



Araştırma/Research

DOI: 10.7822/omuefd.759822

OMÜ Eğitim Fakültesi Dergisi

OMU Journal of Education Faculty

2021, 40(1), 257-274

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programının Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerine Etkisi*

Kemal ÖZCAN¹, Seher BALCI ÇELİK²

Makalenin Geliş Tarihi: 29.06.2020

Yayına Kabul Tarihi: 29.06.2021

Online Yayınlanma Tarihi: 30.06.2021

Bu çalışmada Motivasyonel Görüşme Tekniğine dayalı geliştirilen Psiko-eğitim programının Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı düzeylerine etkisi test edilmiştir. Araştırmanın örneklemini sekizer öğrenciden oluşan riskli deney grubu, riskli kontrol grubu ile düşük riskli deney grubu ve düşük riskli kontrol grubu olmak üzere 32 kişi oluşturmaktadır. Deney ve Kontrol Grupların oluşturulmasında kişisel bilgi formlarından ve çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinden yararlanılmıştır. Grupların kendi içerisinde riskli ve az riskli olarak gruplandırılmasında Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği toplam puan ortalamaları dikkate alınmıştır. Ön-test, son-test ve izleme testlerinde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Deney ve kontrol gruplarındaki öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığında aldıkları ön-test puanları, son-test puanları ve izleme testi puanları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek için Mann Whitney-U testi kullanılmıştır. Her iki deney gruplarındaki öğrencilere uygulanan programın etkinliğini belirleyebilmek amacıyla ölçeklerden aldıkları ön-test ve son-test, son-test ve izleme testi puanları arasındaki farkı anlamlılığını test etmek için Friedman İki yönlü ANOVA ve Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi kullanılmıştır. Düşük riskli grupta ön-test ve son-test puanlarıyla başarı ve ekonomik kazanç alt boyutlarında ön-test ve son-test puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlı olduğu bulunmuştur ($p < .05$). Son-test puan ortalamaları ön-test puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde daha düşüktür. Riskli grupta ise istatistiksel olarak anlamlı bir düşüş görülmemiştir. Bu bağlamda Motivasyonel Görüşme Tekniğinin düşük riskli gruplarda toplam puan ortalamaları ile ekonomik kazanç ve başarı alt boyutlarında etkili olduğu ($p < .05$) aksaklıklar alt boyutunda ise etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($p > .05$), yüksek riskli gruplardaki sonuçların ise, sadece aksaklık alt boyutu puan ortalamalarında düşüşler olmasına rağmen istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($p > .05$) bulunmuştur. Elde edilen bulgular alan yazın ışığında tartışılarak bazı önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: : Motivasyonel Görüşme, Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı, Psiko-Eğitim Programı, İnternet Oyun Bozukluğu, Orta Öğretim

GİRİŞ

Çocuk büyürken içinde yaşadığı topluma ait sosyal, kültürel ve toplumsal şeyleri çoğunlukla oyun yoluyla öğrenir (Kaya, 2013). Arkadaşlıkların oluşması, paylaşmak, yardımlaşmak, cinsiyet rollerinin

* Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü RPD Bilim Dalı'nda yapılan Doktora Tezinin bir bölümüdür ve Ondokuz Mayıs Üniversitesi tarafından desteklenmiştir.

¹ Dr.Öğr.Üyesi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, kozcan@omu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-4675-218X

² Prof.Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, sbalci@omu.edu.tr, ORCID: 0000-0001-9506-6528

Özcan, K., Balcı Çelik, S., (2021). Motivasyonel görüşme tekniğine dayalı psiko-eğitim programının lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeylerine etkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40(1), 257-274. DOI: 10.7822/omuefd.759822

kazanılması, gruplara girme, haklarını öğrenme ve koruma, başkalarının haklarına saygılı olma gibi sosyal birçok yeteneği de oyun yoluyla kazanır (Durualp E, 2010).

