

ERGENLERDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ BAZI SOSYO DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Arzu KAYA
İstanbul Aydın Üniversitesi, Türkiye
arzukaya@stu.aydin.edu.tr
0000-0001-8001-7723

<i>Atf</i>	Kaya, A. (2022). Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığının Bazı Sosyo Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi, Yeni Medya Elektronik Dergisi, 6 (1), 1-11
------------	---

ÖZ

Bu çalışmanın amacı; ergenlerde dijital oyun bağımlılığını araştırmaktır. Araştırmada İstanbul ili Gaziosmanpaşa İlçesindeki bir özel okulun orta ve lise kademesindeki öğrencileri arasından seçilen 500 kişiye anket uygulanarak veriler toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Hazar ve Hazar (2017) tarafından geliştirilen dijital oyun bağımlılığı ölçeği kullanılmıştır. Veriler SPSS 22 programına girilerek değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda erkek öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının kızlara göre daha fazla olduğu, kendine ait bilgisayarı ve cep telefonunu olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığının olmayanlardan daha yüksek olduğu, haftada 5 gün ve üzerinde dijital oyun oynayan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu, günde 9 saat ve üzerinde dijital oyun oynayan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Dijital, Oyun, Bağımlılık, Öğrenci, İnternet

INVESTIGATION OF DIGITAL GAME ADDICTION IN ADOLESCENTS ACCORDING TO SOME SOCIO-DEMOGRAPHIC VARIABLES

ABSTRACT

This construction purpose; to investigate digital game addiction in adolescents. In the research, a private school in Gaziosmanpaşa District of Istanbul province was collected by applying a questionnaire according to 500 people in the middle and high school grade presentation. The digital game addiction scale used by Hazar and Hazar (2017) was used as a data collection tool in the study. It was evaluated by entering the SPSS 22 program. The study found that digital game addiction was higher in some male students than girls, higher than digital game addicts with their own computer and mobile phone, digital game addiction was higher in students who played digital games for about 5 days and more than others, digital games for 9 hours or more a day. More results have been reached than digital game addiction in those who play.

Keywords: Digital, Game, Addiction, Student, Internet

DİJİTAL OYUN KAVRAMI

Oyun insanlık tarihi kadar eskidir. Oyunlar tarihsel manada çok eskiden beri oynanmaktadır (Kumar ve Herger, 2014: 21-26). İnsanoğlu çevresinde görüp duyduklarını taklit etme yoluyla, oyun formu meydana gelmiştir (Sormaz ve Yüksel, 2012: 985-1008). Görüldüğü üzere oyun tarihi çok eskilere dayanan bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Teknolojinin gelişmesi, internetin icadı ve yaygınlaşması ile oyunlar dijital ortamlarda oynanmaya başlanmıştır. Dijital oyunlar; video oyunları ve bilgisayar oyunları genellikle birbirinin yerine kullanılabilir kavramlar olarak karşımıza çıkmaktadırlar (Kirriemuir, 2002). Bu kavramlara dijital oyunlar ve konsol oyunları gibi türler de eklenerek bu topluluk çeşitlendirilebilir. Dijital oyunlar bilgisayar, cep telefonu ve oyun konsolları gibi çeşitli teknolojik cihaz ve donanımlarla oynanabilen oyunlardır. Grafiklerin gelişmesi ile birlikte oyunların cep telefonlarına indirilebilir hale gelmesi hem oyun sektörünü canlandırmış hem de mobil oyunlar kategorisini doğurmuştur. Böylece ilk çağlarda en ilkel haliyle karşımıza çıkan oyun, dijitalleşme ile birlikte cebimize kadar girerek her yerde oynanabilen bir forma bürünmüştür.

