

İl Spor Merkezlerindeki Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılıklarının İncelenmesi

Ebru Olcay KARABULUT¹, Yeşim KARAÇ-ÖCAL²

DOI: <https://doi.org/10.38021/asbid.1378772>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

¹Gazi Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi,
Ankara/Türkiye

²Yozgat Bozok Üniversitesi
Spor Bilimleri Fakültesi,
Yozgat/ Türkiye

Öz

Elektronik aletlerle oynanan oyunlar beraberinde bağımlılığa yol açtığı için gergin stresli bir hayat sürülmesine neden olmaya başlamıştır. Bu çalışmada il spor merkezlerindeki öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırma tarama modeli nicel araştırma yöntemli bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini Yozgat'taki spor merkezlerinde kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi ile seçilen 181 sporcu oluşturmaktadır. Kişisel bilgilerini içeren form ile öğrencilerin dijital oyun bağımlılığını incelemek amacıyla Hazar ve Hazar (2017)'in geliştirdiği "Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" (ÇİDOBÖ) kullanılmıştır. Veriler google form aracılığı ile elde edilmiştir. Verilerin dağılımında Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmış ve normal bir dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Verilerin analizinde One-Way ANOVA ve t- Testi kullanılmıştır. Cinsiyet ve spor türü değişkeni ile ölçeğin alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Yaş değişkeni ile yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansıması ile oyuna dalma alt boyutunda, spor yılı değişkeni ile oyun süresinde tolerans gelişimi ile oyuna yüklenen değer alt boyutunda, oyun oynama süresi değişkeni ile ölçeğin tüm alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Araştırmada, dijital oyun bağımlılığının cinsiyet ve spor türü değişkenlerinden etkilenmediği, yaş, spor yılı, spor branşı ve oyun oynama süreleri değişkenlerinden etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Dijital Oyun, Bağımlılık, Sporcu.

Sorumlu Yazar: Ebru
Olcay KARABULUT
ebolka@hotmail.com

Examination of Digital Game Addictions of Athletes in Provincial Sports Centers

Abstract

Games played with electronic devices have started to lead to a tense and stressful life as they lead to addiction. This study aimed to examine the digital game addictions of student in provincial sports centers. This study is a study with a survey model and quantitative research method. The sample of the research consists of 181 athletes selected by easily accessible case sampling method in sports centers in Yozgat. The "Digital Game Addiction Scale for Children" (DGASC), developed by Hazar and Hazar (2017), was used to examine students' digital game addiction with a personal information form. Data was obtained via google form. The distribution of the data was examined with the Kolmogorov-Smirnov test and it was determined that it showed normal distribution. One-Way ANOVA and t- test were used to analyze the data. No significant difference could be detected in the gender and sport type variables and the sub-dimensions of the scale. A significant difference was detected between the age variable and the psychological-physiological reflection of deprivation and game immersion sub-dimension, the sports year variable and the development of tolerance in playing time and the value attributed to the game sub-dimension, and the playing time variable and all sub-dimensions of the scale. In the study, it was concluded that digital game addiction is not affected by gender and sport type variables, but is affected by age, sports year, sports branch and game playing time variables.

Keywords: Digital Game, Addiction, Athlete.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
20.10.2023

Kabul Tarihi:
26.12.2023

Online Yayın Tarihi:
28.12.2023

Giriş

Dijitalleşmenin gelişimi ile beraber insanlar tüm hayatı ve alışkanlıklarında değişim göstermiştir. Bu değişimlerden biri de oyun ve spor alanlarında yaşanmaktadır. Bireyler özellikle de gençler ve çocuklar klasik oyunlar oynama ve spor anlayışının yanında, gittikçe daha popüler hale gelen dijital oyun ve e-spor gibi kavramlarla da tanışmış ve bu alanları eğlence, sosyalleşme, zaman geçirme gibi birçok amaçla kullandıkları görülmektedir.

Günümüzde şehirlerin kalabalıklaşması, oyun alanlarının azlığı, apartman kültüründe çocukların birbirini tanımaması, sokakların gittikçe güvensiz olması gibi birçok sebepten ötürü özellikle çocuklar ve gençler dijital oyunlara daha fazla yönelim göstermektedir. Dijital oyunlar çeşitli teknolojilerle kullanıcıya hizmet veren bunun yanında eğlenceli bir şekilde zaman geçireceği ortamları sağlayan bir tür sanal alemdir (Uzunoğlu, 2021). Kolay erişilebilme özelliğinden dolayı ve popüler olması sebebiyle de oyun kültürü farklılaşma göstermiş ve dijital oyun da kişilerin ilgi alanına girmiştir.