Oyun çocuğu hayata hazırlayan en önemli araçtır. Sadece çocukların değil gençlerin ve bazen de yetişkinlerin gelişiminde etkili olan oyunlar, yıllar içerisinde çoğalmış ve farklılaşmıştır. Hayatımızın her aşamasında yer alan teknoloji ile dijital oyunlar çocuklarımızın vazgeçilmez eğlence aracı haline gelmişlerdir. İnternetin hayatın her aşamasına girmesi ile uzak mesafeler arası çevrimiçi oyunların oynanabilmesine olanak vermiş, oyun grupları, oyun kulüpleri ve hatta oyun milli takımları oluşturularak sanal mecrada da ciddi bir yarış başlamıştır. Cep telefonlarının da artık oyunlara bağlanabilmesi, internetin gün geçtikçe daha ucuz ve hızlı olması da bunlara eklenince de internet üzerinden gruplar oluşturularak oynanabilen çevrimiçi oyunlar Türkiye Büyük Millet Meclisi Raporunda(2012) da belirtildiği üzere en çok tercih edilen dijital oyun türü haline gelmiştir.

Bunun yanında şiddet ve cinsellik içeren oyunlar piyasada yerini almış ve oyunların üzerine de tıpkı filmlerde olduğu gibi oynanabilecek yaş sınırlamalarının yazılması veya içeriğe göre sınıflandırarak oyunları satın alırken bilinçli olarak alınmasına katkı sağlamak için işaretlendirme sistemleri geliştirilmiştir (<https://pegi.info>, <https://www.esrb.org>). İnternet üzerinden bu tip oyunlara kolayca ulaşılabilir olması sebebiyle her geçen gün gençleri bekleyen riskler daha da artmaktadır.

Türkiye’de 20 milyondan fazla, dünyada ise 1 miyardan fazla dijital oyun oynayan kişi olduğu tahmin ediliyor. Türkiye’de oyun sektörünün pazarının 150-200 milyon dolar, dünyada 70 milyar dolar civarında olduğu yapılan araştırmalarda belirtilmektedir. Türkiye’de 20.000 üzerinde internet kafe vardır ve oyunlar en çok buralarda oynanmaktadır (Türkiye Büyük Millet Meclisi, 2012).

Oyun sektörünün büyüklüğü her geçen gün artmakta beğenilen filmlerin derhal oyunları hazırlanarak piyasaya sunulmaktadır. Oyun sektörü 2003 yılından itibaren pazar payı olarak sinema sektörünü geride bırakmıştır. Oyun yazılımı yapan büyük bir firmada 90.000 kişinin çalıştığı ve her yıl %26 büyüdüğü araştırmalarda belirtilmektedir (Kaya, 2013).

İnternet üzerinden oynanan oyunların çoğunlukta olduğu, konsol oyunlarının yanında çevrimiçi cep telefonu oyunlarının da eklendiği oyun sektöründe, her geçen gün daha fazla kişi oyunlara bağlılık geliştirmekte ve oyun sektörü sürekli büyümektedir. Zamanının çoğunu internette geçiren ve özellikle de çevrimiçi oyunları oynayan gençlerin ailesiyle ve okullarıyla ilgili sorunlar yaşamaları kaçınılmaz hale gelmektedir.

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından hazırlanan ve 1994 yılında yayınlanan, DSM IV- Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayısal El Kitabı’nda “internet ve oyun bağımlılığı” na yönelik doğrudan bir ifade yer almamaktaydı. Bu tür bağımlılıklar daha önceleri madde bağımlılığı kapsamında değerlendirilmekteydi (Cengizhan, 2005), fakat gelişen teknoloji ve farklılaşan durumlar dikkate alınarak sonraları bu tür rahatsızlıklar dürtü kontrol bozukluğu kapsamında değerlendirilmeye başlanmıştır (Benbir, Poyraz, & Apaydın, 2013). Sonrasında ise; 2013’de DSM-V kitabına ait yayınlanan ekte “Internet Gaming Disorder” ismiyle bir hastalık olarak yer aldığı görülmektedir (Petry & O’Brien, 2013). İnternet bağımlılığının en önemli alt bağımlılık türlerinden birisi de çevrimiçi oyun bağımlılığı olmaktadır. İnternet bağımlılığı sebepleri arasında internet üzerinden oyun oynamak (çevrimiçi oyun oynamak) ilk sıralarda gelmektedir.

