Graham ve Kyle'in (2008) dijital oyunların dil öğrenmede etkili olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte oyunların hayal gücünü arttırdığı da ortaya konmuştur. Bazı oyunların ise zihinsel yapıyı uyardığı, gelişimine katkı sağladığı, stresle baş etmede olumlu katkılarının olduğu vurgulanmıştır. Bunun yanı sıra hiperaktif davranış sergileyen bireylerde, bazı uyarıcıları kontrol altına alma ve bu kontrol mekanizmasını sürdürmede dijital oyunlar kullanılmıştır (Tarhan, 2007). Ayrıca diyabet ve astım rahatsızlığı bulunan çocuklarda kendi öz bakım becerilerini yerine getirmek için gerekli yeteneklerin kazandırıldığı bilgisayar oyunları mevcuttur (Burak, 2013).

2.11. Dijital Oyun Bağımlılığının Olumsuz Etkileri

Genel olarak dijital oyunların olumsuz bir sonucu olan oyun bağımlılığı, oyuncuların sağlıksız günlük yaşam davranışları da dahil olmak üzere bilgisayar

oyunlarının kontrolsüz veya saplantılı bir kullanımının gösterdiği bir durum olarak tanımlanmıştır (Jeong ve Kim, 2011). Dijital oyunlarda uzun süre hareketsiz pasif biçimde vakit geçirmek başta obezite gibi önemli sağlık sorunları olmak üzere, baş ağrıları, uyku problemleri, göz kuruluğu, eklem, kas ve iskelet sisteminde oluşan rahatsızlıkların artması gibi bireyde sağlık açısından önemli problemler doğurabilir (AMATEM, 2008).

Son yıllarda yaşanan teknolojik gelişmeler ve teknolojik cihazlara (bilgisayar, tablet ve telefon) erişme kolaylığı nedeniyle öğrencilerin dijital oyunlara bağımlılıklarını artırarak eğitim sürecinde sağlıklı bir eğitime ulaşmalarında büyük bir engel oluşturmaktadır. (Gürcan ve ark., 2008). Dijital oyunlara fazla zaman ayıran, bağımlı hale gelen, çocuklarda akademik başarılarının düşmesi, okulu aksatma ve hatta okulu bırakma düşüncelerinin oluşmasına (EĞİTEK, 2008) ve sosyal ilişkiler üzerinde olumsuz etkilere neden olabilir ve böylelikle hem akademik hem de kişisel gelişimi olumsuz yönde etkileyebilir (Qin ve Nan, 2010; Harris, 2001).

Dijital oyunların sürükleyici yapısı ile ortaya çıkabilecek aşırı miktardaki dopamin salınımı çocuklarda ve ergenlerde beyin gelişimini olumsuz etkilemekte ve çocukların gerçeği değerlendirme yetilerinin oluşmamasına ya da bozulmasına neden olabilir (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı, 2018).

Dijital oyun üzerine yapılan çalışmalarda, Lieberman vd. (2009) yılında dijital oyunlar üzerine yaptığı çalışmada zamanının büyük kısmını keşfedici oyunlar yerine dijital oyuna ayırma, şiddet, öfke ve korkuya yöneltme, sosyalleşmeden uzak, fiziksel aktivitelere katılmama olumsuz sonuçlara sebep olabileceğini ifade etmektedir. Boş vakitlerinin çoğunu dijital oyunlar başında harcayan çocuklar sosyalleşmede problem yaşarlar zamanla asosyal bir yapıya bürünebilirler (Eni, 2017). Aynı zamanda dijital oyunların şiddet içerikli yapısı çocuklar üzerinde öfkeli ve saldırgan edimlerin oluşmasında başrol oynayabilirler (ASAGEM, 2008).

Bilgisayar kullanımı bağımlılığı olan bireylerde diğer bilişsel problemlerden biri de dikkat eksikliği, hiper-aktivite belirtilerine neden olmasındır (Karayağız-Muslu ve Bolışık, 2009).

Gençler özellikle yetişkinler oyun bağımlısı hale gelmesi daha muhtemel oyuncu grubudur. Yapılan çalışmalar psikolojik sıkıntı, öz düzenleme ve sosyal kontrol becerilerinin oyun bağımlılığı ile ilişkili faktörler olduğunu göstermektedir (Liu ve Peng, 2009). Aynı şekilde, yalnızlık gibi psikososyal sıkıntı çeken bireyler de kendi sosyal yeterlilikleri hakkında olumsuz algılara sahipler (Caplan, 2003). Psikososyal sağlık ve kişilerarası iletişim yetkinliği üzerine yapılan önceki araştırmalar bu iddia için güçlü bir destek sunmaktadır (Jones, 1982; Jones ve ark., 1982; Prisbell, 1988; Riggio ve ark., 1990; Segrin, 1993; Segrin ve Flora, 2000; Spitzberg ve Canary, 1985; Spitzberg ve Hurt, 1987).

TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu), 2018 yılında yapmış olduğu “Hane halkı Bilişim Teknolojileri” kullanımına yönelik yapılan araştırmada çıkan sonuçlara göre ülkemizde 16-74 yaş aralığında internet kullanım oranının %72,9 sonucu ortaya çıkmıştır (TUİK, 2018). TÜİK’in 2013 yılında ülkemizdeki 6-15 yaş grubu bireyleri kapsayan diğer araştırma sonucuna göre ise bilgisayar kullanma yaşının 8, internet kullanma yaşının 9, cep telefonu kullanımına başlama yaşı olarak ta 10 olduğu ortaya çıkmıştır. Araştırmaya dâhil olan çocukların %45,6’sı ortalama her gün internet kullanmaktadır. 6-15 yaş grubundaki çocukların internet kullanımında %84,8 ile okul ödevlerini yapmak ve bilgiye ulaşmak, %79,5 ‘i ise oyun oynamak için kullanmaktadır. Bu veriler gösteriyor ki ülkemizdeki çocuk ve ergen diyebileceğimiz grubun teknolojik aygıtlarla küçük yaşta karşılaşması bunların ileride bağımlı hale gelmesinde önemli bir risk faktörüdür diyebiliriz (TUİK, 2013).

Bu bilgiler ışığında Türkiye de dijital oyun bağımlılığının ne derece yaygın olduğu hakkında kesin bir bilgiye ulaşmak güçtür. Bu sebeplerden dolayı ülkemizde oyun bağımlılığı üzerine çalışmalar yapılması ihtiyacını ortaya çıkarmaktadır.

Çocuk ve ergenlerin yanında tüm dünyayı etkilediği şekilde ülkemizde de bir halk sağlığı sorunu oluşmaya başlamaktadır. Bunlara alınacak önlemlerin ivedilikle hayata geçirilmesi elzem konuların başında gelmektedir. Bu nedenle bu sorunlara dikkat çekmek ve çözüm üretmek amacıyla ülkemizde 2018 yılında Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı düzenlenmiştir (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı, 2018).

Yapılan bu çalıştayı raporlarına göre çocuklar ve ergenlerin dijital oyun oynamaya yönelen birçok faktörden bahsedilmiştir (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı, 2018). Bunlar;

Ailesel Faktörler;

- ✚ Aile ilgisizliği ve bilgisizliği sonucunda çocuk ve ebeveynler arasında sağlıklı iletişimin kurulamaması,
- ✚ Yetersiz denetim ve aynı zamanda ailenin çocuklara karşı tutarsız davranışlar içinde bulunması,
- ✚ Çocukları kontrol etmede çok aşırı baskıcı ya da serbest olunması,
- ✚ Ailenin çocuklarını yetenek ve gelişim alanlarına doğrultusunda etkinlik alanlarına sevk etmemesi,
- ✚ Anne babanın teknoloji kullanımı konusunda çocuğa olumsuz rol model olması,
- ✚ Ailenin çocuğu yaptırmak istediği bir davranış sonucunda çocuğa dijital aletler alımına yönelik ödülleri ile güdülemesi,
- ✚ Çocuğun içinde yaşadığı çevrenin sosyo-ekonomik açıdan yetersiz olmasının çocuğu veya ergeni dijital oyunlara yönlendiren en önemli faktörlerdendir.
- ✚ Aile içinde görülen şiddet ve bağımlılıkların çocuğu oyun bağımlılığa sürükleyen ailesel konulardandır (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı, 2018).

Bireysel Faktörler;

- ✚ Çocuğun ya da ergenin günlük hayata karşılaştığı güçlüklerden kaçma, stres yaratan olaylar ve içerisinde bulunduğu olumsuz duygulardan uzaklaşmak için kendini dijital cihazlara hapsetmesi,

✚ Sosyalleşme ve gruba ait olma isteği ile rekabetçi bir ortam ihtiyacının dijital oyunlarla karşılama isteği,

✚ Sosyalleşememe, akranları ile iletişim karamama ve yetersizlik duygusu yaşaması,

✚ Oyun içerisinde sahip olduğu veya oluşturduğu karakterlerle yaşantısında göremediği kabulü görme oyunlar aracılığıyla görme isteği,

✚ “*Cinsiyet, içe dönüklük, yalnızlık duygusu, sosyal kaygılar, sosyal beceri yetersizlikleri, düşük benlik saygısı*”,

✚ Çocukta görülen bağımlılığın dışında farklı psikolojik bozuklukların olması durumları çocuğu oyuna yönlendirmektedir (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı, 2018).

Çevresel faktörler;

✚ Çevrede bulunan oyun alanlarının güvenli ve yeterli olmaması ile çocukların açık alan oyunlarına katılamaması,

✚ Çocukların okul çağı dönemlerinde serbest zaman etkinliklerinin oluşturulmaması,

✚ Çocukların serbest zamanı değerlendirebilmesi için imkânların kısıtlı olması,

✚ Okulda verilen ödevlerin internet üzerinde yapılmasının yaygınlaşması ile birlikte internet kullanımının kontrol edilememesi ve hızlı bir şekilde oyunların keşfedilmesi,

✚ Akran ilişkileri ile birbirinde öğrenmesi,

✚ Bazı dijital platformlarda oyunlara kolay ve ücretsiz erişim sağlanması,

✚ Etraftaki olumsuz rol modellerin olması,

✚ Çağımızın en yaygın kullanılan sosyal medya aracılığıyla çocukların fenomenlere özentisi içerisinde olması, çocuk ve ergenleri dijital oyun bağımlılığa sürükleyen en önemli çevresel faktörlerdendir (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı, 2018).

2.12. Yalnızlığın Tanımı ve Sınıflandırılması

Toplumsal bir çevre içinde var olan birey, onun toplumsal yönü sayesinde insanlarla ilişki kurar ve geliştirir. Daha sonra sürekli değişim halindeki sosyal ve fiziksel durumların insanı sosyal olarak yalnızlığa itebilmektedir (Özdemir, 2011). Yalnızlık, çağın getirdiği hızlı değişimlerle insan ilişkilerinde bozulmadan, aile içi ve arkadaş ilişkilerinin bozulmasına, aynı zamanda çalışma yaşamında da problemler yaşamasına neden olan korkutucu sorunlardan birisi olmuştur (Alkan ve Sezgin, 1998).

Yalnızlık İngilizcede farklı anlamlar taşısa da kullanılan bazı kelimeler şunlardır; “*loneliness*”, “*desolation*”, “*solitude*” ve “*privacy*” dir. Yalnız olma kelimesinin karşılıyan “*loneliness*” daha çok kullanım olarak tercih edilmektedir (Redhouse, 1979; Yakut, 2016). Türkçe kavram olarak anlam bakımından TDK; yalnız olma durumu, kimsesizlik, kimsenin bulunmama durumu vb. olarak açıklamaktadır (Yakut, 2016; TDK, 2019b).

Yalnızlık, farklı nedenler ve koşullar altında farklı anlamlara sahip çok boyutlu bir kavramdır (Arslan, 2013). Yalnızlık araştırmacılar tarafından farklı şekillerde tanımlanmıştır. Bazı araştırmacılar bunu nesnel koşullarla ilgili bir durum olarak tanımlarken, bazıları ise tamamen öznel ve varoluşsal olarak tanımladılar. Hepsinin ortak özelliği, yalnızlık kavramının acı verici bir duygusal durum olmasıdır (Eskin, 2001). Bazı araştırmacılar tarafından yalnızlığın çeşitli tanımları şöyle verilmektedir: Duyan ve arkadaşları (2010) insanlık için var olan ve gelecekte var olacak bir süreç (Duyan ve ark., 2010), Davis'e (1990) göre hoş olmayan ancak çocuklar, gençler ve yetişkinler arasında yaygın olan bir deneyimdir (Davis, 1990). Demir ve Tarhan'a (2001) göre ergenlik çağında yaygın bir olgudur çünkü ergenlik önemli ve gelişimsel bir süreçtir (Demir ve Tarhan, 2001). Rook (1984) ise yalnızlığı başkaları tarafından reddedildiğinde, yanlış anlaşıldığında ve istenen etkinlikleri gerçekleştirmek için uygun arkadaş veya ortağı bulunmadığında onu sürekli artan bir duygu olarak tanımlar (Rook, 1984).

Alanı incelediğimizde, hangi değişkenlerin refah ile ilişkili olduğunu belirleyen ama aynı zamanda olumsuz yaşam olaylarını öngören şeyleri belirlemeye sürekli bir ilgi vardır (Peterson, 2018). Refahın anlamlı bir korelasyonu olarak ortaya çıkan bir değişken de yalnızlıktır. Yalnızlığın fiziksel düşüşler, ölümler (Drageset ve ark., 2013; Newall ve ark., 2013), hastalıklılık durumu (Segrin, ve Domschke, 2011), obezite (Ganley, 1989), sigara içme davranışları (DeWall, ve Pond Jr., 2011) ve depresyon gibi psikolojik problemler (Alpass ve Neville, 2003; Cacioppo ve ark., 2010; Jaremka ve ark., 2014; Segrin ve ark., 2003; Zimmer-Gembeck ve ark., 2014), intihar (Jones ve ark., 2011; Lasgaard ve ark., 2011) ve gençlerde yüksek riskli davranışlarla (Jones ve ark., 2011), ilgili olduğu gösterilmiştir. Yalnızlık, arzu edilen seviye ve sosyal temasın kalitesi ulaşılan seviyenin altına düştüğünde, yaşam boyu insanları etkileyebilecek yaygın bir psikososyal problemdir (Peplau ve ark., 1979).

Yalnızlığın tanımı konusunda bir fikir birliğine varılmamış olsada, ancak bazı araştırmacılar tarafından üç genel teori özetlenmiştir (Peplau ve Perlman 1982; Bekhet ve ark., 2008): (1) bireyin sosyal ilişkilerinde algıladığı eksiklikler; (2) öznel bir durum olan sosyal izolasyon ve (3) hoş olmayan ve üzücü bir deneyim. Yalnızlık bireyin yaşamında farklı zamanlarda ve çeşitli etkilerde tecrübe ettikleri (Salimi, 2011), zaman ilerledikçe daha da yoğunlaşan (Kılınç ve Sevim, 2005) ve kapsamlı bir şekilde yaşanan üzüntü verici bir boyuttur (Weiss, 1973).

Yalnızlığa tanım olarak bakıldığında Sullivan (2013) yalnızlığı diğer insanlara bireyin ilişki kurma ihtiyacını karşılayamamasından dolayı yarattığı can sıkıcı hissiyat olarak tanımlamıştır (Sullivan, 2013). Yalnızlık bireyin niceliksel ve niteliksel olarak iletişiminin bozulması ve hissiyatsızlık, kendini bırakma gibi psikososyal sorunlar yaşadığı hoş olmayan durumları ifade etmektedir (Öz, 2004).

Perlman ve Peplau (1981) de yalnızlık “*bir kişinin sosyal ilişkiler ağının önemli ya da niceliksel ya da niteliksel olarak eksik olduğu durumlarda ortaya çıkan tatsız bir deneyim*” olarak tanımlamışlardır. Bu nedenle, tanımı gereği, olumsuz bir psikolojik durumdur (De Koning, 2018).

Sık sık atıfta bulunulan bir başka yalnızlık tanımı da bireyin sosyal ihtiyaçlarının nicelik bakımından veya özellikle de bir kişinin sosyal ilişkilerinin niteliği ile karşılanmadığının algılanmasına eşlik eden olumsuz bir etkililik halidir (Peplau ve Perlman 1982, Wheeler ve Reis, 1983, Pinquart ve Sorensen 2001, Hawkley ve ark., 2008).

Bazıları yalnızlığı “*fiziksel acının, açlığın ve susuzluğun toplumsal karşılığı*” olarak görür (Hawkley ve Cacioppo, 2010). Yalnızlık uzun ömürlü, iki yıldan uzun süren (kronik yalnızlık), zaman zaman meydana gelen (geçici yalnızlık) kısa ve ara sıra gerçekleşen veya yalnızca belirli bir krizde ve yaşam geçişinde meydana gelen (örneğin, yer değişikliği gibi) olabilir (Young, 1982). Bu ayrıca Young’ın (1982) de yaptığı çalışmasında yalnızlığı zaman değişkenine bağlı olarak geçici, kronik ve durumsal yalnızlık olarak sınıflandırması olarak literatüre geçmiştir. Geçici yalnızlık her bireyin yaşayabileceği kısa süreli; kronik yalnızlık, bireyin yakın ilişki içerisinde bulunduğu kişilerle uzun süre ilişkiyi yaşayamaması sonucu bireyde kalıcı sorunlar yaratan; durumsal yalnızlık ise birey için önem arz eden bir durumun varlığından yoksun kalması sonucu ortaya çıkan durumu ifade etmektedir (Young, 1982; Yılmaz, 2018).

Yalnızlık bazı araştırmacılar tarafından çeşitlendirilmektedir. Bunlardan Brown (1984) ve Terakya (1989) da yalnızlığın çeşitlerini şu şekilde aktarmışlardır;

1. Tek başına olma durumu; bireyin hiç kimse ile iletişim halinde olmaması, yalnızlığı seçtiği durumu ifade etmektedir. Genellikle sağlıklı bir durum olarak görülebilir.

2. Yalnız olma durumu; bireyin fiziksel ayrılıklar ve ölüm haricinde kişilerle ilişkili, bağlantı kopukluğu ya da psikolojik olarak ayrı kalma durumunu ifade etmektedir.

3. Yaşanan Yalnızlık; bireyin kalabalıklar içinde kendini yalnız ve soyutlanmış hissetme durumudur ve bu durum bir psikolojik sorun olarak belirtilir (Brown, 1984; Terakya, 1989).

Bir başka araştırmacı Jones (1987) de yaptığı çalışmasında yalnızlığı sürekli ve durumsal yalnızlık olarak sınıflandırmaktadır. Bireyin kısa zaman diliminde sosyal çevresinde yaşadığı bir yoksunluk sonucu oluşan durumu durumsal yalnızlık, bireyin sosyal çevresindeki ilişkilerinde ve ilişki kurma sorunları ile ortaya çıkan durum da sürekli yalnızlığı ifade etmektedir (Jones, 1987).

Yalnızlığın yapılan birçok çalışmada da gösteriyor ki sağlık ile de yakından ilişkili bir durumdur. Yalnızlık güçlü fakat çok dikkate alınmayan bir risk faktörü ve evrensel bir deneyimdir. Her insan yalnızlığı deneyimleyebilir ve her yaş grubunda vardır, ancak gençler ve genç yetişkinler arasında daha yaygındır (Ponzetti, 1990). Örneğin, niversite ğrencilerinin %30'unun bir problem olarak yalnızlık yaşadığı tahmin edilmektedir (McWhirter ve ark., 2002). Ayrıca yalnızlık, modern toplumda, özellikle de yaşlanmada, büyüyen bir sorundur. 55 yaş ve üstündeki nüfusun yaklaşık %25'i yalnızlık yaşamakta ve kırılğan yaşlılar için rakamlar daha da artmaktadır (Snel ve Plantinga, 2012; Oudman ve ark., 2018). Araştırmalar, zayıf görme, işitme problemleri, akciğer hastalığı ve artrit gibi tıbbi durumların daha fazla yalnızlık hissine yol açtığını göstermiştir (Korporaal ve ark., 2008; Penninx ve ark., 1999; Savikko ve ark., 2005). Buna karşılık yalnızlık, kısalmiş yaşam süresi, artmiş kardiyovasküler riskler ve depresyon gibi genç ve yaşlı erişkinlerde fiziksel ve zihinsel sağlık için büyük etkilerle ilişkilidir (Heinrich ve Gullone, 2006; Luanaigh ve Lawlor, 2008; Wilson ve ark., 2007; De Jong Gierveld ve Van Tilburg, 2010). Çok sayıda yapılan çalışma, yalnızlığın, demans gibi bilişsel bozuklukların gelişiminde birincil risk faktörü olduğunu göstermiştir (Holwerda ve ark., 2014; Tilvis ve ark., 2011; Wilson ve ark., 2007). Beyinde amiloid değişiklikleri gibi Alzheimer hastalığının en erken belirtileri olan hastalarda yalnızlık daha sık gözlenmiştir (Donovan ve ark., 2016). Ayrıca, bilişsel gerileme, olumsuz bir ilişki olduğunu öne sürerek şiddetli yalnızlık geliştirmenin risk faktörlerinden biri olarak öne srlmştir (Zhong ve ark., 2016).

Yalnızlık aynı zamanda nedenler ve koşullar arasındaki çeşitliliği değiştiren çok boyutlu bir olgudur. Örneğin, annesini kaybeden bir çocuğun yalnızlığı, oyun

arkadaşı olmayan bir çocuğun yalnızlığına göre farklı bir deneyime sahiptir (Heinrich ve Gullone, 2006).

Ayrıca bilişsel bir perspektife dayalı yalnızlığın kavramsallaştırılması, yalnızca kişisel ilişkilerin yokluğuna değinmek yerine, öncelikle istenen ilişkiler ile gerçekten elde edilenler arasındaki farklılıklara odaklanır. Bu bakış açısı yalnızlığın, insanların sahip olduğu kişisel ilişkiler ile sahip olmak istedikleri ilişkiler arasındaki kabul edilemez bir tutarsızlıktan kaynaklandığını varsayar (Dykstra ve Fokkema, 2007; Dykstra, 1990, 1995; Dykstra ve de Jong Gierveld, 1994; van Tilburg, 1988).