Dijital platformlarda konsol oyunları, masaüstü oyunlar, çevrimiçi oyunlar, mobil oyunlar ve gündelik oyunlar üzere birçok oyun bulunmaktadır ve bu oyunlar strateji, savaş, bulmaca, rekabet, macera vb. içeriğe sahiptir (Uzunoğlu, 2021). Oyunlar içerikleri ve bu oyunları oynamaya ayrılan süre arttıkça kişiler üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri de artacaktır. Olumsuz etkilerin başında da bağımlılık gelmektedir. Dünya Sağlık Örgütüne veri araştırmalarına göre her 10 kişiden 1'inin oyun bağımlılığına yatkın olduğu açıklanmıştır (WHO, 2021).

Bağımlılık; bir davranışın ya da maddenin, psikolojik, sosyal ya da fiziki bir problem görünüşünde ortaya çıkarması, tekrar eden kullanma davranışının devam etmesi, bırakılmak istenen fakat bırakılamayan ve halen kullanımı devam eden bir maddenin, tekrar eden kullanma isteğinin sonlandırılmadığı kronik bir beyin rahatsızlığı olarak tanımlanabilir (T.C. Sağlık Bakanlığı, t.y.). Amerikan psikoloji derneği, İnternet oyun oynama bağımlılığını (İOOB) kişinin zamanını devamlı ve tekrarlayan bir biçimde diğer oyuncularla beraber video oyunları ile geçirmesi klinik olarak önemli bozulma veya sıkıntılara sebep olan internet kullanımı olarak belirtmiştir (APA, 2013).

Dijital oyun bağımlılığının getirdiği olumsuz durumlardan birisi dijital oyun bağımlısı olan çocukların vaktinin büyük kısmını dijital ürünlerle ekran karşısında geçirdikleri için hareketsiz kalmalarıdır. Bu durum fiziksel aktivite seviyelerinin düşmesine ve hareketsiz bir yaşam tarzı benimsemelerine neden olmaktadır. Dijital oyun bağımlısı olan çocuklar oyun oynama, fiziksel aktiviteye katılma, sosyal ilişkiler geliştirme gibi etkinliklere zaman ayırmamakta fiziksel ve zihinsel rahatsızlıkları çoğaltmaktadır. Ayrıca kişiler arası iletişimi zayıf, yalnız bireylerin yetişmesine neden olmaktadır (Urlu, 2014).

Kontrollü bir şekilde, bağımlı hale gelmeden oynanan dijital oyunların ise faydaları bulunmaktadır. Dijital oyunu bilinçli ve kontrollü bir şekilde oynamak, kişinin verilen emirleri takip edebilmesini, problem çözebilmesini ve mantık yürütebilmesini, el-göz koordinasyonunu, motor becerilerin gelişmesini ve birden fazla işi aynı anda yapabilmesini sağlamaktadır. Bununla birlikte kişinin daha fazla dinamik değişkeni izleyebilme ve sayıca fazla hedefi yönetebilmesine, daha hızlı düşünmesine, analiz yapabilmesine ve karar verebilme yetisinin geliştirmesine de yararlı olmaktadır (Dinç, 2012).

Eğitim ve spor alanlarında dijital oyunların kullanılması, fiziksel aktivitelerden uzaklaşma, saldırganlık, şiddet ve beslenme bozukluğuna sebebiyet gibi konular ile ilişkisinin geniş bir bakış açısı ile ele alınması gerekmektedir. Bu tip oyunların bireylerde bağımlılığı artırıcı etkisi düşünüldüğünde, bireyleri özelliklerle de gençleri dijital oyunların içerdiği tehlikelerden korumak için, dijital oyunlar hakkında bilgilendirme ve bilinçlendirme çalışmalarına gereksinim duyulmaktadır (Yalçın vd., 2016). Bireylerin bu tür bağımlılığından korunması için dijital oyun bağımlılığı ile ilgili farkındalıkları da önemli bir konudur. Düzenli olarak spor yapan sporcuların da dijital oyun bağımlılık düzeylerinin tespiti önemlidir. Alan yazın incelendiğinde konu ile alakalı çalışmalar incelenmiş ve il spor merkezlerine gelen öğrencilerin dijital bağımlılık düzeyleriyle ilgili araştırmaların fazla olmadığı tespit edilmiştir. Özellikle gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin belirlenmesi ile tespit edilecek bağımlılıkların oluşmaması veya en aza indirilmesi için ışık tutacağı düşüncesiyle bu çalışmaya ihtiyaç duyulmuştur.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Nicel araştırma yöntemi kullanılan bu çalışmada betimsel çalışma metodu kullanılmıştır. Betimsel olan çalışmalardaki amaç; fark ya da ilişki bulmak değil, durumu olduğu gibi sunmaktır. Makale ve tez çalışmalarında da yöntem bakımından istatistiksel biçimde ele alınmaları da betimsel bir çalışma şeklinde isimlendirilmektedir (Karasar, 2012).