“Bağımlılık bir oyundur. Sonu belli olan ama yine de denemenin göze alındığı bir oyun” (Ögel, 2015). Doruk, (2007) ise bağımlılığı bireyin sosyal, psikolojik veya biyolojik açıdan olumsuz etkilendiği halde herhangi bir davranışı yapmaya devam etmesi olarak tanımlamaktadır.

Bağımlılığın kesin sınırlarla tanımlanmasının güçlüğüne karşın, tanımlamada kullanılabilir üç önemli özelliği vardır. Birincisi, bağımlılık yapan şeye karşı çok güçlü istek duymak; ikincisi, bazen kontrolünü kaybetmek, üçüncüsü ise, bağımlı olunan şeye karşı aşırı ısrarcı olmaktır. Alışkanlıkta

bağımlılıktan farklı olarak eylemin rutin olarak yapılması daha öne çıkarken; bağımlılıkta ise eylemin yapılma dozu öne çıkmaktadır (Köksal, 2015; Shaffer, Hall, & Vander Bilt, 2000). Bu görüş Amerikan Psikiyatri Birliği Tanı Kriterleri (DSM IV) sınıflandırmasında madde bağımlılığı ile ilgili olarak şu şekilde ifade edilmiştir: “Bağımlılığın en önemli özelliği bir grup bilişsel, davranışsal ve fizyolojik semptomlardan oluşmasıdır ve bu semptomlar kişinin maddeye bağlı olarak yaşadığı önemli problemlere rağmen madde kullanmayı sürdürdüğünü gösterir” (Kara, 2014; Yancar, 2005).

Aşırı miktarda alınan tüm maddelerde ortak özellik olarak, beyindeki ödül pekiştirme ile ilgili bölgeleri doğrudan etkinleştirerek, davranışların pekişmesine katkıda bulunur. Amerikan Psikiyatri Birliği/American Psychiatric Association (APA) bağımlılıklar ile ilgili tanı ölçütlerini DSM-I, DSM-II, DSM-III, DSM-IV ve DSM-V yayınlarında ve alt yayınlarında belirtmiştir. Bu bilgilere göre; DSM-I (1952) ve DSM-II (1968) alkol ve uyuşturucu bağımlılığı alt başlığında sosyopatik kişilik bozukluklarından biri olarak sınıflandırılmış ve kişilik bozuklukları başlığı altında yer almıştır. DSM-III (1980)’de alkol ve uyuşturucu bağımlılığı Madde Kullanım Bozuklukları başlığı altında yeniden yapılandırılmıştır. Daha sonra DSM-IV (1994)’de dürtü kontrol bozukluğu başlığı altında patolojik kumar oynama yer almıştır (DSM-IV, 1994). DSM-V (2013)’te, DSM-IV’deki başlık genişletilerek Madde Kullanımı ve Bağımlılık Bozuklukları başlığı altında Madde ile İlişkili Olmayan Bağımlılıklar alt başlığında “kumar oynama bozukluğu” kavramı davranışsal bozukluk olarak kullanılmıştır. Bunların yanı sıra kafein kullanım bozukluğu DSM-V (2013) ve internet oyunları kullanım bozukluğu DSM-V (2013) Section III (Bölüm III) kısmına eklenmiştir (Reyhanlıoğlu, 2015). Her ne kadar internet bağımlılığına kitapta yer verilmese de DSM-V Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabında (2013) kumar oynama davranışı, kötüye kullanılabilen maddelerin ödül dizgelerini etkinleştirmesine benzer bir biçimde etki göstermesi ve madde kullanım bozukluklarının oluşturduğuna benzer davranışsal belirtilere neden olması nedeniyle kitapta yer verilmiştir (American Psychiatric Association, 2013).

