



Ergenlerde Aile Yaşam Doyumu ile Dijital Oyun Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

İbrahim TAŞ¹ Derya KARACAOĞLU² İlker AKPINAR³ Yasemin TAŞ⁴

Öz: Dijital oyun bağımlılığı bir halk sağlığı sorunu olarak dünya genelinde hem araştırmacıların hem de uygulamada çalışanların dikkatini çekmeye devam etmektedir. Bir ruh sağlığı sorunu olan dijital oyun bağımlılığı özellikle çocuk ve ergenler için ciddi bir risk faktörüdür. Risk faktörlerini ortadan kaldırmak için dijital oyun bağımlılığına karşı koruyucu olabilecek değişkenlerin araştırılması önemlidir. Bu noktada aile yaşam doyumunun koruyucu bir unsur olacağı söylenebilir. Bu bağlamda çalışmanın amacı ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma grubunu 210'u (%54.5) kadın, 175'i (%45.5) erkek olmak üzere toplam 385 kişi oluşturmaktadır. Katılımcıların yaşları 14-18 arasında değişmekte olup yaş ortalamaları 15.53'tür. Veri toplama aracı olarak Ergenler için Oyun Bağımlılığı Ölçeği ve Aile Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Veriler t testi, ANOVA, Korelasyon ve Regresyon ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre dijital oyun bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasında negatif ilişki bulunmaktadır. Erkeklerin dijital oyun bağımlılıkları kızlardan daha yüksek bulunurken, kızların aile yaşam doyumları erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Dijital oyun bağımlılığı sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmazken, aile yaşam doyumunun sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Ayrıca aile yaşam doyumunun dijital oyun bağımlılığını yordadığı tespit edilmiştir.

¹ Sakarya Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Doç. Dr., ibrahimtas34@gmail.com, ORCID: 0000-0002-5752-2753

² Üsküdar Rehberlik ve Araştırma Merkezi, dersyaclskn@gmail.com, ORCID ID: 0000-0003-1398-2341

³ Adıyaman Doğa Koleji, ilkerakpinar02@gmail.com, ORCID ID: 0000-0002-7408-2358

⁴ Üsküdar Rehberlik ve Araştırma Merkezi, yasmindogruguven@hotmail.com, ORCID ID: 0000-0003-1398-2341

Araştırmanın sonuçları alan yazın ışığında tartışılmış ve uygulayıcı ve araştırmacılara önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Dijital oyun bağımlılığı, Aile yaşam doyumu, Ergenlik, Sınıf, Cinsiyet

Examining the Relationship Between Family Life Satisfaction and Digital Game Addiction in Adolescents

Abstract: Digital game addiction continues to attract the attention of both researchers and clinicians around the world as a public health problem. Digital game addiction, which is a mental health problem, is a serious risk factor especially for children and adolescents. In order to eliminate the risk factors, it is important to investigate the variables that may be protective against digital game addiction. At this point, it can be said that family life satisfaction will be a protective factor. The aim of this study is to examine the relationship between digital game addiction and family life satisfaction in adolescents. The research group consists of 385 adolescents, 210 of whom (54.5%) are female and 175 of whom (45.5%) are male. The ages of the participants are between 14-18 and their average age is 15.53. Game Addiction Scale for Adolescents and Family Life Satisfaction Scale were used as data collection tools. Data were analyzed by t test, ANOVA, Correlation and Regression. According to the results of the analysis, there is a negative relationship between digital game addiction and family life satisfaction. While male' addiction to digital games is higher than female, family life satisfaction of female was found to be higher than male. While digital game addiction did not differ significantly according to the class level, it was found that family life satisfaction differed significantly according to the class level. In addition, it was determined that family life satisfaction predicted digital game addiction. The results of the research were discussed in the light of the literature and suggestions were made to practitioners and researchers.