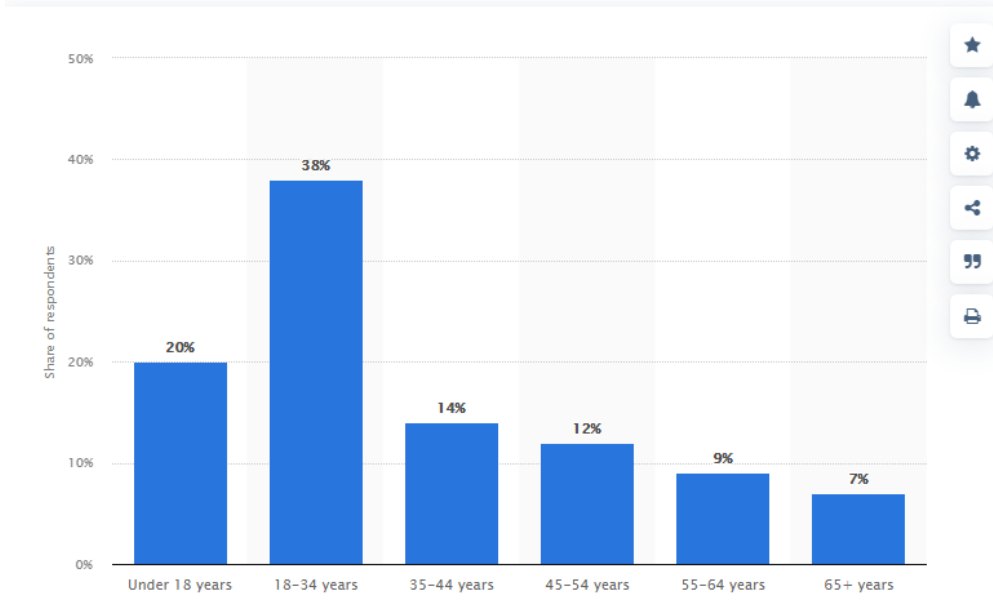
Teknoloji çağının gelişimiyle dijital oyunlar çocuklar ve gençler arasında yaygınlaşmıştır (Horzum vd., 2008). Dijital oyunlar bilgisayar bileşenlerini kullanarak yazılımlar vasıtasıyla oynanan belli kuralları ve senaryosu olan görsel oyunlardır (Kaya, 2013: 22). Dijital çağ ile birlikte oyunlar da dijitale evrilmiştir.

Teknolojideki gelişmelerle playstation gibi ekranlara oyun konsollarının bağlanmasıyla oynanan dijital oyunlar da bulunmaktadır. Bilgisayarların yaygınlaşmasıyla dijital dünyaya giren gençler dijital oyunlara ilgi duymaktadır (Kukul, 2013: 11). Bilgisayar kullanma oranlarının yükselmesi ve işletim sistemlerinin kullanımının da kolaylaşması dijital oyun kullanımını artırmıştır.

Dijital oyunlar bilgisayarlarda, oyun konsollarında, tabletlerde vb. araçlar vasıtasıyla değişik türlerde oynanabilen oyunlardır (Kirriemuir, 2002: 63). Değişen ve gelişen oyun zihniyetinin bir sonucu olarak dijital oyunlar da sürekli gelişmektedir. Farklı ortamlarda internette, oyun konsollarında oyunlar oynanabilmektedir. Dijital oyunlar sürekli gelişmektedir. Oyunların gerçekçiliğinde, görselliğinde, etkileşiminde sürekli ilerlemeler görülmektedir. Oyun üreticileri farklı senaryolar üzerine gerçekçi görüntülerle stratejik oyunlar tasarlamaktadır. Eğitici, spor faaliyetlerini içeren oyunlar olduğu gibi çocukları şiddete özendirilen savaş oyunları da vardır (Torun vd., 2015: 28). Oyunların gerçekçi ve sürükleyici senaryoları, sanki bir sinema izlermişçesine gerçekçi ve üç boyutlu görüntüler, ergenleri dijital oyun oynamaya çekmektedir.

Günümüzde toplumların yaygın paylaşım, aktarım ve iletim kanallarını kitle iletişim araçları oluşturmakta, kitle iletişim aracı olan bilgisayarda oynanan oyunlar da önemli bir medya aracı olarak kabul edilmektedir. Bu oyunlar, başta genç nesil olmak üzere her yaşta bireyin boş zamanlarını değerlendirildiği, stresini attığı ve eğlenmek için katıldığı bir aktivite olarak görülebilmektedir (Vatansever, 2021: 372). İnsanlar dinlenmek, farklı bir uğraş edinmek, boş zamanlarını değerlendirmek, eğlenmek gibi nedenlerle dijital oyunlar oynamaktadır (Griffiths ve Hunt, 1995: 189-193). Oyun oynamanın amacı yaşa göre değişebilmektedir. Örneğin, genç nesil boş zamanlarını değerlendirmek amacıyla oynarken, yaşlı bireyler kendilerini aynı yaşta bir grubun içinde dahil hissedebilmek için oyun oynayabilmektedir. Bu nedenle oyunun oynamak sadece belli bir yaş grubuna özgü olarak görülmemektedir.