Bağımlılıkla mücadelede denenen birçok farklı yöntem ve teknik arasında Motivasyonel Görüşme Tekniği son yıllarda giderek önem kazanan hızlı ve etkin olan bir tekniktir. Madde kullanımı ve bağımlılık alanında özellikle tercih edilen bir yöntem olarak öne çıkmaktadır. Bu yöntem özellikle de madde kullanan kişiyi bırakmaya zorlayan yöntemlerin başarısız olmasıyla önem kazanmıştır.

Motivasyonel Görüşmenin Tekniğinin etkileyici yanları ise kısa süreli olması ve kişide bırakma yönünde kalıcı etkiler yapmasıdır (Miller & Rollnick, 2009).

Motivasyonel görüşme, özellikle değişim için isteksiz olan veya çelişkili duyguları olan kişilerde kullanışlı bir yöntemdir. Bu yaklaşımda sıkça söz edilen ambivalans; bir şey ya da biri hakkında iki yönde hissetmek veya değişim ikilemi olarak da tanımlanabilir. Kişilerde ambivalansların keşfedilmesi ve tanımlanması, bu tekniğin gereklerinden birisidir. Değişim motivasyonunun sağlanması ise ancak ambivalansların keşfedilmesi ve çözülmesi ile mümkündür. Günümüzde büyük önem kazanan ve etkinliği birçok çalışmayla ispatlanan Motivasyonel Görüşme Tekniği odağını bu keşfedilen ambivalansların çözümüne dayandırır. Motivasyonel Görüşme iki ana evreden oluşmaktadır. Birinci evrede amaç bireye değişim için içsel motivasyonun kazandırılmasıdır. Değişimi sağlayacak stratejilerin belirlenmesi sebeplerden daha önemlidir. Asıl önemli amaç ise, bireyin ambivalanslarını çözerek değişim motivasyonunu sağlamaktır. İkinci evre ise değişim için güçlü bir bağlılık sağlanması ve bunu başarmaya yönelik bir değişim planını içermesidir. Başka bir deyişle ikinci evrede de danışanın odağı değiştirmek için istediği ve yapmayı planladığı şeyler önemlidir. Değişim konuşmaları sonucunda amaç belirlenmeli, birinci evreden ikinci evreye geçilmeli ve sonrasında değişimin sürekli hale gelmesinin nasıl sağlanacağı planlanmalıdır (Dicle, 2012; Miller & Rollnick, 2009).

Yazı tipi Book Antiqua, 10 punto, aralık önce 6nk sonra 6nk, satır aralığı 1.15. Yazı tipi Book Antiqua, 10 punto, aralık önce 6nk sonra 6nk, satır aralığı 1.15. Yazı tipi Book Antiqua, 10 punto, aralık önce 6nk

sonra 6nk, satır aralığı 1.15. Yazı tipi Book Antiqua, 10 punto, aralık önce 6nk sonra 6nk, satır aralığı 1.15. Yazı tipi Book Antiqua, 10 punto, aralık önce 6nk sonra 6nk, satır aralığı 1.15. Yazı tipi Book Antiqua. Yazı tipi Book Antiqua, 10 punto, aralık önce 6nk sonra 6nk, satır aralığı 1.15. Yazı tipi Book Antiqua, 10 punto, aralık önce 6nk sonra 6nk, satır aralığı 1.15.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırma kapsamından hazırlanan Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programının, çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeylerine etkisinin incelendiği yarı deneysel çalışmada “Ön-test, Son-test Kontrol Grup Desen” kullanılmıştır. Araştırma deseni Tablo 1’de verilmiştir

Tablo 1: *Araştırma Deseni*

Gruplar	Öntest	İşlem	Sontest	İzleme
Deney Grubu	Çevrimiçi Oyun bağımlılığı ölçeği	Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programı	Çevrimiçi Oyun bağımlılığı ölçeği	Çevrimiçi Oyun bağımlılığı ölçeği
Kontrol Grubu	Çevrimiçi Oyun bağımlılığı ölçeği	-----	Çevrimiçi Oyun bağımlılığı ölçeği	Çevrimiçi Oyun bağımlılığı ölçeği

Araştırmanın bir bağımsız, bir bağımlı değişkeni bulunmaktadır. Araştırmanın bağımsız değişkeni “Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programı”, bağımlı değişken ise Çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyidir.

