

OYUN BAĞIMLILIĞININ SOSYALLEŞME SÜRECİNE YÖNELİK MOTİVASYON ÜZERİNDEKİ ROLÜ¹

Engin ÇELEBİ²

ÖZ

Bir eğlence ve boş zaman etkinliği olarak görülen, popülerliği giderek artan ve her yaş grubunun ilgisini çekerek bağımlılık yapabilen oyun oynama alışkanlığı patolojik bir vaka olarak görülüp damgalanma hissi yaratabilmektedir. Bu yüzden oyun oynama bağımlılığının bilişsel, duygusal ve davranışsal etkileri önemi giderek artan bir konu haline gelmiş ve bu alan kamuoyunun, akademisyenlerin ve uygulayıcıların ilgisini çekmiştir. Araştırma kapsamında dijital ortamlarda (bilgisayar, tablet, cep telefonu vb.) ve yüz yüze ortamlarda (eğlence merkezleri, kahvehaneler vb.) oyun oynamayı tercih eden toplam 244 kişi üzerinde bir araştırma yapılmıştır. 2 farklı grup üzerinde yapılan araştırma sonuçlarında benzer bulgulara ulaşılmıştır. Literatürün aksine, araştırma sonucunda oyun oynayanların kendilerini bağımlı olarak görmedikleri, oyun oynamanın iş/egitim veya sosyal hayatın ihmal, öz yeterlilik, kontrol eksikliği, depresyon, kaygı, yalnızlık ve agresif tutumlar gibi herhangi bir olumsuz sonucunu hissetmedikleri veya bunu farkında olmadıkları bulgusuna ulaşılmıştır. Aksine, sosyal etkileşimlere fırsat sağlaması, yeni arkadaşlıklar edinilmesi, sosyal becerilerin ortaya konulması ve gündelik sıkıntılardan kaçış gibi nedenlerden dolayı oyun oynama bağımlılığına sahip olanların kendilerini mutlu ve huzurlu hissettikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Oyun Bağımlılığı, Dijital Oyunlar, Teknoloji Bağımlılığı, Sosyal Motivasyon, Sosyal Bağlılık

THE ROLE OF GAME ADDICTION ON MOTIVATION FOR SOCIALIZATION PROCESS

ABSTRACT

As a fun and leisure activity with increasing the popularity and addiction of all age groups, playing games can be seen as a pathological case in the society and can create a feeling of stigma. Therefore, the cognitive, emotional and behavioral effects of game addiction have become an increasingly important issue and attracted the attention of the public, academicians and practitioners. A survey has been conducted on 244 people who prefer to play games in digital environments (computers, tablets, mobile phones etc.) and face-to-face environments (entertainment centers, coffeehouses etc.). The results of the research on 2 different groups gave similar findings. Contrary the literature, the research data revealed that the gamers didn't see themselves as addicted or they are not aware of this, and that playing games did not makes feel them any negative consequences such as neglect of

¹ Araştırma için Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan etik kurul raporu (Yıl: 2017, Toplantı Sayısı: 65, Karar No: 33) alınmıştır.

² Dr., Çukurova Üniversitesi İletişim Fakültesi, engincelebi@cu.edu.tr, ORCID ID: 0000-0001-5791-8080

work / education or social life, self-sufficiency, lack of control, anxiety, loneliness and aggressive attitudes. On the contrary, It is concluded that playing games feels players happy and peaceful, because there are many reasons such as providing opportunities for social interactions, acquiring new friendships, revealing social skills and avoiding daily troubles.

Keywords: Game Addiction, Digital Games, Technology Addiction, Social Motivation, Social Commitment

GİRİŞ

Dijital ortamlarda (cep telefonu, bilgisayar, tablet vb.) oyun oynama uygulamalarının sayısı çeşitlenerek artmaktadır. Bu tarz uygulamalar ile sunulan oyunlar son zamanlarda çok başarılı olmuş ve toplumdaki çoğu kişinin boş zaman aktivitelerini değiştirmiştir. Ücretli sunulan oyunların yanı sıra çoğu oyunun ücretsiz sunulmasıyla beraber dijital ortamlarda oyun oynayanların sayısı hızla artmıştır ve bağımlılık yaratarak artmaya devam etmektedir. Bu bağımlılık ise kamuoyunun ve akademisyenlerin ilgisini çekmektedir. Her yaş grubunun ilgisini çeken ve popülerliği giderek artan oyun oynama alışkanlığı oyuncular için sadece bir eğlence ve boş zaman etkinliği olarak görülmesine rağmen toplumda patolojik bir vaka olarak görülüp damgalanma (ruhsal hastalık) hissi yaratabilmektedir.

Oyun alanları bireylere alternatif bir sosyal bağlantı imkânı sunmaktadır. Bu yüzden dijital veya sosyal ortamlarda oyun oynamak oyuncularında sosyalleşme duygusu yaratabilir. Diğer yandan bu çalışmanın literatür kısmında değinileceği gibi, oyun oynamanın sosyalleşmeyi olumsuz etkilediği düşüncesi de yaygın bir görüştür.

Dünya genelinde popülerlik kazanarak davranışsal bir bağımlılığa dönüşen ve bir eğlence kültürü olarak özellikle de genç kuşaklar tarafından tercih edilen dijital ortamlarda oyun oynama bağımlılığına yönelik kaygılar, oyuncular tarafından her ne kadar zararsız olarak görülse de, sürekli artmaktadır. Bu çalışma kapsamında; oyun oynama bağımlılığı ve sosyalleşme süreci arasındaki ilişkilerin ortaya koyulması, dijital ortamlarda oynanan ve yüz yüze ortamlarda oynanan oyunların sosyalleşme sürecine yönelik tutumsal ve davranışsal etkilerinin ölçülmesi, farklılıklarının ve benzerliklerinin ortaya çıkartılması, bunların kişilerin akıl sağlığını ve mutluluğunu nasıl etkilediğinin belirlenmesi, sosyalleşmeye yönelik psikolojik girişkenliklere ne derece bir etkisinin olduğunun anlaşılması ve tüm bu sonuçların sosyokültürel özelliklerle ilişkisi incelenecektir.

1. Bir Halk Sağlığı Sorunu Olarak Görülen Oyun Bağımlılığının Psikososyal Etkileri Üzerine Literatür Taraması

Dünyanın birçok yerinde popüler ve çağdaş bir eğlence haline gelen dijital ortamlarda oyun oynama bağımlılığının olumsuz etkilerinin çok yönlü olduğu düşünülmektedir. Bu yüzden oyun bağımlılığı psikososyal bir bakış açısıyla ele alınıp, bir halk sağlığı sorunu olarak görülebilmektedir. Oyun bağımlılığı çok farklı olumsuzluklarla ilişkilendirilmiştir. Araştırmalar özellikle de gençlerin risk ve olumsuz sonuçlar altında olduğunu göstermektedir. Yapılan araştırmalarda; eğitim/iş ve ev sorumluluklarının ihmal edilmesi, sosyal ilişkilerin bozulması, fiziksel aktivite eksikliği, gerçeklikten kaçma, olumsuz psikolojik etkiler, uyku problemleri, zaman kaybı, sosyal izolasyon vb. birçok sorun oyun bağımlılığının olumsuz sonuçları olarak tanımlanmıştır. Üstelik Cho vd.'nin (2018) yapmış olduğu araştırmaya göre dijital oyun bağımlılığı suç oranının artmasına neden olabilmekte ve iş gücüne katılım, danışmanlık giderleri, bağımlılığın azaltılması için yapılan tesis yatırımları gibi alanlarda devlete ekonomik kayıplar yaşatabilmektedir.

Araştırmalar çoğu oyun oynayan kişilerin aynı davranış kalıplarına sahip olduğunu göstermektedir. Dijital ortamlarda oyun oynama bağımlılığına ilişkin negatif sonuçlar arasında farklılıklar olsa dahi oyuncuların kişisel ve sosyal ilişkilerine yönelik benzer bulgular vardır.