Keywords: Digital game addiction, Family life satisfaction, Adolescence, Class, Gender

Giriş

Dijital teknolojiler insanoğlunun hayatını yeniden şekillendirmektedir. İnsanlar ihtiyaçlarını ve işlerini internet üzerinden karşılamaktadır. Bunlar günlük işlerden (fatura yatırma, bankacılık işlemleri vs.) eğitime, sosyal ihtiyaçların karşılanmasından eğlence ihtiyacına kadar çeşitlenmektedir. İnsanlık tarihinin en eski etkinliklerinden biri olarak insanoğlunun hayatında her zaman var olan oyunların da (Koçyiğit, Tuğluk ve Kök, 2007) bu dijital değişimden nasibini aldığı söylenebilir. Teknolojik dönüşümün ürünü olan dijital oyunların hemen her kesim tarafından olumlu karşılandığı görülmektedir (Chiu, Lee ve Huang, 2004). Dijital oyunlar bireyselliği öne çıkarması, hemen her zaman kolay bir şekilde ulaşılması, üstünlük ve başarıma duygusu yaşatması (Yücel, 2019), stres atmaya yardımcı olması (Aydoğdu Karaaslan, 2015), fiziki bir mekana bağlı kalmadan oynanabilmesi (Yurdam, 2018) gibi özelliklerle özellikle ergenler için çekici etkinlikler haline gelmektedir. Dijital oyunların sahip olduğu bu çekici özellikler ergenlerin oyunlarda daha çok zaman geçirmesine neden olmaktadır. Dijital oyunlarla daha fazla zaman geçirme bağımlılığın oluşmasında bir risk faktörüdür. Nitekim sanal dünyada daha fazla zaman geçirmenin bağımlılık riski oluşturduğu görülmektedir (Chou, Hsiao, 2000).

Oyun bağımlılığı süreci bireyin zihninin sürekli olarak oyunla meşgul olması ile başlamaktadır (Young, 2009). Birey oyun oynamadığı zaman bile aklı sürekli olarak oyunlarda, oyunlardaki hamlelerde ise bağımlılık sürecinin başladığı söylenebilir. Bu başlangıç kriteri ile birlikte oyun bağımlılığı için gözlenecek diğer kriterler Amerika Psikiyatri birliği tarafından belirlenmiştir. Amerika Psikiyatri Birliği (APA, 2013) tarafından DSM 5 çevrimiçi oyun oynama bozukluğu için belirlenen 9 kriterden 5'ini ve daha fazlasını gösteren kişiler oyun bağımlısı olarak tanımlanabilmektedir. Bu kriterler; bireyin zihninin sürekli olarak çevrimiçi oyunlarla meşgul olması, oyun terk edildiğinde asabiyet, anksiyete ve üzüntü gibi yoksunluk belirtilerinin yaşanması, giderek artan miktarda oyun oynanması, oyun oynamayı bırakmak istemeye rağmen bırakamama, daha önce zevk alınan etkinliklere karşı ilginin kalmaması, yarattığı psiko-sosyal sorunlara rağmen oyun oynamaya devam edilmesi, oynan oyun süresi hakkında ilgili kişilere yalan söyleme, olumsuz duygulardan

kaçmak için oyun oynanması ve oyun nedeniyle önemli, iş, eğitim ve kariyerle ilgili fırsatların tehlikeye atılması şeklindedir.

Çocuk ve ergenler için ciddi bir sorun olmaya aday olan dijital oyun bağımlılığına karşı en önemli koruyucu unsurun aile ortamı olacağı söylenebilir. Ailenin işlevlerinden biri de psikolojik işlevidir. Psikolojik işlev aile fertleri arasındaki sevgiyi ve öz saygıyı geliştirecek ortamı ifade etmektedir. Ayrıca bireyin kendini güvende hissettiği ve duygusal doyum sağladığı sıcak yuvanın oluşturulması da ailenin psikolojik işlevleri arasındadır (Kır, 2011). Psikolojik olarak işlevsel olan aile ortamında aile üyeleri birbirlerini manevi açıdan tatmin eder ve bu tatmin bireyin doyum sağlamasını ve psikolojik açıdan güçlenmesini beraberinde getirir (Canatan ve Yıldırım, 2013). Psikolojik açıdan güçlenen birey psikolojik sorunlarla ilişkili olan oyun bağımlılığından (Yeşilyurt, 2020) daha az etkilenecektir.