Dijital oyunlar ergenler kadar ve büyüklerin de serbest geçirmek için oynadıkları bir araç haline gelmiştir. Dijital oyunlar her yaşta bireyin ilgisini çekmiş ve bilgisayar sistemleri aracılığıyla oyun oynayan kitlelerin yaş aralığı son yıllarda genişlemiştir.



Grafik 1. Yaş Aralığına Göre Oyun Oynama Yüzdeleri

Kaynak: (URL-2)

Yukarıda, dünya çapında bir analiz sitesi olan Satista.com'dan alınan grafikte 2021 yılında yaşa göre oyun oynama yüzdeleri verilmiştir. Bu yüzelere bakıldığında 18 yaş altı oyuncuların oyun oynama yüzdesi tüm yaş grubundan oyuncuların %20'sini, 18-34 yaş arası oyuncular %38'ini, 35-44 yaş arası oyuncular %14'ünü, 45-54 yaş arası oyuncular %12'sini, 55-64 yaş arası oyuncular %9'unu ve 65 yaş üstü oyuncular ise %7'sini oluşturmaktadır.

Grafiğe bakıldığında, oyunun sadece çocuklar ya da sadece yetişkinler tarafından oynanmadığı, çocukluktan yaşlılığa kadar birçok yaş evresinde kendine yer edindiği görülmektedir. Buna ek olarak, ortalama yaş yelpazesinde 35 yaş aralığına kadar oynanan oyun yüzdesi %58 iken, 35 yaş üstünde %42 olduğu görülmektedir. Buna göre oyun, her yaştan bireyin oynayabileceği bir olgu cümlesi yanlış olmamaktadır.

DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ TANIMI

Bağımlılık çok yönlü bir kavramdır. Bağımlılıkla alakalı çok sayıda tanım bulunmaktadır. Bu tanımlarda ortak nokta bağımlılık bir ilişki çeşidi şeklinde kendini göstermesidir. Bağımlılık genel ifadeyle bir nesne ile oluşturulan ilişki akabinde görülen bir durum şeklinde değerlendirilmektedir. Birbirleriyle ilişkisi olan davranışlar neticesinde ortaya çıkmaktadır (Young 1999: 17). Bağımlılık kompleks bir konudur.

Dijital oyunların çocuklarda sürekli kazanma ya da birinci olma isteği uyandırması ve sosyal yaşamın içinde böyle bir algının olmaması, sosyal yaşamdan uzaklaşılmasına neden olmakta ve sosyal ilişkileri zedelemektedir.

Cep telefonu, sosyal medya, internet vb. gibi dijital medya araçları, özellikle günümüz itibariyle tamamen yaşamın dışında bırakılabilecek nitelikte değildir. Ancak bu durum, dijital medya araçları kullanımının doğru yönetilemediği durumlarda dijital bağımlılığa neden olmakta ve insanlar bu dijital medya araçlarını kullanma ile dijital bağımlı olmama arasında nasıl denge kurabileceklerini bilemediklerinden sorunlara neden olabilmektedir (Hazar ve Hazar, 2017: 204). Ergenler dijital oyunların cazibesine kendilerini kaptırmakta ve oyun oynama süresini dengelemede genellikle sıkıntı yaşamaktadırlar.

DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI BELİRTİLERİ

Dijital oyun bağımlılığı, tıpkı diğer bağımlılık şekillerinde olduğu gibi süreç içinde gelişim göstermektedir. Bağımlılık olgusunun genel olarak süreç içerisinde görülen belirtileri Bass tarafından göze çarpma/barizlik, duygu durum değişimleri, tolerans, yoksunluk belirtileri, çatışma, relaps zinciri şeklinde açıklanmıştır (Griffiths ve Davies, 2004: 87). Ergenlerde bu belirtiler kişiye göre farklılaşabilmektedir.