2.13. Sosyal Yalnızlık

Yalnızlık sadece bireyin tek kalma durumu değil kalabalık içerisinde de kendini yalnız hissetme durumu olarak da ortaya çıkabilir. Bazı çalışmalar insanların kalabalıkta kendilerini yalnız hissedebileceklerini veya tek başlarına mutlu olabileceklerini göstermiştir (Bury ve Holme, 1990; De Jong ve ark., 1987; Holmén ve ark., 2000). Yalnızlık, bu nedenle yalnız olmanın nesnel özelliğini gösteren sosyal izolasyondan ayrılabilir (Oudman ve ark., 2018).

Yalnızlık çok yönlü olarak kabul edilebilir. Weiss (1973), yalnızlığı sosyal ve duygusal boyutlara ayıran çok boyutlu bir yalnızlık kavramı önermiştir. Sosyal yalnızlık, “sosyal olarak bütünleştirici ilişkilerin yokluğundan” kaynaklanırken, duygusal yalnızlık “yakın duygusal bir bağın” yokluğundan kaynaklanır (Weiss 1973). Sosyal yalnızlık, bir insanın istediği kadar geniş bir sosyal ağa sahip olmaması durumunda oluşur. Bu sıkıntı, dışlanma ve marjinalite gibi duygulara yol açabilir (Weiss 1973; Gierveldve Van Tilburg 2006). Weiss (1974), bu kategorizasyona dayanarak, altı bileşenle yalnızlık bağlamında bir sosyal hükümler modeli tasarladı. Bunlar; bağlanma, sosyal uyum, değer güvencesi, güvenilir ittifak, rehberlik ve risk alma fırsatı (Weiss, 1974). Bu durumları açıklamak gerekirse: bağlanma, bir kişinin güvenlik hissi aldığı duygusal bir yakınlıktır; sosyal bütünleşme, insanların benzer çıkar ve tutumları paylaştığı bir ilişkiler ağına ait olma hissidir; değer güvencesi, bir bireyin yeteneklerinin ve değerinin diğer insanlar

tarafından kabul edilmesidir; güvenilir ittifak, birinin pratik destek için başkalarına güvenebileceği güvendir; rehberlik, birinin öneri veya bilgi için başkalarına güvenebileceği inancıdır ve risk alma fırsatı, başkalarının refahından birinin sorumlu olduğu hissidir (Weiss 1974; Wang, 2018). Yalnızlıktan kaçınmak için özellikle de bağlanma ve sosyal bütünleşme bileşenlerinin gerekli olduğu iddia edildiği (Weiss 1974), ve bağlanma eksikliği duygusal yalnızlıkla; sosyal bütünleşme eksikliği ise sosyal yalnızlık ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Russell ve ark., 1984).

DiTommaso ve Spinner (1997), yalnız bireylerin, yalnızlığın sosyal veya duygusal kökenlerden kaynaklanıp kaynaklanmadığına bağlı olarak farklı tür yalnızlıklar yaşadıklarını ve farklı şekilde ortaya çıkabileceklerini ortaya koymuşlardır. Birey sosyal yalnızlığı hissediyorsa, ifade edilebilir belirtiler şunlardır: *“can sıkıntısı, depresyon, amaçsızlık, uç noktalar, anlamsızlık ve kendi kendine konuşma ve alkolizm gibi davranışsal sapmalarla birlikte insanlar arasında arama yapma ve hareket etme çabası”* (DiTommaso ve Spinner, 1997).

Yalnızlıkla ilgili en önemli faktörlerden biri olarak algılanan sosyal destektir. Algılanan sosyal destek, bir kişinin arkadaşları, ailesi ve diğerleri tarafından desteklenmesi konusundaki inancıdır (Cotterell, 2007).

2.14. Duygu Nedir?

Duygunun tanımını yapmak gerekirse, Mayer ve arkadaşları (1990) duyguyu; zihinsel, fizyolojik, deneyimlenmiş psikolojik haller ve bilişsel yapı ile birlikte bir uyum sürecine destek olan yardımcı ve örgütlü bir biçimde düzenleyen tepkilerdir, diye açıklamışlardır (Mayer ve ark., 1990). İnsanın yaşamı boyunca becerilerini, toplumdaki yeri, sosyal hayatına yön verecek olan duygular, insan birçok açıdan hayata dair yönlendirebilir (Soylu, 2016). Duygular uyuma daırdır ve duygular insanın adaptasyonunu oluşturmaya yönelik olduklarından insana değerlendirme süreciyle ilişkilidir (Safran ve Greenberg, 1991).

Birçokları tarafından kabul görülen duygunun tanımını yapan duygusal zekâ kuramcısı Daniel Goleman (1998) duyguyu, bireyin yaşadığı hislere den dolayı ortaya çıkan düşüncelere bağlı olarak psikolojik ve fizyolojik tepkiler sonucunda oluşan değişimler ve bu hallerden dolayı kaynaklanan davranış şekli olarak yansıtmaktadır (Goleman, 1998).

Duygu en belirgin özelliği olan kişiye özgünlüğü ile kişinin düşünce ve davranışları ile ilişkili zihinsel ve fizyolojik değişim halidir. Bundan dolayıdır ki her bireyin duygusu tıpkı parmak izi gibi kendisine özgüdür (Yavuz, 2009). Bireyin hayatına renk ve anlam katan duygular insanın ayrıca kendini anlaması ve iç dünyasının farkına varması için de önemli bir rol oynamaktadır (Padar, 2015).

Duygular, insanın karşılaştığı durumlara karşı verebildiği biyolojik temelli tepkilerin organize edilmiş şeklidir (Gross ve Levenson, 1993). Gross (2002) insan duygularını, “*Algılanan zorluklara ve fırsatlara nasıl cevap vereceğimizi etkileyen koordine edilmiş davranışsal, deneyimsel ve fizyolojik tepki eğilimleridir.*” diye açıklamaktadır. Bu tepkilerimizin birçoğu bireyin yaşam şartlarına uygundur. Duygularımız kişinin içinde bulunduğu birçok durumla uyuşmuyor gibi görünse de hedeflerimize daha kaliteli hizmet etmek için duygusal reflekslerimizi örgütlemeye çabalarız (Gross, 2002).

Yapılan araştırmaların birçoğu duyguyu, insanı düşünce ve akıl yürütmeye yönlendiren insanoğlunun bu yetisi, bununla birlikte birçok duygusal etmenlerin, yoğun duyguların ve tutkuların tesiri altında kalma olarak tanımlamaktadır (Lazarus, 1984; Leventhal ve Scherer, 1987; Izard, 1992; Frijda, 1998).

Aamodt ve Wang (2008/2011) ise, insanın karar verme aşamasında olaylara tepki olarak meydana gelen yön gösterici pozisyonunda birçok kritik durumlara karşı odaklanmamızı ve yolumuza devam etmemize yardımcı olan durum olarak ifade etmişlerdir. Bireyi korkularından uzak durması ve hedeflediklerini sahip olabilmesi konusunda uyarılarda bulduklarını belirtmişlerdir (Aamodt ve Wang, 2008; 2011).

Dünyanın üzerinde farklı kültür mirasına sahip insanlar için ortak duygu profili olsa da pratikte farklı olduğundan kişilere göre değişiklik gösterebilmektedir (Petrides ve Furnham, 2003). Duygunun sınıflandırılması noktasında araştırmacılar ortak düşüncelerde olmasalar da bazılarının oluşturduğu temel duygu kümeler ile birincil duygu olarak duyguları ayırmışlardır (Soylu, 2016).

2.15. Duygusal Yalnızlık

Yalnızlık var olan sosyal yoksunluk nedeniyle, dayandırıldığı kaynak bakımından sosyal ve duygusal yalnızlık olarak sınıflandırmıştır. Duygusal yalnızlık samimi bir ilişkinin yokluğu, duygusal bağların eksikliği olarak gösterilebilir. Duygusal yalnızlık bireyin ilişkilerinde bir noktanın eksikliğinden bahsedilmektedir. Bu nokta çocuklarda anne-baba eksikliği yetişkinlerde ise yakınlık kurabileceği birisi ya da eş olmaktadır ve ancak samimi duygular içerisinde kurulan yakın bir ilişki bu yalnızlığı giderebilir (Weiss, 1973). Yine Weiss (1989), tarafından yayınlanan makalesinde duygusal yalnızlığın tanımlayıcı özelliğinin, buna karşılık gelen bir “bağlanma ihtiyacına” sahip, mutlak bir “samimiyet ihtiyacı” olduğunu ortaya koymaktadır (Weis, 1989). Duygusal yalnızlık, yakınlığın-cinsel yakınlığın, belki de ama daha da önemlisi, psikolojik yakınlığın yokluğuna dönüşür. Bir ilişkinin, arkadaşlıktan öteye geçmemesi ve özel ve derin kişisel umutların, kafa karışıklıklarının ve başarısızlıkların hem paylaşıldığı hem de netleştirildiği bir alemin içine girememesidir. Duygusal yalnızlık, evlilik veya yaşam boyu bir kişi aracılığıyla azaltılabilir (Clinton ve Anderson, 1999).

Bireyin kendinin dışında başka bir bireyle samimi bir bağlılık kurulamamasından dolayı yaşadığı kaygı verici ve bireyde anlamsızlık yarattıran durumlardır. Duygusal yalnızlık yetişkinlerde karşı cinse karşı kuramadığı yakın ilişki veya bir çocuğun ebeveyn yokluğundan kaynaklanabilir (Altıparmak, 2019). Weis (1973), ise çocuklukta yaşanan terk edilme duygusu yansıması olarak duygusal yalnızlığı tanımlamaktadır. Duygusal yalnızlığın önemli bazı belirleyici faktörleri de özellikle gençlerde aşk hayatı ve seks tatmini (Neto, 2015), eşe sahip olmama (Dykstra ve Fokkema, 2007) ve gerekli ilgiyi görememesidir (Dahlberg ve

McKee, 2014). Duygusal yalnızlık tatmin edici bir bağlanma eksikliği-duygusal bir durumdur, nesnel bir fiziksel durum değildir (Qualter ve Munn, 2002).

Yalnızlığın, özellikle de yalnızlığın sürmesinin, çocuklarda depresyon gibi birçok olumsuz sonuç ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Ladd ve Ettekal, 2013). Şöyle ki duygusal yalnızlığın, daha yüksek nevrotiklik düzeyleri ve kendi kendine üstünlük seviyelerinin düşük olması ile olan ilişkisi nedeniyle depresyonu öngörmesi mümkündür (Peerenboom ve ark., 2015). Alternatif olarak, duygusal yalnızlığın depresyondan kaynaklanması olasıdır, çünkü bu depresyon, duygusal yalnızlığın habercisi olan bağlanma, samimiyet ve aile ilişkilerini etkileyebilir (DiTommaso ve Spinner, 1997; Drennan ve ark., 2008; Essex ve ark., 1985; Pettem ve ark., 1993). Sosyal desteğin azalması (ya sosyal ya da duygusal yalnızlık ile ilişkili olabilir) daha önce yalnızlık ve depresyon arasında bir ilişkiye aracılık ettiği ileri sürülmüştür (Liu ve ark., 2016). Başka bir seçenek olarak, depresyon, sosyal yalnızlığa neden olabilecek sosyal geri çekilmeden önce de ortaya çıkabilir (Allen ve Badcock, 2003; Tiikkainen ve Heikkinen, 2005). Özellikle, duygusal yalnızlığın, sağlıksız kendini algılama, geri çekilmiş davranış ve ilişkilerin uyumsuzluk algıları gibi duygusal problemlerle birlikte ortaya çıktığı da bulunmuştur (Qualter ve Munn, 2002). Bireyin yaşadığı problemleri önlemede veya azaltmada da yalnızlık tipinin belirlenmesi (duygusal mı? Sosyal mi?) yardımcı olmak için kullanılabilir (Maes ve ark., 2017).

Farklı sosyal paylaşım türlerinin sonraki yaşamdaki yalnızlığı nasıl etkilediği de ileri ki yaş döneminde evli olup olmamasına bağlı olabilir. Sosyal ağ üyeleri tarafından duygusal destek eksikliği veya duyarsız ve sempatik olmayan davranışlara maruz kalmak çoğu insan için duygusal yalnızlık duygularına etkisi bulunabilir, ancak yine de evli bireyler için özellikle önemli olabilir (Liu ve Rook, 2013).

Bilişsel perspektiften bakmak gerekirse, insanların arzuları ve gerçeklikleri arasındaki bir tutarsızlık kavramı, yalnız kişisel ilişkilerin gerçek ağlarını değil, aynı zamanda insanların yalnızlık duygularındaki farklılıklar hakkında fikir edinmek için

bu konudaki tercihlerini de incelememiz gerektiğini göstermektedir (Dykstra, 1990, 1995; Dykstra ve de Jong Gierveld, 1994; van Tilburg, 1988).

2.16. Yalnızlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı

Yalnızlık, bir arkadaşın yokluğundan dolayı mutsuz ve rahatsız edici bir hissi ifade eden (Peplau ve Perlman, 1982), dijital oyunlara aşırı bağımlılıkla ilişkilendirilen psikolojik özelliklerden biridir (Jeong ve ark., 2017). Daha önceki yapılan çalışmalarda ayrıca oyun bağımlılığının öncülü olan saldırganlık ve depresyon ile birlikte yalnızlığı göstermektedir (Kim ve ark., 2009; Lemmens ve ark., 2011; Mentzoni ve ark., 2011; Peng ve Liu, 2010; Seay ve Kraut, 2007; Wenzel ve ark., 2009). Genellikle yalnızlığın sosyal izolasyonla ilgili olduğu varsayılsa da insanlar başkalarıyla etkileşimde olsalar bile yalnız kalabilirler (Jeong ve ark., 2017). Buna göre, sosyal ilişkilerin nitel yönleri, nicel olanlardan yalnızlık ile daha yakından bağlantılı olabilir (Hawkley ve ark., 2003; Hawkley ve ark., 2009; Peplau ve Perlman, 1982; Russell ve ark., 1980). Birkaç önceki çalışmalar da yalnızlığın patolojik oyunlarla pozitif bir şekilde ilişkili olduğunu göstermiştir. Örneğin, Kim ve ark. (2009), patolojik oyun ve yalnızlık arasındaki karşılıklı ilişkiyi göstermektedir. Lemmens ve ark., (2011) yalnızlığın ve düşük sosyal yeterliliğin patolojik oyunların önemli belirleyicileri olduğunu, ancak yalnızlığın en güçlü belirleyici olduğunu göstermiştir.

Yalnızlık gibi psikolojik sorunlardan muzdarip olan bireyler sosyal becerilerinden yoksun olabilirler ve gerçek yaşamda sosyal yeterlilikleri düşük olabilir (Caplan, 2003). Gerçek hayatta karşılanmayan ihtiyaçlarını karşılamak ya da olumsuz ruh hallerinden kaçmak için çevrimiçi oyunlar oynama olasılıkları daha yüksektir (Caplan, 2003). Buna ek olarak, kendileri ve dünya ile ilgili uyumsuz bilişsel çarpıtmalara ya da hem çevrimiçi hem de çevrimdışı yeteneklerini ortaya koyma eğilimindedir (Davis, 2001). Bu nedenle duygusal olarak duyarlı kişiler dijital oyunlara yoğunlaşmış olabilir (Jeong ve ark., 2017). Özet olarak, yalnızlık sıkıntısı olan bireyler, gerçek dünyada karşılanamayan ihtiyaçları için insanlarla yüz yüze

iletişim kurmak yerine, sanal ortamda bilgisayar vb. oyunlarđ oynamayı tercih edebilir (Liu ve Peng, 2009).

Jeong ve arkadaşlarının (2017), yaptığı çalışmanın sonucunda yalnız ve depresyondaki insanları oyunlara yoğun şekilde oynamaya meyillidir çünkü dijital oyunlar sosyal problemlerini gerçek hayatta çözmede bir araç olabilir. Aynı şekilde, psikolojik değişkenlerin (yalnızlık ve depresyon gibi) oyun bağımlılığı ile önemli ölçüde ilişkilidir, sonucuna varmıştır (Jeong ve ark., 2017).

Birkaç başka çalışmada ise internette geçirilen sürenin artması ile ocuk ve ergenlerde sosyal ve davranışsal problemlerin (yalnızlık, sosyal izolasyon, saldırganlık gibi) daha sık görülmeye başlandığı görülmüştür (Kubey ve ark., 2001; Kerber, 2005).

Kuss ve Griffiths (2012b) yaptığı çalışmasında oyun bağımlılığının gençlerin diğer insanlarla iletişim kurma motivasyonlarını azalttığını ve sonuç olarak sosyal ilişkileri üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini vurgulamaktadır (Kuss ve Griffiths, 2012b). Bu nedenle oyun bağımlılığının öğrencilerin yalnız kalmasına neden olduğunu söyleyebiliriz (Ekinci ve ark., 2019).

3. YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde, sırasıyla araştırmanın evrenine ve örnekleme, araştırma için veri toplama aracı geliştirilmesi sürecine; güvenirlik ve geçerlilik çalışmalarına, araştırma verilerinin nasıl toplandığını ve değerlendirildiğine ilişkin bilgilere yer verilmektedir.

3.1. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evrenini Osmaniye il merkezinde lisede öğrenim gören ve okul sporlarına aktif halde katılan öğrenciler oluşturmaktadır. Amaçlı örnekleme yöntemlerinden tipik durumu örnekleme yöntemi kullanılarak, şehir merkezindeki okulların göreceli geneli daha iyi yansıtacağına inanıldığından çalışma evreni Osmaniye Fen Lisesi, Osmaniye Anadolu Lisesi, Osmaniye Sosyal Bilimler Liselerine kayıtlı öğrenciler olarak belirlenmiştir. Araştırmaya katılan lise öğrencileri sözlü olarak bilgilendirilmiş ve araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu söylenmiş, onay alınan katılımcılara uygulama formları dağıtılmıştır. Araştırmada uygulanacak form ve ölçeklerde de yazılı olarak araştırma amacıyla ve ne amaçla kullanılacağıyla ilgili bilgilere yer verilmiştir. Veri toplama amacıyla kullanılan form ve ölçeklerin doldurulması ortalama 25 ile 30 dakika arasında zaman almıştır. Çalışmada kullanılan veri toplama araçlarının uygulanması sonrasında bütün cevap kâğıtları kontrol edilmiş eksik ya da hatalı doldurulan form ve ölçekler değerlendirmenin dışında tutulmuştur.

Araştırmanın örneklemini ise evren içerisinde rastgele yöntemle seçilmiş lise 9., 10., 11. ve 12. sınıflarda öğrenim gören, herhangi bir zihinsel engeli bulunmayan, Türkçe soru formlarını cevaplayabilen ve gönüllü olan 263 öğrenci oluşmaktadır.

3.2. Veri Toplama Araçları

Bu bölümde araştırma ile ilgili belirlenen amaçlara ulaşabilmek için gerekli olan verileri Kişisel Bilgi Formu, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği ve Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği kullanılarak toplanmıştır.

3.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu oluşturulurken dijital oyun bağımlılığı ile ilişkili olabileceği düşünülen bağımsız değişkenlerin neler olduğuna yönelik literatür taraması yapılmış ve ilişkili olabilecek değişkenlere yönelik kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Araştırmada, öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Bu formda 13 adet soruya yer verilmiştir. Bunlar; yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, anne baba birlikte yaşıyor mu? günde ortalama kaç saat dijital oyun oynama, anne baba ile vakit geçirme sıklığı, anne ve baba eğitim düzeyi, evde bilgisayar bulunma durumu, bilgisayar ve cep telefonu ile oynadığınız oyun çeşitleri, günün hangi bölümünde oyun oynamayı sevme durumları hakkında sorular olarak katılımcılara yöneltilmiştir.

3.2.2. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu (DOBÖ-7)

Dijital Oyun Bağımlılığı ölçeği kısa Formu (DOBÖ-7) Lemmens ve arkadaşları (2009) tarafından 12-18 yaşları arasındaki ergenlerin sorunlu dijital oyun oynama davranışlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Toplam 21 madde, 7 alt boyuttan oluşan DOBÖ-21'in yedi maddelik kısa formudur. Özgün DOBÖ-7'nin geçerlik ve güvenilirlik değerleri Cronbach alfa için 0.92, CFI=0.904, RMSEA=0.053 (90% CI=0.049 ve 0.056) bulunmuş ve ergenlerde kullanılabileceği gösterilmiştir. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından yapılan ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .72 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada ise, Cronbach alfa katsayısı .78 olarak tespit edilmiştir. Ölçek 5'li likert tipinde, bir faktörlü bir yapıya sahiptir ve 1-5 aralığında (1= hiçbir zaman, 5= her zaman) puan (aralık: 7-35) almaktadır.

3.2.3. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği

Ölçek DiTommaso, Brannen ve Best (1997) tarafından geliştirilmiştir. Daha sonra Türkçeye uyarlama işlemi Çeçen (2007) tarafından yapılmıştır. Ölçek likert tipi olup kendini bildirim türünde bir ölçektir. 15 maddeden oluşmakla birlikte, “*bana tamamıyla uygun değil*” seçeneğine (1) puan verilirken “*bana tamamıyla uygun*” (7) puan verilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 105 en düşük puan 15’dir. Ölçek aile ile ilişkiler, romantik ilişkiler ve sosyal ilişkiler olmak üzere üç boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin sosyal boyutunu sosyal ilişkiler oluştururken duygusal boyutunu ise romantik ilişkiler ve aile ile ilişkiler oluşturmaktadır. Ölçekte aile ile ilişkiler boyutunu 1, 4, 8, 11 ve 12. maddeler, romantik ilişkiler boyutunu 3, 6, 10 ve 14. maddeler sosyal ilişkiler boyutunu ise 2, 5, 7, 9 ve 13. maddeler ölçmektedir. Ayrıca ölçekte 2, 3, 5, 6, 8, 9, 11, 12 ve 14. maddeler ters maddelerdir. Ölçeğe ilişkin Cronbach alfa değerleri ise sosyal yalnızlık alt boyutu için .74, romantik yalnızlık için .83 ve aile yalnızlık için ise .77 olarak bulunmuştur. Bu araştırmada ise, sosyal yalnızlık için .82, romantik yalnızlık için .75 ve aile yalnızlık için .75 olarak bulunmuştur.