Stockdale ve Coyne (2018: 265) farklı bölgelerde 1205 genç üzerine yapmış oldukları araştırmada kontrol grubunda yer alan ve dijital oyun bağımlılığı olmayan gruba göre dijital oyun bağımlılarının akıl sağlıkları, bilişsel fonksiyonları, dürtü kontrolleri, depresyon ve kaygı yaşama sıklıkları, anksiyete bozuklukları ve sosyal izolasyonları gibi konularda olumsuz verilere ulaşmışlardır. Benzer olarak Carras vd. (2018: 246) problematik oyuncuların özelliklerini şu şekilde bulmuştur; oyun nedeniyle oluşan zararlar/fonksiyonel bozukluk, problemlere rağmen oyun oynamaya devam etme, oyun bağımlılığı öncesindeki hobilere ve eğlence alanlarına ilgi kaybı, oyun oynamayı bırakmaya yönelik girişimlerde başarısız olma.

Jeong ve arkadaşlarının (2017: 208) dijital oyun bağımlılarının yalnızlığı, depresyon durumu ve agresifliği üzerine yaptığı araştırmada; yalnız yaşayan ve depresif insanların oyun bağımlılığına yönelik eğilimlerinin olduğu, oyunların gerçek

hayattaki sosyal sorunları çözmek için bir araç olarak görüldüğü, agresifliğin oyun bağımlılığıyla güçlü bir ilişki içinde olduğu, bunun nedeninin ise şiddet içerikli oyunlar olabileceği belirtilmektedir. Blinka ve Mikuska (2014) yapmış oldukları araştırmada bağımlılık riski altındaki dijital oyun bağımlılarının kişilerarası güven ve sosyal öz yeterliliklerinin diğer akranlarına göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Araştırmacılara göre daha az sosyal beceriye sahip olan oyuncular daha fazla problemle karşılaşmaktadır. Araştırmacılara göre oyun oynamaya yönelik sosyal motivasyon ve oyun bağımlılığı birbirleriyle pozitif ilişkilidir. Sosyal öz-yeterlilikleri ise (kişilerin başkalarıyla ilişki kurup sürdürme konusundaki yetkinliğinin ve/veya grup faaliyetlerine olan güvenin inancı), oyun bağımlılığı ile olumsuz ilişkilidir.

Witteck ve arkadaşlarının (2016: 684) video oyun bağımlılarına yönelik yapmış oldukları araştırmada erkeklerin, gençlerin, yalnız yaşayanların ve bazı bölgelerde yaşayanların sağlık sorunlarına neden olabilecek kadar daha fazla oyun bağımlısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kim ve arkadaşlarının (2017: 3218) 1775 ilk ve ortaokul öğrencisi üzerinde yaptıkları araştırmada saldırganlık tutumu ile oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Saquib ve arkadaşları (2017) yaptıkları araştırmada oyun bağımlılığı ile psikolojik sıkıntı arasında güçlü bir ilişki bulmuştur. Hyun ve arkadaşlarının (2015) yapmış olduğu araştırma sonucunda, oyun oynamayanlara göre oyun bağımlısı olanlar için en güçlü risk faktörü olarak psikopatolojik (dikkat eksikliği, olumsuz ruh hali, depresyon, kaygı ve dürtülerine hakim olamama) faktörler ilk sırada belirtilmiştir. Ayrıca oyun bağımlılarının kontrol grubuna göre sosyal etkileşim faktörleri (aile ortamı, sosyal anksiyete ve benlik saygısı) ve bilişsel faktörleri de (IQ seviyesi, tekrarlayıcı hatalar) olumsuz olarak ilişkilendirilmiştir. You ve arkadaşlarının (2017) yaptığı araştırma sonucuna göre benlik saygısı ve sosyal beceriler oyun bağımlılığı ile anlamlı negatif korelasyona sahiptir. Depresyonun ise yine oyun bağımlılığı ile anlamlı bir korelasyon içinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Oyun bağımlılarının beyin yapıları (MR ve MRS ile) dahi araştırılan bir alan haline gelmiştir (Han vd. 2014) ve literatürde oyun bağımlılığının beyin gelişimini (Kornhuber vd. 2013) olumsuz etkilediği sonucu mevcuttur.

Shiue (2015) yapmış olduğu araştırmada oyun bağımlılarının hipertansiyon ve kalp rahatsızlıkları gibi sağlık sorunları yaşadıkları ve mutsuz oldukları sonucuna ulaşmıştır. Rooij ve arkadaşları (2017) oyun bağımlısı olan ve hasta olarak tanımladıkları gençler üzerinde yapmış oldukları araştırmada sosyal anksiyete bozuklukları, ebeveyn-çocuk ilişkilerinde problemler ve çeşitli depresif ruhsal problemler saptamıştır.

Lee ve arkadaşları (2015: 426-427) yapmış oldukları araştırmada çok oyunculu dijital oyun bağımlılığı faktörlerini yedi başlık altında toplamıştır; Bilişsel ve duygusal belirtiler, ruh halinin değişmesi, oyun oynamaya yönelik duyulan memnuniyet, oyunu bıraktığında duyulan his, çatışmalar (kişisel problemler, kişilerarası problemler, mesleki/akademik problemler), tekrarlayıcı davranışlar, kontrol kaybı.

Oskenbay ve arkadaşları (2016: 2352) oyun bağımlılığı ile psikolojik travma (stres, akıl sağlığının bozulması vb.) arasında olumlu bir ilişki bulmuştur. Loton ve arkadaşlarının (2016) oyun bağımlılarının zihinsel sağlığı üzerine yaptıkları araştırmada oyun bağımlılığı ile kaygı, depresyon ve stres arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Witteck ve arkadaşları (2016) Norveç’de 3389 oyun bağımlısı üzerinde yaptıkları araştırmada dijital oyun bağımlılığının derecesinin oyuncuların psikolojik sağlıklarıyla (sorumluluktan kaçma, duygusal dengesizlik) ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Araştırmalarda genellikle erkeklerin oyun bağımlılığına yönelik daha fazla problematik sorunlarla karşılaştığı sonucuna ulaşıldığı görülmektedir. Schmitt ve Livingston (2015) 477 erkek öğrenci üzerinde yaptıkları araştırmada oyun bağımlılığının derslere olan başarısızlığına ek olarak öğrencilerin oyun bağımlılığı ile alkol ve uyuşturucu kullanımları arasında bir korelasyon bulmuştur. Kim ve arkadaşları (2016) 230 erkek öğrenci üzerinde yaptıkları araştırmada oyun bağımlılığının öğrencilerin kaygı seviyesini arttırdığı sonucuna ulaşmıştır.

Oyun bağımlılarına yönelik yapılan klinik araştırma bulgularında oyun bağımlılarının sosyal kaygı, ebeveyn-çocuk ilişkisi sorunlarında ve çeşitli depresif

duygular konularında problemlili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Rooij vd., 2017). 833 öğrenci üzerine yapılan diğer bir araştırma sonucuna göre dijital oyun bağımlılığı okula olan bağlılığı ve ebeveyn çocuk ilişkisini olumsuz etkilemektedir (Zhu vd., 2015).

Diğer yandan literatürde oyun bağımlısı olanlar ile olmayanlar arasında bazı problematik farklılıklar olmasına rağmen psikososyal sağlık açısından belirgin bir farklılık olmadığını gösteren araştırma sonuçları da (Rooij vd., 2010) mevcuttur. Üstelik, literatür araştırmasında oyun oynama alışkanlığının bazı olumlu sonuçlarına da ulaşılmıştır. Graham (2014) oyunlarda başarılı olanların bu becerilerini çevrimiçi ortamdan çevrimdışı ortamlara taşıyabileceklerini ve bu sayede yaşantılarında önemli değişiklikler yapabileceklerini savunmaktadır. Diğer bir çalışmada ise, nicel ölçümlerin ankete katılan oyuncular tarafından çok farklı şekillerde yorumlandığı, karışık kavramlar içerdiği ve sadece olumsuz unsurlara odaklandığı sonucuna ulaştığı için Nielsen (2015) 5 oyun bağımlısına yönelik nitel bir araştırma yapmıştır ve oyun bağımlılığının olumsuz etkilerinden ziyade olumlu etkilerini belirten sonuçlara ulaşmıştır.