Bass tarafından 2015'te yapılan çalışmanın yanı sıra Young da bireyin oyun bağımlısı olduğunu gösteren belirtileri sınıflandırmıştır. Bu belirtiler; bağımlılıkla ilgili uyarı işaretlerinin bilinmesi, oyunla ilgili endişelerin varlığının gözlemlenmesi, oyun kullanımını saklama ya da yalan söyleme davranışının sergilenmesi, oyun dışındaki diğer faaliyetlere ilginin kaybolduğunun gözlemlenmesi, sosyal açıdan içe kapanma davranışının sergilenmesi, savunuculuk ve öfkelenme gibi davranışların, psikolojik geri çekilme davranışının sergilenmesi, olumsuz etkilerine rağmen oyun oynamaya devam etme şeklindedir (Young 1999: 360). Dijital oyun bağımlılığıyla ilgili ailelerin tedbirli olması gereklidir.

İNTERNET VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ ETKİLERİ

İnternet kullanımının yaygınlaşmasıyla internet üzerinden oynanan oyunların kullanımı da artmaktadır (Arıcak vd., 2018: 1). İnternet üzerinden oyun oynamanın adolesanların gelişimi üzerine pek çok olumlu etkisi olurken, “aşırı-kompulsif-patalojik” şekilde oyun oynamaya bağlı olarak olumsuz etkileri de görülmektedir. Aşırı oyun oynamaya bağlı olarak “patalojik oyun oynama davranışları”, “oyunların aşırı kullanımı”, “problemlili oyun oynama davranışları”, “obsesif ve kompulsif oyun oynama” ve “dijital oyun bağımlılığı” gibi tanımlar ortaya çıkmaktadır (Irmak ve Erdoğan vd., 2016: 128-137). Lemmens vd. (2009: 77-95)'nin yılında yaptığı çalışmada *dijital oyun bağımlılığı* “sosyal ve/veya duygusal problemlere rağmen bireyin bilgisayar ya da video oyunlarını aşırı ve kompulsif düzeyde kullanması ve bireyin bu aşırı kullanımı kontrol edememesi” olarak tanımlamıştır. *Dijital oyun bağımlılığı* özellikle çocuklarda ve adolesanlarda yetişkinlere göre daha fazla görülmektedir.

“Amerikan Psikiyatri Birliği” (APA) tarafından 2013 yılında yayınlanıp geliştirilen DSM-V' in ekinde *dijital oyun bağımlılığından* “internette oyun oynama bozuklukları” olarak tanımlanabileceğinden bahsedilmiştir. İnternette oyun oynama bozukluklarının, zihinsel ve davranışsal bozuklukların sınıflandırılmasında tanı kriterlerine dahil edilmesi önerilmiştir. DSÖ'nün hastalık sınıflandırmalarını kararlaştırdığı ICD-11 toplantısında “online oyun bağımlılığı” resmen hastalık olarak tanımlanmıştır. DSM-V'te *internette oyun oynama bozukluğu*, “önem atfetme, tolerans, yoksunluk belirtileri, devamlılık, yalana başvurma, bilincinde olmasına karşın uzun süre kullanmayı sürdürme, kaçma” şeklinde kriterler oluşmaktadır. Beş ve daha fazla kriterin son bir yıl içinde gözlenmesi halinde “internette oyun oynama bozukluğu” tanısı alınmaktadır (Savcı ve Aysan, 2017: 204). Adolesanların dijital oyun bağımlılığı prevelansı ile ilgili yapılan çalışmalarda bağımlılık oranı 2014'te %28,8'e yükseldiği tespit edilmiştir. (Irmak ve Erdoğan vd., 2016: 128-137). *İnternet bağımlılığı* düzeyi arttıkça dijital oyun bağımlılığı düzeyi de artmaktadır (Aktaş, 2018: 16). Dijital oyun bağımlılığının her geçen yıl arttığı görülmektedir.

Gentile (2009) çalışmalarında bilgisayar oyunları oynayan 8 ila 18 yaşlarındaki gençlerin yüzde 8,5'inin kolektif bağımlılığı gösterdiğini ortaya koydu. Video oyunları kumar oynamaya benzer, ancak kumarla tam olarak aynı değildir, Gentile video bağımlılığının okuldaki dikkat ve şiddete yol açtığını tespit etmiştir. Ayrıca, kötü duygulardan uzaklaşmak, oyun planlamak veya oyun oynamak hakkında daha fazla zaman harcamak, video oyunları oynamak için ev ödevlerini yapmamak ve oyun oynamaktan dolayı düşük notlar almak gibi sorunların olduğu durumlar da vardır. Erkeklerin bilgisayar oyunlarını kızlardan daha uzun ve daha uzun süre oynadığı bulunmuştur. Günüş (2009: 229-231) tarafından yapılan çalışmada, bazı demografik değişkenlerle ilgili tanımlayıcı istatistiklerin yanı sıra bu değişkenler ile internet bağımlılık durumu arasındaki ilişki araştırılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; yaş, cinsiyet, sınıf, yaş, babanın mesleği, sigara içme durumu, aile geliri, internet kullanımı en sık, internetin yıllık ve günlük kullanım miktarları genç erkek ve üniversite düzeyindeki eğitim göstergeleri ile ilişkili veya risklidir. Depresyon, uyku ve diğer psikolojik bozuklukların bireylerin bağımlılık puanlarını artırdığı bulunmuştur.