3.3. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde, SPSS 22 istatistik programı kullanılmıştır. Uygulanacak testlerin belirlenmesi için Kolmogrov-Simirnov ve Shapiro Wilks testleri ve skewness ve kurtosis değerleri incelenmiş olup, değerlerin -1,5-+1,5 aralığında homojen olarak dağıldığı görülmüştür. Verilerin analizi için aritmetik ortalama, standart sapma, bağımsız örneklem bağımsız örneklem t testi ve Tek Yönlü Varyans (One Way Anova) testleri yapılmıştır.

4. BULGULAR

Çalışmamızın bu bölümde çalışmamızın sonucunda ulaşılan bulgulara yer verilecektir.

Tablo 1. Araştırma Grubunu Tanımlayıcı İstatistik Bilgiler

Değişkenler		n	%
Cinsiyet	Erkek	135	51,3
	Kadın	128	48,7
	Toplam	263	100
Yaş	15	106	40,3
	16	70	26,6
	17	64	24,3
	18	23	8,7
	Toplam	263	100
Sınıf	9	96	36,5
	10	62	23,6
	11	69	26,2
	12	36	13,7
	Toplam	263	100
Dijital Oyun Oynama Süresi	1 saat ve altı	98	37,3
	2 saat	64	24,3
	3 saat ve üzeri	54	20,5
	Fikrim yok	47	17,9
	Toplam	263	100
Baba Eğitim	İlkokul	35	13,3
	Ortaokul	43	16,3
	Lise	73	27,8
	Üniversite	112	42,6
	Toplam	263	100
Anne eğitim	İlkokul	50	19,0
	Ortaokul	59	22,4
	Lise	86	32,7
	Üniversite	68	25,9
	Toplam	263	100
Kardeş Sayısı	1	34	12,9
	2	83	31,6
	3	81	30,8
	4 ve üstü	65	24,7
	Toplam	263	100
Günün Hangi Bölümünde oyun oynamayı seversin?	Gündüz	78	29,7
	Gece	138	52,5
	Her ikisi de	47	17,9
	Toplam	263	100

Tablo 1 incelendiğinde, araştırma grubunda yer alan öğrencilerin cinsiyet değişkenine bağlı olarak %51,3 erkek, %48,7'sini ise kadın öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma grubunda yer alan öğrenciler yaş değişkenine göre sınıflandırıldığında, %40,3'ünü 15 yaş, %26,6'sını 16 yaş, %24,3'ünü 17 yaş ve %8,7'sini 18 yaş grubu öğrenci olarak ortaya çıkmaktadır. Araştırma grubunda yer alan öğrencilerin sınıf değişkenine göre %36,5'i 9.sınıf, %23,6'sı 10.sınıf, %26,2'si 11.sınıf ve %13,7'si 12. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırma grubunda yer alan öğrencilerden dijital oyun oynama süresi değişkenine bağlı olarak öğrencilerin %37,3'ü 1 saat ve altı, %24,3'ü 2 saat, %20,5'i 3 saat ve üzeri dijital oyun oynadığını ve %17,9'luk kısmı da fikrinin olmadığını beyan etmiştir. Araştırma grubunda yer alan öğrencilerden baba eğitim seviyesi değişkenine göre öğrenci babalarının %13,3'ü ilkokul, %16,3'ü ortaokul, %27,8'i lise ve %42,6'sı üniversite mezunu olduğu tespit edilmiştir. Araştırma grubunu oluşturan öğrenciler anne eğitim seviyesine göre sınıflandırıldığında %19,0'ı ilkokul, %22,4'ü ortaokul, %32,7'si lise ve %25,9'u da üniversite mezunu olduğu görülmektedir. Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin kardeş sayısı değişkenine göre sınıflandırma yapıldığında %12,9'u bir kardeş, %31,6'sı iki kardeş, %30,8'i üç kardeş ve %24,7'si dört ve üzeri kardeş sayısına sahip olduğu tespit edilmiştir. Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerden günün hangi saati oyun oynamayı seversiniz değişkenine göre öğrencilerin %29,7'si gündüz, %52,5'i gece ve %17,9'u da her ikisi seçeneğini işaretlediği tespit edilmiştir.

Tablo 2. Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeğinde Yer Alan Önermelere Verdikleri Cevapların Dağılımı

Önermeler	N	N	N	N	N	N	N	N	A.O	S.S
		/	/	/	/	/	/	/		
		%'si	%'si	%'si	%'si	%'si	%'si	%'si		
1.Son bir yıl içerisinde aileme birlikteyken kendimi yalnız hissettim	263	122 46,4	62 26,3	13 4,9	21 8,0	28 10,6	12 4,6	5 1,9	2,34	1,70
2. Son bir yıl içerisinde arkadaş grubuma ait biri olduğumu hissettim	263	92 35,0	88 33,5	22 8,4	19 7,2	15 5,7	14 5,3	13 4,9	5,50	1,75
3. Son bir yıl içerisinde benim için özel olan duygu ve düşüncelerimi paylaşabileceğim özel (romantik) bir arkadaşım/partnerim oldu	263	28 10,6	22 8,4	15 5,7	20 7,6	6 2,3	29 11,0	143 54,4	2,67	2,23
4. Son bir yıl içerisinde ailemden destek ve cesaret alabileceğim kimse olmadı ama keşke olsaydı	263	147 55,9	54 20,5	7 2,7	20 7,6	12 4,6	12 4,6	11 4,2	2,15	1,75
5.Son bir yıl içerisinde benim düşünce biçimimi ve niyetimi anlayan arkadaş/arkadaşlara sahip oldum	263	89 33,8	74 23,1	35 13,3	25 9,5	14 5,3	13 4,9	13 4,9	5,41	1,74
6. Son bir yıl içerisinde ihtiyacım olan desteği ve cesareti bana veren romantik bir arkadaşım ya da eşim oldu	263	18 6,8	10 3,8	15 5,7	23 8,7	7 2,7	32 12,2	158 60,1	2,27	1,94
7. Son bir yıl içerisinde benim görüşlerimi paylaşan bir arkadaşım /arkadaşlarım olmadı ama olmasını istedim	263	124 47,1	54 21,7	17 6,5	30 11,4	14 5,3	11 4,2	10 3,8	2,34	1,73
8. Son bir yıl içerisinde kendimi aileme yakın hissettim	263	101 38,4	67 25,5	30 11,4	18 6,8	12 4,6	18 6,8	17 6,5	5,40	1,88
9. Son bir yıl içerisinde yardıma ihtiyacım olduğunda güven duyabileceğim arkadaşım/arkadaşlarım oldu	263	99 37,6	82 31,2	33 12,5	15 5,7	11 4,2	13 4,9	10 3,8	5,62	1,65
10. Son bir yıl içerisinde keşke beni daha fazla tatmin edecek özel (romantik) bir ilişkiye sahip olsaydım	263	119 45,2	41 15,6	10 3,8	36 13,7	10 3,8	20 7,6	27 10,3	2,79	2,13
11.Son bir yılda kendimi ailemin bir parçası olarak hissettim	263	124 47,1	65 24,7	27 10,3	13 4,9	6 2,3	9 3,4	19 7,2	5,70	1,80
12. Son bir yıl içerisinde ailem beni gerçekten önemsendi	263	119 45,2	66 25,1	29 11,0	22 8,4	4 1,5	6 2,3	17 6,5	5,71	1,72
13. Son bir yıl içerisinde beni anlayan arkadaşım/arkadaşlarım olmadı ama olmasını istedim	263	117 45,4	52 19,8	17 6,5	35 13,3	12 4,6	15 5,7	14 5,3	2,55	1,93
14. Son bir yıl içerisinde mutluluğuna katkıda bulunduğum özel (romantik) bir ilişkim oldu	263	26 9,9	24 9,1	14 5,3	22 8,4	7 2,7	32 12,2	138 52,5	2,69	2,20
15. Son bir yıl içerisinde yakın bir duygusal ilişkiye olan ihtiyacım karşılanmadı	263	81 30,8	34 12,9	18 6,8	32 12,2	19 7,2	28 10,6	51 19,4	3,62	2,34

Tablo 2’deki önermeler içerisinde öğrencilerin en üst düzeyde katılım sağlamış olduğu önermelerin sırasıyla;

- “Son bir yıl içerisinde ailem beni gerçekten önemsendi. $5,71 \pm 1,72$ (Önerme 12)”,
- “Son bir yılda kendimi ailemin bir parçası olarak hissettim. $5,70 \pm 1,80$ (Önerme 11)”,
- “Son bir yıl içerisinde yardıma ihtiyacım olduğunda güven duyabileceğim arkadaşım/arkadaşlarım oldu. $5,62 \pm 1,65$ (Önerme 9)” önermeler olduğu görülmektedir.

Tablo 2’deki önermeler içerisinde öğrencilerin en az düzeyde katılım sağlamış olduğu önermelerin sırasıyla;

- “Son bir yıl içerisinde ailemden destek ve cesaret alabileceğim kimse olmadı ama keşke olsaydı. $2,15 \pm 1,75$ (Önerme 4)”,
- “Son bir yıl içerisinde ihtiyacım olan desteği ve cesareti bana veren romantik bir arkadaşım ya da eşim oldu. $2,27 \pm 1,94$ (Önerme 6)”,
- “Son bir yıl içerisinde ailemle birlikteken kendimi yalnız hissettim. $2,34 \pm 1,70$ (Önerme 1)” önermeler olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeğinde Yer Alan Önermelerine Verdikleri Cevapların Dağılımı

Önermeler	N	N	N	N	N	N	A.O.	S.S.
		/	/	/	/	/		
		%'si	%'si	%'si	%'si	%'si		
		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)		
1. Bir bilgisayar oyununu tüm gün boyunca oynamayı düşündün mü?	263	137 52,1	42 16,0	40 15,2	17 6,5	27 10,3	2,06	1,36
2.Oyun için harcadığın zamanı giderek arttırdın mı?	263	109 41,4	76 28,9	47 17,9	20 7,6	11 4,2	2,04	1,13
3. Günlük yaşamdan uzaklaşmak için oyun oynadığın oldu mu?	263	88 33,5	51 19,4	65 24,7	27 10,3	32 12,2	2,48	1,36
4. Yakınındaki kişiler (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) oyun süreni azaltmada başarısız oldu mu?	263	116 44,1	51 19,4	58 22,1	16 6,1	22 8,4	2,15	1,28
5. Oyun oynayamadığın zaman kendini kötü hissettin mi?	263	171 65,0	41 15,6	28 10,6	11 4,2	12 4,6	1,68	1,11
6. Oyunda harcadığın zaman konusunda yakınındaki kişiler ile (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) kavga ettin mi?	263	134 51,0	50 19,0	41 15,6	20 7,6	18 6,8	2,00	1,26
7. Oyun oynamak için diğer önemli faaliyetleri (okul, iş, spor gibi) ihmal ettin mi?	263	175 66,5	39 14,8	29 11,0	8 3,0	11 4,2	1,67	1,21

Tablo 3’deki önermeler içerisinde öğrencilerinden üst düzeyde katılım sağlamış olduğu önermelerin sırasıyla;

- “Günlük yaşamdan uzaklaşmak için oyun oynadığın oldu mu? 2,48±1,36 (Önerme 3)”,
- “Yakınındaki kişiler (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) oyun süreni azaltmada başarısız oldu mu? 2,15±1,28 (Önerme 4)” önermeler olduğu görülmektedir.

Tablo 3’deki önermeler içerisinde öğrencilerinden az düzeyde katılım sağlamış olduğu önermelerin sırasıyla;

- “Oyun oynamak için diğer önemli faaliyetleri (okul, iş, spor gibi) ihmal ettin mi? 1,67±1,21 (Önerme 7)”,
- “Oyun oynayamadığın zaman kendini kötü hissettin mi? 1,68±1,11 (Önerme 5)” önermeler olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4. Kadın Öğrencilerin Cep Telefonu ile En Çok Tercih Ettiği Dijital Oyunlar

	1. Tercih		2. Tercih		3. Tercih	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Macera Oyunları	24	18,8	5	3,9	4	3,1
Strateji Oyunları	9	7,0	5	3,9	2	1,6
Spor Oyunları	3	2,3	3	2,3	3	2,3
Aksiyon Oyunları	17	13,3	10	7,8	7	5,5
Dövüş Oyunları	-	-	-	-	-	-
Bilmece Oyunları	10	7,8	7	5,5	1	,8
Eğlence Oyunları	1	,8	1	,8	-	-
Rol Oynama Oyunları (RPG)	1	,8	2	1,6	1	,8
Simülasyon Oyunları	4	3,1	3	2,3	-	-
Herhangi Bir Tercihim Yok	59	46,1	92	71,9	110	85,9
Toplam	128	100,0	128	100,0	128	100,0

Tablo 4’de çalışmaya katılan kadın öğrencilerin cep telefonu ile dijital oyun oynarken en çok tercih ettikleri oyunlar tercih sırasına göre incelendiğinde, 1. Tercihinde macera oyunlarını, 2. ve 3. Tercihlerinde öğrencilerin en çok aksiyon oyunlarını tercih ettikleri görülmektedir.

Tablo 5. Erkek Öğrencilerin Cep Telefonu İle En Çok Tercih Ettiği Dijital Oyunlar

	1. Tercih		2. Tercih		3. Tercih	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Macera Oyunları	74	54,8	21	15,6	8	5,9
Strateji Oyunları	16	11,9	18	13,3	14	10,4
Spor Oyunları	11	8,1	17	12,6	9	6,7
Aksiyon Oyunları	3	2,2	4	3,0	4	3,0
Dövüş Oyunları	1	,7	1	,7	1	,7
Bilmece Oyunları	2	1,5	3	2,2	1	,7
Eğlence Oyunları	1	,7	-	-	-	-
Rol Oynama Oyunları (RPG)	1	,7	-	-	-	-
Simülasyon Oyunları	1	,7	2	1,5	1	,7
Herhangi Bir Tercihim Yok	25	18,5	69	51,1	97	71,9
Toplam	135	100,0	135	100,0	135	100,0

Tablo 5’de çalışmaya katılan erkek öğrencilerin cep telefonu ile dijital oyun oynarken en çok tercih ettikleri oyunlar tercih sırasına göre incelendiğinde, 1. ve 2. Tercihlerinde öğrencilerin en çok macera oyunlarını tercih ettiklerini ve 3. Tercihlerinde ise, simülasyon oyunlarını tercih ettikleri görülmektedir.

Tablo 6. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu

Değişkenler		A.O.	S.S.	F	P
Dijital Oyun Bağımlılığı	15 Yaş	2,03	,89	,232	,874
	16 Yaş	1,99	,84		
	17 Yaş	2,06	,72		
	18 Yaş	1,89	,83		
Sosyal İlişkiler	15 Yaş	4,30	,75	,753	,521
	16 Yaş	4,25	,62		
	17 Yaş	4,22	,89		
	18 Yaş	4,50	1,29		
Romantik İlişkiler	15 Yaş	2,68	1,42	2,046	,108
	16 Yaş	2,69	1,44		
	17 Yaş	2,90	1,55		
	18 Yaş	3,48	1,81		
Aile İlişkileri	15 Yaş	4,30	,89	,521	,668
	16 Yaş	4,33	,74		
	17 Yaş	4,17	,89		
	18 Yaş	4,15	1,29		
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık	15 Yaş	3,76	,69	1,011	,389
	16 Yaş	3,76	,62		
	17 Yaş	3,76	,80		
	18 Yaş	4,04	1,14		

$p>0.05$

Tablo 6. İncelendiğinde araştırmaya katılan lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı (DOB), sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri ve sosyal ve duygusal yalnızlık ortalamalarının yaş değişkenlerine ait ANOVA testi sonuçları verilmektedir. Dijital oyun bağımlılığı yaş değişkenine göre, dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ölçeği genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Tablo 7. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Sınıf Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu

Değişkenler		A.O.	S.S.	F	P
Dijital Oyun Bağımlılığı	9. Sınıf	2,02	,91	,120	,948
	10. Sınıf	1,99	,78		
	11. Sınıf	1,99	,75		
	12. Sınıf	2,08	,84		
Sosyal İlişkiler	9. Sınıf	4,27	,79	,444	,721
	10. Sınıf	4,25	,63		
	11. Sınıf	4,26	,82		
	12. Sınıf	4,43	1,12		
Romantik İlişkiler	9. Sınıf	2,67	1,4	,812	,488
	10. Sınıf	2,72	1,36		
	11. Sınıf	2,95	1,56		
	12. Sınıf	3,04	1,77		
Aile İlişkileri	9. Sınıf	4,25	,93	,433	,730
	10. Sınıf	4,33	,80		
	11. Sınıf	4,29	,81		
	12. Sınıf	4,13	1,09		
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık	9. Sınıf	3,72	,72	,412	,744
	10. Sınıf	3,77	,60		
	11. Sınıf	3,83	,76		
	12. Sınıf	3,86	1,01		

p>0.05

Tablo 7 incelendiğinde araştırmaya katılan lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı (DOB), sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri ve sosyal ve duygusal yalnızlık ortalamalarının sınıf düzeyi değişkenlerine ait ANOVA testi sonuçları verilmektedir. Dijital oyun bağımlılığı sınıf düzeyi değişkenine göre, dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ölçeği genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (p>0.05).

Tablo 8. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Anne Eğitim Seviyesi Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu

Değişkenler		A.O.	S.S.	F	P	Tukey
Dijital Oyun Bağımlılığı	İlkokul	1,73	,65	2,411	,067	
	Ortaokul	2,06	,86			
	Lise	2,07	,84			
	Üniversite	2,11	,88			
Sosyal İlişkiler	İlkokul	4,21	,65	,571	,635	
	Ortaokul	4,20	,86			
	Lise	4,36	,84			
	Üniversite	4,31	,88			
Romantik İlişkiler	İlkokul	2,34	1,25	2,782	,041*	3<1
	Ortaokul	2,90	1,46			
	Lise	3,08	1,59			
	Üniversite	2,72	1,53			
Aile İlişkileri	İlkokul	4,24	,87	,934	,425	
	Ortaokul	4,17	1,07			
	Lise	4,22	,95			
	Üniversite	4,41	,61			
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık	İlkokul	3,560	,70	1,612	,187	
	Ortaokul	3,756	,78			
	Lise	3,89	,82			
	Üniversite	3,81	,65			

1=İlkokul; 2,Ortaokul; 3=Lise; 4=Üniversite

p<0.05

Tablo 8 incelendiğinde araştırmaya katılan lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı (DOB), sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri ve sosyal ve duygusal yalnızlık ortalamalarının anne eğitim seviyesi değişkenlerine ait ANOVA testi sonuçları verilmektedir. Anne eğitim düzeyi değişkenine göre, romantik ilişkiler alt boyutunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir (p<0.05). Buna göre, anne eğitimi lise düzeyinde olan çocukların anne eğitimi ilkokul düzeyinde olan kişilere göre kendilerini romantik ilişkilerde daha yalnız hissettikleri belirlenmektedir. Dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ölçeği genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir (p>0.05).