Türkiye’de 525 ilköğretim öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada öğrencilerin oyun bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Güllü vd., 2012). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırma sonucuna göre oyun bağımlılığı akademik başarıyı düşürmesine rağmen oyuncuların bu başarısızlığı kabul etmedikleri/farkında olmadıkları sonucuna ulaşılmıştır (Bülbul vd., 2018: 110). Türkiye’de yapılan nitel bir araştırma sonucuna göre ise dijital oyuncular oyunları gerçek hayatla ilişkilendirmekte, oyun oynamayı başka etkinliklere tercih etmekte ve oyunların gerçek hayatta karşılaşılan bir sorunun çözümünde yol gösterici olduğunu belirtmektedir (Yalçın ve Bertiz, 2019). Türkiye’de incelenen lisansüstü tezlere bakıldığında ise yapılan çalışmalarda oyun bağımlılığına yönelik sınırlı sayıda çalışma yapıldığı ve kısıtlı sonuçlara ulaşıldığı söylenebilir (Yeşilyurt, 2018).

Türkiye’de dijital oyun bağımlısı gençlere yönelik yapılan diğer bir çalışmada ise; spor aktivitelerine katılmayanların spor aktivitelerine katılanlara göre daha fazla dijital oyun bağımlısı olduğu, erkeklerin kadınlara göre daha fazla

oyun bağımlısı olduğu ve gelir durumu yüksek olanların gelir durumu düşük olanlara göre daha fazla oyun bağımlısı olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Yaşanılan bölgeye göre ise oyun bağımlılığına yönelik bir farklılık bulunmamıştır (Ekinci vd., 2007: 4989). Çakır ve arkadaşlarının (2011) yürüttüğü bir araştırmanın sonucuna göre sınıf veya oyun türüne göre üniversite öğrencilerinin oyun bağımlılıkları açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Lise öğrencileri üzerinde yapılan benzer bir çalışmada sınıflar arasında öğrencilerin oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Taş vd., 2014). Ortaokul öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada ise sınıf düzeyleri ile oyun bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ayrıca oyun bağımlısı öğrencilerin yalnızlık duygusunun daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Öncel ve Tekin, 2015). Bir diğer araştırma bulgusuna göre 10-15 yaş arası öğrencilerin oyun bağımlılığı ile sosyal anksiyete durumu orta düzey ilişkilidir (Karaca vd., 2016). Ayrıca, oyuna başlama yaşı küçüldükçe bağımlılık düzeyinin yükseldiği ve oyun bağımlılığının akademik başarıyı düşürdüğü sonuçlarına ulaşılmıştır (Bülbül ve Tunç, 2018).

2.Oyun Bağımlılığının Nedenleri Ve Belirtileri

Kişilerin oyun oynama motivasyonları farklılık gösterebilmektedir. Khazaal ve arkadaşları (2018) oyun bağımlılığı ölçeği oluştururken araştırmacıların en çok faydalandığı 5 kriteri şöyle sıralamıştır;

1- Meşguliyet: Tüm dikkatini oyuna verme ve sadece bunu düşünme. Bilişsel dikkat olarak değerlendirilen bu kriter bazı araştırmacılar tarafından temel kriter olarak kabul edilir. Bu kriter oyunda yüksek başarı gösterenler tarafından bildirilmektedir. Oyunların sosyal özellikleri ve akışlarıyla ilgili etkileşim nedeniyle oyuncular için bu kriterin ortak olduğu düşünülmektedir.

2- Oyun oynamayı bıraktığında sinirli, huzursuz ve üzüntülü hissedilmesi.

3- Başarıya ulaştıkça oyun süresinin artması (ancak bu oyun sürecinin bir parçasıdır).

4- Kaçış (Gündelik sıkıntılardan, sorunlardan vb.)

5- Sorunlara rağmen (fiziksel vb.) aşırı oyun oynamaya devam etme.

Lee ve Kim (2017) yapmış oldukları araştırmada boş zaman geçirme ve eğlence faktörlerinin oyun bağımlılığı ile düşük derecede ilişkili olduğunu, gece geç saatte oyun oynamanın, ebeveyn ve arkadaşlarla olan ilişkilerin derecesinin ise oyun bağımlılığıyla yüksek derecede ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Dijital oyun bağımlılığının nasıl ve neden oluştuğunu araştıran Liu ve Chang (2016: 911) ilk sırada “sosyal etkileşim” unsurunu bulmuştur. Bu unsuru sırasıyla “ortak oyun”, “eğlence”, “kaçış” (sorunlardan, gündelik sıkıntılardan vs,) ve “vakit geçirme” unsurları takip etmektedir. Özellikle de tek başına değil de birileriyle sosyal ağlar aracılığıyla oyun oynamak sosyal etkileşim ihtiyacının karşılanmasını sağlayabilir. Dolayısıyla birileriyle dijital veya yüz yüze ortamlarda oyun oynamak kişilere sosyal etkileşim deneyimi sağlayabilir. Ancak bu tarz sosyal etkileşimler tüm ihtiyaçları karşılayamaz ve bazı kişiler tarafından sosyalleşmede kopukluk duygusu hissettirebilir.

Bazı araştırmalarda oyun bağımlılarını psikolojik ve fizyolojik olarak ayırt edici tanımlamalar geliştirilmiştir (Hafeez vd., 2017). Çin’de 409 kişi üzerinde yapılan bir araştırma sonucuna göre kişileri oyun oynamaya iten faktörler yalnızlık, oyundan haz alma ve özkontrol gibi belirtilerdir. Boş zaman sıkıntısı ise oyun süresi ile ilişkilendirilmiştir (Cheng ve Leung, 2016: 1163). Çin’de yapılan diğer bir araştırma sonucunda ise oyun bağımlılarının oyunu bir kaçınma (gündelik yaşamdan, zorluklardan vs.) yöntemi olarak kullandıkları, duygusal tutarsızlık yaşadıkları ve bunun stresli bir yaşama neden olduğu bulgularına ulaşılmıştır (Li vd., 2018).

Kim ve arkadaşları (2017) yaşları 18-74 arasında değişen 1401 dijital oyun bağımlısı yetişkin üzerinde yapmış oldukları araştırmada özellikle bekar ve işsiz olan genç ve orta yaş yetişkinlerin depresyon düzeylerinin yüksek olduğu bulgusuna ve oyun oynamayı ürkeklik, üzüntü ve öfke gibi olumsuz duygulardan kaçmak için kullandıkları sonucuna ulaşmışlardır.

3. Oyun Bağımlılığı İle Mücadele Yöntemleri

Oyun bağımlılığını ve olumsuz sonuçlarını önlemek için literatürde bazı önermeler bulunmaktadır.

Dursun ve Çapan (2018: 137), özellikle ergenlik döneminde psikolojik ihtiyaçların (ilişki ve özerklik) karşılanmasının oyun bağımlılığına karşı önleyici bir faktör olacağını belirtmektedirler.

Hazar ve Hazar (2018), 11-14 yaş arası 80 ortaöğretim öğrencisi üzerine yapmış oldukları 12 hafta süren deneysel bir araştırmada fiziksel aktiviteye dayalı oyunların dijital oyun bağımlılığı seviyesini düşürmede etkin olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Borzikowsky ve Bernhardt (2018: 438), 305 oyun bağımlısı üzerine yaptıkları araştırmada kişilik yapısının (dayanıklılık, metanet: zorluklara veya engellere rağmen uzun vadeli hedeflerin izinde kalmaya devam etme yeteneği) ve daha büyük yaşların dijital oyun bağımlısı olma olasılığını azalttığı sonucuna ulaşmıştır.

Yu ve Park (2016), aile içi terapi yöntemlerinin oyun bağımlıları üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır. Zhu ve arkadaşları (2015) ise okula bağlılığın ve aile ilişkilerinin dijital oyun bağımlılığı üzerinde arabuluculuk etkilerini ortaya çıkartan bir araştırma yapmıştır.