Çalışma Grubu

Bu çalışmanın grubunu Yozgat ilinde bulunan İl Spor Merkezlerinde kayıtlı olan ve gönüllülük esasına dayalı, rastgele seçilen 95 kadın, 86 erkek olmak üzere toplam 181 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada örnekleme olasılığa dayalı olmayan tekniklerden biri olan uygun veya elverişlilik örnekleme kullanılmıştır. Çalışmaya hız veren bir yöntemdir. Araştırmacı bu yöntem ile kendisine ulaşılması kolay ve yakın olan bir durumu tercih eder (Düzen, 2021). Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir. Ayrıca öğrencilerin velilerinden izni alınarak çalışmaya dahil edilmişlerdir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada verileri toplamak amacıyla cinsiyet, yaş, sınıf vb. bilgileri içeren araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgileri içeren form ile beraber Hazar ve Hazar (2017)'in geliştirdiği "Çocuklar için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (ÇİDOBÖ)" kullanılmıştır. Ölçek dört alt faktörlüdür ve madde sayısı 24'tür. Ölçekteki soruların değerlendirilmesinde 5 puanlı Likert tipi ölçekten faydalanılmıştır. (1 = Hiç Katılmıyorum,..., 5 = Tamamen Katılıyorum). Katılımcılar ölçekten en düşük "24", en yüksek "120" puan alınabilmektedir. Ölçek puanlamasının derecelendirmesinde ise; "1-24: Normal, 25-48: Az riskli, 49-72 Riskli, 73-96 Bağımlı, 97-120 Yüksek düzeyde bağımlı" şeklinde değerlendirilmektedir. Ölçeğin alt boyutlar ve iç tutarlılık katsayıları sırasıyla; "Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma (.78)", "Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer (.81)", "Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi (.76)", "Yoksunluğun Psikolojik Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma (.67)", ölçek toplamı için ise Cronbach Alpha iç tutarlılık kat sayısı .90 dır (Hazar ve Hazar, 2017). Bizim çalışmamızda ölçeğin bütünü için Cronbach Alpha kat sayısı $\alpha = .88$, alt faktör değerleri ise birinci alt faktör için .78, ikincisi için .83, üçüncüsü .78 ve dördüncüsü için ise .69 dur.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilmiş olan verilerin analizlerinde, SPSS 22 istatistik programında frekans dağılımları ve aritmetik ortalama hesaplanmıştır. Verilerin normallik testi sonucunda normal dağılım sergiledikleri tespit edilmiştir. Ardından bağımsız gruplarda t-testi, değişkenlerine göre karşılaştırılmasında ise tek yönlü varyans (One- Way Anova) analizi kullanılmış, Farklılığın kaynaklandığı grupların tespiti için de Bonferroni testi yapılmış ve 0.05 anlamlılık düzeyi seçilmiştir.