Oyun bağımlılığını azaltması beklenen aile yaşam doymu, aile bireylerinin birbirleriyle olan duygusal etkileşimlerini ve aile yaşamına ilişkin farkındalıklarını ifade etmektedir (Barraca, Yarto ve Olea, 2000). Başka bir ifade ile aile yaşam doymu bireyin aile fertleri dışındaki kişi ve yapılara ilişkin duygu, düşünce ve davranışlarını etkileyen aile içi duygusal atmosferdir (Çalışkan, Toker ve Özbay, 2017).

Aile yaşam doymu, oyun bağımlılığı (Şimşek, 2021), sosyal medya bağımlılığı (Taş, 2021; Cavga, 2019) ile negatif; aile içi iletişim (Akhlaq, Malik ve Khan, 2013), sosyal anksiyete (Başdaş ve Özbey, 2020) ve empati becerileri (Özgenel, Taş & Çetintaş, 2019) ile pozitif ilişkili bulunmuştur. Dijital oyun bağımlılığının utangaçlık (Ayas, 2012), anksiyete (Taş, 2019), günlük oynama süresi (Akkaya, Tutgun_Ünal ve Tarhan, 2021), akıllı telefon bağımlılığı (Göymen ve Ayas, 2019) ve sürekli kaygı (Mehroof ve Griffiths, 2010) ile pozitif; sosyal destek (Ücan, 2018), mutluluk (Cengiz, Peker ve Demiralp, 2020) ve duygu düzenleme (Liu ve diğ, 2017) ile negatif ilişkili olduğu görülmektedir.

Dünya Sağlık Örgütü (2018) ve Amerika Psikiyatri Birliği (2013) tarafından çevrimiçi oyun oynama bozukluğu bir ruh sağlığı sorunu olarak ele alınmaktadır. Ergenlik döneminin ergenler için heyecan, kaygı ve zorluklarla dolu olması (Plotnik, 2009: 408) ergenleri oyun bağımlılığında önemli bir risk grubu haline getirmektedir. Ayrıca ergenlerin genç yetişkin ve yetişkinlerden daha fazla oyun bağımlısı olduğu görülmektedir (Festl, Scharrow ve Quandt,

2012). Oyun bağımlılığı ile çevrimiçi kumar oynama bağımlılığı arasında giderek artan bir yakınlaşma bulunması (Torres-Rodriguez, Griffiths ve Carbanell, 2017) ve oyun bağımlılığı ile psikolojik sorunlar arasında ilişki bulunması (Yeşilyurt, 2020) özellikle medyadan etkilenme düzeyleri yüksek olan ergenlerde (Strasburger ve Wilson, 2002) oyun bağımlılığı ve ilişkili değişkenlerin araştırılmasını önemli kılmaktadır. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Ayrıca oyun bağımlılığı ile aile yaşam doyumunun cinsiyet ve sınıf değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı da araştırılmıştır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkiisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkiisel tarama modelinde iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişki değişkenlere müdahale edilmeden incelenmektedir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2010).

Çalışma Grubu

Araştırma grubunu 385 ergen oluşturmaktadır. Katılımcıların 210'u (%54.5) kadın, 175'i (%45.5) erkektir. Yaşları 14-18 arasında değişmekte olup yaş ortalamaları 15.53'tür. Ergen katılımcıların 161'i (%41.8) 9. Sınıf, 101'i (%26.2) 10. Sınıf, 77'si (%20) 11. Sınıf ve 46'sı (%11.9) 12. sınıftır.