Ayrıca, oyun bağımlıları için davranışsal bağımlılığa yönelik tedavi yöntemleri geliştirilmeye başlanılmıştır (Li vd., 2016). Diğer yandan, Gorman ve arkadaşları (2018) yapmış oldukları araştırmada; oyun bağımlılarına yönelik kumar, alkol ve uyuşturucu bağımlılarına uygulanan klinik tedavi yöntemlerinin benzerleri ve mevcut tedavi seçenekleri önerilmesine rağmen sadece küçük bir grubun bundan etkilenebileceği sonucuna ulaşmışlardır.

4.Araştırma

4.1.Araştırma Sorularının Oluşturulması

Sosyalleşmeye yönelik motivasyon ve toplumsal bağlılık ile oyun oynama esnasında kurulan sosyalleşme birbirleriyle ilişkili görünse dahi aslında oldukça karmaşıktır. Çünkü sosyalleşme ve toplumsal bağlılık farklı bir şekilde çevrimiçi ve çevrimdışı ilişkileri etkileyebilir. Bu durum tam tersi içinde geçerli olabilir. Bu yüzden düşük veya yüksek derecede oyun oynama oranı potansiyel etkilerin sonucuna yönelik belirleyici bir faktör olarak kullanılacaktır.

İlk araştırma sorusu ile oyun bağımlılığı olan kişilerin bu bağımlılıklarının günlük yaşantılarını ne yönde etkilediği araştırılacaktır.

Araştırma Sorusu 1: Dijital ortamlarda ve yüz yüze ortamlarda oyun oynama bağımlılığı kişilerin gündelik yaşantısını nasıl etkilemektedir? (Oyun oynamaya yönelik arzular, aşırılık, iş/egitim hayatının ihmali, öncelik, kontrol eksikliği, sosyal hayatın ihmali)

Bu çalışmanın amacı dâhilinde, oyun bağımlılığının etkisinin tam olarak ortaya çıkartılması için oyuncuların sosyalleşme sürecine yönelik sosyal arkadaşlık bağları ve yalnızlıkları ile olan ilişkilerin araştırılması gerekmektedir Bu kapsamda oluşturulan araştırma sorusu şu şekildedir;

Araştırma Sorusu 2: Dijital ortamlarda oyun oynayanlar ile yüz yüze ortamlarda oyun oynayanlar arasında yalnızlık (sosyal çevreleriyle olumlu veya olumsuz ilişkiler) duygusu açısından bir fark var mıdır?

Yine de kişilerin oyun bağımlılıklarının etkileri sadece sosyal hayatları veya sosyal yalnızlıkları ile açıklanamamalıdır. Çünkü oyun oynama bağımlılığında hem oyunun kendisinin verdiği motivasyonun hem de bunların sosyal hayata etkilerinin ortaya çıkartılması gerekmektedir. Bu yüzden sonraki araştırma soruları şu şekilde oluşturulmuştur.

Araştırma Sorusu 3: Dijital ortamlarda oyun oynayanlar ile yüz yüze ortamlarda oyun oynayanlar arasında ruhsal duygular (depresif duygular, olumlu duygular, huzursuzluk, güvensizlik) açıdan bir fark var mıdır?

Araştırma Sorusu 4: Dijital ortamlarda oyun oynayanlar ile yüz yüze ortamlarda oyun oynayanlar arasında agresif tutumlar (kızgınlık/öfke, düşmanlık/kin, fiziksel saldırganlık, sözlü saldırganlık) açısından bir fark var mıdır?

Dijital veya yüz yüze ortamlarda oyun oynama bağımlılığının sosyalleşmeye yönelik motivasyon süreci üzerine etkisini tam olarak anlamak ve bu etkilerin sosyokültürel farklılıklar ile olan ilişkisini ortaya çıkartmak için aşağıdaki soruya yanıt aramak amaçlanmıştır.

Araştırma Sorusu 5: Dijital ortamlarda oyun oynayanlar ile yüz yüze ortamlarda oyun oynayanlar arasında sosyokültürel (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, sosyal durumu, gelir durumu) açıdan bir fark var mıdır?

4.2. Araştırmanın Metodolojisi

Araştırma kapsamında veri toplama aracı olarak anket yöntemi uygulanmıştır. Araştırma için Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan etik kurul raporu (Yıl: 2017, Toplantı Sayısı: 65, Karar No: 33) alınmıştır.

Kişilerin akıl sağlığını ölçmek için kaygı, depresyon, davranışsal ve duygusal kontrol, genel pozitif etkiler, duygusal bağlamlar vb. birbirinin devamı/benzeri farklı ölçekler geliştirilmiştir (Veit ve Ware, 1983: 733; McHorney ve Ware, 1995: 19). Benzer şekilde internet bağımlılığına yönelik yapılan araştırmalar aşırı kullanım, çalışma hayatının ihmali, sivrılme, öz kontrol eksikliği, beklentiler, sosyal hayatın ihmali gibi maddeler üzerinden ölçülmektedir (Widyanto ve Mcmurrin, 2004: 454). Oyun bağımlılığının sosyal motivasyon ve toplumsallaşma sürecine yönelik etkisini ortaya çıkartmak için Jeong ve arkadaşlarının (2017) kendi çalışmalarında kullandığı anketten yararlanmıştır. Yazarların oyun bağımlılığı (Örnek: oyunsuz bir hayatın boş, sıkıcı ve keyifsiz olacağını düşünüyorum), yalnızlık (Örnek: kendimi sosyal çevremden yalıtılmış hissediyorum), depresyon (Örnek: bazen kendimi depresyonda hissediyorum) ve agresiflik (Örnek: Öfkemi kontrol etmekte zorlanıyorum) ölçümü için geliştirdiği bu anket revize edilerek Türkçeye uyarlanmıştır. Anket maddelerinin güvenilirliği ön çalışma ile test edilmiştir. Verilerin toplanması yaklaşık 4 ay (Şubat-Mayıs 2019) sürmüştür. Toplam 43 maddeden oluşan anketin iç tutarlılığı iyi bir düzey olan 823 Cronbach's Alpha ile sonuçlanmıştır. Kullanılan ölçeğin Cronbach's Alpha değeri yüksek ve tutarlı bulunduğu için ölçeklerde kullanılan maddelerin kabul edilebilir düzeyde olduğunu söyleyebiliriz.

Araştırma kapsamında dijital ortamlarda oyun oynayan 107 kişiye ve yüz yüze ortamlarda oyun oynayan 137 kişiye olmak üzere toplam 244 kişiye anket uygulaması yapılmıştır. Örneklem % 61.5'ini (n =150) erkekler, % 38.5'ini ise (n =94) kadınlar oluşturmuştur. Katılımcıların yaş aralığı ise şu şekildedir; 18-30 yaş

arası 66 kişi, 31-40 yaş arası 78 kişi, 41-50 yaş arası 44 kişi, 51 yaş ve üzeri 56 kişi. Araştırma kapsamında, oyun bağımlılığının sonuçlarını tahmin edebilmek için gereken süre en az 3 ay olarak belirlenmiştir ve anket uygulaması en az 3 ay süre ile oyun oynayan kişiler üzerinde uygulanmıştır. Katılımcıların günlük oyun oynama süreleri; 0-2 saat arası düşük derece, 2-4 saat arası orta derece, 4-6 saat arası yüksek derece, 6 saat yukarısı aşırı yüksek derece olarak ölçülmüştür. Örneklem dâhil edilen ve oyun bağımlısı olarak tanımlanan kişiler günlük oyun oynama süresine göre belirlenmiştir.