Çalışma grubu

Çalışma grubunu, Samsun İli Merkez Atakum ilçesinde, lise 1, 2 ve 3. sınıflara devam eden seçkisiz belirlenen 172 öğrenci oluşturmaktadır. Lise son sınıf öğrencilerinin üniversiteye hazırlanmaları nedeniyle çalışma grubuna alınmamıştır. Formları eksik dolduran veya sınırlılıklar dışında bulunan öğrenciler (12 öğrenci) değerlendirmeye alınmamıştır. 160 öğrencinin aritmetik ortalamaları (\bar{X} = 49,74) ve standart sapmaları ($ss=17.88$) hesaplanmıştır.

Çalışmanın amacına uygun olarak grubun oluşturulmasında ayrıca, katılımcıların gönüllü olmaları, psikiyatrik bir tanı ve tedavi süreci geçirmemiş olmaları dikkate alınmıştır. “Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programı”nın etkinliğinin farklı risk gruplarına test edilebilmesi için Kişisel Bilgi Formunda sorulan sorulara verdikleri cevaplar, DSM-V kriterlerine verdikleri cevaplar (1-4 arası) ve çevrimiçi oyun bağımlılığı puanları dikkate alınarak belirlenmiştir.

Deney ve kontrol gruplarının oluşturulmasında katılımcıların (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-DSM V) İnternet Oyun Bozukluğu Kriterlerini de içeren “Kişisel Bilgi Formu” ve “Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği”ne verdikleri cevaplar göz önünde bulundurulmuştur. İnternet Oyun Bozukluğu Kriterleri 9 (dokuz) başlık altında toplanmıştır. 5 (beş) ve üzeri tanıya sahip olan bireyler bağımlı kabul edildiği için çalışma grubuna alınmamıştır. 3-4 tanı kriterini işaretleyen öğrenciler riskli grup olarak belirlenmiş, 1-2 tanı kriterini işaretleyen öğrenciler ise düşük riskli grup olarak belirlenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan formda öğrencilerin yaş, sınıf, cinsiyet, okul, ailenin ekonomik durumu gibi demografik özelliklerinin yanı sıra psikiyatrik geçmişi, aileye yönelik bilgi edinmeyi amaçlayan sorulara ilaveten risk gruplarını belirlemede yardımcı olması açısından DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) İnternet Oyun Bozukluğu Kriterleri de formda yer almaktadır.

Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Kaya (2013) tarafından geliştirilen, Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği 21 maddeden oluşmaktadır. Geçerlik çalışması sonucunda ölçeğin toplam varyansın %58.55'ini temsil ettiği ve 21 maddenin üç faktör altında toplandığı bulgusuna ulaşılmıştır. Ölçeğin güvenirlik analizleri sonucunda Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Analizler sonucu ortaya üç alt faktör çıkmıştır. Bu alt faktörden birincisi olan Aksaklıklar Alt faktörünün Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .90 olarak, başarı alt faktörünün Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .88 olarak ve ekonomik kazanç alt faktörünün Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Test-Tekrar Test Yöntemi ile güvenirlik analizi yapılabilmesi için 48 katılımcıya 15 gün ara ile Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği uygulanmış, ölçeğin tamamına yönelik iki uygulamadan alınan sonuçlar arasındaki Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı ise .94 olarak bulunmuştur. Aksaklıklar alt faktörüne ait iki uygulamadan alınan sonuçlar arasındaki Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı .85 olarak bulunurken, başarı alt faktörü için .73 ve ekonomik kazanç faktörü için .83 olarak bulunmuştur. Çalışma grubuyla yapılan analizde ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .92 olarak hesaplanmış,