Veri Toplama Araçları

Ergenler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Ölçek Anlı ve Taş (2018) tarafından geliştirilen ölçek tek faktör ve 9 maddeden oluşmaktadır. Ölçek 5'li Likert tipi olup ölçekten alınacak en düşük puan 9 en yüksek puan ise 45'tir. Açıklayıcı faktör analizi (AFA) sonucunda Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri .894, Barlett's Sphericity testi ($\chi^2= 2283,226$, $p=.000$) anlamlı bulunmuştur. Tek

faktörlü yapının ölçeğe ilişkin toplam varyansın %42.806'sını açıkladığı görülmektedir. Doğrulayıcı analiz (DFA) sonucunda elde edilen uyum indekslerinin iyi uyum verdiği görülmektedir ($\chi^2(27) = 2.514$, $RMR=.045$; $GFI=.97$; $AGFI=.95$; $CFI=.96$; $IFI=.96$; $RFI=.92$; $NFI=.94$; $RMSEA=.054$). Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısına bakılmış ve iç tutarlılık katsayısı .81 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışma kapsamında elde edilen güvenilirlik katsayısı (α) .82'dir.

Aile Yaşam Doyumu Ölçeği

Çalışkan, Toker ve Özbay (2017) tarafından geliştirilen ölçek 23 maddeden oluşan likert tipi bir ölçektir. Yapılan Açıklayıcı faktör analizi sonucunda Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) değeri .938, Barlett Küresellik testi değeri ($\chi^2=6134.525$, $p<.01$) anlamlı bulunmuştur. Ölçeğin madde faktör yükleri .53 ile .79 arasında değişmektedir. Ölçek maddelerinin aile yaşam doyumuna ilişkin varyansın % 47'sini açıkladığı görülmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı .95'tir. Madde toplam korelasyonları .37 - .73 arasında değişmektedir. Ölçüt geçerliğinin hesaplanmasında Kısa Semptom Envanteri (KSE) kullanılmıştır. Aile yaşam doyumunu ile Kısa Semptom Envanteri alt boyutlarından depresyon alt boyutu ($r=-.34$), anksiyete alt boyutu ($r=-.30$), olumsuz benlik alt boyutu ($r=-.30$), (somatizasyon alt boyutu ($r=-.30$) ve hostilite alt boyutu ($r=-.32$) arasında orta düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu çalışma kapsamında elde edilen güvenilirlik katsayısı (α) .93'tür.

Verilerin Analizi

Veriler ergenlerden yüz yüze gönüllülük esasına göre toplanmıştır. Toplam 400 veri toplanmıştır. Eksik doldurulan veriler veri setinden çıkarıldıktan sonra analizler 385 kişilik veri seti üzerinden yapılmıştır. Veriler SPSS 25 paket programı ile analiz edilmiştir. Veriler analiz edilmeden önce normallik varsayımı test edilmiştir. Basıklık ve çarpıklık değerleri (-.051- 1.217) verilerin normal dağıldığını göstermektedir (Bachman, 2004).

Bulgular

Katılımcılara ait sosyo- demografik bilgiler ve analizleri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara ait sosyo-demografik değişkenler

Değişkenler	N=337 f, n (%)	M/SD	t *Cinsiyet	P	F*Sınıf	Fark
Cinsiyet						
Kadın (F)	210 (54.5)					
Erkek (E)	175 (45.5)					
Sınıf Düzeyi						
9. sınıf	161 (41.8)					
10. sınıf	101 (26.2)					
11.sınıf	77 (20)					
12. sınıf	46 (11.9)					
DOB		15.12/5.86	-7.92**	E>K	.694	-
AYD		147.29/13.43	2.32*	K>E	.358*	9>11

** p<.001, *p<.05, DOB: Dijital Oyun Bağımlılığı, AYD:Aile Yaşam Doyumu

Tablo 1’e göre dijital oyun bağımlılığı cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır (t(383)=-7.92,, p<.01,) . Erkeklerin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri (Ort=17.53) kadınların oyun bağımlılığı düzeylerinden (Ort=13.11) anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Aile yaşam doyumu da cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır (t(383)=2.32, p<.05). Aile yaşam doyumunda da kadınların aile yaşam doyumları (Ort=148.55) erkeklerin aile yaşam doyumlarından (Ort=145.77) anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur.