4.3. Araştırma Bulguları

İlk araştırma sorusuna yanıt aramak için yani oyun bağımlılığının kişilerin gündelik yaşantılarını nasıl etkilediğinin ortaya çıkartılması için dijital ortamlarda ve yüz yüze ortamlarda oyun oynayan kişilerin oyun oynamaya yönelik arzuları, aşırılık, iş/egitim hayatının ihmali, oyun oynamanın gündelik yaşamdaki önceliği, oyun oynamayı bırakmaya yönelik kontrol eksikliği ve sosyal hayatın ihmali faktörlerine bakılmıştır. Dijital ortamlarda oyun oynamayı tercih edenlere yönelik yapılan araştırma sonucu tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1: Dijital Ortamlarda Oyun Oynama Bağımlılığının Oyuncuların Gündelik Yaşantısına Etkisi

	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	Std. Hata Ort.
Oyun Oynama Arzusu	107	3,0125	1,14643	,11083
Aşırılık	107	2,6262	1,18491	,11455
İş/Eğitim İhmali	107	2,4299	1,18848	,11490
Öncelik	107	2,6869	1,27480	,12324
Kontrol Eksikliği	107	2,5561	1,35690	,13118
Sosyal Hayatın ihmali	107	2,8832	,91265	,08823

Tablo 1’e göre dijital ortamlarda oyun oynayanların oyun oynamaya yönelik istekleri ortalamaya yakın bir sonuç verirken olumsuz etkilere yönelik tutumlar ortalamanın altında bir sonuç vermiştir. Tablo 2’de gösterildiği gibi yüz yüze ortamlarda oyun oynayan kişilere yönelik sonuçlar benzerlik göstermektedir.

Tablo 2: Yüz yüze Ortamlarda Oyun Oynama Bağımlılığının Oyuncuların Gündelik Yaşantısına Etkisi

	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	Std. Hata Ort.
Oyun Oynama Arzusu	137	2,9903	,95310	,08143
Aşırılık	137	2,5742	1,04454	,08924
İş/Eğitim ihmali	137	2,2555	1,05913	,09049
Öncelik	137	2,6642	1,21889	,10414
Kontrol Eksikliği	137	2,5438	1,25363	,10711
Sosyal Hayatın ihmali	137	2,9380	,76323	,06521

Aralarındaki farkın anlamlı olup olmadığını test etmek için (veriler normal dağılıma sahip olduğu için) SPSS veri teknikleri kullanılarak parametrik test (bağımlı örneklem t-testi) yapılmıştır. T-testi sonucuna göre dijital ortamlarda ve yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların oyun oynama arzularına yönelik duyguları $t(106) = ,204, P < ,839$; aşırılık $t(106) = -,642, P < ,522$; iş/eğitim hayatının ihmali $t(106) = -1,148, P < ,253$; öncelik $t(106) = ,26, P < ,979$; oyun oynamamaya veya oyunu bırakmaya yönelik kontrol eksikliği $t(106) = ,024, P < ,981$; ve sosyal hayatın ihmali $t(106) = ,116, P < ,908$ ortalamaları arasındaki farklar anlamlı bulunmamıştır.

İkinci araştırma sorusu olarak dijital ortamlarda oyun oynayanlar ile yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların sosyal çevreleriyle kurmuş olduğu beşeri ilişkiler (olumlu veya olumsuz kişilerarası ilişkiler) açısından bir farklılık olup olmadığını ölçmek için öncelikle katılımcıların sosyal çevreleriyle olan ilişki durumları ölçülmüştür. Tablo 3’de gösterildiği gibi dijital ortamlarda oyun oynayanların sosyal çevreleriyle kurmuş oldukları olumlu beşeri ilişkilerin ($M= 3.55$) olumsuz ilişkilere göre ($M=2.32$) yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Tablo 3: Dijital Ortamlarda Oyun Oynayanların Beşeri İlişkileri

	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	Std. Hata Ort.
Olumlu ilişkiler	107	3,5495	,86965	,08407
Olumsuz ilişkiler	107	2,3252	,85805	,08295

Benzer olarak tablo 4’de gösterildiği gibi yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların sosyal çevreleriyle kurmuş oldukları olumlu beşeri ilişkiler (M= 3.60) olumsuz ilişkilere göre (M=2.32) anlamlı derecede yüksektir.

Tablo 4: Yüz yüze Ortamlarda Oyun Oynayanların Sosyal Beşeri İlişkileri

	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	Std. Hata Ort.
Olumlu ilişkiler	137	3,5971	,80768	,06900
Olumsuz ilişkiler	137	2,3212	,88063	,07524

T-testi sonucuna göre dijital ortamlarda ve yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların sosyal çevreleriyle kurmuş oldukları olumlu beşeri ilişkiler “t(106) = ,323, P < ,746” ile olumsuz beşeri ilişkiler “t(106) = ,450, P < ,653” arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Üçüncü araştırma sorusuna yanıt aramak için dijital ortamlarda oyun oynayanlar ile yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların ruhsal duyguları (depresif duygular, olumlu duygular, fiziksel iyilik halleri ve sosyal çevreye duyulan güvensizlik) ölçülmüştür. Dijital ortamlarda oyun oynayanların ruhsal duygularına yönelik sonuçlar tablo 5’de gösterilmektedir.

Tablo 5: Dijital Ortamlarda Oyun Oynayanların Ruhsal Duyguları

	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	Std. Hata Ort.
Depresif Duygular	107	3,2804	1,04651	,10117
Olumlu Duygular	107	3,5327	,87219	,08432
Fiziksel İyilik	107	3,3598	,93110	,09001
Sosyal Güvensizlik	107	2,7243	,92714	,08963

Tablo 5’de gösterildiği gibi dijital ortamlarda oyun oynayanların olumlu duyguları (M=3.53) depresif duygularından (M=3.28) daha yüksek bir ortalama vermiştir. Yine katılımcıların fiziksel iyilik halleri (M= 3.36) ortalamanın üzerinde bir sonuç vermiştir. Sosyal çevreye duydukları güvensizlikleri ise ortalamanın altında (M= 2.72) bir sonuç vermiştir.

Benzer şekilde Tablo 6’da gösterildiği üzere yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların olumlu duyguları (M=3.38) depresif duygularından (M=3.19) daha

yüksek ölçülmüştür. Fiziksel açıdan iyilik halleri ise (M= 3.31) yine ortalamanın üzerinde bir sonuç vermiştir. Güvensizlikleri ise ortalamanın altında (M= 2.82) bir sonuç vermiştir.

Tablo 6: Yüz yüze Ortamlarda Oyun Oynayanların Ruhsal Duyguları

	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	Std. Hata Ort.
Depresif Duygular	137	3,1934	1,02765	,08780
Olumlu Duygular	137	3,3832	1,10191	,09414
Fiziksel İyilik	137	3,3066	,92999	,07945
Sosyal Güvensizlik	137	2,8248	1,00658	,08600

T-testi sonucuna göre dijital ortamlarda ve yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların depresif duyguları $t(106) = ,249$, $P < ,804$; olumlu duyguları $t(106) = -2,244$, $P < ,027$; fiziksel açıdan iyilik halleri $t(106) = -,746$, $P < ,457$; ve sosyal çevreye duydukları güvensizlik duyguları $t(106) = 1,319$, $P < ,190$ arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Katılımcıların depresif duyguları ile olumlu duyguları ortalamalarının yüksek olması oyuncuların farklı ruh haline geçişlerindeki kolaylık olarak yorumlanabilir. Bu durum üzerinde daha fazla araştırılma yapılması gereken bir konu olarak dikkat çekmektedir.

Dördüncü araştırma sorusuna yanıt aramak için dijital ortamlarda oyun oynayanlar ile yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların agresif tutumları (kızgınlık/öfke, düşmanlık/kin, fiziksel saldırganlık, sözlü saldırganlık) ölçülmüştür. Dijital ortamlarda oyun oynayanların agresif davranışlarına yönelik sonuçlar tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 7: Dijital Ortamlarda Oyun Oynayanların Agresif Davranışları

	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	Std. Hata Ort.
Kızgınlık/Öfke	107	2,8645	,69557	,06724
Düşmanlık/Kin	107	2,5234	,98666	,09538
Fiziksel Saldırı	107	2,5483	,88577	,08563
Sözlü Saldırı	107	2,9626	,70276	,06794

Tablo 7’de gösterildiği üzere dijital ortamlarda oyun oynayanların agresif davranışları ortalamaların altında sonuç vermiştir. Tablo 8’de ise yüz yüze ortamlarda oyun oynamayı tercih edenlerin ortalamaları gösterilmektedir ve sonuçlar benzer şekilde ortalamaların altındadır.