Tablo 9. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Baba Eğitim Seviyesi Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu

Değişkenler		A.O.	S.S.	F	P	Tukey
Dijital Oyun Bağımlılığı	İlkokul	1,73	,72	2,154	,094	
	Ortaokul	2,06	,84			
	Lise	1,94	,72			
	Üniversite	2,12	,91			
Sosyal İlişkiler	İlkokul	4,26	,94	,194	,900	
	Ortaokul	4,21	,90			
	Lise	4,33	,88			
	Üniversite	4,28	,70			
Romantik İlişkiler	İlkokul	2,26	1,35	3,434	,018*	3<1
	Ortaokul	2,91	1,60			
	Lise	3,18	1,54			
	Üniversite	2,69	1,43			
Aile İlişkileri	İlkokul	4,07	1,02	,810	,489	
	Ortaokul	4,37	,77			
	Lise	4,30	1,01			
	Üniversite	4,25	,80			
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık	İlkokul	3,53	,76	2,583	,054	
	Ortaokul	3,83	,79			
	Lise	3,94	,83			
	Üniversite	3,74	,66			

1=İlkokul; 2,Ortaokul; 3=Lise; 4=Üniversite

$p<0.05$

Tablo 9 incelendiğinde araştırmaya katılan lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı (DOB), sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri ve sosyal ve duygusal yalnızlık ortalamalarının baba eğitim seviyesi değişkenlerine ait ANOVA testi sonuçları verilmektedir. Baba eğitim düzeyi değişkenine göre, romantik ilişkiler alt boyutunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Buna göre, baba eğitimi lise düzeyinde olan çocukların baba eğitimi ilkokul düzeyinde olan kişilere göre kendilerini romantik ilişkilerde daha yalnız hissettikleri belirlenmektedir. Dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, aile ilişkileri

alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ölçeği genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$)

Tablo 10. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeyine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu

Değişkenler	A.O.	S.S.	F	P	Tukey	
Dijital Oyun Bağımlılığı	1 Kardeş	2,10	1,01	1,609	,188	
	2 Kardeş	2,02	,82			
	3 Kardeş	2,11	,76			
	4 Kardeş	1,83	,81			
Sosyal İlişkiler	1 Kardeş	4,35	1,05	1,350	,259	
	2 Kardeş	4,35	,80			
	3 Kardeş	4,33	,74			
	4 Kardeş	4,11	,77			
Romantik İlişkiler	1 Kardeş	3,22	1,43	3,267	,022*	1<2,3,4
	2 Kardeş	2,64	1,54			
	3 Kardeş	3,07	1,57			
	4 Kardeş	2,46	1,32			
Aile İlişkileri	1 Kardeş	4,55	,56	1,366	,254	
	2 Kardeş	4,20	,85			
	3 Kardeş	4,23	,95			
	4 Kardeş	4,22	,98			
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık	1 Kardeş	4,04	,69	3,302	,021*	1<2,3,4
	2 Kardeş	3,73	,72			
	3 Kardeş	3,88	,78			
	4 Kardeş	3,60	,74			

1= 1 Kardeş; 2= 2 Kardeş; 3= 3 Kardeş; 4= 4 ve üzeri Kardeş

$P<0.05$

Tablo 10 incelendiğinde araştırmaya katılan lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı (DOB), sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri ve sosyal ve duygusal yalnızlık ortalamalarının kardeş sayısı değişkenlerine ait ANOVA testi sonuçları verilmektedir. Kardeş sayısı değişkenine göre, romantik ilişkiler alt boyutu ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ortalamada gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Buna göre, romantik ilişkiler alt

boyutunda ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ortalamada 1 kardeşe sahip olanların, diğerlerine göre kendilerine daha yalnız hissettikleri belirlenmektedir. Dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Tablo 11. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Dijital Oyun Oynama Süresi Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeylerine Etkisini Gösteren ANOVA Tablosu

Değişkenler	A.O.	S.S.	F	P	Tukey	
Dijital Oyun Bağımlılığı	1 Saat ve altı	1,86	,69	25,837	,000*	3<1,2,4
	2 Saat	2,28	,78			
	3 Saat	2,54	,90			
	Fikrim Yok	1,36	,51			
Sosyal İlişkiler	1 Saat ve altı	4,35	,83	1,013	,387	
	2 Saat	4,27	,74			
	3 Saat	4,32	,74			
	Fikrim Yok	4,11	,96			
Romantik İlişkiler	1 Saat ve altı	2,98	1,46	1,407	,241	
	2 Saat	2,82	1,46			
	3 Saat	2,81	1,56			
	Fikrim Yok	2,43	1,56			
Aile İlişkileri	1 Saat ve altı	4,34	,92	,613	,607	
	2 Saat	4,24	,83			
	3 Saat	4,14	1,01			
	Fikrim Yok	4,26	,75			
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık	1 Saat ve altı	3,89	,76	1,674	,173	
	2 Saat	3,78	,75			
	3 Saat	3,76	,70			
	Fikrim Yok	3,60	,78			

1= 1 saat ve altı; 2= 2 saat; 3= 3 saat; 4= Fikrim Yok

$p<0.05$

Tablo 11 incelendiğinde araştırmaya katılan lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı (DOB), sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri ve sosyal ve duygusal yalnızlık ortalamalarının dijital oyun oynama süresi değişkenlerine ait ANOVA testi sonuçları verilmektedir. Dijital oyun oynama süresi değişkenine göre, dijital oyun bağımlılığı genel ortalamada gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı

bir fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Buna göre, günde 3 saat ve üstü dijital oyun oynayan kişilerin daha az sürede oynayanlara göre daha fazla dijital oyun bağımlılığına sahip oldukları tespit edilmektedir. Sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği ortalamalarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Tablo 12. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Ve Duygusal Yalnızlık Ölçeğine Ait T Testi Tablosu

Değişkenler		N	A.O	S.S.	t	df	P
Dijital Oyun Bağımlılığı	Erkek	128	1,7879	,71776	-4,438	261	,000*
	Kadın	135	2,2265	,87253			
Sosyal İlişkiler	Erkek	128	4,2375	,85435	-,879	261	,380
	Kadın	135	4,3259	,77681			
Romantik İlişkiler	Erkek	128	2,6141	1,39181	-2,031	261	,043*
	Kadın	135	2,9881	1,58289			
Aile İlişkileri	Erkek	128	4,3047	,90770	,765	261	,445
	Kadın	135	4,2207	,87222			
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık	Erkek	128	3,7188	,75122	-1,366	261	,173
	Kadın	135	3,8449	,74650			

Tablo 12 incelendiğinde araştırmaya katılan lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı (DOB), sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri ve sosyal ve duygusal yalnızlık ortalamalarının cinsiyet değişkenine ait t testi sonuçları verilmektedir. Cinsiyet değişkenine göre, dijital oyun bağımlılığı ve romantik ilişkiler alt boyutunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla dijital oyun bağımlılığına sahip oldukları tespit edilmektedir. Romantik ilişkiler alt boyutunda ise, kadınların erkeklere göre kendilerini daha yalnız hissettikleri belirlenmektedir. Sosyal ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal

yalnızlık ölçeği ortalamalarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Tablo 13. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Dijital Oyun Oynama Zamanı Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Ve Duygusal Yalnızlık Ölçeğine Ait T Testi Tablosu

Değişkenler		N	A.O	S.S	t	df	P
Dijital Oyun Bağımlılığı	Gündüz	78	2,0110	,67155	-2,053	214	,041*
	Gece	138	2,2453	,87247			
Sosyal İlişkiler	Gündüz	78	4,1462	,71327	-2,396	214	,017*
	Gece	138	4,4072	,79905			
Romantik İlişkiler	Gündüz	78	2,4205	1,37721	-3,357	214	,001*
	Gece	138	3,1145	1,50384			
Aile İlişkileri	Gündüz	78	4,2718	,85583	,229	214	,819
	Gece	138	4,2420	,95243			
Sosyal ve Duygusal Yalnızlık	Gündüz	78	3,6128	,70349	-2,985	214	,003*
	Gece	138	3,9213	,74347			

Tablo 13 incelendiğinde araştırmaya katılan lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı (DOB), sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri ve sosyal ve duygusal yalnızlık ortalamalarının dijital oyun oynama zamanı değişkenine ait t testi sonuçları verilmektedir. Dijital oyun oynama zamanına göre incelendiğinde, dijital oyun bağımlılığı ölçeği, sosyal ilişkiler, aile ilişkiler ve Sosyal ve Duygusal Yalnızlık ölçeği genel ortalamada gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Buna göre, gece dijital oyun oynayan çocukların gündüz oynayan çocuklara göre daha fazla dijital oyun bağımlılığına, sosyal ilişkilerinde ve aile ilişkilerinde yalnızlığa ve genel olarak sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyine sahip oldukları tespit edilmektedir. Aile ilişkileri alt boyutlarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Tablo 14. Lise Kademesindeki Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Puanlarına İlişkin Korelasyon Tablosu

	Sosyal İlişkiler	Romantik İlişkiler	Aile İlişkileri	Sosyal ve Duygusal Yalnızlık
Dijital Oyun Bağımlılığı	,095	,274**	-,016	,211*

p<0.05

Tablo 14’de lise kademesindeki okul sporlarına katılan öğrencilerin yaş değişkenine göre dijital oyun bağımlılığının sosyal ve duygusal yalnızlık puanlarına ilişkin korelasyon tablosu verilmektedir. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği ile romantik ilişkiler alt boyutu ve sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Buna göre, okul sporlarına katılan öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları arttıkça romantik ilişkiler ve sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin arttığı görülmektedir.

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Dijital oyun bağımlılığı son yıllarda tartışılan önemli konuların başında gelmektedir. Tartışmaların büyük bir kısmı olumlu etkilerinden çok olumsuz etkileri tartışılmaktadır. Bu çalışma ile dijital oyun bağımlılığın bireyler üzerinde sosyal ve duygusal açıdan yalnızlıklarına etkisini ve sportif etkinliklerin ne derece sonuçları etkilediği üzerine sonuca ulaşılmaya çalışılmıştır.

Kadın ve erkek öğrencilerin oyun tercihleri incelendiğinde birinci tercih olarak macera oyunlarını oynadıkları görülmüştür (Tablo 4 ve 5). Literatür incelendiğinde Vahlo ve ark., (2017) yapmış oldukları çalışmada, macera oyun türünün tercih edilmesinde, erkek (%55) ve kadın (%45) oyuncuların eşit oranda olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde, Terlecki ve ark., (2011) ve Hartmann ve Klimmt, (2006) tarafından yürütülen bir çalışmada kısmen benzer bulgularbulgular olduğu ortaya konulmuştur.

Çalışmamızda dijital oyun bağımlılığının yaş değişkenine göre (Tablo 6), dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ölçeği genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Bunun sebebinin dijital oyunların günümüzde her yaş grubundan bireylerin kolaylıkla ulaşacağı ve bu oyunların her yaş kapasitesinden bireylerin rahatça oynayabilecekleri oyun türlerinin mevcut olmasından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Literatürü incelediğimizde Ünsal'ın (2019) yaptığı "Okul öncesi dönem çocuklarının duygusal zekâsı ve dijital oyun bağımlılıklarının incelenmesi" adlı araştırmasında bizim çalışmamızın sonucuna benzer şekilde yaş değişkenine bağlı olarak yaşlarına göre çocukların bilgisayar oyunu bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark olmadığı bulgusu bu düşüncemizi destekler niteliktedir. Donati ve arkadaşları (2015), 701 ergenin dâhil edildiği çalışmada çıkan sonuçlardan biri de yaptığımız çalışmanın sonucuna benzer şekilde yaş değişkeni ile diğer değişkenler arasında herhangi bir ilişkinin olmadığı bulgularına ulaşmıştır. Benzer bir sonuçta Fröolich ve arkadaşları (2016), ergenlerin oyun bağımlılığı üzerine yaptığı çalışmanın sonucunda katılımcı

grubun bağımlılık düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı bir fark oluşturmadığı görülmektedir. Ekinci ve arkadaşları (2019) yaptıkları çalışmada yalnızlık seviyelerini yaşa göre incelemelerinde öğrencileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığını bildirmişlerdir. Farklı çalışmalar incelendiğinde, Oruç (2013) çalışmasında yaş ve yalnızlık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı bulguları yine bizim düşüncelerimizi destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Bizim bulgularımızın tersi yönde ise Özkaya (2017) çalışmasında, istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit etmiştir. Bir başka çalışmada ise Müller ve arkadaşları (2015) yaptıkları “Avrupa’daki gençlerde düzenli oyun davranışı ve internet oyun bozukluğu” adlı çalışmanın sonuçlarına göre yaş değişkenine bağlı bağımlılık düzeylerinin ülkeleri bazında karşılaştırmasında Almanyanın Polonya ve İspanya’ya göre çok daha az düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Yani diğer bir deyişle bağımlılık düzeyi ile yaş değişkeni arasında doğrusal bir ilişki söz konusudur. Aynı şekilde ise Hazar’ın (2016) da yaptığı “Fiziksel hareketlilik içeren oyunların 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisi” adlı çalışmanın bir sonucuda 14 yaş grubu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin 12 ve 13 yaş grubundan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçla dijital oyun bağımlılığı ile yaş değişkeni doğrusal bir ilişki olduğu görülmektedir. Buradan her yaştan öğrenci grubunun dijital aletlere (telefon, tablet, PC gb.) çok kolay bir şekilde ulaşılması bir neden olarak gösterilebilir.

Dijital oyun bağımlılığı sınıf düzeyi değişkenine göre (Tablo 7), dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ölçeği genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Çalışmamıza benzer başka bir araştırmada Çukurluöz (2016)’da yaptığı “Lise öğrencilerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi: ankara ili çankaya ilçesi örneği” adlı çalışmasında dijital Bağımlılık Ölçeği geneli ile alt boyutlardan hiçbiri sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Kılınç ve Gündüz (2017), yaptıkları çalışmada lise öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre internet bağımlılıklarında anlamlı bir fark olmadığını bulmuştur. Hayırcı’nın (2019) yaptığı araştırmaya katılan

lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeyleri sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını belirtmiştir. Erdem ve Pala'nın (2011)'de yaptığı "Dijital oyun tercihi ve oyun tercih nedeni ile cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenme stili arasındaki ilişkiler üzerine bir çalışma" adlı araştırmasında bizim vardığımız sonuca paralel olarak sınıf düzeyi ile oyun tercihleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir. Kuyucu'nun (2017) de yaptığı çalışmada araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf düzeyi değişkeni ile yalnızlık arasında bir ilişki olmadığı açıklamaktadır. Aynı şekilde bununla birlikte Taş ve arkadaşları (2014), yapmış oldukları bir araştırmada, öğrencilerin sınıf düzeylerine göre oyun bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı fark olmadığı bulunmuştur. Bir başka benzer sonuçta Demirtop (2019) yaptığı çalışmada sınıf değişkeni ile yalnızlık arasında anlamlı bir fark olmadığı belirtmiştir. Bizim çalışmamızda ulaştığımız bulgulara göre öğrencilerinin sınıf seviyesinin değişkenler açısından farklılık olmaması öğrencilerin aynı gelişim dönemi içerisinde bulunması ve yakın yaş gruplarındaki bireylerin ihtiyaç ve hobilerinin benzerlik göstermesi düşünülebilir. Bunun literatürdeki birçok benzer araştırmanın sonucu ile desteklendiği görülmektedir.

Ebeveynler, dijital oyun bağımlılığı düzeyini azaltmada önemli bir rol oynamaktadır (Kim ve Lee, 2017). Ebeveyn-çocuk yakınlığı (Choo ve ark., 2015), sıcak bir aile ortamı (Liau ve ark., 2015), iletişim ve anne-baba ve çocuk arasında geçen konuşmalar (Kim, 2012) ve algılanan aile ortamındaki uyum (Wang, 2014) gibi faktörlerin hepsi dijital oyun bağımlılığını azaltması ile ilişkilidir.

Çalışmamızda ulaşılan sonuçlarından olan anne eğitim düzeyi değişkenine göre (Tablo 8), romantik ilişkiler alt boyutunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir ($p < 0.05$). Buna göre, bulgularda anne eğitimi lise düzeyinde olan çocukların anne eğitimi ilkökul düzeyinde olan kişilere göre kendilerini romantik ilişkilerde daha yalnız hissettikleri belirlenmektedir. Dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ölçeği genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p > 0.05$). Bunun nedeninin anne eğitim seviyesi yüksek öğrencilerin düşük öğrencilerden daha az ailelerinden ilgi ve destek gördükleri düşünülebilir.

Eğitim seviyesi yüksek annelerin genellikle çalışan kişiler olması nedeniyle çocuklarına karşı daha yakın ilişki içerisinde olamadıkları onların ihtiyaçları noktası anlayamadıkları düşünülmektedir. Ayrıca anne eğitim seviyesinin öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ve diğer değişkenlerde de öğrenciler arasında bir farklılık olmadığı bulgularına ulaşılmıştır. Literatürdeki benzer çalışmada ise Yönet'in (2018)'de yaptığı "Lise ğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim, dijital oyun bağımlılığı ve yaşam kalitesi düzeylerinin araştırılması" adlı doktora Tezi çalışmasında bizim ulaştığımız sonuca benzer Şekilde araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim düzeyi ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık sonucuna ulaşması bizim bulgularımızı destekler niteliktedir. Demirbozan (2019), yaptığı çalışmada dijital oyun bağımlılığı puanlarının anne öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Bizim bulgularımızdan farklı olarak ise Solak (2012)'de yaptığı araştırmada ortaöğretim ğrencilerinin anne eğitim düzeyi değişkeninin anlamlı bir farklılık ortaya koymadığı görülmektedir. Yönet ve alık (2018) yaptıkları araştırmada ise anne eğitim düzeyi ile dijital oyun bağımlılık puanı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı vurgulanmıştır. Yine Hazar (2016), yaptığı çalışmanın sonucuna göre dijital oyun bağımlılığı faktörünün anne eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Başka benzer sonuçta ise Eren (1994) yaptığı çalışmada ebeveynlerin eğitim durumu ile yalnızlık arasında ilişki olmadığını vurgulamışlardır. Farklı olarak ise nsal'ın (2019) yaptığı çalışmanın sonuçlarından biriside anne baba öğrenim durumu arttıkça çocukların bilgisayar oyunu bağımlılığı puan ortalamalarında azalma olduğunu ifade etmektedir. Anne eğitim seviyesine göre dijital oyun bağımlılığı düzeyinin araştırıldığı "İlköğretim ğrencilerinin bilgisayar oyunu (dijital oyun) bağımlılık düzeylerinin incelenmesi" isimli çalışmada şahin ve Tuğrul (2012) eğitim seviyeleri ilkokul, ortaokul ve lise olarak değişen öğrencilerin annelerinin eğitim seviyesi yükseldikçe dijital oyun bağımlılığı düzeyleride anlamlı seviye de arttığı sonucuna ulaşmıştır. Aynı değişken üzerinde yapılan başka çalışmada ise Gldağ'ın (2018) yaptığı çalışmanın sonucunda anne baba eğitim düzeyi yüksek öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeyi anne eğitim seviyesi düşük olan bireylere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Araştırma alt boyutunda yer alan baba eğitim düzeyi değişkenine göre (Tablo 9), romantik ilişkiler alt boyutunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir ($p < 0.05$). Buna göre, bulgulara baba eğitimi lise düzeyinde olan çocukların baba eğitimi ilköğretim düzeyinde olan kişilere göre kendilerini romantik ilişkilerde daha yalnız hissettikleri belirlenmektedir. Dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ölçeği genel ortalamasında gruplar arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p > 0.05$). Bunun nedeninin eğitim seviyesi yüksek babaların çocuklarına karşı daha koruyucu davrandıkları ve bunun sonucunda çocuk ile bir kuşak çatışması içerisine girip çocuğu ile ilişkilerinin bozulup onu anlayamamasına ve destek gösterememesine veya günlük hayat ve iş hayatı yoğunluğundan dolayı çocukları ile geçirilen vakitlerin gittikçe kısılmasının neden olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca baba eğitim seviyelerinin çocukların dijital oyun bağımlılığı ve diğer değişkenler açısından bir farklılık olmadığı bulgularına ulaşılmıştır. Bu bulguları destekleyici olarak alan yazında yapılan benzer çalışmalarda ise araştırma sonucunu destekleyici olarak Demirbozan (2019), dijital oyun bağımlılığı puanlarının baba öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Yönet ve Çalık (2018) yaptıkları çalışmada ise baba eğitim düzeyi ile dijital oyun bağımlılık puanı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı vurgulanmıştır. Benzer bir sonuçta Solak (2012)'de yaptığı çalışmada ortaöğretim öğrencilerinin baba eğitim düzeyi değişkeninin anlamlı bir farklılık ortaya koymadığı görülmektedir. Hazar (2018b)'da yaptığı çalışmada bizim çalışmamızın sonucunu destekleyici nitelikte dijital oyun bağımlılığının baba eğitim düzeyi alt faktöründe anlamlı bir farklılık olmadığını ortaya koymuştur. Başka bir araştırma da ise Şahin ve Tuğrul (2012), ilköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelemesinde baba eğitim düzeyleri ile bağımlılık düzeyleri arasında herhangi bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Arslan ve arkadaşları (2015) yaptıkları çalışmada hem lise hem de üniversitede öğrenim gören bireylerin baba eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmamızdan farklı olarak literatürde ulaşılan farklı sonuçlarda bulunmaktadır. Bunlardan Erboy ve Vural (2010), yaptıkları çalışmanın sonucunda baba eğitim düzeyi düştükçe bağımlılık düzeyinin arttığını belirtmişlerdir. Aynı şekilde Erboy

(2010), yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre baba eğitim düzeyi düşük olan öğrencilerin bağımlılık düzeyleri baba eğitim düzeyi yüksek olan öğrencilere göre daha yüksektir, sonucuna ulaşmıştır.

Araştırmamızın alt boyutlarından olan kardeş sayısı değişkenine göre (Tablo 10), romantik ilişkiler alt boyutu ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ortalama gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir ($p < 0.05$). Buna göre, romantik ilişkiler alt boyutunda ve sosyal ve duygusal yalnızlık genel ortalama 1 kardeşe sahip olanların, diğerlerine göre kendilerine daha yalnız hissettikleri belirlenmektedir. Dijital oyun bağımlılığı, sosyal ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p > 0.05$). Elde ettiğimiz bulgunun nedeni olarak kalabalık olmayan ailelerdeki bireylerin kendilerini daha yalnız hissetmeleri daha fazla aile bireyleri ile ilişki içerisinde olamaması ve destek göreceği aile birey sayısını az olması düşünülmektedir. Kardeş sayısının dijital oyun bağımlılığı etkilememesinin nedeni olarak bireylerin çevrimiçi oyunlar yoluyla birçok kullanıcı ile oyun oynama kolaylığının olması düşünülmektedir. Literatürde bizim bu düşüncemizi destekleyici nitelikte benzer bulgulara ulaşılmış çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmaların sonuçları arasında kardeş sayısı değişkeninin dijital oyun bağımlılığına bir etkisinin olmadığı belirtilmektedir (Hazar, 2016; Solak, 2012; Burak, 2013). Buluş (1996) lise öğrencilerine yaptığı çalışmada çalışmamızın sonucunda farklı olarak kardeş sayısı çok olan öğrencilerin kardeş sayısı az öğrencilerden kendini daha yalnız hissetmektedir.

Araştırmamızın alt boyutlarından olan dijital oyun oynama süresi değişkenine göre (Tablo 11), dijital oyun bağımlılığı genel ortalama gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p < 0.05$). Buna göre, günde 3 saat ve üstü dijital oyun oynayan kişilerin daha az sürede oynayanlara göre daha fazla dijital oyun bağımlılığına sahip oldukları tespit edilmektedir. Ulaşılan bu bulgunun nedeni olarak ssatlerce PC, tablet, telefon gb. cihazların başında vakit geçiren bireylerin biyolojik ve psikolojik olarak sürekli oyun oynama isteklerinin artması olduğu düşünülmektedir. Bu düşüncemizi destekler nitelikte

sonuçlara ulaşılan birçok çalışma mevcuttur. Bunlardan Yoon ve ark., (2014), oynanan oyunların süresi oyun bağımlılığını da etkileyeceğini belirtmiştir. Literatür araştırmanın sonucunu destekleyici başka çalışmalarda ise Lloret Irles ve Morell Gomis (2015) yaptıkları çalışmanın sonucunda oyun süreleri ile bağımlılık arasında pozitif bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Yani oyun süresi arttıkça bağımlılık düzeylerinde artış görülmektedir. Benzer şekilde bir sonucada Festl ve arkadaşları (2013) ulaşmıştır. Yaptıkları çalışmanın belirttikleri sonucunda, oyun sürelerini ile oyun bağımlılığı arasında yüksek bir ilişkinin olduğunu vurgulamışlardır. McBroom (2013) yaptığı çalışmada dijital oyun bağımlılığı ile dijital oyunlara harcanan saat arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Gökçearslan ve Durakoğlu (2014) ise araştırma sonucunu destekleyici şekilde günlük ve haftalık oyun oynama sürelerinin oyun bağımlılığı düzeyleri ile paralel olarak artış gösterdiğini belirtmişlerdir. Frölich ve arkadaşları (2016) yaptıkları çalışmada katılımcı bireylerin PC oyunu oynama sürelerine göre bağımlılık düzeylerinde anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bağımlılık düzeyi yüksek olan bireylerin günde ortalama 4 saat ve üzeri oyun oynadıkları tespit edilmiştir. Çakır-Balta ve Horzum (2008) de yaptıkları çalışmada haftalık oyun oynama süresi yüksek olan bireylerin haftalık oyun oynama süresi düşük bireylere göre bağımlılık düzeyleri daha fazla olduğu sonucuna ulaşmıştır. Terlemez (2019) yaptığı çalışmada 3-5 saat dijital oyun oynayanların dijital oyun bağımlılığı puanları yüksek bulmuştur. Başka çalışmalarda ise akıllı telefon kullanım sürelerindeki artışın bireyin telefon bağımlılığı düzeyindeki artış için önemli riskler oluşturduğu vurgulanmıştır (Tekin, 2012; Chen ve ark., 2016; Cholz, 2012). Başka bir çalışmada ise James ve Dranman (2005) Avustralyalı öğrencilerin üzerinde yaptıkları çalışmada öğrencilerin günlük kullanım sürelerinin akıllı telefon bağımlılığının tipik özelliklerini yansıttığını bildirmişlerdir.