Çocukluktan yetişkinliğe geçiş döneminde gençler bir dizi sağlık riskiyle karşılaşmaktadır. Genellikle tütün, alkol bağımlılığı gibi riskler ön planda olmakla birlikte internet kullanımına bağlı internet ve dijital oyun bağımlılığı riski de görülebilmektedir. İnternet ve dijital oyun bağımlılığının sağlık üzerinde olumlu ve olumsuz etkileri mevcuttur (URL-1). İnternet, çocukların ve adolesanların hem fiziksel hem bilişsel hem de sosyal yeteneklerinin gelişimine katkı sağlayabilecek kuvvetli bir araç olarak düşünülmektedir. İnternet adolesanların bilgiye kolay bir şekilde ulaşmasının, kritik düşünmesinin, yaratıcılık yeteneklerinin ve problem çözme gibi becerilerinin gelişimine yardımcı olan bir iletişim aracıdır (Kaplan, 2016: 55). Bu bilgiler ışığında bireylerin interneti bilişsel, sosyal ve fizyolojik becerilerini destekleyecek yönde kullanmaları ve internetin pozitif ve negatif etkilerini bilerek hareket etmeleri gerekmektedir

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Günümüzde dijital oyun bağımlılığı giderek yaygınlaşmaktadır. İnsanlar cep telefonu, tablet gibi dijital cihazlar başında uzun süre vakit geçirmekte ve etkileyici ve sürükleyici oyunlar oynamaktadır. Bu oyunlar belli bir zaman sonra insanlarda bağımlılık yapmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı insanların sosyal hayattan veya günlük rutin işlerinden uzaklaşmasına varan sorunlara neden olmaktadır. Kişinin sosyal hayatı ve ruh sağlığı zarar görmektedir.

Bu araştırmanın amacı ergenlerde dijital oyun bağımlılığını araştırmaktır. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar ergenlerde dijital oyun bağımlılığının düzeyini görmek açısından önem taşımaktadır. Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar ergenlerde dijital oyun bağımlılığının önlenmesine yönelik çalışmalara ışık tutacaktır.

Evren Örneklem

Araştırmada İstanbul ili Gaziosmanpaşa İlçesindeki bir özel okulun orta ve lise kademesindeki öğrencileri arasından seçilen 500 kişiye anket uygulanarak veriler toplanmıştır.

Verilerin Toplanması:

Araştırmadaki veriler bizzat araştırmacı tarafından okullarda dijital bağımlılık ölçeğinin uygulanmasıyla toplanmıştır.

Bu çalışmada Hazar ve Hazar (2017) tarafından geliştirilen “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır

Verilerin Analizi:

Tezin uygulama kısmında betimsel araştırma yöntem kullanılarak anket uygulanması sonucunda elde edilen veriler SPSS 22 programına girilerek kodlanacaktır.

Çalışmadaki kişiler bilgi verilerinin tanımlayıcı istatistikleri çıkarılacaktır. Ölçek boyutlarının cronbach alpha değerleri hesaplanacaktır. Ölçeğin normallik sınaması için çarpıklık ve basıklık değerlerine göre normallik dağılımına bakılacaktır. Ölçek alt boyutlarının kişisel bilgilerdeki değişkenlere göre farklılaşmasını test etmek için hipotez testlerinden yararlanılacaktır. Ölçek verilerinin normal dağılım gösterip göstermeme durumuna göre parametrik veya non-parametrik testler kullanılacaktır. Ölçek boyutları arasındaki ilişkiyi incelemek için korelasyon testi yapılacaktır.