Tablo 8: Yüz yüze Ortamlarda Oyun Oynayanların Agresif Davranışları

	Sayı	Ortalama	Std. Sap.	Std. Hata Ort.
Kızgınlık/Öfke	137	2,8704	,59339	,05070
Düşmanlık/Kin	137	2,3869	1,15681	,09883
Fiziksel Saldırı	137	2,2847	,82895	,07082
Sözlü Saldırı	137	2,9161	,80798	,06903

T-testi sonucuna göre dijital ortamlarda ve yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların agresif davranışları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır; Kızgınlık/öfke $t(106) = ,128$, $P < ,898$; Düşmanlık/Kin $t(106) = -,320$, $P < ,750$; Fiziksel Saldırı $t(106) = -1,709$, $P < ,090$; Sözlü Saldırı $t(106) = -,981$, $P < ,329$.

Araştırma Sorusu 5’e yanıt aramak için dijital ortamlarda oyun oynayanlar ile yüz yüze ortamlarda oyun oynayanlar arasında sosyokültürel (cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, sosyal durumu, gelir durumu) açıdan bir farklılık olup olmadığı araştırılmıştır. SPSS verilerine göre iki grup arasında yaş $t(106) = -3,946$, $P > ,000$; eğitim durumu $t(106) = -5,432$, $P > ,000$; çalışma durumu $t(106) = 3,822$, $P > ,000$; ve sosyal durumları $t(106) = -3,410$, $P > ,001$ açısından anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Dijital ortamlarda oyun oynamayı gençler tercih ederken yüz yüze ortamlarda oyun oynamayı tercih edenleri 41 yaş üzeri kişiler oluşturmaktaydı. Üniversite eğitimi alanlar dijital ortamları tercih ederlerken üniversite eğitimi almayanlar yüz yüze ortamlarda oyun oynamayı tercih etmektedirler. Herhangi bir işte çalışmayanların ise tamgün bir işte çalışanlara göre daha fazla süre oyun oynadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca yalnız yaşayanlar (yurt, ev vb.) ailesi veya arkadaşlarıyla beraber yaşayanlara göre daha fazla süre oyun oynamaktadır. Araştırma verilerine göre cinsiyet $t(106) = ,396$, $P < ,693$; uyku süresi $t(106) = 1,075$, $P < ,285$; ve gelir durumu açısından $t(106) = -,476$, $P < ,635$ gruplar arasında herhangi anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

SONUÇ

Araştırma kapsamında dijital ortamlarda ve yüz yüze ortamlarda oyun oynayan kişiler üzerinden toplanan veriler analiz edilmiş ve katılımcıların oyun oynama motivasyonları ve bu bağımlılıklarının sosyalleşmeye yönelik motivasyon sürecine etki eden psikolojik faktörleri ölçülmüştür. Araştırma bulguları bu çalışmanın literatür kısmında belirtilen önceki araştırma sonuçlarıyla bazı konularda farklılık göstermektedir. Araştırma sonucu oyun bağımlılığının sonuçlarına dair yeni bakış açıları geliştirilmesine yönelik teorik katkılar ve pratik çıkarımlar sağlamaktadır. Bu veriler oyun bağımlılığı olan kişilere yönelik yapılacak çalışmalara rehberlik sağlayabilir.

Katılımcıların oyun oynamaya yönelik motivasyonları ile oyun oynama düzeyleri pozitif bir ilişki içindeydi. Ancak, dijital ortamlarda ve yüz yüze ortamlarda oyun oynayanların oyun oynama arzularına yönelik duyguları katılımcılar tarafından öncelikli ve öz kontrollerine yönelik bir eksiklik olarak görülmemekte ve katılımcılar bu alışkanlıklarının iş/egitim ve sosyal hayatlarının ihmaline yönelik olumsuz bir etkisinin olduğunu düşünmemektedirler (veya bunu farkında değildirler). Oyuncular özellikle dijital ortamlarda kendilerini daha fazla güvenli ve rahat hissedebilmekte ve bu sayede sosyal ilişkilerini geliştirdiklerini düşünebilmektedir. Ayrıca dijital ortamlarda oyuncular çeşitli karakterler seçerek kendilerini onlarla özdeşleştirebilmekte, duygusal değişiklik yaşayabilmekte ve böylece sosyal kaygılardan uzaklaşabildiklerini düşünebilmektedirler.

Oyun bağımlılığına karşı genelde olumsuz toplumsal önyargılar vardır. Ancak, araştırma bulgularına göre katılımcılar sosyal çevreleriyle olumlu beşeri ilişkilere sahip olduklarını düşünmektedirler. Bunda bireylerin kiminle (arkadaş üyeleri, aile bireyleri, yabancılar vb.) ve nerede (evde, dışarıda) oyun oynadıkları gibi faktörler oldukça belirleyicidir. Örneğin aile üyeleriyle ve arkadaş çevreleriyle beraber oyun oynamak etkileşimlerin artmasına fırsat sağlayabilir. Etkileşimli oyunlar beraber daha fazla vakit harcanmasına neden olabilir. Dijital ortamlarda oyun oynamayı tercih edenler ise Dünyanın farklı ülkelerindeki insanlarla etkileşim haline girebilir ve onlarla bilgi paylaşımında bulunabilirler. Ancak bu sosyal etkileşimlerin olumsuz sonuçlar verebileceği de unutulmamalıdır.

Araştırma bulgularına göre oyuncular olumlu ruh hallerine sahiptirler. Oyun oynamak oyuncular için psikolojik bir rahatlama sağlayabilir ve bu sayede kişiler olumsuz duygularını yok edebilir. Çünkü oyun oynarken aynı zamanda sosyal ilişkiler kurmak amaçlanmakta ve böylelikle farklı çevrelerle sosyal bağlantılar kurulabilmektedir. Buna benzer olumlu sonuçları olmasına rağmen oyun oynamanın sosyal çevre ile olan ilişkileri olumsuz etkilediği de yaygın bir görüştür. Sonuç olarak oyunların sosyal etkileşim için bazen olumlu bazen de olumsuz sonuçlar verdiği söylenilebilir. Oyun bağımlılığının sonuçlarına yönelik ruhsal faktörlerin analizinin belirlenmesi oldukça zordur.

Araştırma bulgularına göre oyun bağımlılığı ile agresif davranışlar arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Oysaki oyun oynamanın genellikle olumsuz etkilerine odaklanılmıştır. Diğer yandan, oyun oynamanın potansiyel yararları da vardır. Oyun oynarken topluluklar oluşturulabilir, sosyal iletişim ihtiyacı karşılanabilir, ekip ruhu kazanılabilir, yeni arkadaşlıklar edinilebilir, arkadaşlıklar geliştirilebilir, bir gruba ait hissedilebilir ve ortak bir amaç için hareket edilebilir. Bu ilişkiler oyun dışındaki zamana da yayılabilir. Oyuncular yalnız başına dahi olsa kendilerini zamanın dışında hissedebilirler. Zaman onlar için durmuştur veya çok hızlı geçmektedir. Olumlu bir ruh haline bürünme, disiplinli hareket etme ve zorlukların üstesinden gelip oyunda başarıya ulaşınca mutlu olma gibi olumlu yararları da ulaşılabilir. Oyuncular günlük sıkıntılardan ve zorluklardan uzaklaşma, rahatlama, yeni hedefler belirleme, becerilerini geliştirme, dikkat toplama, kontrol ve hâkimiyet duygularını geliştirme, hayal güçlerini geliştirme, başarıya ulaşma, ödül kazanma vb. olumlu duygular yaşadıklarını düşünebilir.