Bulgular

Tablo 1
Katılımcıların Demografik Bilgilerine İlişkin Yüzde ve Frekans Dağılımları

Değişkenler	f	%	
Cinsiyet	Erkek	95	52,5
	Kadın	86	47,5
Spor Yaşı	0-2 Yıl	80	44,2
	3-5 Yıl	71	39,2
	6 Yıl ve üzeri	30	16,2
Yaş	8-10	7	3,9
	11-13	23	12,7
	14-16	151	83,4
Spor Branşı	Takım	134	74
	Bireysel	47	26
Günlük Dijital Oyun Oynama Süresi	0-60 dk.	67	37
	61-120 dk.	59	32,6
	+ 121 dk.	55	30,4

TOPLAM	181	100
---------------	-----	-----

Araştırmaya katılan katılımcıların 95’i erkek, 86’sı kadındır. 80’i iki yıldan az süredir, 71’i 3-5 yıldır, 30’u ise 6 yıldan fazla süredir spor yapmaktadır. 7 kişinin yaşı 8- 10 yaş, 23’ünün yaşı 11-16 yaş, 151’inin yaşı ise 14-16 yaş aralığındadır. 134’ü takım sporlarıyla, 47’si ise bireysel sporlarla uğraşmakta olup, 67’si günlük olarak 0-60 dak., 59’u 61-120 dak., 55’i de 121 dak fazla süre dijital oyun oynamaktadır.

Tablo 2
Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre ÇİDOBÖ Alt Boyutlarına İlişkin T Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	p
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	Erkek	95	1,99	1,06	-,996	,321
	Kadın	86	2,14	1,00		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer	Erkek	95	2,22	1,06	-,602	,548
	Kadın	86	2,31	,94		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	Erkek	95	2,06	1,18	-,430	,668
	Kadın	86	2,13	1,06		
Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	Erkek	95	2,05	1,03	-,408	,684
	Kadın	86	2,11	1,04		
Toplam	Erkek	95	2,08	1,03	-,640	,523
	Kadın	86	2,17	,95		

*: p<0,05

Tablo 2’de elde edilen verilerden anlaşılacağı üzere, katılımcıların ölçeğin toplam ve alt boyutlarından aldığı puan ortalamaları, cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir (p>0,05).

Tablo 3
Katılımcıların Spor Yılı Değişkenine Göre ÇİDOBÖ Alt Boyutlarına İlişkin One-Way ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Spor Yılı	N	\bar{X}	Ss	F	p	Fark
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	0-2 Yıl (1)	80	2,26	1,11	2,176	,117	-
	3-5 Yıl (2)	71	1,91	,92			
	6-9 Yıl (3)	30	1,94	1,94			
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer	0-2 Yıl (1)	80	2,42	2,46	3,312	,039*	1-2
	3-5 Yıl (2)	71	2,04	2,04			
	6-9 Yıl (3)	30	2,29	2,29			
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	0-2 Yıl (1)	80	2,29	2,29	2,494	,085	-
	3-5 Yıl (2)	71	1,88	1,88			
	6-9 Yıl (3)	30	2,07	2,07			
Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	0-2 Yıl (1)	80	2,28	2,28	2,982	,053	-
	3-5 Yıl (2)	71	1,89	1,89			
	6-9 Yıl (3)	30	1,97	1,97			
Toplam	0-2 Yıl (1)	80	2,32	2,32	2,971	,054	-
	3-5 Yıl (2)	71	1,93	1,93			
	6-9 Yıl (3)	30	2,07	2,07			

*: p<0,05

Tablo 3’de elde edilen verilerden anlaşılacağı üzere, katılımcıların ölçek ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamaları, “Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer” alt boyutunda spor yılına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunun tespiti için yapılan teste göre, 0-2 spor yılına sahip bireylerin ortalamalarının (Ort:2,46), 3-5 spor yılına sahip olanların puan ortalamasından (Ort: 2,04) yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4
Katılımcıların Yaş Değişkenine Göre ÇİDOBÖ Alt Boyutlarına İlişkin One-Way ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	N	\bar{X}	Ss	F	p	Fark
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	8-10 (1)	7	1,85	1,09	1,641	,197	-
	11-13(2)	23	2,42	1,27			
	14-16 (3)	151	2,02	,99			
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer	8-10 (1)	7	2,34	1,31	,594	,553	-
	11-13(2)	23	2,47	1,11			
	14-16 (3)	151	2,23	,97			
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	8-10 (1)	7	2,21	1,32	,934	,395	-
	11-13(2)	23	2,38	1,30			
	14-16 (3)	151	2,04	1,09			
Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	8-10 (1)	7	1,60	,86	3,376	,036*	2-1 2-3
	11-13(2)	23	2,55	1,27			
	14-16 (3)	151	2,02	,99			
Toplam	8-10 (1)	7	2,00	1,07	1,488	,229	-
	11-13(2)	23	2,45	1,18			
	14-16 (3)	151	2,08	,95			

*: $p<0,05$

Tablo 4’den elde edilen verilerden anlaşılacağı üzere, katılımcıların ölçek ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamaları, “Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma” alt boyutunda yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ($p<0,05$). Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan testlere göre, 11-13 yaş grubundakilerin ortalamalarının (Ort:2,55), diğer grupların ortalamalarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer alt boyutlarda anlamlı farklılığa rastlanamamıştır.