Dijital oyun bağımlılığının sınıf düzeyine göre de anlamlı şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir (F(3-381)= .694, p>.05). Buna karşın aile yaşam doyumunun anlamlı şekilde farklılaştığı ((F(3-381)= .694, p<.05) ve 9. Sınıfta okuyanların (Ort= 149.73) aile yaşam doyumlarının 11. Sınıfta okuyan öğrencilerden (144.87) anlamlı şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dijital oyun bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasındaki ilişki Perarson Korelasyon analizi ile ölçülmüş ve elde edilen sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Katılımcılara ait sosyo-demografik değişkenler

Değişkenler	N	M/Sd	DOB	AYD
DOB	385	15.12/5.86	-	
AYD	385	147.30/13.43	-.400**	-

** p<.01, DOB: Dijital Oyun Bağımlılığı, AYD: Aile Yaşam Doyumu

Tablo 2’de dijital oyun bağımlılığı ile göre dijital oyun bağımlılığı ile aile yaşam doymu arasında negatif ilişki tespit edilmiştir ($r=-.400$). Son olarak aile yaşam doymunun dijital oyun bağımlılığını yordayıp yordamadığı basit regresyon analizi ile test edilmiş elde edilen sonuçlar Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3. Dijital Oyun Bağımlılığının Yordanmasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	40.86	3.023		13.52	.000
AYD	-.175	.020	-.400	-8.55	.000

$F_{(1,383)}= 73.10, R=.400, R^2= .160 \quad p<.01,$

Tablo 3’e göre aile yaşam doymunun ergenlerde dijital oyun bağımlılığını anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir ($F (1,383) =73.10, p<.01, R=.400, R^2= .160$). Aile yaşam doymunun dijital oyun bağımlılığına ilişkin varyansın %16’sını açıkladığı görülmektedir. Başka bir ifade ile ergenlerde dijital oyun bağımlılığındaki değişimin % 16’sı aile yaşam doymu tarafından açıklanmaktadır. Standardize edilmemiş regresyon kat sayısı (B) incelendiğinde aile yaşam doymundaki bir birimlik artışın dijital oyun bağımlılığında -0.175 birimlik bir azalmaya neden olduğu görülmektedir.

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu araştırmada oldukça kırılğan bir dönemden geçen ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ile aile yaşam doymu arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca her iki değişkenin cinsiyet yaş ve sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Buna göre dijital oyun bağımlılığı ile aile yaşam doymu arasında orta düzeyde negatif yönde ilişki tespit edilmiştir. Dijital oyun bağımlılığı ve aile yaşam doymunun cinsiyete göre farklılaştığı dijital oyun bağımlılığının erkeklerde, aile yaşam doymunun ise kadınlarda anlamlı bir şekilde daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Aile yaşam doymunun 9. Sınıflarda 11. Sınıflara oranla anlamlı şekilde daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Araştırma sonucuna göre dijital oyun bağımlılığı cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmakta, erkeklerde dijital oyun bağımlılığı kadınlara oranla daha fazladır. Araştırmadan elde edilen sonuç alan yazın ile uyumludur (Andre, Hakansson ve Claesdotter-Knutsson, 2020; Korkmaz ve Korkmaz, 2019; Ko, Yen, Chen, Chen ve Yen, 2005; Taş ve Güneş, 2018). Stanford Üniversitesi tıp fakültesi araştırmacıları tarafından yapılan bir araştırma, video oyunu sırasında beynin ödüllendirici duygular üreten bölümünün erkeklerde kadınlardan daha aktif olduğunu göstermiştir (Hoeft, Watson, Kesler, Bettinger ve Reiss, 2008). Bu araştırma erkeklerin kadınlara oranla neden daha fazla bağımlı olduğunu açıklar niteliktedir.