Dijital oyunun, günün hangi bölümünde oynandığı ve oyun oynamak için geçen süre çevrimiçi oyun bağımlılığını artıran önemli faktörlerdir (Lee ve Kim, 2017). Oyun oynamak için daha fazla zaman harcayan ergenlerin, çevrimiçi oyunlar dünyasında tuzağa düşme olasılıkları daha yüksektir (Hussain ve ark., 2012; Ministry of Gender Equality and Family, 2011; Wang, 2014).

Cinsiyet değişkenine göre (Tablo 12), dijital oyun bağımlılığı ve romantik ilişkiler alt boyutunda gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Kadın ğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla dijital oyun bağımlılığına sahip oldukları tespit edilmektedir. Romantik ilişkiler alt boyutunda ise, kadınların erkeklere göre kendilerini daha yalnız hissettikleri belirlenmektedir. Sosyal ilişkiler, aile ilişkileri alt boyutlarında ve sosyal ve duygusal yalnızlık leği ortalamalarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Ekinci ve arkadaşları tarafından (2017)'de yaptığı lise ğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı üzerine yapmış olduğu çalışmasında, cinsiyet ve spor katılımı ile oyun bağımlılığı arasındaki ilişki anlamlı bulunmuştur. Bu sonuçlara göre kadın öğrencilere erkek öğrenciden daha bağımlıdır, sonucuna ulaşılmıştır. Ekinci ve arkadaşlarının (2019) yaptığı başka çalışmada ise cinsiyet ve yalnızlık arasında anlamlı bir fark olmadığını sonucuna ulaşmışlardır. Cassidy ve Asher (1992) alışması bu sonuçları destekleyen başka bir çalışmadır. ncel ve Tekin (2015), çalışmalarını sonucunda kadın öğrencilerin oyun bağımlılık düzeylerinin erkeklere göre yüksek olduğunu saptamışlardır. Hazar (2018b), yaptığı çalışmanın sonuçlarında bizim sonucumuzu destekler nitelikte cinsiyet değişkenine açısından anlamlı farklılık olduğunu belirtmiştir. Bu farkın ana nedeni, dijital oyunların içerik ve erişilebilirlik açısından erkek bireylere daha çekici gelmesi olabileceği belirtilmiştir. Yine bir başka çalışmada zbek (2017) de niversite ğrencilerinin internet bağımlılığı ile yalnızlık düzeylerini araştırdığı çalışmasında elde edilen sonuçlara göre, kadın öğrencilerin erkek öğrencilerden yalnızlık düzeyleri daha fazla bulunmuştur. Çalışmada buna sebep olarak kadınların gelişim çağlarında öz saygı ve benlik gelişimi ile ilgili yaşadıkları problemler neden olabileceği belirtilmiştir. Yine aynı çalışmada ulaşılan sonuca göre bizim sonucumuzun tersine erkek öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri kadınlara göre daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Carras (2015), yapmış olduğu çalışmada birçok video oyununun ve sosyal internet uygulamalarının kullanımı sonuçlarının gösterdiği çoğu psikososyal değişkenler gibi, cinsiyete göre de önemli ölçüde farklılık göstermiştir. Günay (2011), ise yaptığı çalışmada benzer olarak cinsiyet değişkenine göre ulaştığı sonuçta şiddet içerikli dijital oyun oynamanın kadınların sözel saldırganlık tavırlarında

erkeklere göre anlamlı farklılık oluşturduğu görülmektedir. İlgili alanyazındaki bazı araştırmalarda bizim sonuçlarımızı destekleyici olarak kadın çocuklarının dijital oyun bağımlılık puanlarının erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir (Griffiths, 1999; O'Reilly, 1996). Literatürde destekleyici sonuçlara ulaşılan bazı çalışmalarda yalnızlık ile cinsiyet karşılaştırıldığında kadınların erkeklere göre daha yalnız olduğunu dile getiren çalışmalar mevcuttur (Haliloğlu, 2008; Körler, 2011; Sarıçam, 2011; Güler, 2012; Wisemana ve ark., 1995). Yapılan bazı araştırmalarda ise cinsiyet ile yalnızlık arasında bir ilişkinin olmadığını ortaya koyan sonuçlar vurgulanmıştır (Akagündüz, 1997; Tan, 2000; Eren, 1994). Araştırmamıza farklı olarak ulaşılan çalışmalarda bazılarında ise Göldağ (2018) "Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Demografik Özelliklerine Göre İncelenmesi" adlı çalışmasında elde edilen sonuçlara göre bizim araştırmamızın tersine erkek öğrencilerin oyun bağımlılık puan ortalamaları kadın öğrencilerden yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kneer ve arkadaşları (2014), yaptıkları çalışmanın sonuçlarına göre önemli olarak gördükleri cinsiyet değişkenine göre erkeklerin kadınlara göre oyun bağımlılığı konusunda daha kolay etki altında kaldığı bununla birlikte erkek çocukların kadınlara oranla dijital oyun oynamaya daha fazla yatkınlık gösterdiğini vurgulamışlardır. Başka bir çalışmada Blinka ve Mikuska (2014), günlük yüksek seviyelerde oyun oynayan ve risk grubu olarak görülen gruplar ile cinsiyet değişkeni bakımında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ortaya çıkmıştır. Musluoğlu (2016)'da yapmış olduğu araştırmanın sonucuna göre ise öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini vurgulanmıştır. Ulaştığımız sonuçlarla alan yazında ulaşılan sonuçlar arasındaki farklılıkların nedenleri olarak örneklem grubunun içinde bulunduğu çevre, sosyo-ekonomik düzeyleri ve oyun türlerinin her iki cinsiyete de hitap eder nitelikte olması, teknolojik gelişime paralel kadın çocuklarının da dijital aletlere kolay ulaşmaları gibi faktörler olduğu değerlendirilebilir. Ayrıca oluşan bu farklılıkların nedenlerine değinmek gerekirse, birincisi birçok dijital oyun şiddet içermekte ve erkekler kadınlara göre şiddete daha çok meyillidir (Subrahmanyam & Greenfield, 1998). İkincisi, oyunların çoğu kadın karakterlerden daha fazla erkek karakter içerir ve kadın karakterleri genellikle küçük bir rol oynar. Bundan dolayıdır ki kadınlar, kadınları ana karakter olarak tanımlayan oyunları tercih etmektedir (Beasley ve

Collins-Standley, 2002; Agosto, 2004). Üçüncü olarak ise, başlangıçta, dijital oyunlar erkeksi bir oyun olarak kabul edilmesi ve pazarlanmasıdır, diyebiliriz. Sonuç olarak, ilk oyunların çoğu erkekler için erkekler tarafından tasarlandığı açık şekilde ortadadır (Jenkins 2001; Agosto, 2004). Son olarak, oyunların çoğu erkeklerin tercih ettiği hızlı ve tempoludur. Kadınlar ise tam tersine kendi hızlarında ilerleyebilecekleri ortamları tercih ederler (Subrahmanyam ve Greenfield, 1998).

Araştırma sonucunda ulaşılan dijital oyun oynama zamanı değişkenine göre (Tablo 13) incelendiğinde, dijital oyun bağımlılığı ölçeği, sosyal ilişkiler, aile ilişkiler ve Selsa-S genel ortalamada gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Buna göre, gece dijital oyun oynayan çocukların gündüz oynayan çocuklara göre daha fazla dijital oyun bağımlılığına, sosyal ilişkilerinde ve aile ilişkilerinde yalnızlığa ve genel olarak sosyal ve duygusal yalnızlık düzeyine sahip oldukları tespit edilmektedir. Aile ilişkileri alt boyutlarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ($p>0.05$). Lee ve Kim (2017) Koreli ergenler üzerine yaptıkları çalışmada bizim ulaştığımız sonucu destekler nitelikte gece dijital oyun oynayan çocukların daha bağımlı oldukları ve ebeveyn bağları düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Literatürde oyun oynama zamanı bakımında çok fazla araştırmaya rastlanmamaktadır. Araştırma sonucunda ulaşılan sonucun öğrencilerin dijital oyunları gece oynamalarının tercih edilme nedeni olarak gündüz okul ve günlük yapılacak görevlerinden dolayı oyun oynama fırsatı bulamamasından kaynaklandığı düşünülebilir. Öğrencilerin boş zaman olarak gördükleri gece vakitlerinde ise kendilerini oyuna verdikleri sosyal ilişkiler ve aile ilişkileri konusunda kendilerini soyutladıkları varsayımı ile bu olgunun bireyi sosyal ve duygusal anlamda yalnızlığa sürüklediği düşünülmektedir.

Araştırmanın alt boyutların olan dijital oyun bağımlılığı ölçeği ile romantik ilişkiler alt boyutu ve sosyal ve duygusal yalnızlık ölçeği arasında olumlu yönde pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir (Tablo 14). Buna göre, okul sporlarına katılan öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları arttıkça romantik ilişkiler ve sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin arttığı görülmektedir. Bu ulaşılan bulgunun nedeni olarak dijital oyunlar ile çok fazla zaman geçiren bireylerin sosyalleşmekten uzak

içine kapanık bi hale geldiği, romantik ilişkilerinde problemler yaşadığı düşünülmektedir.

Kişilerarası iletişim kurmakta zorluk yaşayan ve sınırlı sosyal desteği olan kişilerin, sanal dünyalarla bağlantı kurmaları nedeniyle oyun oynama veya diğer çevrimiçi aktivitelere girme olasılıkları daha yüksektir (Young, 2011). Bronfenbrenner'ın ekolojik sistem teorisi, hayatımız boyunca karşılaştığımız farklı ortamların davranışlarımızı çeşitli şekillerde etkileyebileceğini düşünmektedir (Bronfenbrenner, 1979). Bu kuramsal çerçeveye göre, bir ergenin davranışları, aileyi, akranları ve okul ortamını içeren mikro ekolojik bir sistem tarafından şekillendirilir (Kim ve Lee, 2017). Bu nedenle, ebeveyn-çocuk ilişkisi ve kişilerarası ilişkiler (Liu ve Kuo, 2007), ebeveyn-ergen çatışması (Yen ve ark., 2007) ve aileden veya arkadaşlardan sosyal destek (Gunuc ve Dogan, 2013), internet bağımlılığı ile anlamlı şekilde ilişkilidir. Buna göre, ergenlerin ebeveynleri ve akranları ile tatmin edici ilişkide bulunma dereceleri bağımlılık dereceleri ile ilişkilidir. Ergenler ayrıca okul veya sosyal etkinliklerden etkilenir ve sosyalleşirler (Kim ve Lee, 2017).

Bu sonuçlara göre ergenlik dönemindeki bireylerin romantik ilişkiler konusunda düzenli ve istikrarlı yaşayamadıkları için daha çok içine kapanık hale gelip kendilerini dijital oyunlara verdikleri düşünülebilir. Bununla birlikte vakitlerinin büyük bölümü oyun başında geçiren ve bağımlı hale gelen bireyler sosyal ve duygusal açıdan kendilerini yalnız hissedebilecekleri düşünülebilir. Literatür incelendiğinde benzer sonuca ulaşan Moody (2001) yaptığı araştırmanın sonucunda aşırı internet kullanımının yüksek düzeyde sosyal ve duygusal yalnızlık ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Türkiye de yapılan başka benzer çalışmada ise Hayırcı (2019) araştırmaya katılan lise öğrencilerinin kendini yalnız hissettiğini belirten öğrencilerin telefon bağımlılık ortalamalarının kendini yalnız hissetmeyen öğrencilere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. İkinci ve arkadaşlarının (2019) yaptıkları çalışma ile bizim ulaştığımız sonucu destekler niteliktedir. Bu çalışmanın sonucuna göre yalnızlık ve dijital oyun bağımlılığı arasındaki korelasyon testi sonuçları öğrencilerin yalnızlık düzeyleri ile dijital oyun bağımlılığı arasında orta düzeyde ve pozitif korelasyon bulunduğunu göstermektedir. Sonuç olarak

yalnızlık seviyesi arttıkça, dijital oyun bağımlılığı da arttığı vurgulanmıştır. Başka bir çalışmada ise Durualp ve Çiçekoğlu (2013) bireylerin yalnızlık düzeyleri arttıkça internet bağımlılığı seviyelerinin de arttığı sonucuna varmışlardır.

5.1. Öneriler:

1. Bu araştırmanın sadece lise de okul sporlarına katılan öğrencileri kapsamı önemli bir sınırlılıktır. Sonraki yıllarda yapılacak benzeri çalışmalarda bütün örgün eğitim kademelerinde ve farklı yaş gruplarında yapılması daha genel sonuçlara ulaşmada faydalı olabilir.

2. Dijital oyun bağımlılığı konusunda çocukların daha bilinçli davranışlar içerisinde bulunabilmesi ve okullarda oyun bağımlılığını önleyici çalışmaların yapılması için eğitim-öğretim müfredatlarında yer verilebilir.

3. Öğretmenlere dijital oyunlar ile ilgili hizmet-içi eğitim verilmelidir. Ayrıca okullarda velilere yönelik bağımlılık konusunda seminerler de verilebilir.

4. Dijital oyun bağımlılığının önüne geçilmesi için hükümet politikaları oluşturulması gerekmektedir.

5. Çocukların yalnızlığa itecek davranışlardan uzak tutma amaçlı okullardaki beden eğitimi ve spor ders saatlerinin artırılması, derslerinde farklı etkinliklere daha çok yer verilmeli, okul spor faaliyetlerinin daha kapsamlı yapılmalı ve ayrıca çocukları okul dışı çeşitli rekreatif etkinliklere yönlendirilmelidir.

6. Anne ve babanın dijital oyun bağımlılığı düzeyinin, çocukların dijital oyun bağımlılığı üzerinde herhangi bir etkisinin olup olmadığı araştırılabilir.

7. Bölgesel farklılıkların dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkileri araştırılabilir. Büyükşehir, şehir, ilçe, kasaba ve köyde yaşayan kişilerin ikamet ettikleri yer ile dijital oyun bağımlılığı ve sosyal ve duygusal yalnızlık üzerindeki etkileri araştırılabilir.

KAYNAKÇA

- AAMODT, S., & WANG, S. (2011). *Beynimize hoş geldiniz* (B. Erkan, Çev.). İstanbul: Ntv. (Eserin aslı 2008'de yayımlanmıştır).
- AGOSTO, D. (2004). Girls and gaming: A summary of the research with implications for practice. *TEACHER LIBRARIAN-SEATTLE-*, 31, 8-14.
- AKAGÜNDÜZ, İ. (1997). Annesi çalışan ve çalışmayan lise öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*.
- AKANDERE, M. (2000). *Eğitici Okul Oyunları*. Ankara: Nobel.
- AKBULUT, Y. (2013). Çocuk ve ergenlerde bilgisayar ve internet kullanımının gelişimsel sonuçları. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2).
- AKKEMİK, S. (2007). Niçin bilgisayar / konsol oyunları - oyun teorisi 2. <http://www.mmistanbul.com/makale/title/nicin-bilgisayar-konsol-oyunlari-oyunteorisi-2> sayfasından elde edilmiştir. (E.T.25/10/2019).
- AKSOY, Z. (2018). Aadolesanlarda oyun bağımlılığı, yaşam biçimi davranışları ve etkileyen faktörler. *Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, İstanbul; Yüksek Lisans Tezi*.
- AKSOY, A. B., & ÇİFTÇİ, H. D. (2018). *Erken çocukluk döneminde oyun: duyu-motor oyundan kurallı oyuna*. Pegem Akademi.
- ALKAN, S., & SEZGİN, A. (1998). Yetişkin hastalarda yalnızlık. *CÜ HYO Dergisi*, 2(1), 43-51.
- ALLAHVERDİPOUR, H., BAZARGAN, M., FARHADİNASAB, A., & MOEİNİ, B. (2010). Correlates of video games playing among adolescents in an islamic country. *BMC public health*, 10(1), 286.
- ALPASS, F. M., & NEVILLE, S. (2003). Loneliness, health and depression in older males. *Aging & mental health*, 7(3), 212-216.
- ALLEN, N. B., & BADCOCK, P. B. (2003). The social risk hypothesis of depressed mood: evolutionary, psychosocial, and neurobiological perspectives. *Psychological bulletin*, 129(6), 887.
- ALTUNAY, D. (2004). Oyunla desteklenmiş matematik öğretiminin öğrenci erişimine ve kalıcılığa etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.
- ALTIPARMAK, P. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Yaşamda Anlamanın Yordayıcıları Olarak Sosyal Duygusal Yalnızlık ve Öz-Anlayış. Yüksek Lisans Tezi . İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi.
- ANDERSON, C. A., SHIBUYA, A., IHORI, N., SWING, E. L., BUSHMAN, B. J., SAKAMOTO, A., ... & SALEEM, M. (2010). Violent video game effects on

aggression, empathy, and prosocial behavior in Eastern and Western countries: A meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 136(2), 151.

- APA. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM5). Arlington, VA: Author. Retrieved from <http://www.dsm5.org/Documents/Internet%20Gaming%20Disorder%20Fact%20Sheet.pdf>.
- ARSLAN, A., KIRIK, A. M., KARAMAN, M., & ÇETİNKAYA, A. (2015). Lise ve üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık. *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 8(8), 34-58.
- ARSLAN, Ö. (2013). TV dizilerinde yer alan karakterler ile kurulan parasosyal etkileşim: Bağlanma biçimleri ve yalnızlık açısından bir inceleme (*Doctoral dissertation, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji (Sosyal Psikoloji) Anabilim Dalı*).
- ARİSOY, Ö. (2009). İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi/Internet Addiction and Its Treatment. *Psikiyatride Guncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55.
- ARTAR, M. (1999). Okul öncesi öğretmenlerinin çocukların oyun hakkına ilişkin tutumları. *Türkiye’de çocuk oyunları: Araştırmalar içinde (ss. 84-94)*. Ankara: Ankara Üniversitesi Çocuk Kültürü Araştırma ve Uygulama Merkezi Yayınları, (12).
- ASAGEM (2008). İnternet kullanımı ve aile, *İsmat Matbaacılık*, Ankara.
- AYAN, S. (2007). İlköğretim I. ve II. Kademe Beden Eğitimi Dersinin Amaçlarına Göre Uygulanma Durumunun İncelenmesi, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- AYAN, S., & DUNDAR, H. (2009). Eğitimde Okulöncesi Yaratıcılığın ve Oyunun Önemi. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 63-74.
- AYAN, S., & MEMİŞ, U. A. (2012). Erken çocukluk döneminde oyun. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 143-149.
- AYAN, S. (2013). Games and Sports Preferences of Children. *Educational Research and Reviews*, 8(8), 396-404.
- BADAU, D., BAYDİL, B., & BADAU, A. (2018). Differences among three measures of reaction time based on hand laterality in individual sports. *Sports*, 6(2), 45.
- BALTA, Ö. Ç., & HORZUM, M. B. (2008). Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1), 187-205.
- BARNETT, J., & COULSON, M. (2010). Virtually real: A psychological perspective on massively multiplayer online games. *Review of General Psychology*, 14(2), 167-179.
- BAYIRTEPE, E., & TÜZÜN, H. (2007). Oyun-tabanlı öğrenme ortamlarının öğrencilerin bilgisayar dersindeki başarıları ve öz-yeterlik algıları üzerine etkileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 41-54.

- BEASLEY, B., & COLLINS STANDLEY, T. (2002). Shirts vs. skins: Clothing as an indicator of gender role stereotyping in video games. *Mass Communication & Society*, 5(3), 279-293.
- BEKHET, A. K., ZAUSZNIĞWSKI, J. A., & NAKHLA, W. E. (2008). Loneliness: a concept analysis. In *Nursing Forum* (Vol. 43, No. 4, pp. 207-213). Malden, USA: Blackwell Publishing Inc.
- BENRAZAVI, R., TEIMOURI, M., & GRIFFITHS, M. D. (2015). Utility of parental mediation model on youth's problematic online gaming. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 13(6), 712-727.
- BHAGAT, S., JEONG, E. J., & KIM, D. J. (2019). The Role of Individuals' Need for Online Social Interactions and Interpersonal Incompetence in Digital Game Addiction. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 1-15.
- BİLGİ, A. (2005). Bilgisayar oyunu oynayan ve oynamayan ilköğretim öğrencilerinin saldırganlık, depresyon ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi.
- BİNARK, M., & BAYRAKTUTAN-SÜTCÜ, G. (2008). *Kültür endüstrisi ürünü olarak dijital oyun* (Vol. 13). Kalkedon.
- BİNARK, M., BAYRAKTUTAN-SÜTCÜ, G., & FİDANER, I. B. (2009). Dijital Oyun Rehberi: Oyun Tasarımı, Türler ve Oyuncu. *İstanbul: Kalkedon Yayınları*.
- BLINKA, L., & MIKUŠKA, J. (2014). The role of social motivation and sociability of gamers in online game addiction. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 8(2).
- BOZKURT, A. (2014). Homo Ludens: Dijital Oyunlar ve Eğitim. Eğitim Teknolojileri Araştırmaları Dergisi. 5(1).
- BRONFENBRENNER, U. (1979). *The ecology of human development*. Harvard university press.
- BROWN, J. A. S. (2014). *Let's play: Understanding the role and significance of digital gaming in old age*. University of Kentucky.
- BROWN, S. L., & VAUGHAN, C. C. (2009). Play: How it shapes the brain, opens the imagination, and invigorates the soul. New York, NY: Penguin.
- BROWN, A.S. (1984), "Loneliness Introduction to Nursing on Adaptation Model Sister Callista Roy", *Prantice Hall Inc*. New Jersey, 442-457.
- BUCHMAN, D. D., & FUNK, J. B. (1996). Video and computer games in the'90s: Children's time commitment and game preference. *Children today*, 24(1), 12.
- BULUŞ, M. (1996). Ergen Öğrencilerde Denetim Odağı ve Yalnızlık Düzeyi İlişkisi, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir*.