BULGULAR

Tablo 1. Dijital Oyun Bağımlılığı – Cinsiyet-Bağımsız örneklem T Testi

Cinsiyet		N	Mean	Std. Deviation	t	p
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	Kadın	208	19,2837	8,72230	-5,375	,000
	Erkek	292	23,4692	8,48097		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer	Kadın	208	21,9423	8,31950	-6,843	,000
	Erkek	292	26,9007	7,49206		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelemesi	Kadın	208	15,9567	7,21800	-2,773	,006
	Erkek	292	17,7226	6,72548		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	Kadın	208	10,3125	4,29734	-3,290	,001
	Erkek	292	11,5890	4,26070		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	Kadın	208	67,4952	27,39600	-5,142	,000
	Erkek	292	79,6815	25,17658		

Dijital oyun bağımlılığının cinsiyete göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ($p < 0,05$). Erkeklerin Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelemesi, Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma, Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel) boyutları puan ortalaması kadınlardan daha yüksektir. Erkek öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının kızlara göre daha fazla olduğu söylenebilir.

Tablo 2. Dijital Oyun Bağımlılığı –Yaş-Anova Testi

		N	Std.		F	P
			Mean	Deviation		
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	9-10	29	32,6207	3,57984	30,581	,000
	11-12	47	21,3830	8,61130		
	13-14	168	18,2619	8,37321		
	15-16	118	25,7881	7,60100		
	17-18	138	20,3043	8,05058		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	9-10	29	30,9310	4,11384	17,888	,000
	11-12	47	24,3617	7,94663		
	13-14	168	21,9821	8,11923		
	15-16	118	28,6186	7,59433		
	17-18	138	23,9638	7,76612		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	9-10	29	26,0345	2,09562	31,684	,000
	11-12	47	18,3617	7,03848		
	13-14	168	13,9226	6,60883		
	15-16	118	19,6102	6,17969		
	17-18	138	16,1087	6,16286		
	Total	500	16,9880	6,98207		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	9-10	29	14,9310	1,96271	20,878	,000
	11-12	47	12,0426	4,96929		
	13-14	168	9,4405	4,31222		
	15-16	118	12,8051	3,81015		
	17-18	138	10,3841	3,73643		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	9-10	29	104,5172	10,11230	28,001	,000
	11-12	47	76,1489	27,74729		
	13-14	168	63,6071	25,82855		
	15-16	118	86,8220	23,05164		
	17-18	138	70,7609	24,15961		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının yaşa göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ($p < 0,05$). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p < 0,05$). 9-10 yaş grubundakilerin dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. 9-10 yaş grubu öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğer yaş gruplarına göre daha fazla olduğu söylenebilir.

Tablo 3. Dijital Oyun Bağımlılığı – Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı? - Bağımsız örneklem T Testi

Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı?		N	Mean	Std. Deviation	T	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	hayır	107	17,2056	7,68328	-6,666	,000
	evet	393	22,9593	8,71390		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	hayır	107	20,7944	7,11594	-6,419	,000
	evet	393	25,9389	8,15265		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	hayır	107	14,1869	7,21650	-4,594	,000
	evet	393	17,7506	6,72673		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	hayır	107	9,4486	4,34206	-4,429	,000
	evet	393	11,4962	4,21133		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	hayır	107	61,6355	24,65819	-6,053	,000
	evet	393	78,1450	26,26789		

Dijital oyun bağımlılığının “Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı?” değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Kendine ait bilgisayarı olan öğrencilerin Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma, Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer, Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi, Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma, Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel) boyutları puan ortalaması olmayanlardan daha yüksektir. Kendine ait bilgisayarı olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığının olmayanlardan daha yüksek olduğu yorumu yapılabilir.

Tablo 4. Dijital Oyun Bağımlılığı – Günde kaç saat dijital oyun oynarsınız? - Anova Testi