Tablo 5
Katılımcıların Spor Türü Değişkenine Göre ÇİDOBÖ Alt Boyutlarına İlişkin One-Way ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Spor Türü	N	\bar{X}	Ss	t	p
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	Takım	134	2,02	1,01	-,978	,329
	Bireysel	47	2,19	1,08		
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklene Değer	Takım	134	2,27	1,00	,128	,898
	Bireysel	47	2,25	1,02		
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	Takım	134	2,07	1,14	-,425	,672
	Bireysel	47	2,15	1,08		
Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	Takım	134	2,04	1,03	-,771	,442
	Bireysel	47	2,18	1,05		

Toplam	Takım	134	2,10	,99	-,544	,587
	Bireysel	47	2,19	,99		

*: p<0,05

Tablo 5’de elde edilen verilerden anlaşılacağı üzere, katılımcıların ölçeğin toplam ve alt boyutlarından aldığı puan ortalamaları, spor türüne göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. (p>0,05).

Tablo 6
Katılımcıların Dijital Oyun Oynama Süresi Değişkenine Göre ÇİDOBÖ Alt Boyutlarına İlişkin One-Way ANOVA Sonuçları

Alt Boyutlar	Dijital Oyun Oynama Süresi			Ss	F	p	Fark
	0-60 dk.	N	\bar{X}				
Dijital Oyun Oynamaya Yönelik Aşırı Odaklanma ve Çatışma	0-60 dk.	67	1,87	1,05	3,065	,049*	3-1
	61-120 dk.	59	2,03	,93			
	+ 121 dk.	55	2,33	1,08			
Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer	0-60 dk.	67	2,06	1,06	4,309	,015*	3-1
	61-120 dk.	59	2,21	,85			
	+ 121 dk.	55	2,58	1,03			
Bireysel ve Sosyal Görevlerin/Ödevlerin Ertelenmesi	0-60 dk.	67	1,88	1,15	3,421	,035*	3-1
	61-120 dk.	59	2,03	,97			
	+ 121 dk.	55	2,40	1,19			
Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma	0-60 dk.	67	1,83	1,02	5,405	,005*	3-1 3-2
	61-120 dk.	59	2,02	,81			
	+ 121 dk.	55	2,43	1,18			
Toplam	0-60 dk.	67	1,91	1,03	4,480	,013*	3-1 3-2
	61-120 dk.	59	2,07	,81			
	+ 121 dk.	55	2,44	1,06			

*p<0.05

Tablo 6’ dan elde edilen verilere göre, katılımcıların ölçek ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamaları, ölçeğin genel ve alt ölçek puanlarının tamamında dijital oyun oynama süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir (p<0,05). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için yapılan test sonuçlarına göre, günlük 121 dakikadan daha fazla süre oyun oynayanların puan ortalaması diğer gruplardan yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tartışma

İl spor merkezlerindeki öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada öğrencilerin bağımlılık davranışlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Tablo 2). Ortaya çıkan bu sonuca göre, merkezde bulunan kadın ve erkek öğrencilerin dijital oyun oynama davranışlarının benzer olduğu söylenebilir. Bu davranışın benzer olmasını, öğrencilerin aynı sosyo-kültürel çevreden olması ve sporun içinde olmalarının etkilediği düşünülebilir. Literatür incelendiğinde araştırma bulgularını destekler nitelikte bulgular görülmektedir ancak Aydoğdu (2018), Kayhan ve Sabah (2022), Güvendi vd., (2019), Gübetekin