- BURAK, Y. (2013). *Bilgisayar oyunlarının ilköğretim birinci kademe öğrencilerinin saldırganlık düzeylerine etkisinin incelenmesi* (Master's thesis, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- BURY, M., & HOLME, A. (1990). Quality of life and social support in the very old. *Journal of Aging Studies*, 4(4), 345-357.
- CACIOPPO, J. T., HAWKLEY, L. C., & THISTED, R. A. (2010). Perceived social isolation makes me sad: 5-year cross-lagged analyses of loneliness and depressive symptomatology in the Chicago Health, Aging, and Social Relations Study. *Psychology and aging*, 25(2), 453.
- CAN, M. Ş. (2007). İlköğretim 2. Kademe Öğrencilerinde Görülen “Madde Bağımlılığı” Alışkanlığı (Sakarya İli Örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi.
- CAPLAN, S. E. (2003). Preference for online social interaction: A theory of problematic Internet use and psychosocial well-being. *Communication research*, 30(6), 625-648.
- CARRAS, M.C. (2015). Video game play, social interactions and friendship quality in adolescents: a latent class analysis. *Phd Thesis, Johns Hopkins University*.
- CASSIDY, J., & ASHER, S. R. (1992). Loneliness and peer relations in young children. *Child development*, 63(2), 350-365.
- CENGİZHAN, C. (2005). ÖĞRENCİLERİN BİLGİSAYAR VE İNTERNET KULLANIMINDA YENİ BİR BOYUT:“İNTERNET BAĞIMLILIĞI”. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(22), 83-98.
- CHAPPELL, D., EATOUGH, V., DAVIES, M. N., & GRIFFITHS, M. (2006). EverQuest— It’s just a computer game right? An interpretative phenomenological analysis of online gaming addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(3), 205-216.
- CHEN, L., YAN, Z., TANG, W., YANG, F., XIE, X., & HE, J. (2016). Mobile phone addiction levels and negative emotions among Chinese young adults: The mediating role of interpersonal problems. *Computers in Human behavior*, 55, 856-866.
- CHOO, H., GENTILE, D., SIM, T., LI, D. D., KHOO, A., & LIAU, A. (2010). Pathological video-gaming among Singaporean youth.
- CHÓLIZ, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: the test of mobile phone dependence (TMD). *Progress in Health Sciences*, 2(1), 33-44.
- CHUANG, Y. C. (2006). Massively Multiplayer Online Role-Playing Game-Induced Seizures: ANeglected Health Problem in Internet Addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 9(4), 451-456.
- CLINTON, M., & ANDERSON, L. R. (1999). Social and emotional loneliness: Gender differences and relationships with self-monitoring and perceived control. *Journal of Black Psychology*, 25(1), 61-77.

- CHOO, H., SIM, T., LIAU, A. K., GENTILE, D. A., & KHOO, A. (2015). Parental influences on pathological symptoms of video-gaming among children and adolescents: A prospective study. *Journal of Child and Family Studies*, 24(5), 1429-1441.
- COTTERELL, J. (2007). *Social Networks in Youth & Adolescence*. 2. painos.
- ÇALIŞKAN, N. VE KARADAĞ, E. (2008). Kuramdan-Uygulamaya İlköğretimde Drama “Oyun Ve İşleniş Örnekleriyle”. (2. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- ÇEÇEN, A. R. (2007). The Turkish short version of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA-S): Initial development and validation. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 35(6), 717-734.
- ÇETİN, E. (2013). Tanımlar ve temel kavramlar, Eğitsel dijital oyunlar. *Ankara: Pegem Akademi*.
- ÇETİN, Y. (2013). Madde bağımlılığı ve Yalova ölçeğinde madde bağımlılığı algısı. *Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Temmuz*.
- ÇUKURLUÖZ, Ö. (2016). Lise öğrencilerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi: ankara ili çankaya ilçesi örneği. *Yüksek Lisans Tezi*.
- DAHLBERG, L., & MCKEE, K. J. (2014). Correlates of social and emotional loneliness in older people: evidence from an English community study. *Aging & mental health*, 18(4), 504-514.
- DAVIS, B.D. (1990). Loneliness in children and adolescents. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 13(1), 59-69. <https://doi.org/10.3109/01460869009009745>.
- DAVIS, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195.
- DE JONG GIERVELD, J., KAMPHUIS, J., & DYKSTRA, F. (1987). Old and lonely? *Comprehensive Gerontology*, 1, 13-17.
- DE KONING, J. (2018). *Physical Activity, Social Isolation and Loneliness in Later Life: A Focus on Rural Areas in the UK* (Doctoral dissertation, University of Bath).
- DEMİR, A., & TARHAN, N. (2001). Loneliness and social dissatisfaction in Turkish adolescents. *The Journal of Psychology*, 135(1), 113-123.
- DEMİRBOZAN, N. (2019). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığının anne baba tutumu ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.
- DEMİRTOP, B. (2019). Spor lisesi ve diğer lise öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas*.
- DEWALL, C. N., & POND JR, R. S. (2011). Loneliness and smoking: The costs of the desire to reconnect. *Self and Identity*, 10(3), 375-385.

- DİĞİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ÇALIŞTAYI. (2018). *Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı*. 10 21, 2019 tarihinde Sağlık Bakanlığı, Sağlık Geliştirilmesi Genel Müdürlüğü: <https://sggm.saglik.gov.tr/TR,53949/dijital-oyun-bagimliliği-calistayi.html> adresinden alındı.
- DILL, K. E., GENTILE, D. A., RICHTER, W. A., & DILL, J. C. (2005). Violence, sex, race and age in popular video games: A content analysis. *Featuring females: Feminist analyses of the media*, 115-130.
- DİNÇ, M. (2015). *Teknolojiye Bağımlı Yaşamak İçin*. İstanbul: Kültür Sanat Basımevi.
- DITOMMASO, E., & SPINNER, B. (1997). Social and emotional loneliness: A re-examination of Weiss' typology of loneliness. *Personality and individual differences*, 22(3), 417-427.
- DONATI, M. A., CHIESI, F., AMMANNATO, G., & PRIMI, C. (2015). Versatility and addiction in gaming: The number of video-game genres played is associated with pathological gaming in male adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(2), 129-132.
- DÖNMEZ, N. B. (2000). *Oyun Kitabı*. İstanbul: Esin.
- DÖNMEZ, N. B. (1992). *Oyun Kitabı*. İstanbul: Demet Yayıncılık.
- DRAGESET, J., EIDE, G. E., KIRKEVOLD, M., & RANHOFF, A. H. (2013). Emotional loneliness is associated with mortality among mentally intact nursing home residents with and without cancer: a five-year follow-up study. *Journal of clinical nursing*, 22(1-2), 106-114.
- DRENNAN, J., TREACY, M., BUTLER, M., BYRNE, A., FEALY, G., FRAZER, K., & IRVING, K. (2008). The experience of social and emotional loneliness among older people in Ireland. *Ageing & Society*, 28(8), 1113-1132.
- DRUMMOND, A., & SAUER, J. D. (2014). Video-games do not negatively impact adolescent academic performance in science, mathematics or reading. *PloS one*, 9(4), e87943.
- DOMINICK, J. R. (1984). Videogames, television violence, and aggression in teenagers. *Journal of communication*.
- DONOVAN, N. J., OKEREKE, O. I., VANNINI, P., AMARIGLIO, R. E., RENTZ, D. M., MARSHALL, G. A., ... & SPERLING, R. A. (2016). Association of higher cortical amyloid burden with loneliness in cognitively normal older adults. *JAMA psychiatry*, 73(12), 1230-1237.
- DURMUŞ, A. (2007). *Eyvah. Çocuğum Bilgisayar Kullanıyor*, İstanbul, Nesil Yayınları.
- DURUALP, E., & ÇİÇEKOĞLU, P. (2013). Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin yalnızlık düzeylerinin internet bağımlılığı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15(1), 29-46.

- DUYAN, V., DUYAN, G. Ç., ÇİFTİ, E. G., SEVİN, Ç., ERBAY, E., & İKİZOĞLU, M. (2010). Lisede okuyan öğrencilerin yalnızlık durumlarına etki eden değişkenlerin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 33(150).
- DYKSTRA, P. A. (1990). *Next of (non) kin: The importance of primary relationships for older adults' well-being*. Swets & Zeitlinger Publishers.
- DYKSTRA, P. A. (1995). Loneliness among the never and formerly married: The importance of supportive friendships and a desire for independence. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 50(5), S321-S329.
- DYKSTRA, P. A., & FOKKEMA, T. (2007). Social and emotional loneliness among divorced and married men and women: Comparing the deficit and cognitive perspectives. *Basic and applied social psychology*, 29(1), 1-12.
- DYKSTRA, P. A., & DE JONG GIERVELD, J. (1994). The theory of mental incongruity, with a specific application to loneliness among widowed men and women. In *Theoretical frameworks for personal relationships* (pp. 247-272). Psychology Press.
- EGGER, O., & RAUTERBERG, M. (1996). Internet behaviour and addiction. *Semester thesis (Swiss Federal Institute of Technology, Zurich, 1996)*.
- EĞİTEK. (2008). Eğitim Sisteminde İnternet Ve Bilgisayar Oyunlarına Yönelik Çalışmalar, Konuyla İlgili Görüş Ve Öneriler, Ankara.
- EKİNCİ, N. E., DEMİREL, M., DEMİREL, D. H., & UTKU, I. Ş. I. K. (2015). Lise öğrencilerinin yalnızlık algılarının rekreasyonel etkinliklere katılımları ve bireysel değişkenlere göre incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(2), 71-78.
- EKİNCİ, N. E., YALÇIN, I., & AYHAN, C. (2019). Analysis of Loneliness Levels and Digital Game Addiction of Middle School Students According to Various Variables. *World Journal of Education*, 9(1), 20-27.
- EKİNCİ, N. E., YALÇIN, I., ÖZER, Ö., & KARA, T. (2017). An Investigation of the Digital Game Addiction between High School Students. *Online Submission*, 14(4), 4989-4994.
- ERBOY, E. (2010). İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler. *Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın*.
- EREN, A. (1994). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara*.
- ENİ, B. (2017). Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi. *Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/adresinden edinilmiştir>.

- ENTERTAINMENT SOFTWARE ASSOCIATION. (2006) Sales, Demographics, and Usage Data. <http://www.theesa.com/archives/files/Essential%20Facts%202006.pdf>
- ERBOY, E., & VURAL, R. A. (2010). İlköğretim 4 ve 5 Sınıf Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılığını Etkileyen Faktörler. *Ege Eğitim Dergisi*, 11(1), 39-58.
- EREN, A. (1994). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ve psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.*
- ERŞAN, Ş. (2006). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden altı yaş grubundaki çocukların oyun ve çalışma (iş) ile ilgili algılarının incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- ESKİN, M. (2001). Ergenlikte yalnızlık, baş etme yöntemleri ve yalnızlığın intihar davranışı ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(5), 5-11.
- ESSEX, M. J., KLEIN, M. H., LOHR, M. J., & BENJAMIN, L. S. (1985). Intimacy and depression in older women. *Psychiatry*, 48(2), 159-178.
- EYUBOĞLU, İ. Z. (2004). *Türk dilinin etimoloji sözlüğü*. Sosyal yayımlar.
- FESTL, R., SCHARKOW, M., & QUANDT, T. (2013). Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults. *Addiction*, 108(3), 592-599.
- FRIJDA, N. H. (1988). The laws of emotion. *American psychologist*, 43(5), 349.
- FRÖLICH, J., LEHMKUHL, G., ORAWA, H., BROMBA, M., WOLF, K., & GÖRTZ-DORTEN, A. (2016). Computer game misuse and addiction of adolescents in a clinically referred study sample. *Computers in Human Behavior*, 55, 9-15.
- GANLEY, R. M. (1989). Emotion and eating in obesity: A review of the literature. *International Journal of eating disorders*, 8(3), 343-361.
- GARDINER, H. W., & GANDER, J. M. (1993). Çocuk ve ergen gelişimi. *Çev: Ali Dönmez ve diğerleri*. Ankara: İmge Kitabevi.
- GENTILE, D. A., LYNCH, P. J., LINDER, J. R., & WALSH, D. A. (2004). The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance. *Journal of adolescence*, 27(1), 5-22.
- GENTILE, D. A., & GENTILE, J. R. (2008). Violent video games as exemplary teachers: A conceptual analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(2), 127-141.
- GENTILE, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. *Psychological science*, 20(5), 594-602.
- GENTILE, D. A., CHOO, H., LIAU, A., SIM, T., LI, D., FUNG, D., & KHOO, A. (2011). Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319-e329.

- GIERVELD, J. D. J., & VAN TILBURG, T. (2010). The De Jong Gierveld short scales for emotional and social loneliness: tested on data from 7 countries in the UN generations and gender surveys. *European journal of ageing*, 7(2), 121-130.
- GIERVELD, J. D. J., & TILBURG, T. V. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness: Confirmatory tests on survey data. *Research on aging*, 28(5), 582-598.
- GOLEMAN, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. Bantam.
- GÖKÇEARSLAN, Ş., & Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (23), 419-435.
- GÖLDAĞ, B. (2018). Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Demografik Özelliklerine Göre İncelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1287-1315.
- GRAHAM, S., & KYLE, M. (2008). *Digital Play: Computer Games and Language Aims (Delta Teaching Development)*. Peaslake: Delta Publishing.
- GREEN, C. S., & BAVELIER, D. (2003). Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423(6939), 534.
- GREITEMEYER, T., & OSSWALD, S. (2010). Effects of prosocial video games on prosocial behavior. *Journal of personality and social psychology*, 98(2), 211
- GRIFFITHS, M. (1999). Internet addiction: fact or fiction?. *The psychologist*.
- GRIFFITHS, M. D. (2002). The educational benefits of videogames. *Education and health*, 20(3), 47-51.
- GRIFFITHS, M. D. (2009). The role of context in online gaming excess and addiction: Some case study evidence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, (8), 119-125. Doi: 10.1007/s11469-009-9229-x.
- GRIFFITHS, M. D., DAVIES, M. N., & CHAPPELL, D. (2004). Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers. *Journal of adolescence*, 27(1), 87-96.
- GRIFFITH, J. L., AGANI, F., WEINE, S., UKSHINI, S., PULLEYBLANK-COFFEY, E., ULAJ, J., ... & KALLABA, M. (2005). A family-based mental health program of recovery from state terror in Kosova. *Behavioral sciences & the law*, 23(4), 547-558.
- GRIFFITHS, M. D., & MEREDITH, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 247-253.
- GRIFFITHS, M. D., & DAVIES, M. N. O. (2005). Videogame Addiction: Does It Exist? *Handbook Of Computer Game Studies*. J. Goldstein, J. Raessens.
- GRIFFITHS, M. D., & HUNT, N. (1995). Computer game playing in adolescence: Prevalence and demographic indicators. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 5(3), 189-193.

- GROSS, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
- GROSS, J. J., & LEVENSON, R. W. (1993). Emotional suppression: physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of personality and social psychology*, 64(6), 970.
- GRÜSSER, S. M., THALEMANN, R., & GRIFFITHS, M. D. (2006). Excessive computer game playing: evidence for addiction and aggression?. *Cyberpsychology & behavior*, 10(2), 290-292.
- GUNUC, S., & DOGAN, A. (2013). The relationships between Turkish adolescents' Internet addiction, their perceived social support and family activities. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2197-2207.
- GÜLER-YILMAZ, M. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile utangaçlık düzeyleri arasındaki ilişki (İstanbul ili Tuzla ilçesi örneği). *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.
- GÜNAY, G. (2011). Şiddet içerikli online bilgisayar oyunlarının ilköğretim öğrencilerinin saldırganlık tepkileri üzerine etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale*.
- GÜNEŞ, A. (2012). Dijital oyunların güvenlik bağlamında yasal ve yönetsel düzenleme sorunları. *Unpublished master's thesis. Police Academy Security Sciences Institute*.
- GÜRCAN, A., ÖZHAN, S., & USLU, R. (2008). Dijital oyunlar ve çocuklar üzerindeki etkileri. *Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, Ankara*, 1-50.
- HAGHBIN, M., SHATERIAN, F., HOSSEINZADEH, D., & GRIFFITHS, M.D. (2013). A brief report on the relationship between self-control, video game addiction and academic achievement in normal and ADHD students. *Journal of Behavioral Addictions*, 2(4), 239-243. <https://doi.org/10.1556/JBA.2.2013.4.7>
- HALILOĞLU, S. (2008). Ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri, bağlanma biçimleri ve işlevsel olmayan tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Malatya ili örneği). *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya*.
- HARRIS, J. (2001). *The effects of computer games on young children: A review of the research* (Vol. 72). Great Britain, Home Office, Research, Development and Statistics Directorate.
- HART, G. M., JOHNSON, B., STAMM, B., ANGERS, N., ROBINSON, A., LALLY, T., & FAGLEY, W. H. (2009). Effects of video games on adolescents and adults. *CyberPsychology & Behavior*, 12(1), 63-65.
- HARTMANN, T. & KLIMMT, C. (2006). Gender and computer games: Exploring females' dislikes. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 11, 910– 931. DOI: 10.1111/j.1083-6101.2006.00301.x.
- HAZAR, Z., & HAZAR, M. (2017). Digital Game Addiction Scale for Children Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 203-216.

- HAZAR, Z. (2016). Fiziksel hareketlilik içeren oyunların 11-14 yaş grubu ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığına etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara. [In Turkish].
- HAZAR, Z. (2018a). *Çağın Vebası Digital Oyun Bağımlılığı ve Başa Çıkma Yöntemleri*. Ankara: Gazi Kitabevi
- HAZAR, Z. (2018b). Children's Digital Game Addiction and Opinions About Their Parents' Playing Digital Games (A Mixed Method Study). *Journal of Education and Training Studies*, 7(1), 85-93.
- HAWKLEY, L. C., HUGHES, M. E., WAITE, L. J., MASI, C. M., THISTED, R. A., & CACIOPPO, J. T. (2008). From social structural factors to perceptions of relationship quality and loneliness: the Chicago health, aging, and social relations study. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 63(6), S375-S384.
- HAWKLEY, L. C., & CACIOPPO, J. T. (2010). Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. *Annals of behavioral medicine*, 40(2), 218-227.
- HAWKLEY, L. C., BURLESON, M. H., BERNTSON, G. G., & CACIOPPO, J. T. (2003). Loneliness in everyday life: cardiovascular activity, psychosocial context, and health behaviors. *Journal of personality and social psychology*, 85(1), 105.
- HAWKLEY, L. C., THISTED, R. A., & CACIOPPO, J. T. (2009). Loneliness predicts reduced physical activity: cross-sectional & longitudinal analyses. *Health Psychology*, 28(3), 354.
- HAYIRCI, B. (2019). *Lise Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılık Düzeyleri İle Sosyal Kaygı ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- HEINRICH, L. M., & GULLONE, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical psychology review*, 26(6), 695-718.
- HOLMÉN, K., ERICSSON, K., & WINBLAD, B. (2000). Social and emotional loneliness among non-demented and demented elderly people. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 31(3), 177-192.
- HOLWERDA, T. J., DEEG, D. J., BEEKMAN, A. T., VAN TILBURG, T. G., STEK, M. L., JONKER, C., & SCHOEVERS, R. A. (2014). Feelings of loneliness, but not social isolation, predict dementia onset: results from the Amsterdam Study of the Elderly (AMSTEL). *J Neurol Neurosurg Psychiatry*, 85(2), 135-142.
- HORZUM, M. B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(159).
- HORZUM, M. B., AYAS, T., & BALTA, Ö. Ç. (2016). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30).