		N	Mean	Std. Deviation	F	P
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	1-3 saat	207	14,6763	6,94825	157,531	,000
	3-6 saat	120	24,1417	6,21505		
	6-9 saat	125	27,7440	5,91595		
	9 saat ve üstü	48	28,8333	4,59108		
	Total	500	21,7280	8,81870		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	1-3 saat	207	18,0870	7,29824	163,939	,000
	3-6 saat	120	27,8167	4,80368		
	6-9 saat	125	30,1040	4,12393		
	9 saat ve üstü	48	30,7083	4,76672		
	Total	500	24,8380	8,21161		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertenilmesi	1-3 saat	207	11,6039	5,81408	132,522	,000
	3-6 saat	120	19,3583	5,41364		
	6-9 saat	125	22,3920	4,21575		
	9 saat ve üstü	48	24,2083	4,24744		
	Total	500	16,9880	6,98207		
Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	1-3 saat	207	7,6812	3,00239	140,668	,000
	3-6 saat	120	12,3417	3,82274		
	6-9 saat	125	14,1440	2,93671		
	9 saat ve üstü	48	14,3750	2,77239		
	Total	500	11,0580	4,31786		
Dijital Oyun Bağımlılığı (Genel)	1-3 saat	207	52,0483	21,21361	186,786	,000
	3-6 saat	120	83,6583	18,53386		
	6-9 saat	125	93,1840	14,53882		
	9 saat ve üstü	48	96,1250	13,23700		
	Total	500	74,6120	26,77954		

Dijital oyun bağımlılığının günde kaç saat dijital oyun oynandığı değişkenine göre farklılaşma durumunu araştırmak için yapılan Anova testi sonucunda tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Post hoc çoklu karşılaştırma testleri ile değişkenler arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Günde 9 saat ve üzerinde dijital oyun oynayanların dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Günde 9 saat ve üzerinde dijital oyun oynayan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu söylenebilir. Öğrencilerde günlük dijital oyun oynama süresi arttıkça dijital oyun bağımlılığı da artmaktadır.

SONUÇ

İnsanlar dijital oyunları dinlenmek, boş vakitlerini değerlendirmek, eğlenmek gibi sebeplerle oynamaktadır. Çocukluk döneminden ergenliğe geçişle birlikte internet kullanımının artmasıyla internet ve dijital oyun bağımlılığı riski de artmaktadır. İnternet ve dijital oyun bağımlılığı ergenler üzerinde olumlu ve olumsuz etkilere sebep olmaktadır.

İnternet çocuk ve ergenlerin fiziki, sosyal ve bilişsel gelişimine katkı sağlayabilmektedir. İnternet sayesinde ergenler bilgiye daha kolay erişebilmekte, yaratıcılıkları, araştırma ve problem çözme yetenekleri gelişmektedir. İnternet üzerinden oynana çevrimiçi oyunlar ergenlerin farklı insanlarla tanışmasına ve sosyalleşmesine imkân sağlamaktadır. Dijital oyun gruplarının etkinliklerine katılarak sosyal becerileri artmaktadır.

Dijital oyunların ergenler üzerinde olumlu etkilerinin yanında bazı olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Ergenlik sürecinde dijital oyun bağımlısı olarak bilgisayar başında uzun zaman geçiren kişilerde fitik, boyun düzleşmesi, kollarda sinir sıkışması de quarvein sendromu, duruş bozuklukları, bel ve sırt ağrısı gibi bedensel sorunlar gelişebilmektedir. İnternet ve dijital oyunlarda fazla zaman harcanmasıyla ergenlerde uyku problemleri olabilmektedir. Uykusuzluğun sebep olduğu bitkinlik, bağımsızlığı azaltarak hastalıkların bulaşmasını kolaylaştırmaktadır. Dijital oyun oynarken aşırı yemek yeme alışkanlığı ve obezite gelişebilmektedir. Obezite çağımızın en önemli sorunlarından biridir. Çocukluk ve gençlikte gelişen obezitenin tedavisi daha güç olmaktadır. Bazı ergenler ise dijital oyun oynamaya aşırı kendilerini kaptırdıklarından yemek yemeyi ertelemekte ve bünyeleri zayıflamaktadır. Ayrıca ekran başında geçirilen uzun süreler göz problemlerine de neden olmaktadır. Gözlerde yorulma, göz kuruluğu ve görme kaybı bu problemlerden bazılarıdır

Dijital oyun bağımlılığı ile günde kaç saat dijital oyun oynandığı değişkeni tüm boyutlar için anlamlı farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Günde 9 saat ve üzerinde dijital oyun oynayanların dijital oyun oynamaya yönelik aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresinde tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi, yoksunluğun psikolojik fizyolojik yansıması ve oyuna dalma, dijital oyun bağımlılığı (genel) boyutları puan ortalaması diğerlerinden daha yüksektir. Günde 9 saat ve üzerinde dijital oyun oynayan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının diğerlerinden daha fazla olduğu söylenebilir. Öğrencilerde günlük dijital oyun oynama süresi arttıkça dijital oyun bağımlılığı da artmaktadır.