vd., (2021) farklı gruplarla yaptıkları çalışmalarda, erkeklerin dijital oyun bağımlılıklarının kadınlardan daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Araştırmadaki diğer bulgu öğrencilerin spor yılı değişkeninde “Oyun Süresinde Tolerans Gelişimi ve Oyuna Yüklenen Değer” alt boyutunda anlamlı farklılık çıktığı şeklindedir (Tablo 3). 3-5 yıldır spor yapanların puan ortalaması diğerlerinden düşük çıkmıştır. Ortaya çıkan bu sonuç spora yeni başlayanlar ve uzun süreli spor yapanların bağımlılıklarının daha yüksek olduğu, her defasında daha uzun süre oynamak istediği ve dijital oyunların hayatının çok önemli bir parçası haline geldiği (Hazar ve Hazar, 2017) şeklinde yorumlanabilir. Literatür incelendiğinde spor yılı değişkeninin kullanılmamış olduğu tespit edilmiş olup bu çalışmanın bulgusu ile literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmadaki diğer bulgu ise “Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması ve Oyuna Dalma” alt boyutunda yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermiş olduğudur (Tablo 4; $p<0,05$). Bu sonuç 11-13 yaş grubundaki öğrencilerin diğer gruplardaki öğrencilere göre okul dışı zamanlarda oyuna daha fazla zaman ayırdığı, oyun oynarken yeme, içme gibi fizyolojik ihtiyaçlarını daha fazla ertelediği şeklinde yorumlanabilir. Hazar vd., (2017), Hazar ve Ekici, (2021), Delebe ve Hazar, (2022), Aydoğdu, (2018) ve Soyöz-Semerci ve Balcı, (2020) farklı gruplarla yaptıkları çalışmalarda benzer bulgular tespit etmişlerdir.

Araştırmadaki başka bir bulgu, öğrencilerin ölçeğin toplam ve alt boyutlarından aldığı puan ortalamalarının spor türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemesidir. Puan ortalamalarına bakıldığında ise bireysel sporlarla uğraşan öğrencilerin daha yüksek ortalamalara sahip olduğu görülmektedir. Takım sporlarındaki branşların genellikle bireysel sporlardan daha kalabalık olduğu herkes tarafından bilinen bir gerçektir. Sporcular boş zamanlarında telefon, bilgisayar veya tableten oyun oynamak yerine diğer takım arkadaşlarıyla zaman geçirmeyi tercih edebilirler. Bireysel sporlarla uğraşanların bu fırsatı çok yakalayamadıkları fikri aralarındaki farkı açıklayabileceği düşünülebilir.

Araştırmadaki son bulgu ise öğrencilerin ölçek ve alt boyutlarından aldıkları puan ortalamaları, ölçeğin genel ve alt ölçek puanlarının tamamında dijital oyun oynama süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği şeklindedir ($p<0,05$). Günlük 121 dakikadan daha fazla süre oyun oynayanların puan ortalaması diğer gruplardan yüksek olduğu tespit edilmiştir. Güvendi vd., (2019), Kayhan ve Sabah, (2022), Frölich vd., (2016), Atabay vd., (2023) yapmış oldukları çalışmalarda oyun oynama süresinin fazlalığının bağımlılığı etkilediği sonucuna varmışlardır. Bu çalışmalar araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, cinsiyet ve spor türü değişkeninin dijital oyun bağımlılığını etkilemediği, yaş, spor yılı ve dijital oyun oynama sürelerinin bağımlılığı etkilediği tespit edilmiştir. Son yıllardaki

pandemi, deprem ve doğal afet kaynaklı olumsuzlukların insanları çok çeşitli yönlerde etkilemiştir. Bu süreçte, eğitime, spor müsabakalarına hatta evlerden çıkmaya bile kısıtlamalar getirilmiştir. Bu süreçte de insanlar gezme, eğlenme, arkadaş ortamlarında bulunma gibi sosyalleşme aktivitelerinden uzaklaşmış ve dijital bir yaşam sürmüşlerdir. Bu olumsuz gelişmelerin de araştırma bulgularını etkileyebileceği düşünülebilir.

Çocukluktan ergenliğe geçiş süreci ile beraber bireylerde dijital kullanımlar artış göstermekte ve dijitale bağımlılık riski artmaktadır. Ailelerin bu süreçleri iyi kontrol etmesi, okulların ve derslerin yoğunlaşması ile beraber çocuk ve gençlerin dijital aletle ve oyunlar ile ilgili kısıtlamalar getirmesi, ayrıca öğretmen ve antrenörlerinde ailelerine destek olması önerilmektedir. Literatür incelendiğinde spor branşları arasında dijital oyun bağımlılığı konulu araştırmaların eksikliği de fark edilmiş olup diğer araştırmacılara konu ile ilgili çalışmaların artmasına katkı sağlaması önerilebilir.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Gazi Üniversitesi Etik Kurulu

Etik Kurulu Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 03.10.2023 tarihli, 07 sayılı

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: E-77082166-604.01.02-777978

Araştırmacıların Katkı Oranları

Beyanı Araştırmanın tüm aşamalarında iki yazar da eşit katkıda bulunmuştur.