Araştırmada aile yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaştığı kadınlarda aile yaşam doyumlarının erkeklere oranla daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Şimşek (2021) tarafından yapılan çalışmada benzer şekilde kadınların aile yaşam doyumları erkeklerden anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. Buna karşın Cavga (2019) tarafından yapılan çalışmada aile yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmektedir. Toplumsal yapı göz önüne alındığında kızların erkeklerden daha fazla korunduğu söylenebilir. Bu korunma, gözetilme kadınlar tarafından bir değer verilme tutumu olarak algılanabilmektedir. Ayrıca ergenlik döneminde erkekler kızlara oranla daha fazla dışarda gezinmekte ve sosyal çevre edinmektedir. Erkeklerin ailelerinde geçirdikleri zamandan daha fazlasını dışarda geçirmesi aile yaşam doyumlarının kadınlara oranla daha az olmasını açıklayabilir.

Dijital oyun bağımlılığının sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Kurt, Doğan, Erdoğan ve Emiroğlu (2018) tarafından yapılan çalışmada benzer şekilde dijital oyun bağımlılığının sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Dijital oyun bağımlılığının ergenlerde gelişimi incelendiğinde dijital oyun bağımlılığının bilgisayara, akıllı telefona ve sabit internete sahip olanlarda daha fazla olduğu görülmektedir (Göldağ, 2018). Araştırmadan elde edilen sonuç değerlendirildiğinde çalışma grubunun sınıf düzeyleri farklı olsa da aynı gelişim dönemindeki ergenlerden oluştuğu görülmektedir. Bu dönemde yer alan bireylerin teknolojik cihazlara sahip olma noktasında

eşit olanaklara sahip olduğu bu nedenle gruplar arasında farklılaşmanın olmadığı söylenebilir.

Aile yaşam doyumunun sınıf düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Buna göre 9. Sınıfların aile yaşam doyumu puanları 11. sınıflardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cavga (2019) tarafında yapılan çalışmada da benzer şekilde aile yaşam doyumu 9. Sınıflarda daha yüksek bulunmuştur. Ergenlik dönemi genel olarak sorunlu bir dönem olarak ele alınmaktadır. Bu dönemde ergenler ailelerinden sağlıksız bir şekilde kopabilmekte (Sandhu ve Kaur, 2012), ailelerine güven konusunda sorun yaşayabilmektedirler (Ryan ve Lynch, 1989). 9 sınıf öğrencilerinin ergenlik dönemine yeni girdikleri, ergenliğin gerilimli, zorlu deneyimlerini henüz deneyimlememiş oldukları ve aileleriyle henüz karşı karşıya gelmedikleri bu nedenle aile yaşam doyumlarının 11. sınıflardan daha yüksek olduğu söylenebilir.

Araştırmada dijital oyun bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasında negatif ilişki olduğu, aile yaşam doyumunun dijital oyun bağımlılığını anlamlı şekilde negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Başka bir ifade ile aile yaşam doyumu dijital oyun bağımlılığının önemli bir açıklayıcısıdır. Şimşek (2021) tarafından yapılan çalışmada da benzer şekilde aile yaşam doyumu ile oyun bağımlılığı arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Taş (2021) tarafından yapılan çalışmada da sosyal medya bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasında negatif ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca aile uyumunun, aile içindeki iletişimin (Park, Kim ve Cho, 2008) ve ebevyelik tutumlarının (Taş, 2018) internet bağımlılığı ile ilişkili olduğu görülmektedir. Aile ortamı bireyin kendisini güvende hissedeceği, karşılaştığı problemleri nasıl çözeceğini öğrendiği bir ortamdır (Yavuzer, 1993). Aile de mutlu olmayan, aileden doyum sağlayamayan bireylerin bu mutluluğu, doyumu başka yerlerde aradıkları görülmektedir. Günümüz dünyasında bu ihtiyacı karşılayacak ortamın sanal dünya olduğu söylenebilir. Aile yaşam doyumu arttıkça dijital oyun bağımlılığının azalması aile ortamının dijital risklere karşı koruyucu işlevi olduğunu göstermesi açısından anlamlı bir bulgudur.