Çok oyunculu ve etkileşimli oyunları oynamayı tercih edenler ve yalnız başına oyun oynamayı tercih edenler arasında çeşitli farklılıklar olabilir. Mesela dijital ortamlarda tek başına oyun oynamak yalnızlık duyguları oluşturabilir. Buna rağmen, çelişkili görünse de, dijital ortamlarda oyun oynamak yalnızlık duygusunun üstünden gelmek için toplumsal çevreye bağlılık duygusu da yaratabilir. Dijital ortamlar sosyal çevresiyle iletişim kurmakta zorlananlar için alternatif bir ortam olarak görülebilir. Karşılıklı veya çok kişiyle oynanan oyunlar yeni arkadaşlıklar kurulması için fırsatlarda vermektedir. Oyuncular diğer topluluklar tarafından

oluşturulan gruplara katılabilir ve oyun içinde grup üyeleriyle pozitif iletişim kurabilirler. Ayrıca görüntülü ve sesli iletişim teknolojileri sayesinde etkileşim kurmak çok kolay hale gelmiştir. Yine de sanal ortamda kurulan bu tür duygusal ve davranışsal girişimlerde arkadaşların kalitesi önemsiz kalabilmektedir (Çelebi, 2014). Üstelik oyuncuların teknolojik cihazlar karşısında toplumdan izole edildiği unutulmamalıdır.

5. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecek Araştırmalar İçin Öneriler

Katılımcıların gönüllü bireylerden oluşması bu çalışmanın sınırlamalarından biridir. Ayrıca oyun bağımlılığının nasıl ve neden oluştuğu kültürel ve sosyal geçmişle olan ilişkisi araştırılmamıştır. Bir diğer sınırlama ise katılımcıların oyun esnasındaki davranışları ile oyun dışındaki davranışlarının farklılık gösterebilecek olmasıdır. Gelecek araştırmalarda katılımcıların hangi zaman aralıklarında oyun oynadıkları da incelenebilir. Oyun oynamayanlar, çok oyunculu oyunları tercih edenler ve yalnız başına oyun oynamayı tercih edenler karşılaştırılmalıdır. Bu yüzden, daha büyük bir örnekleme ve farklı hedef kitleler üzerinde uzun vadeli araştırmalar yapılmasına ihtiyaç vardır.

Dahası, çok fazla sayıda oyun türü vardır (savaş, bulmaca, spor, macera, yarış, aksiyon vb.). Bu çalışma sonuçlarına göre oyun türlerinin ve içeriklerinin etkilerini ortaya katmak güçtür. Üstelik ayrımları ve oyun oynama motivasyonlarını belirlemeye yönelik bir ölçek kullanılmasının yanı sıra odak grup görüşmeleriyle bu konunun ele alınması ve hatta oyun oynanmasına ara verilmesi ve bu sürecin etkilerinin karşılaştırılması gibi sosyal bir deney uygulanması oldukça yararlı bir sonuç verebilir.

KAYNAKÇA

BLINKA, Lukas ve MIKUSKA, Jakub (2014). “The role of social motivation and sociability of gamers in online game addiction”, *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace* 8(2), article 6. doi: 10.5817/CP2014-2-6.

- BORZIKOWSKY, Christoph ve BERNHARDT, Fabian (2018). “Lost in Virtual Gaming Worlds: Grit and Its Prognostic Value for Online Game Addiction”, *The American Journal on Addictions*, 27, p. 433-438.
- BÜLBÜL, Hasan ve TUNÇ, Tarkan (2018). “Telefon ve Oyun Bağımlılığı: Ölçek İncelemesi, Başlama Yaşı ve Başarıyla İlişkisi”, *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, Cilt: 9, Sayı: 21, s.1-13.
- BÜLBÜL, Hasan; TUNÇ, Tarkan ve AYDİL, Fırat (2018). “Üniversite Öğrencilerinde Oyun Bağımlılığı: Kişisel Özellikler ve Başarı İle İlişkisi”, *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, Cilt-Sayı: 11(3) s: 97-111.
- CARRAS, Michelle C.; PORTER, Anne M.; VAN ROOIJ, Antonius J.; KING, Daniel; LANGE, Amanda; CARRAS, Matthew ve LABRIQUE, Alain (2018). “Gamers’ insights into the phenomenology of normal gaming and game “addiction”: A mixed methods study”, *Computers in Human Behavior* 78, p. 238-246.
- CHENG, Chen ve LEUNG, Louis (2016). “Are you addicted to Candy Crush Saga? An exploratory study linking psychological factors to mobile social game addiction”, *Telematics and Informatics* 33, p. 1155-1166.
- CHO, Dong J.; KIM, Hyung T.; LEE, Jaywon ve PARK, Sang H. (2018). “Economic cost–benefit analysis of the addictive digital game industry”, *Applied Economics Letters*, 25:9, p. 638-642.
- ÇAKIR, Özlem; AYAS, Tuncay ve HORZUM, Mehmet Barış (2011). “Üniversite Öğrencilerinin İnternet ve Oyun Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi”, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, cilt: 44, sayı: 2, p. 95-117.
- ÇELEBİ Engin (2014). "Dijital Sosyalleşme: Çevrimiçi Sosyalleşmenin Sosyal Bağlılık, Kaygı, Depresyon ve Mutluluk Üzerine Etkileri", 'Dijital İletişim Etkisi' Uluslararası Akademik Konferans Bildiri Kitabı, İstanbul, İskenderiye Kitap, s.547-554.

DURSUN, Asiye ve ERASLAN-ÇAPAN, Bahtiyar (2018). “Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Psikolojik İhtiyaçlar”, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 19(2), s. 128-140.

EKİNCİ, Nurullah Emir.; YALÇIN, İlimdar; ÖZER, Ömer ve KARA, Tayfun (2017). “An investigation of the digital game addiction between high school students”, Journal of Human Sciences, 14(4), s. 4989 4994.

GORMAN, Thomas E.; GENTILE, Douglas A. ve GRENN, C. Shawn (2018). “Problem Gaming: A Short Primer”, American Journal of Play, volume 10, number 3, p. 309-327.

GRAHAM JR, Joseph M. (2014). “Narrative Therapy for Treating Video Game Addiction”, Int J Ment Health Addiction 12, p. 701–707.

GÜLLÜ, Mehmet; ARSLAN, Cengiz; DÜNDAR, Aykut ve MURATHAN, Fatih (2012). “İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılıklarının İncelenmesi”, Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Yıl: 5, Sayı: 9, s. 89-100.

HAFEEZ, Maria; IDRESS, Muhammad D. ve KIM, Jung-Yong (2017). “Development of a Diagnostic Algorithm to Identify Psycho-Physiological Game Addiction Attributes Using Statistical Parameters”, IEEE Access, Vol. 5, p. 22443-22452

HAN, Doug H.; LEE, Young S.; SHI, Xianfeng ve RENSHAW, Perry F. (2014). “Proton magnetic resonance spectroscopy (MRS) in on-line game addiction”, Journal of Psychiatric Research 58, p. 63-68.

HAZAR, Zekihan ve HAZAR, Muhsin (2018). “Effect Of Games Including Physical Activity On Digital Game Addiction Of 11-14 Age Group Middle-School Students”, Journal of Education and Training Studies, Vol. 6, No. 11, p. 243-253.

HYUN, Gi Jung.; HAN, Doug H.; LEE, Young S.; KANG, Kyoung D.; YOO, Seo Koo.; CHUNG, Un-Sun ve RENSHAW, Perry F. (2015). “Risk factors

associated with online game addiction: A hierarchical model”, *Computers in Human Behavior* 48, p. 706–713.

JEONG, Eui Jun.; KIM, Dan J. ve LEE, Dong Min (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 Huma-Computer Interaction*, Vol. 33, No: 3, p. 199–214.

KARACA, Semra; GÖK, Ceren; KALAY, Ebru; BAŞBUĞ, Mahmut; HEKİM, Melis; ONAN Nevin ve BARLAS, Gül Ünsal (2016). “Ortaokul Öğrencilerinde Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Anksiyetenin İncelenmesi”, *Clinical and Experimental Health Sciences* 6(1), s. 14-9.

KHAZAAL, Yasser; BREIVIK, Kyrre; ILLIEUX, Joel; ZULLINO, Daniele; THORENS, Gabriel; ACHAB, Sophia; GMEL, Gerhard ve CHATTON, Anne (2018). “Game Addiction Scale Assessment Through a Nationally Representative Sample of Young Adult Men: Item Response Theory Graded–Response Modeling”, *J Med Internet Res*;20(8):e10058, p. 1-16.