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programı

Program hazırlanırken Motivasyonel Görüşme Tekniğine ait psikolojik danışma yaklaşımları temel alınmıştır. Ayrıca İnternet ve Oyun bağımlılığına yönelik yapılan deneysel ve yarı deneysel çalışmalarda yürütülen oturumlara yönelik yapılan çalışmalar içerik ve süreç olarak karşılaştırılmalı bir şekilde incelenmiştir. Motivasyonel Görüşme Tekniklerine Dayalı Psiko-Eğitim Programı, 5 grup oturumu ve 1 izleme oturumu içermektedir. Haftada 1 defa yaklaşık 120 dk. süren grup oturumlarında oturumun konusuna uygun bir ısınma etkinliği, bir önceki oturuma ilişkin ev ödevleri varsa değerlendirilmesi, yeni konuların işlenmesi ve yeni ev ödevi varsa verilmesi süreçlerinden oluşmaktadır. Her oturumda eğitimciye bilgi verici notlar eklenmiştir. Bireysel problemlerin çeşitliliği göz önüne alındığında oturumlarda eğitimcinin kendi grubuna göre değişiklikler yapabilmesine uygun tasarlanmıştır. Bu sebeple her oturumdan sonra diğer oturum önceki oturumlar göz önünde bulundurularak tekrar düzenlenebilir. Oturumların sonunda her öğrencinin kendi bireysel değişim planını oluşturması hedeflenmiş ve planlarının aileleriyle paylaşılması ve ortak bir plana dönüştürülmesi teşvik edilmiştir. İzleme oturumunda ailelerle bir araya gelinerek planın işleyişi ve devamının sağlanması konularında fikir alışverişinde bulunulmuştur.

Verilerin Analizi

Verilerin Analizi

Bu araştırmada, Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programının lise öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeylerine etkisi olup olmadığı incelenmiştir.

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde deney ve kontrol gruplarının Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinden aldıkları puanların normal dağılıp dağılmadığı incelenmiştir. Bu doğrultuda deney ve kontrol gruplarının ölçeklerden aldığı öntest puanlarının homojenliği, basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerleri hesaplanmıştır. One Sample Kolmogrov-Smirnov Testi ile Shapiro-Wilks testi ile

dağılımın normalliği test edilmiştir. Varyansların homojenliği testinden elde edilen veriler, riskli deney ve kontrol gruplarının ($p=.207, p>.05$) ve düşük riskli deney ve kontrol gruplarının ($p=.385, p>.05$) çevrimiçi oyun bağımlılığı ön-test puanları açısından anlamlı bir fark olmadığı, yani grupların birbirine benzer olduğunu göstermiştir. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 21.0 paket programından yararlanılarak analiz edilmiştir. Elde edilen istatistiğin anlamlılığı .05 düzeyinde sınanmıştır.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Yapılan bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında uyulması belirtilen tüm kurallara uyulmuştur.

Etik Değerlendirmeyi Yapan Kurul Adı: OMÜ Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

Etik Değerlendirme Kararının Tarihi: 27.06.2016

Etik Değerlendirme Belgesi Sayı Numarası: B.30.2.ODM.0.20.08/132-404

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın dönencelerini test etmek amacıyla yapılan istatistiksel analizler ve elde edilen bulgular yer almaktadır.

Yüksek Riskli Gruba İlişkin Bulgular

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programına katılan riskli deney ve riskli kontrol gruplarında yer alan öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin ön-test, son-test ve izleme testi ölçümlerinden aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Riskli Deney ve Kontrol Gruplarının Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarının Aritmetik Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Gruplar	Ön-test		Son-test		İzleme testi		
	N	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
Deney Grubu	8	69.75	15.84	63.37	12.91	65.13	13.63
Kontrol Grubu	8	68.38	11.94	63.00	15.74	64.38	14.08

Not: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinden alınan yüksek puan bağımlılık düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Riskli deney grubu ile riskli kontrol grubunda yer alan öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri ön-test son-test ve izleme testi ölçümlerinden aldıkları puanların gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U Testi sonuçları Tablo 3’de gösterilmiştir.