- HO, S. M., & LEE, T. M. (2001). Computer usage and its relationship with adolescent lifestyle in Hong Kong. *Journal of adolescent health, 29*(4), 258-266.
- HOWES, C. (1992). *Collaborative Construction of Pretend, The: Social Pretend Play Functions*. SUNY Press.
- HOWES, C., & MATHESON, C. C. (1992). Sequences in the development of competent play with peers: Social and social pretend play. *Developmental Psychology, 28*(5), 961.
- HUIZINGA, J., & LUDENS, H. O. M. O. (1995). Oyunun toplumsal işlevi üzerine bir deneme. *MA Kılıçbay, Çev.), Ayrıntı Yayınları: İstanbul*.
- HUIZINGA, J. (1998). *Homo Ludens-A study of the play element in culture*: London: Routledge and Kegan Paul.
- HUR, M. H. (2006). Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of Internet addiction disorder: an empirical study of Korean teenagers. *Cyberpsychology & behavior, 9*(5), 514-525.
- HUSSAIN, Z., GRIFFITHS, M. D., & BAGULEY, T. (2012). Online gaming addiction: Classification, prediction and associated risk factors. *Addiction Research & Theory, 20*(5), 359-371.
- IRMAK, A. Y., & ERDOĞAN, S. (2015). Validity and reliability of the Turkish version of the Digital Game Addiction Scale/Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 16*(S1), 10-19.
- IRMAK, A. Y., & ERDOĞAN, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi, 27*(2), 128-137.
- IZARD, C. E. (1992). Basic emotions, relations among emotions, and emotion-cognition relations.
- İNAL, Y. VE ÇAĞILTAY, K. (2005). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihlerini etkileyen faktörler. Ankara Özel Tevfik Fikret Okulları, Eğitimde Yeni Yönelimler II Eğitimde Oyun Sempozyumu, Ankara (pp. 71-74).
- JAMES, D., & DRENNAN, J. (2005, December). Exploring addictive consumption of mobile phone technology. In *Australian and New Zealand Marketing Academy conference, Perth, Australia*.
- JANSZ, J., & MARTENS, L. (2005). Gaming at a LAN event: the social context of playing video games. *New media & society, 7*(3), 333-355.
- JAREMKA, L. M., ANDRIDGE, R. R., ALFANO, C. M., POVOSCK, S. P., LIPARI, A. M., AGNESE, D. M., ARNOLD, M. W., FAFFARM W. B., YEE, L. D., CARSON, III, W. E., BEKAİİSABB, T., MARTIN, JR., E. W., SCHMIDT, C. R., & KIECOLT-GLASER, J. K. (2014). Pain, depression, and fatigue: Loneliness as a longitudinal risk factor. *Health Psychology, 33*(9), 948-957.

- JENKINS, A. K. (2001). Making a career of it? Hospitality students' future perspectives: an Anglo-Dutch study. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*.
- JEONG, E. J., & KIM, D. H. (2011). Social activities, self-efficacy, game attitudes, and game addiction. *CyberPsychology, Behavior, & Social Networking*, 14(4), 213–221. doi:10.1089/cyber.2009.0289
- JEONG, E. J., KIM, D. J., & LEE, D. M. (2017). Why do some people become addicted to digital games more easily? A study of digital game addiction from a psychosocial health perspective. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 33(3), 199-214.
- JONES, W. H. (1982). *Loneliness and social behavior*. In L. A. Peplau (Ed.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 238–254). New York, NY: John Wiley & Sons Inc.
- JONES, W. H. (1987). Research and theory on loneliness: A response to Weiss's reflections. *Journal of Social Behavior and personality*, 2(2), 27.
- JONES, W. H., HOBBS, S. A., & HOCKENBURY, D. (1982). Loneliness and social skill deficits. *Journal of personality and social psychology*, 42(4), 682.
- JONES, A. C., SCHINKA, K. C., VAN DULMEN, M. H., BOSSARTE, R. M., & SWAHN, M. H. (2011). Changes in loneliness during middle childhood predict risk for adolescent suicidality indirectly through mental health problems. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 40(6), 818-824.
- KADİM, M. (2012). Okul öncesi öğretmenlerinin oyun öğretimine yönelik özyeterliklerinin incelenmesi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim, Bolu*.
- KAYABAŞI, Y., & AKBAŞ, C. (2017). Eğitsel oyunlar yöntemiyle öğretimin fen bilimleri dersindeki öğrenci başarısına etkisi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 181-193.
- KILIÇ, H., & Sevim, S. A. (2005). Ergenlerde yalnızlık ve bilişsel çarpıtmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 69-88.
- KILINÇ, İ., & GÜNDÜZ, Ş. (2017). Lise öğrencilerinin siber duyarlılık, internet bağımlılığı ve insani değerlerinin incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 261-283.
- KIZILAY. (2018). *Bağımlılık nedir?* Ekim 20, 2019 tarihinde (Fotoğraf): <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/bagimlilik-nedir> adresinden alındı
- KIM, E. J., NAMKOONG, K., KU, T., & KIM, S. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European psychiatry*, 23(3), 212-218.
- KIM, J., LAROSE, R., & PENG, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *CyberPsychology & Behavior*, 12(4), 451-455.

- KIM, M. K. (2012). The influence of adolescents' psychological variables and attachment with parents upon internet game addicts and cellular phone addicts. *Korean J Hum Dev, 19*, 1-22.
- KING, D. L., DELFABBRO, P. H., & GRIFFITHS, M. D. (2010). Video game structural characteristics: A new psychological taxonomy. *Int J Ment Health Addiction, 8*, 90-106. doi: 10.1007/s11469-009-9206-4
- KIRRIEMUIR, J. (2002). Video gaming, education and digital learning technologies. *D-lib Magazine, 8*(2), 7.
- KNEER, J., RIEGER, D., IVORY, J. D., & FERGUSON, C. (2014). Awareness of risk factors for digital game addiction: interviewing players and counselors. *International Journal of Mental Health and Addiction, 12*(5), 585-599.
- KO, C. H., LIU, G. C., HSIAO, S., YEN, J. Y., YANG, M. J., LIN, W. C., ... & CHEN, C. S. (2009). Brain activities associated with gaming urge of online gaming addiction. *Journal of psychiatric research, 43*(7), 739-747.
- KO, C. H., YEN, J. Y., CHEN, C. C., CHEN, S. H., & YEN, C. F. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *The Journal of nervous and mental disease, 193*(4), 273-277.
- KOÇYİĞİT, S., TUĞLUK, M. N., & KÖK, M. (2007). Çocuğun gelişim sürecinde eğitsel bir etkinlik olarak oyun. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi, 16*, 324-342.
- KORPORAAL, M., BROESE VAN GROENOU, M. I., & VAN TILBURG, T. G. (2008). Effects of own and spousal disability on loneliness among older adults. *Journal of Aging and Health, 20*(3), 306-325.
- KÖRLER, Y. (2011). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin çeşitli değişkenler açısından yalnızlık düzeyleri ve yalnızlık ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkiler (*Master's thesis, Anadolu Üniversitesi*).
- KÖSE, Z. (2013). 13-14 Grubu ergenlerinin bilgisayar oyunlarının oynama alışkanlıklarının ve sosyalleşme durumlarının araştırılması. *Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon*.
- KUBEY, R. W., LAVIN, M. J., & BARROWS, J. R. (2001). Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *Journal of communication, 51*(2), 366-382.
- KUKUL, V. (2013). Eğitsel Dijital Oyunlar. Mehmet Akif Ocak (Ed.), *Oyunla ilgili tarihsel gelişimler ve yaklaşımlar* (s. 20-31). Ankara: Pegem Akademi.
- KUSS, D. J., & GRIFFITHS, M. D. (2012a). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction, 10*(2), 278-296. doi:10.1007/s11469-011-9318-5.
- KUSS, D. J., & GRIFFITHS, M. D. (2012b). Adolescent online gaming addiction. *Education and Health, 30*(1), 15-17.

- KUSS, D. J., & GRIFFITHS, M. D. (2012c). Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research.
- KUYUCU, M. (2017). Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı:“Akıllı telefon (kolik)” üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition*, 7(14), 328-359.
- LADD, G. W., & ETTEKAL, I. (2013). Peer-related loneliness across early to late adolescence: Normative trends, intra-individual trajectories, and links with depressive symptoms. *Journal of adolescence*, 36(6), 1269-1282.
- LASGAARD, M., GOOSSENS, L., & ELKLIT, A. (2011). Loneliness, depressive symptomatology, and suicide ideation in adolescence: Cross-sectional and longitudinal analyses. *Journal of abnormal child psychology*, 39(1), 137-150.
- LAZARUS, R. S.(1984b). *On the primacy of cognition*. *American Psychologist*, 39, 124-129.
- LEE, C., & KIM, O. (2017). Predictors of online game addiction among Korean adolescents. *Addiction Research & Theory*, 25(1), 58-66.
- LEMMENS, J. S., VALKENBURG, P. M., & PETER, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media psychology*, 12(1), 77-95.
- LEMMENS, J. S., VALKENBURG, P. M., & PETER, J. (2011). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in human behavior*, 27(1), 144-152.
- LEVENTHAL, H., & SCHERER, K. (1987). The relationship of emotion to cognition: A functional approach to a semantic controversy. *Cognition and emotion*, 1(1), 3-28.
- LIAU, A. K., CHOO, H., LI, D., GENTILE, D. A., SIM, T., & KHOO, A. (2015). Pathological video-gaming among youth: a prospective study examining dynamic protective factors. *Addiction Research & Theory*, 23(4), 301-308.
- LIEBERMAN, D. A., FISK, M. C., & BIELY, E. (2009). Digital games for young children ages three to six: From research to design. *Computers in the Schools*, 26(4), 299-313.
- LIN, M. P., KO, H. C., & WU, J. Y. W. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors associated with Internet addiction in a nationally representative sample of college students in Taiwan. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(12), 741-746.
- LIU, B. S., & ROOK, K. S. (2013). Emotional and social loneliness in later life: Associations with positive versus negative social exchanges. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(6), 813-832.
- LIU, C. Y., & KUO, F. Y. (2007). A study of Internet addiction through the lens of the interpersonal theory. *CyberPsychology & Behavior*, 10(6), 799-804.
- LLORET IRLES, D., & MORELL GOMIS, R. (2015). IMPULSIVENESS AND VIDEO GAME ADDICTION. *Health & Addictions/Salud y Drogas*, 16(1).

- LU, H. P., & WANG, S. M. (2008). The role of Internet addiction in online game loyalty: an exploratory study. *Internet Research, 18*(5), 499-519.
- LIU, L., GOU, Z., & ZUO, J. (2016). Social support mediates loneliness and depression in elderly people. *Journal of health psychology, 21*(5), 750-758.
- LIU, M., & PENG, W. (2009). Cognitive and psychological predictors of the negative outcomes associated with playing MMOGs (massively multiplayer online games). *Computers in Human Behavior, 25*(6), 1306-1311.
- LUANAIGH, C. Ó., & LAWLOR, B. A. (2008). Loneliness and the health of older people. *International Journal of Geriatric Psychiatry: A journal of the psychiatry of late life and allied sciences, 23*(12), 1213-1221.
- MAES, M., VANHALST, J., VAN DEN NOORTGATE, W., & GOOSSENS, L. (2017). Intimate and relational loneliness in adolescence. *Journal of Child and Family Studies, 26*(8), 2059-2069.
- MAYER, J. D., DİPAOLO, M., & SALOVEY, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence. *Journal of personality assessment, 54*(3-4), 772-781.
- MCBROOM, E. S. (2013). *An examination of correlates of video game and internet addiction* (Doctoral dissertation, University of Toledo).
- MCWHIRTER, B. T., BESETT-ALESCH, T. M., HORIBATA, J., & GAT, I. (2002). Loneliness in high risk adolescents: The role of coping, self-esteem, and empathy. *Journal of Youth Studies, 5*(1), 69-84.
- MENTZONI, R. A., BRUNBORG, G. S., MOLDE, H., MYRSETH, H., SKOUVERØE, K. J. M., HETLAND, J., & PALLESEN, S. (2011). Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, behavior, and social networking, 14*(10), 591-596.
- MINISTRY OF GENDER EQUALITY AND FAMILY. (2011). Survey on media use of young people. Seoul, Korea: Ministry of Gender Equality and Family.
- MOODY, E. J. (2001). Internet use and its relationship to loneliness. *CyberPsychology & Behavior, 4*(3), 393-401.
- MOHMMED EL-KORD, N. Y. (2016). Facebook Ortamındaki Digital Oyunların Bağımlılığa Etki Eden Demografik Faktörler. *Yüksek Lisans Tezi*.
- MUSLU, G. K., & BOLIŞIK, B. (2009). Çocuk ve Gençlerde İnternet Kullanımı. *TAF Preventive Medicine Bulletin, 8*(5).
- MUSLUOĞLU, M. (2016). 15-19 Yaş Arası Öğrencilerden Oluşan Bir Lise Örneğinde Bağlanma Stilleri İle İnternet Ve Dijital Oyun Bağımlılığının İlişkisinin İncelenmesi (Doctoral dissertation, Yüksek Lisans Tezi). *Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.

- MÜLLER, K. W., JANIKIAN, M., DREIER, M., WÖFLING, K., BEUTEL, M. E., TZAVARA, C., ... & TSITSIKA, A. (2015). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 24(5), 565-574.
- NARVAEZ, D., MATTAN, B., MACMICHAEL, C., & SQUILLACE, M. (2008). Kill bandits, collect gold or save the dying: The effects of playing a prosocial video game. *Media Psychology Review*, 1(1).
- NATIONAL RESEARCH COUNCIL. (1999). *Pathological gambling: A critical review*. National Academies Press.
- NETO, F. (2015). Socio-demographic and subjective well-being predictors of social and emotional loneliness.
- NEWALL, N. E., CHIPPERFIELD, J. G., BAILIS, D. S., & STEWART, T. L. (2013). Consequences of loneliness on physical activity and mortality in older adults and the power of positive emotions. *Health Psychology*, 32(8), 921.
- NG, B. D., & WIEMER-HASTINGS, P. (2005). Addiction to the internet and online gaming. *Cyberpsychology & behavior*, 8(2), 110-113.
- ONUR, B., & GÜNEY, N. (Eds.). (2004). *Türkiye'de çocuk oyunları: araştırmalar*. KÖK Yayıncılık.
- OREILLY, M. (1996). Internet addiction: a new disorder enters the medical lexicon. *CMAJ: Canadian Medical Association journal*, 154(12), 1882.
- ORUÇ, T. (2013). *Üniversite öğrencilerinde psikososyal değişkenlere göre yalnızlık ile otomatik düşünceler ilişkisinin incelenmesi* (Doctoral dissertation, DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- OUDMAN, E., VAN DAM, M., & POSTMA, A. (2018). Social and emotional loneliness in Korsakoff's syndrome. *Cognitive neuropsychiatry*, 23(5), 307-320.
- OUT, T. I. (2011). ekim 17, 2019 tarihinde <http://www.todayifoundout.com/index.php/2011/12/the-development-of-the-video-game-pong-was-a-training-exercise-for-a-new-gaming-developer-at-atari-and-wasnt-originally-intended-to-be-released/> (fotoğraf) adresinden alındı.
- ÖGEL, K. (2012a). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İş Bankası Kültür Yayınları.
- ÖGEL, K. (2012b). *İnternet Bağımlılığı, İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları*.
- ÖNCEL, M., & TEKİN, A. (2015). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığı ve yalnızlık durumlarının incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(4), 7-17.
- ÖZBEK, B. (2017). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının yalnızlık düzeyleri açısından değerlendirilmesi*. Yüksek lisans tezi.

- ÖZDEMİR, N. (2006). Türk Çocuk Oyunları, Akçağ Yayınları, Ankara. *Cilt*, 2, 435.
- ÖZDEMİR, N. (2011). Düzenli fiziksel aktivitenin ilköğretim öğrencilerinin okula yabancılaşma ve yalnızlık düzeyleri üzerine etkileri. *Doktora Tezi. İzmir, Ege Üniversitesi.*
- ÖZDOĞAN, B. (2009). Çocuk ve oyun çocuğa oyunla yardım (5. Baskı). *Ankara: Anı Yayıncılık.*
- ÖZ, F. (2004). *Sağlık alanında temel kavramlar. İmaj.*
- ÖZKAYA, G. (2017). *Üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile umutsuzluk ve yaşam doyumu arasındaki ilişki (Doctoral dissertation, Sosyal Bilimler Enstitüsü).*
- ÖZTÜRK, Ö., ODABAŞIOĞLU, G., ERASLAN, D., GENÇ, Y., & KALYONCU, Ö. A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 36-41.
- PADAR, P. (2015). Türkçe’de duygu anlatan kelimelerin afekt kavramı bağlamında tespiti. *(Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.*
- PALA, F. K., & ERDEM, M. (2011). Dijital Oyun Tercihi ve Oyun Tercih Nedeni ile Cinsiyet, Sınıf Düzeyi ve Öğrenme Stili Arasındaki İlişkiler Üzerine Bir Çalışma. *Journal of Kirsehir Education Faculty*, 12(2).
- PAULUS, F. W., OHMANN, S., VON GONTARD, A., & POPOW, C. (2018). Internet gaming disorder in children and adolescents: a systematic review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 60(7), 645–659. doi:10.1111/dmcn.13754.
- PEERENBOOM, L., COLLARD, R. M., NAARDING, P., & COMIJS, H. C. (2015). The association between depression and emotional and social loneliness in older persons and the influence of social support, cognitive functioning and personality: A cross-sectional study. *Journal of affective disorders*, 182, 26-31.
- PENG, W., & LIU, M. (2010). Online gaming dependency: a preliminary study in China. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 13(3), 329-333.
- PENNINX, B. W., VAN TILBURG, T., KRIEGSMAN, D. M., BOEKE, A. J. P., DEEG, D. J., & VAN EIJK, J. T. M. (1999). Social network, social support, and loneliness in older persons with different chronic diseases. *Journal of Aging and Health*, 11(2), 151-168.
- PEPLAU, L. A., RUSSELL, D. & HEIM, M. (1979). “The experience of loneliness”. In *New approaches to social problems*, Edited by: Frieze, I.H., Bar-Tal, D. and Caroll, J. S. 53–78. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- PEPLAU, L. A., & PERLMAN, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy* (pp. 1–18). New York, NY: Wiley
- PERLMAN, D., & PEPLAU, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal relationships*, 3, 31-56.

- PERRY, R. (1998). *Play-based Preschool Curriculum: A Practical Resource for Teachers Interested in Promoting Play-based Curriculum in a Preschool Setting*. School of Early Childhood, Faculty of Education, Queensland University of Technology.
- PETERSON, C. N. (2018). How Social Identity Influences Social and Emotional Loneliness.
- PETRIDES, K. V., & FURNHAM, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioural validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European journal of personality*, 17(1), 39-57.
- PETTEM, O., WEST, M., MAHONEY, A., & KELLER, A. (1993). Depression and attachment problems. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 18(2), 78.
- PIAGET, J. (1962). Play, dreams and imitation in childhood, trans. *Gettegno, C., and Hodgson, FM New York: Norton*.
- PILTEN, P., & PILTEN, G. (2013). Okul çağı çocuklarının oyuna ilişkin algılarının değerlendirilmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 15-31.
- PINQUART, M., & SORENSEN, S. (2001). Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. *Basic and applied social psychology*, 23(4), 245-266.
- PINTEREST. (2019). *tr.pinterest.com*. ekim 15, 2019 tarihinde (Fotoğraf): <https://tr.pinterest.com/pin/276056652138490786/?nic=1> adresinden alındı.
- PONGMUSEUM. (2015). *The First "Electronic" Game Ever Made?* 10 17, 2019 tarihinde (fotoğraf) <http://pongmuseum.com/history/FirstElectronicGameEverMade.php/sayfasından> adresinden alındı.
- PONZETTI JR, J. J. (1990). Loneliness among college students. *Family relations*, 336-340.
- PORTER, G., STARCEVIC, V., BERLE, D., & FENECH, P. (2010). Recognizing problem video game use. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 44(2), 120-128.
- PRISBELL, M. (1988). Dating competence as related to levels of loneliness. *Communication Reports*, 1(2), 54-59.
- PROT, S., ANDERSON, C. A., GENTILE, D. A., BROWN, S. C., & SWING, E. L. (2014). The positive and negative effects of video game play. *Media and the well-being of children and adolescents*, 109, 2010-2014.
- PROVENZO JR, E. F. (1991). *Video kids: Making sense of Nintendo*. Harvard University Press.
- QIN, X., & NAN, H. (2010). Study on Causes and Strategies of Online Game Addiction among College Students. In *2010 International Conference on Multimedia Technology* (pp. 1-4). IEEE.
- QUALTER, P., & MUNN, P. (2002). The separateness of social and emotional loneliness in childhood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 43(2), 233-244.

- RAVER, C. C. (2002). Emotions Matter: Making the Case for the Role of Young Children's Emotional Development for Early School Readiness. Social Policy Report. Volume 16, Number 3. *Society for Research in Child Development*.
- REDHOUSE, (1979). Yeni İngilizce-Türkçe Sözlük, *Redhouse Yayınevi*, İstanbul.
- RIGGIO, R. E., THROCKMORTON, B., & DEPAOLA, S. (1990). Social skills and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 11, 799–804. doi:10.1016/0191-8869(90)90188-W.
- ROOK, K. S. (1984). Promoting social bonding: Strategies for helping the lonely and socially isolated. *American Psychologist*, 39(12), 1389.
- RUSSELL, D., CUTRONA, C. E., ROSE, J., & YURKO, K. (1984). Social and emotional loneliness: an examination of Weiss's typology of loneliness. *Journal of personality and social psychology*, 46(6), 1313.
- RUSSELL, D., PEPLAU, L. A., & CUTRONA, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of personality and social psychology*, 39(3), 472.
- SAFRAN, J. D., & GREENBERG, L. S. (Eds.). (1991). *Emotion, psychotherapy, and change*. Guilford press.
- SAKA, H., & AKTÜRK, A.O. (2012). The Analysis of Computer Game Addiction of Secondary School Students. In Proceedings 6th International Computer & Instructional Technologies Symposium, Gaziantep, Turkey, 4th-6th November.
- SALIMI, A. (2011). Social-emotional loneliness and life satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 29, 292-295.
- SAMMIS, J. (2008). Video Game Addiction & Depression Rates Among Online Video Game Players .*PHD Thesis* . ProQuest LLC .
- SARIÇAM, H. (2011). Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum*.
- SAVIKKO, N., ROUTASALO, P., TILVIS, R. S., STRANDBERG, T. E., & PITKÄLÄ, K. H. (2005). Predictors and subjective causes of loneliness in an aged population. *Archives of gerontology and geriatrics*, 41(3), 223-233.
- SCHILLER, F. (1990). İnsanın Estetik Eğitimi Üzerine Bir Dizi Mektup, çev. *Melihat Özgü, Milli Eğitim Basımevi, İstanbul*.
- SEAY, A. F., & KRAUT, R. E. (2007). Project massive: Self-regulation and problematic use of online gaming. In *Proceedings of the SIGCHI conference on Human factors in computing systems* (pp. 829-838). ACM.
- SEGRIN, C. (1993). Social skills deficits and psychosocial problems: antecedent, concomitant, or consequent?. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 12(3), 336-353.