Sonuç olarak aile yaşam doyumunun dijital oyun bağımlılığını önlemede önemli bir faktör olduğu, cinsiyetin dijital oyun bağımlılığının ortaya çıkmasında belirleyici olduğu görülmektedir. Sınıf düzeyi arttıkça aile yaşam doyumunun azaldığı görülmektedir.

Öneriler

Araştırmacılar her iki değişken arasındaki ilişkiyi aynı ve farklı örneklerde çalışarak araştırmanın sonuçlarını test edebilirler. Uygulamada çalışan uzmanlar son dönemlerde yaygınlaşmaya başlayan dijital oyun bağımlılığı ile çalışırken aile ortamının önemini göz önüne alabilir, aile ile çalışırken bu konuya yoğunlaşabilirler. Eğitimciler ve psikolojik danışmanlar ailelere yönelik gerçekleştirecekleri eğitim ve seminerlerde aile yaşam doyumunun önemine gerekli vurguyu yapabilirler. Dijital oyun bağımlılığı ile çalışan psikolojik danışmanlar dijital oyun bağımlılığını önlemeye yönelik psiko-eğitim çalışmalarında aile yaşam doyumunu artırmaya yönelik oturumlara yer verebilirler.

Sınırlılıklar

Araştırma nicel veri toplama araçları ile elde edilmiştir. Nicel veri toplama araçları ile toplanan veriler potansiyel olarak bazı sınırlılıklara sahiptir. İstenilen yönde cevap verme, anlık duygu durumuna göre cevap verme bu sınırlılıklardan bazılarıdır. Söz konusu sınırlılık daha derinlemesine bilgi edinmeye olanak sağlayan nitel araştırma yöntemleri ile aşılabılır.

Kaynakça

- Akhlaq, A., Malik, N. I., & Khan, N. A. (2013). Family communication and family system as the predictors of family satisfaction in adolescents. *Science Journal of Psychology*, 2013, 1-6. doi: 10.7237/sjpsych/258
- Akkaya, F. H., Tutgun-Ünal, A., & Tarhan, N. (2021). Y kuşağının dijital oyun bağımlılığının incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 8(1), 1-22.
- André, F., Broman, N., Håkansson, A., & Claesdotter-Knutsson, E. (2020). Gaming addiction, problematic gaming and engaged gaming—Prevalence and associated characteristics. *Addictive Behaviors Reports*, 12, 100324. [doi:10.1016/j.abrep.2020.100324](https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100324)
- APA (American Psychiatric Association). (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®). American Psychiatric Pub.

- Ayas, T. (2012). Lise öğrencilerinin internet ve bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerinin utangaçlıkla ilişkisi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), 627-636.
- Aydoğdu Karaaslan, İ. (2015). Dijital oyunlar ve dijital şiddet farkındalığı: ebeveyn ve çocuklar üzerinde yapılan karşılaştırmalı bir analiz. *Journal of International Social Research*, 8(36), 806-818.
- Bachman, L. F. (2004). *Statistical analyses for language assessment*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Barraca, J., Yarto, L. L., & Olea, J. (2000). Psychometric properties of a new family life satisfaction scale. *European Journal of Psychological Assessment*, 16(2), 98-106.
- Başdaş, Ö., & Özbey, H. (2020). Digital game addiction, obesity, and social anxiety among adolescents. *Archives of Psychiatric Nursing*, 34, 17-20.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç, Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Canatan, K., & Yıldırım, E. (2013). *Aile Sosyolojisi*. İstanbul: Açılım Kitap (3. Baskı).
- Cavga, Z. (2019). *Lise öğrencilerinde aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Cengiz, S., Peker, A., & Demiralp, C. (2020). Dijital oyun bağımlılığının yordayıcısı olarak mutluluk. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 7(1), 21-34.
- Chiu, S. I., Lee, J. Z., & Huang, D. H. (2004). Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. *CyberPsychology & Behavior*, 7(5), 571-581.
- Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college students' case. *Computers & Education*, 35(1), 65-80.
- Festl, R., Scharrow, M., & Quandt, T. (2013). Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults. *Addiction*, 108(3), 592-599. [doi:10.1111/add.12016](https://doi.org/10.1111/add.12016)