Bu araştırma doğrultusunda aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

- Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı konusunda aileleri bilinçlendirmek için kamu spotları yayınlanmalıdır.
- Okullarda çocuklarda dijital oyun bağımlılığının zararları ile ilgili çocuklara ve ailelere eğitimler verilmelidir.
- Çocuklar sanal oram yerine insanlarla etkileşime girerek sosyalleşmeye teşvik edilmelidir.
- Aşırı oyun bağımlısı olan ergenler için aileler psikolojik destek almalıdır.
- Aileler çocuklarıyla yakından ilgilenmeli onları bir sosyal faaliyete veya spora yönlendirmelidir.

KAYNAKÇA

- Aktaş, B. (2018). *Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlık Ve Saldırganlıkla İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kars.
- Altunay, D.(2004). *Oyunla Desteklenmiş Matematik Öğretiminin Öğrenci Erişisine Ve Kalıcılığına Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çoban, B., Nacar E. (2006). *Okul Öncesi Eğitimde Eğitsel Oyunlar*. Ankara: Nobel Basımevi.
- Griffiths Md, Davies, Mno (2005) *Videogame Addiction: Does It Exist? Handbook Of Computer Game Studies*. J. Goldstein, J. Raessens (Eds), Boston. Mıt Pres.
- Griffiths, M.D., Hunt, N. (1995). “*Computer Game Playing İn Adolescence: Prevalence And Demographic Indicators*”. *Journal Of Community & Applied Social Pyschology*. 5. 189-193.
- Günüç, S. (2009). “*İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*”. Van: T. C. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitim Programları ve Öğretimi Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Hazar, Z., Ve Hazar, M. (2017). *Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği*. *International Journal Of Human Sciences*, 14 (1), 204-216.
- Herger, M.,Ve Kumar, J. (2013). “*Gamification At Work*”. *Designing Engaging Business Software*. Aarhus: *Interaction Design Foundation*.
- Horzum, M. B. (2011). “*İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*”. *Eğitim ve Bilim*, 36(159).
- Horzum, M.B., Ayas, T. Ve Çakır-Balta, Ö. (2008). “*Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği*”. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76-88.
- Irmak, A. Y., & Erdoğan, S. (2016). “*Ergen ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış*”. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.
- Kaya, A. B. (2013). “*Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması*”. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Kirriemuir, J. (2002). “*Video Gaming, Education And Digital Learning Technologies*”. *D-Lib Magazine*, 8(2), 7.
- Kukul, V. (2013). *Eğitsel Dijital Oyunlar. Mehmet Akif Ocak (Ed.), Oyunla İlgili Tarihsel Gelişimler Ve Yaklaşımlar*. Ankara: Pegem Akademi.
- Sormaz, F., & Yüksel, H. (2012). “*Değişen Çocukluk, Oyun ve Oyunağın Endüstrileşmesi Ve Tüketim Kültürü*”. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2012 11(3): 985 -1008
- Torun, F., Akçay, A. & Çoklar, A. N. (2015). *Bilgisayar Oyunlarının Ortaokul Öğrencilerinin Akademik Davranış Ve Sosyal Yaşam Üzerine Etkilerinin İncelenmesi*. *Karalmas Journal Of Educational Sciences*, 3(15), 25-35.
- Vatansever, Ö. (2021). *The Transformation of Computer Games to Ideological Devices: a Review Through the Mobile Legends Game*, *Communication and Technology Congress – CTC 2021 (April 12th-14th, 2021 – Turkey, Istanbul)*
- Young, K. (1999). *Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment* Book Chapter Published İn L. Vandecreek ve T. Jackson (Eds.). *Innovations İn Clinical Practice: A Source Book*. 17. 19-31. Sarasota, FL: Professional Resource Press, 1999.

ELEKTRONİK KAYNAKLAR

URL-1: [Htps://Www.Who.İnt/News-Room/Q-A-Detail/Gaming-Disorder](https://www.who.int/news-room/q-a-detail/gaming-disorder) Erişim Tarihi: 15.11.2020

URL-2: <https://www.statista.com/statistics/189582/age-of-us-video-game-players/> Erişim Tarihi:
25.10.2021

Atıf İçin: Kaya, A. (2022). Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığının Bazı Sosyo Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi, Yeni Medya Elektronik Dergisi, 6 (1), 1-11