KIM, Dong Jun.; KIM, Kiwon; LEE, Hae-Woo; HONG, Jin-Pyo; CHO, Maeng Je.; FAVA, Maurizio; MISCHOULON, David, HEO, Jung-Yoon ve JEON, Hong Jin (2017). “Internet Game Addiction, Depression, and Escape From Negative Emotions in Adulthood”, *The Journal of Nervous and Mental Disease*, Vol. 205, N. 7, p. 568-573.

KIM, Nahyun; HUGHES, Tonda L.; PARK, Chang G.; QUINN, Laurie ve KONG, In Deok (2016). “Resting-State Peripheral Catecholamine and Anxiety Levels in Korean Male Adolescents with Internet Game Addiction”, *Cyberpsychology Behavior And Social Networking*, Volume 19, Number 3, p. 202-208.

KIM, Jae Yop; LEE, Jeon Suk ve OH, Sehun (2017). “A Path Model of School Violence Perpetration: Introducing Online Game Addiction as a New Risk Factor”, *Journal of Interpersonal Violence*, Vol. 32(21), p. 3205–3225.

KORNHUBER, Johannes; ZENSES, Eva-Maria; LENZ, Bernd; STOESSEL, Christina; BOUNA-PYRROU, Polyxeni; REHBEIN, Florian; KLIEM, Sören

- ve MÖBLE, Thomas (2013). “Low 2D:4D Values Are Associated with Video Game Addiction”, Plos One Vol. 8, Iss. 11, e79539, p. 1-6.
- LEE, Changho ve KIM, Ocktae (2017). “Predictors of online game addiction among Korean adolescents”, Addiction Research & Theory, Vol. 25, No. 1, p. 58–66.
- LEE, Zach W.Y.; CHEUNG, Christy M.K. ve CHAN, Tommy K.H. (2015). “Massively multiplayer online game addiction: Instrument development and validation”, Information & Management 52, p. 413–430.
- LI, Huanhuan; ZOU, Yingmin; WANG, Jiaqi ve YANG, Xuelin (2016). “Role of Stressful Life Events, Avoidant Coping Styles, and Neuroticism in Online Game Addiction among College Students: A Moderated Mediation Model”, Frontiers in Psychology Vol. 7, Article 1794, p. 1-14.
- LI, Wen; GARLAND, Eric L.; O’BRIEN, Jennifer E.; TRONNIER, Christine; MCGOVERN, Patricia; ANTHONY, Blake ve HOWARD, Matthew O. (2018). “Mindfulness-Oriented Recovery Enhancement for Video Game Addiction in Emerging Adults: Preliminary Findings from Case Reports”, Int J Ment Health Addiction 16, p. 928–945.
- LIU, Chuang-Chun ve CHANG, I-Cheng (2016). “Model of online game addiction: The role of computer-mediated communication motives”, Telematics and Informatics 33, p. 904-915.
- LOTON, Daniel; BORKOLES, Erika, LUBMAN, Dan ve POLMAN, Remco (2016). “Video Game Addiction, Engagement and Symptoms of Stress, Depression and Anxiety: The Mediating Role of Coping”, Int J Ment Health Addiction 14, p.565-578.
- NIELSEN, Rune Kristian Lundedal (2015). “Turning Data into People Player perspectives on game addiction”, 2015 International Conference on Interactive Technologies and Games, p. 76-83.
- MCHORNEY, Colleen A. ve WARE, John E. Jr (1995). “Construction and Validation of an Alternate Form General Mental Health Scale for the Medical

Outcomes Study Short-Form 36-Item Health Survey”, Medical Care Vol. 33:1, p. 15-28.

OSKENBAY, Fariza; TOLEGENOVA, Aliya; KALYMBETOVA, Elmira; CHUNG, Man Cheung, FAIZULLINA, Aida ve JAKUPOV, Maksat (2016) “Psychological trauma as a reason for computer game addiction among adolescents”, International Journal Of Environmental & Science Education, Vol. 11, No. 9, p. 2343-2353.

ÖNCEL, Mustafa ve TEKİN, Ahmet (2015). “Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Yalnızlık Durumlarının İncelenmesi”, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi, Cilt 2, Sayı 4, s. 7-17.

ROOIJ, Antonius J. Van; SCHOENMAKERS, Tim M. ve MHEEN, Dike Van De (2017). “Clinical validation of the C-VAT 2.0 assessment tool for gaming disorder: A sensitivity analysis of the proposed DSM-5 criteria and the clinical characteristics of young patients with ‘video game addiction’ ”, Addictive Behaviors 64, p. 269–274.

ROOIJ, Antonius J. Van; SCHOENMAKERS, Tim M.; VERMULST, Ad A.; EIJNDEN, Regina J.J.M. Van Den ve MHEEN, Dike Van De (2010) “Online video game addiction: identification of addicted adolescent gamers”, Addiction 106, p. 205–212.

SAQUIB, Nazmus; SAQUIB, Juliann; WAHID, AbdulWaris; AHMED, Abdulrahman Akmal.; DHUHAYR, Hamad Emad; ZAGHLOUL, Mohamed Saddik; EWID, Mohammed ve AL-MAZROU, Abdulrahman (2017). “Video game addiction and psychological distress among expatriate adolescents in Saudi Arabia”, Addictive Behaviors Reports 6, p. 112-117.

SCHMITT, Zachary L. ve LIVINGSTON, Michael G. (2015). “Video Game Addiction and College Performance Among Males: Results from a 1 Year Longitudinal Study”, Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking, Vol. 18- 1, p. 25-29.

- SHIUE, Ivy (2015). “Self and environmental exposures to drinking, smoking, gambling or video game addiction are associated with adult hypertension, heart and cerebrovascular diseases, allergy, self-rated health and happiness: Japanese General Social Survey, 2010”, *International Journal of Cardiology* 181, p. 403–412.
- STOCKDALE, Laura ve COYNE, Sarah M. (2018). “Video game addiction in emerging adulthood: Cross-sectional evidence of pathology in video game addicts as compared to matched healthy controls”, *Journal of Affective Disorders* 225, p. 265-272.
- TAŞ, İbrahim; EKER, Halime ve ANLI, Gazanfer (2014). “Orta Öğretim Öğrencilerinin İnternet Ve Oyun Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi”, *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying* 1 (2), s. 37-57.
- VEIT, Clairice T. ve WARE, John E. Jr. (1983). “The Structure of Psychological Distress and Well-Being in General Populations”, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, Vol. 51, No 5, p. 730-742.
- WIDYANTO, Laura & MCMURRAN, Mary (2004). “The Psychometric Properties of the Internet Addiction Test”, *CyberPsychology & Behavior*, Vol. 7, No. 4, p. 449-456.
- WITTEK, Charlotte Thoresen; FINSERAS, Turi Reiten; PALLESEN, Stale, MENTZONI, Rune Aune; HANSS, Daniel, GRIFFITHS, Mark D. ve MOLDE, Helge (2016). “Prevalence and Predictors of Video Game Addiction: A Study Based on a National Representative Sample of Gamers”, *Int J Ment Health Addiction* 14, p. 672–686.
- YALÇIN, Seda ve BERTİZ, Yasemin (2019). “Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığının etkileri üzerine nitel bir çalışma”, *Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi)* 3(1), p. 27-34.

YEŞİLYURT, Ferahim (2018). “Türkiye’de Eğitim-Öğretim Alanında Yapılan Bilgisayar Oyunları Konulu Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi”, Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, Cilt 9, Sayı 16

YOU, Sukkyung; KIM, Euikyung ve LEE, Donguk (2017). “Virtually Real: Exploring Avatar Identification in Game Addiction Among Massively Multiplayer Online Role-Playing Games (MMORPG) Players”, Games and Culture, Vol. 12(1), p.56-71.

YU, Jin-Hui ve PARK, Tai-Young (2016). “Family Therapy for an Adult Child Experiencing Bullying and Game Addiction: An Application of Bowenian and MRI Theories”, Contemp Fam Ther 38, p. 318–327.

ZHU, Jianjun; ZHANG, Wei; YU, Chengfu ve BAO, Zhenzhou (2015). “Early adolescent Internet game addiction in context: How parents, school, and peers impact youth”, Computers in Human Behavior 50, p. 159–168.