- Göldağ, B. (2018). Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin demografik özelliklerine göre incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 15(1)*, 1287-1315. [doi:10.23891/efdyyu.2018.105](https://doi.org/10.23891/efdyyu.2018.105)
- Göymen, R., & Ayas, T. (2019). Akıllı telefon bağımlılığı ve oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying, 6(2)*, 36-52.
- Hoeft, F., Watson, C. L., Kesler, S. R., Bettinger, K. E., & Reiss, A. L. (2008). Gender differences in the mesocorticolimbic system during computer game-play. *Journal of psychiatric research, 42(4)*, 253-258.
- Karacaoğlu, D. (2019). *Çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı ile aile ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* (Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Kır, İ. (2006). Toplumsal bir kurum olarak ailenin işlevleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 10(36)*, 381-404.
- 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. doi: 10.1097/01.nmd.0000158373.85150.57
- Koçyiğit, 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.
- Liu, S., Yu, C., Conner, B. T., Wang, S., Lai, W., & Zhang, W. (2017). Autistic traits and internet gaming addiction in Chinese children: The mediating effect of emotion regulation and school connectedness. *Research in Developmental Disabilities, 68*, 122-130.
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online gaming addiction: the role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 13(3)*, 313-316. doi: 10.1089/cyber.2009.0229.

- Özgenel, M., Taş, İ., & Çetintaş, A. (2019, Nisan). *Ergenlerin aile yaşam doyum düzeyleri ile empati becerileri arasındaki ilişki*. 6. Asos uluslararası eğitim bilimleri kongresi. 18-20 Nisan 2019. Alanya.
- Park, S. K., Kim, J. Y., & Cho, C. B. (2008). Prevalence of Internet addiction and correlations with family factors among South Korean adolescents. *Adolescence*, 43(172), 895-909.
- Plotnik, R. (2009). *Psikolojiye giriş*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Ryan, R. M., & Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60, 340-356. [doi:10.1017/S1138741600001487](https://doi.org/10.1017/S1138741600001487).
- Sandhu, D., & Kaur, D. (2012). Adolescent problem behaviour in relation to emotional autonomy and parent-child relationship. *Canadian Social Science*, 8, 29-35. doi:10.3968/j.css.1923669720120801.1420.
- Strasbuger, V. C., & Wilson, B. J. (2002). *Children, adolescents & the media*. Sage Publication, London.
- Şimşek İ. H. (2021). *Ergenlerde aile yaşam doymu, oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi) İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul
- Taş, İ. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1) 31-41. doi:10.18506/anemon.310973
- Taş, İ. (2019). Ergenlerde internette amaçsız gezinme ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki: anksiyetenin aracı etkisi. *Iğdir University Journal of Social Sciences*, (20), 351-370.
- Taş, İ. (2021). The relationship between social ignore and social media addiction among adolescents: Mediator effect of satisfaction with family life. *Youth & Society*, 0044118X211055210.

- Torres-Rodríguez, A., Griffiths, M. D., & Carbonell, X. (2017). The treatment of internet gaming disorder: A brief overview of the PIPATIC program. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-16.
- Ücan, İ. (2018). *Algılanan sosyal destek ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Yavuzer, H. (1993). *Çocuk ve suç*. İstanbul: Remzi Kitabevi (3. Basım).
- Yeşilyurt F. (2020). Gaming duration and preferences: Relationships with psychiatric health, gaming addiction scores and academic success in high school students. *International Education Studies*,13(12), 111-119. doi:10.5539/ies.v13n12p111
- Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American journal of family therapy*, 37(5), 355-372.
- Yurdam, S. (2018). Alan olarak dijital oyun, çocuk eyleyiciler ve tahakküm: Clash of clans oyunu üzerine bir inceleme. *Intermedia International Peer-Reviewed E-Journal of Communication Sciences*, 5(8), 66-87.
- Yücel, V. (2019). Zararlı dijital oyunlar ve çocuklar. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(7), 340-353.