Çatışma Beyanı

Yazarların araştırma ile ilgili bir çatışma beyanı bulunmamaktadır.

Kaynaklar

- APA (Amerikan Psikiyatri Birliği). (2013). *Ruhsal bozuklukların tanısal ve sayımsal el kitabı*. 5. Basım. (DSM-V) (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Atabay, M., Şimşek, M., Güllüoğlu, K., Erdoğan, F. (2023). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun oynama alışkanlıklarının oyun bağımlılıkları ve çeşitli demografikler açısından karşılaştırılması. *International Journal of Computers in Education*, 6(1), 30-46. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/3057696> 14.12.2023 tarihinde alınmıştır
- Aydoğdu, F. (2018). Dijital oyun oynayan çocukların dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(31), 1-18. <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=780623> 12.08.2023 tarihinde alınmıştır.
- Delebe, A., ve Hazar, Z. (2022). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyinin bazı fiziksel parametrelere ve akademik başarıya göre incelenmesi. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 55-68.
- Dinç, M. (2012). Türkiye Dijital Oyunlar Federasyonu, Türkiye Büyük Millet Meclisi Araştırma Komisyonları bilişim/internet sunumu. http://www.tbmm.gov.tr/arastirma_komisyonlari/bilisim_internet/docs/sunumlar/turkiye_dijital_oyunlar_federasyonu.pdf 15.09.2023 tarihinde alınmıştır.
- Düzen, A. Ç. (2021). *Spor yapma durumuna göre lise öğrencilerinin psikolojik sağlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi (Tokat ili örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Amasya Üniversitesi, Amasya.
- Frölich, J., Lehmkuhl, G., Orawa, H., ve Bromba, M. (2016) Computer game misuse and addiction of adolescents in a clinically referred study sample. *Computers in Human Behavior*, 55, 9-15. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.08.043>

- Gülbetekin, E., Güven, E., ve Tuncel, O. (2021). Adolesanların dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite tutum ve davranışlarını etkileyen faktörler. *Bağımlılık Dergisi*, 22(2), 148-160. doi:10.51982/bagimli.866578
- Güvendi, B., Demir, G. T., ve Keskin, B. (2019). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık. *OPUS International Journal of Society Researches*, 11(18), 1194-1217.
- Hazar, Z., ve Hazar, M. (2017). Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 204-216.
- Hazar, Z., Tekkurşun, G., Namlı, S., ve Türkeli, A. (2017). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 320-332
- Hazar, Z., ve Ekici, F. (2021). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile zorbalık bilişleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(1), 1-15. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1263731> 14.12.2023 tarihinde alınmıştır.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Akademik Yayıncılık
- Kayhan, O., ve Sabah, S. (2022). Sedarter ve spor yapan öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 111-120. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/2317659> 20.08.2023 tarihinde alınmıştır.
- Soyöz-Semerci, Ö. U., ve Balcı, E. V. (2020). Lise öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı üzerine bir alan araştırması: Uşak örneği. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 10(3), 538-567. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/1467847> 19.09.2023 tarihinde alınmıştır.
- T.C. Sağlık Bakanlığı. (t.y.). Uyuşturucu ile Mücadele Danışma ve Destek Hattı. Erişim adresi <https://alo191.saglik.gov.tr/TR,21183/bagimlilik-nedir.html> 15.08.2023 tarihinde alınmıştır.
- Urlu Y. (2014). *10-12 yaş grubu çocukların fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılması (Antalya İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- Uzunoğlu, A. (2021). *Dijital oyun ve bağımlılık. Yeni Medya*, 2021(11), 116-131. <https://dergipark.org.tr/en/pub/yenimedya/issue/67044/1024646> 09.09.2023 tarihinde alınmıştır.
- WHO (2021, Kasım 25). Addictive behaviours. https://www.who.int/health-topics/addictivebehaviours#tab=tab_1 18.09.2023 tarihinde ulaşılmıştır.
- Yalçın-Irmak, A., ve Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.



Bu eser [Creative Commons Atf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.