- SEGRIN, C., & DOMSCHKE, T. (2011). Social support, loneliness, recuperative processes, and their direct and indirect effects on health. *Health Communication, 26*(3), 221-232.
- SEGRIN, C., & FLORA, J. (2000). Poor social skills are a vulnerability factor in the development of psychosocial problems. *Human communication research, 26*(3), 489-514.
- SEGRIN, C., POWELL, H. L., GIVERTZ, M., & BRACKIN, A. (2003). Symptoms of depression, relational quality, and loneliness in dating relationships. *Personal Relationships, 10*(1), 25-36.
- SESTIR, M. A., & BARTHOLOW, B. D. (2010). Violent and nonviolent video games produce opposing effects on aggressive and prosocial outcomes. *Journal of Experimental Social Psychology, 46*(6), 934-942.
- SHI Q. (2008). Why some people are addicted to computer games – an analysis of psychological aspects of game players and games. *Department of Informatics, Copenhagen Business School, Working Paper.*
- SINGER, D. G., & SINGER, J. L. (2009). *Imagination and play in the electronic age.* Harvard University Press.
- SKINNER, B. F. (1969). *Contingencies of reinforcement: A theoretical analysis.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- SMALL, G. W., & VORGAN, G. (2008). *El cerebro digital: cómo las nuevas tecnologías están cambiando nuestra mente.* Ediciones Urano.
- SNEL, N., & PLANTINGA, S. (2012). *Week against loneliness (in Dutch).* Amsterdam: TNS Nipo/Coalitie Erbij.
- SOLAK, M. Ş. (2012). Ortaöğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Tutumları ile Saldırganlık ve Yalnızlık Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.*
- SON, J. S., KERSTETTER, D. L., YARNAL, C. M., & BAKER, B. L. (2007). Promoting older women's health and well-being through social leisure environments: What we have learned from the Red Hat Society®. *Journal of Women & Aging, 19*(3-4), 89-104.
- SOYLU, Y. (2016). 16-21 yaş arası elit düzeydeki takımların genç sporcularının duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesi Investigation of Emotional Intelligence Levels of Young Athletes in Elite Teams Aged 16-21, *Yüksek lisans tezi. Kırıkkale üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.*
- SPITZBERG, B. H., & CANARY, D. J. (1985). Loneliness and relationally competent communication. *Journal of Social and Personal Relationships, 2*(4), 387-402.
- SPITZBERG, B. H., & HURT, H. T. (1987). The relationship of interpersonal competence and skills to reported loneliness across time. *Journal of Social Behavior and Personality, 2*(2), 157-172.

- SUBRAHMANYAM, K., & GREENFIELD, P. M. (1998). Computer games for girls: What makes them play. *From Barbie to Mortal Kombat: gender and computer games*, 46-71.
- SUITS, B. (2014). *The Grasshopper-: Games, Life and Utopia*. Broadview Press.
- SUGAYA, N., SHIRASAKA, T., TAKAHASHI, K., & KANDA, H. (2019). Bio-psychosocial factors of children and adolescents with internet gaming disorder: a systematic review. *BioPsychoSocial medicine*, 13(1), 3.
- SULLIVAN, H. S. (2013). *The interpersonal theory of psychiatry*. Routledge.
- SULLIVAN KERBER, C. (2005). Problem and pathological gambling among college athletes. *Annals of Clinical Psychiatry*, 17(4), 243-247.
- ŞAHİN, M. (2007). Madde bağımlılığı konusunda türkiye’de yapılmış olan lisansüstü tezler üzerine bir değerlendirme. *Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara*.
- ŞAHİN, C., & TUĞRUL, V. M. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks*, 4(3), 115-130.
- TAN, D. (2000). *Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile denetim odaklarının aile destek düzeyleri ve öznlük nitelikleri açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi* (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- TARHAN, N. (2007). Çocuklar bilgisayar oyunlarından etkilenir mi. *Tefekkür Dergisi*, 19(1).
- TARHAN, N. NURMEDOV, S.(2011). Bağımlılık, Sanal veya Gerçek” Alkol ve Madde Bağımlılığı. İstanbul: Timaş Yayınları.
- TAŞ, İ., EKER, H., VE ANLI, G. (2014). Orta öğretim öğrencilerinin internet ve oyun bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 1(2), 37-57.
- TDK (2009). “Dijital”, Türk Dil Kurumu Büyük Türkçe Sözlük, <http://tdkterim.gov.tr/bts/?kategori=verilst&kelime=dijital&ayn=tam> (Erişim tarihi: 15.10.2019).
- TDK. (2019a). *Türk Dil Kurumu*. 10 01, 2019 tarihinde <http://tdk.gov.tr/>: <http://tdk.gov.tr/> adresinden alındı.
- TDK. (2019b). *Türk Dil Kurumu*. 11 9, 2019 tarihinde <https://sozluk.gov.tr/?kelime=> adresinden alındı.
- TDK, T. D. (2019c). *Türk Dil Kurumu Sözlükleri*. 10 22, 2019 tarihinde Türk Dil Kurumu: <https://sozluk.gov.tr/?kelime=ET%C4%B0MOLOJ%C4%B0> adresinden alındı
- TEJEIRO SALGUERO, R. A., & MORÁN, R. M. B. (2002). Measuring problem video game playing in adolescents. *Addiction*, 97(12), 1601-1606.

- TEKİN, Ç. (2012). *Cep telefonu problemlili kullanım (PU) ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması* (Master's thesis, İnönü Üniversitesi).
- TEKKAYA, E. (2001). Tasarlanmış çocuk hakları: Ankara çocuk oyun listeleri. *Milli Eğitim Dergisi*, 151 (s25).
- TERAKYE, G. (1989). Huzurevinde yaşayan yaşlıların benlik saygısının incelenmesi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 5(3), 15-24.
- TERLEMEZ, C. (2019). Dijital oyun bağımlılığı ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki. *Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul*.
- TERLECKI, M., BROWN, J., HARNER-STECIW, L., IRVIN-HANNUM, J., MARCHETTO-RYAN, N., RUHL, L., & WIGGINS, J. (2011). Sex differences and similarities in video game experience, preferences, and self-efficacy: Implications for the gaming industry. *Current Psychology*, 30(1), 22– 33. DOI: 10.1007/s12144-010-9095-5.
- THALEMANN, C. N., & THALEMANN, R. (2010). *Computerspielsucht. 2010): Orte der Wirklichkeit: über Gefahren in medialen Lebenswelten Jugendlicher*. Berlin: Springer, 121-136.
- TIKKAINEN, P., & HEIKKINEN, R. L. (2005). Associations between loneliness, depressive symptoms and perceived togetherness in older people. *Aging & Mental Health*, 9(6), 526-534.
- TILVIS, R. S., LAITALA, V., ROUTASALO, P. E., & PITKÄLÄ, K. H. (2011). Suffering from loneliness indicates significant mortality risk of older people. *Journal of aging research*, 2011.
- TURAL, H. (2005). İlköğretim matematik öğretiminde oyun ve etkinliklerle öğretimin erişimi ve tutuma etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- TUZUN, H., & BARAB, S. A. (2004). *Motivating learners in educational computer games* (Doctoral dissertation, Indiana University).
- TÜRKİYE İSTATİSTİK KURUMU (2018). Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması, 2018 <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27819> Erişim Tarihi: 16.10.2019.
- TÜRKİYE İSTATİSTİK KURUMU (2013). 06-15 yaş grubu çocuklarda bilişim teknolojileri kullanımı ve medya. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=15866> Erişim Tarihi: 16.10.2019.
- TÜZÜN, H. (2006). Bilgisayar oyunlarının yararları ve zararları. *Türkiye'de İnternet Konferansı'nda sunulan sözlü bildiri*, Ankara.
- ULUTAŞ, A. (2011). Okul Öncesi Dönemde Belli Başlı Oyunların Çocukların Psikomotor Gelişimine Etkisi. *Yüksek Lisans*.

- ÜNSAL, A. (2019). Okul öncesi dönem çocuklarının duygusal zekâsı ve dijital oyun bağımlılıklarının incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- VAHLO, J., KAAKINEN, J. K., HOLM, S. K., & KOPONEN, A. (2017). Digital game dynamics preferences and player types. *Journal of Computer-Mediated Communication, 22*(2), 88-103.
- VAN ROOIJ, A. J., SCHOENMAKERS, T. M., VERMULST, A. A., VAN DEN EIJNDEN, R. J., & VAN DE MHEEN, D. (2011). Online video game addiction: identification of addicted adolescent gamers. *addiction, 106*(1), 205-212.
- VAN TILBURG, T. G. (1988). Verkregen en gewenste ondersteuning in het licht van lonelinessservaringen [Received and desired support in the light of loneliness experiences]. *Amsterdam, the Nethernlands: Vrije Universiteit.*
- VIDYA, T. (2019). *The Vidya*. ekim 2019, 16 tarihinde <http://mrjoseph-hello.blogspot.com/2011/10/my-first-video-game-space-invaders.html> (fotoğraf adresinden alındı).
- VYGOTSKY, L., BRUNER, J., JOLLY, A., & SYLVA, K. (1933). Play and its role in the mental development of the child.
- VYGOTSKY, L. S. (2004). Imagination and creativity in childhood. *Journal of Russian & East European Psychology, 42*(1), 7-97.
- WACK, E., & TANTLEFF-DUNN, S. (2009). Relationships between electronic game play, obesity, and psychosocial functioning in young men. *CyberPsychology & Behavior, 12*(2), 241-244.
- WAN, C. S., & CHIOU, W. B. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming? An interview study in Taiwan. *CyberPsychology & Behavior, 9*(6), 762-766.
- WANG, C. W., CHAN, C. L., MAK, K. K., HO, S. Y., WONG, P. W., & HO, R. T. (2014). Prevalence and correlates of video and internet gaming addiction among Hong Kong adolescents: a pilot study. *The Scientific World Journal, 2014*.
- WANG, J. (2018). *Loneliness and mental health in a randomised controlled trial of a peer-provided self-management intervention for people leaving crisis resolution teams* (Doctoral dissertation, UCL (University College London)).
- WANG, L. C., & CHEN, M. P. (2010). The effects of game strategy and preference-matching on flow experience and programming performance in game-based learning. *Innovations in Education and Teaching International, 47*(1), 39-52.
- WEINSTEIN, A. M. (2010). Computer and video game addiction—a comparison between game users and non-game users. *The American journal of drug and alcohol abuse, 36*(5), 268-276.
- WEISS, R. S. (1973). Loneliness: The experience of emotional and social isolation.
- WEISS, R. S. (1974). The provisions of social relationships. *Doing unto others, 17-26*.

- WEISS, R. S. (1989). Reflections on the present state of loneliness research. In M. Hojat & R. Crandall (Eds.), *Loneliness: Theory, research, and applications*. Newbury Park, CA: Sage.
- WENZEL, H. G., BAKKEN, I. J., JOHANSSON, A., GÖTESTAM, K. G., & ØREN, A. (2009). Excessive computer game playing among Norwegian adults: self-reported consequences of playing and association with mental health problems. *Psychological reports*, 105(3_suppl), 1237-1247.
- WHEELER, L., & REIS, H. T. (1983). A. Nezlek, J., " Loneliness, Social Interaction and Sex Roles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 742-754.
- WHO. (2018a). Gaming disorder. Retrieved from <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f1448597234>
- WHO. (2018b). Gaming disorder, predominantly offline. ICD-11 Beta Draft (Foundation). Retrieved from <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f718071594>
- WHO. (2018c). Gaming disorder, predominantly online. Retrieved from <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f338347362>.
- WILSON, R. S., KRUEGER, K. R., ARNOLD, S. E., SCHNEIDER, J. A., KELLY, J. F., BARNES, L. L., ... & BENNETT, D. A. (2007). Loneliness and risk of Alzheimer disease. *Archives of general psychiatry*, 64(2), 234-240.
- WISEMAN, H., GUTTFREUND, D. G., & LURIE, I. (1995). Gender differences in loneliness and depression of university students seeking counselling. *British Journal of Guidance & Counselling*, 23(2), 231-243.
- YAKUT, S. (2016). *Öğretmenlerde yabancılaşma, yalnızlık ve dindarlık ilişkisi: Polatlı örneği* (Doctoral dissertation, Doktora Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi).
- YANG, S. C., & TUNG, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23(1), 79-96.
- YARNAL, C. M. (2006). The Red Hat Society®: Exploring the role of play, liminality, and communitas in older women's lives. *Journal of Women & Aging*, 18(3), 51-73.
- YARNAL, C. M., CHICK, G., & KERSTETTER, D. L. (2008). "I did not have time to play growing up... so this is my play time. It's the best thing I have ever done for myself": What is play to older women?. *Leisure Sciences*, 30(3), 235-252.
- YAVUZ, F. K. (2009). Duygusal şemalar ve Leahy duygusal şema ölçeği'nin türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirliği. *Uzmanlık Tezi, Ankara Dışkapı Yıldırım Beyazıt Eğitim ve Araştırma Hastanesi*, 2.
- YEE, N. (2006a). Motivations for play in online games. *CyberPsychology & behavior*, 9(6), 772-775.

- YEE, N. (2006b). The labor of fun: how video games blur the boundaries of work and play. *Games and Culture*, 1, 68-71. <https://doi.org/10.1177/1555412005281819>.
- YEN, J. Y., YEN, C. F., CHEN, C. C., CHEN, S. H., & KO, C. H. (2007). Family factors of internet addiction and substance use experience in Taiwanese adolescents. *CyberPsychology & Behavior*, 10(3), 323-329.
- YENGİN, D. (2010). Dijital oyunlarda şiddet kavramı: yeni şiddet. *Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul: Doktora Tezi*.
- YEŞİLAY (2018), Bağımlılık Nedir? Erişim Tarihi: 20.10.19 <https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/bagimlilik-nedir> adresinden alındı.
- YILMAZ, E., & CAGILTAY, K. (2005, June). History of Digital Games in Turkey. In *DiGRA Conference*.
- YILMAZ, E. & ÇAĞILTAY, K. (2007). *Elektronik Oyunlar ve Türkiye*. <http://simge.metu.edu.tr/conferences/TBD04-ElektronikOyunlar.pdf>. adresinden alınmıştır.
- YILMAZ, E., GRİFFİTHS, M. D., & KAN, A. (2017). Development and validation of videogame addiction scale for children (VASC). *International journal of mental health and addiction*, 15(4), 869-882.
- YILMAZ, M. F. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarını Açıklamaya Yönelik Model Sınaması: Utangaçlık, Benlik Saygısı, Yalnızlık Ve Algılanan Sosyal Desteğin Etkileri .*Doktora Tezi* . Eskişehir.
- YİĞİT, E. (2017). Çocukların dijital oyun bağımlılığında ailelerin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van*.
- YOON, M. S., KIM, N. H., & PARK, W. K. (2014). The effects of game, leisure, family factors on the internet game addiction in middle school students. *Korean journal of youth studies*, 21(4), 309-337.
- YOUNG, J. E. (1982). Loneliness, depression and cognitive therapy: Theory and application. *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*, 379-406.
- YOUNG, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, 37(5), 355-372.
- YOUNG K. (2010). Understanding Gaming Addiction. *Center for Internet Addiction Recovery*, pp 1–30, Bradford, PA .
- YOUNG K. (2011). Clinical assessment of internet-addicted clients. In: Young KS, de Abreu CN, editors. *Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment*. Hoboken, NJ: John Wiley and Sons. p. 19–34.
- YOUNG, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American behavioral scientist*, 48(4), 402-415.

- YÖNET, E. (2018). Lise öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim, dijital oyun bağımlılığı ve yaşam kalitesi düzeylerinin araştırılması. *Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.*
- YÖNET, E. ÇALIK, F. (2018). Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Araştırılması, *1. Uluslararası Multidisipliner Dijital Bağımlılık Kongresi 1st International Multidisciplinary Digital Addiction Congress Uluslararası Tam metin bildiri.*
- ZHONG, B. L., CHEN, S. L., & CONWELL, Y. (2016). Effects of transient versus chronic loneliness on cognitive function in older adults: Findings from the Chinese Longitudinal Healthy Longevity Survey. *The American Journal of Geriatric Psychiatry, 24*(5), 389-398.
- ZHU, J., ZHANG, W., YU, C., & BAO, Z. (2015). Early adolescent Internet game addiction in context: How parents, school, and peers impact youth. *Computers in Human Behavior, 50*, 159-168.
- ZIMMER-GEMBECK, M. J., TREVASKIS, S., NESDALE, D., & DOWNEY, G. A. (2014). Relational victimization, loneliness and depressive symptoms: Indirect associations via self and peer reports of rejection sensitivity. *Journal of youth and adolescence, 43*(4), 568-582.

EKLER:

Ek 1:Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyetinizi Yazınız Kaçınıcı Sınıfa Gidiyorsunuz? Yaşınızı Yazınız

Anne ve babanız birlikte yaşıyor mu? Evet () Hayır ()

Gün De Ortalama Kaç Saat Dijital Oyun Oynuyorsunuz?

Ne Sıklıkla Anne ve Babanızla Vakit Geçirirsiniz? Hiçbir zaman () Bazen () Sık Sık () Her Zaman ()

Babanızın Eğitim Düzeyini Yazınız Annenizin Eğitim Düzeyini Yazınız

Evinizde Bilgisayarınız Var Mı? Evet () Hayır () Kaç Kardeşiniz Yazınız

Cep Telefonunda En Çok Oynadığınız 3 Oyunu Yazınız.

1) 2) 3)

Bilgisayarda En Çok Oynadığınız 3 Oyunu Yazınız.

1) 2) 3)

En Çok Günün Hangi Bölümünde Dijital Oyun Oynamayı Seviyorsunuz? Gündüz () Gece ()

Ek 2: Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Ölçeği (SELSA)

SELSA-S Lütfen kısa bir süre için kendi yaşamınızdaki partnerinizle, ailenizle ve arkadaşlarınızla olan son bir yıllık ilişkinizi gözden geçirin. Size uygun cevabı işaretleyiniz. Teşekkürler...	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamıyla katılıyorum
1- Kesinlikle katılmıyorum							
2- Katılmıyorum							
3- Biraz Katılmıyorum							
4-Kararsızım							
5- Biraz Katılıyorum							
6-Katılıyorum							
7- Kesinlikle katılıyorum							
1. Son bir yıl içerisinde ailemle birlikteken kendimi yalnız hissettim.	1	2	3	4	5	6	7
2. Son bir yıl içerisinde arkadaş grubuma ait biri olduğumu hissettim	1	2	3	4	5	6	7
3. Son bir yıl içerisinde benim için özel olan duygu ve düşüncelerimi paylaşabileceğim özel (romantik) bir arkadaşım/partnerim oldu.	1	2	3	4	5	6	7
4. Son bir yıl içerisinde ailemden destek ve cesaret alabileceğim kimse olmadı ama keşke olsaydı.	1	2	3	4	5	6	7
5. Son bir yıl içerisinde benim düşünce biçimimi ve niyetimi anlayan arkadaş/arkadaşlara sahip oldum.	1	2	3	4	5	6	7
6. Son bir yıl içerisinde ihtiyacım olan desteği ve cesareti bana veren romantik bir arkadaşım ya da eşim oldu.	1	2	3	4	5	6	7
7. Son bir yıl içerisinde benim görüşlerimi paylaşan bir arkadaşım /arkadaşlarım olmadı ama olmasını istedim.	1	2	3	4	5	6	7
8. Son bir yıl içerisinde kendimi aileme yakın hissettim.	1	2	3	4	5	6	7
9. Son bir yıl içerisinde yardıma ihtiyacım olduğunda güven duyabileceğim arkadaşım/arkadaşlarım oldu.	1	2	3	4	5	6	7
10. Son bir yıl içerisinde keşke beni daha fazla tatmin edecek özel (romantik) bir ilişkiye sahip olsaydım.	1	2	3	4	5	6	7
11. Son bir yılda kendimi ailemin bir parçası olarak hissettim.	1	2	3	4	5	6	7
12. Son bir yıl içerisinde ailem beni gerçekten önemsendi.	1	2	3	4	5	6	7
13. Son bir yıl içerisinde beni anlayan arkadaşım/arkadaşlarım olmadı ama olmasını istedim.	1	2	3	4	5	6	7
14. Son bir yıl içerisinde mutluluğuna katkıda bulunduğum özel (romantik) bir ilişkim oldu.	1	2	3	4	5	6	7
15. Son bir yıl içerisinde yakın bir duygusal ilişkiye olan ihtiyacım karşılanmadı.	1	2	3	4	5	6	7

Ek 3: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Kısa Formu (DOBÖ)

DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki soruları son 6 ay içinde hangi sıklıkla yaşadığınızı işaretleyiniz.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık Sık	Her Zaman
1. Bir bilgisayar oyununu tüm gün boyunca oynamayı düşündün mü?					
2. Oyun için harcadığın zamanı giderek arttırdın mı?					
3. Günlük yaşamdan uzaklaşmak için oyun oynadığın oldu mu?					
4. Yakınındaki kişiler (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) oyun süreni azaltmada başarısız oldu mu?					
5. Oyun oynamadığın zaman kendini kötü hissettin mi?					
6. Oyunda harcadığın zaman konusunda yakınındaki kişiler ile (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) kavga ettin mi?					
7. Oyun oynamak için diğer önemli faaliyetleri (okul, iş, spor gibi) ihmal ettin mi?					

ÖZGEÇMİŞ

Kimlik Bilgileri

Adı Soyadı : Mehmet Ali KILIÇ
Doğum Yeri : Osmaniye
Doğum Tarihi :03.07.1988
Medeni Hali : Evli- 1 Çocuk
E-Mail :mehmetalikilic080@gmail.com

Eğitim

Ortaöğretim : Osmaniye Lisesi, 2003-2006
Lisans : Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu,
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, 2009-2013
Yüksek Lisans : Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden
Eğitimi ve Spor ABD, 2017-Halen

İş Denevimi

1. Millî Eğitim Bakanlığı, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni, Gaziantep, Nurdağı,
Dr. Salman Gülsoy Ortaokulu, 2013-Halen
2. Osmaniye Akdeniz SK, Futbol Antrenörlüğü (Grassroots C), 2018- Halen

Mesleki İlgi Alanları: Futbol, Hentbol, Yüzme