Tablo 3 : Riskli Deney ve Kontrol Gruplarının Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı düzeyleri Ön-test, Son-test ve İzleme Testlerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Ön-test	Deney	8	8.94	71.50	28.50	0.721
	Kontrol	8	8.06	64.50		

Son-test	Deney	8	8.75	70.00	30.00	0.878
	Kontrol	8	8.25	66.00		
İzleme testi	Deney	8	8.75	70.00	30.00	0.878
	Kontrol	8	8.25	66.00		

p>.05

Tablo 4: Riskli Deney Grubunun Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı düzeyleri Ön-test, Son-test ve İzleme Testi Puanlarına ilişkin Friedman İki Yönlü ANOVA Testi Sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	X ²	p
Riskli	Ön-test	8	2.41		
Deney Grubu	Son-test	8	1.75	4.230	0.121
	İzleme testi	8	1.84		

p>.05

Riskli deney grubundaki öğrencilerin psiko-eğitim programı öncesi ve sonrası çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi ile test edilmiş ve sonuçları Tablo 5’de gösterilmiştir.

Tablo 5 : Riskli Deney Grubundaki Öğrencilerin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ön-test- Son-test Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	SS	Wilcoxon Testi	p
Riskli Deney Grubu	Ön-test Toplam	8	69.750	15.836		
	Son-test Toplam	8	63.375	12.905	4.500	0.108
	Ön-test Aksaklık	8	24.375	7.744		
	Son-test Aksaklık	8	20.625	7.963	3.000	0.063
	Ön-test Başarı	8	31.250	8.328		
	Son-test Başarı	8	30.500	8.017	7.500	0.528
	Ön-test Ekonomik Kazanç	8	11.125	4.703		
	Son-test Ekonomik Kazanç	8	12.250	5.946	19.000	0.395

p>.05

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programına katılan riskli deney ve kontrol gruplarında yer alan öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin son-test toplam, son-test

aksaklık, son-test başarı ve son-test ekonomik kazanç alt boyutu ölçümlerinden aldıkları puanların gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçları Tablo 6’da gösterilmiştir.

Tablo 6 : Riskli Deney ve Kontrol Gruplarının Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Son-test Toplam, Son-test Aksaklık, Son-test Başarı ve Son-test Ekonomik kazanç Testlerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Grup	N	Sıra ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Son-test Toplam	Deney	8	8.94	70.00	30.00	0.878
	Kontrol	8	8.06	66.00		
Son-test Aksaklık	Deney	8	7.31	58.50	41.50	0.328
	Kontrol	8	9.69	77.50		
Son-test Başarı	Deney	8	9.13	73.00	27.00	0.645
	Kontrol	8	7.88	63.00		
Son-test Eko. Kazanç	Deney	8	10.06	80.50	19.50	0.195
	Kontrol	8	6.94	55,50		

p> .05

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programına katılan riskli Deney grubundaki öğrencilerin puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi ile test edilmiş ve sonuçları Tablo 7’de gösterilmiştir.

Tablo 7 : Riskli Deney Grubundaki Öğrencilerin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına İlişkin Son-test-İzleme Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	SS	Wilcoxon Testi	p
Riskli Deney Grubu	Son-test Toplam	8	63.375	12.905	22.000	0.575
	İzleme Toplam	8	65.125	13.632		
	Son-test Aksaklık	8	20.625	7.963	33.000	
	İzleme Aksaklık	8	26.625	8.927		0.035*
	Son-test Başarı	8	30.500	8.017	6.000	
	İzleme Başarı	8	25.625	10.729		0.344
	Son-test Ekonomik kazanç	8	12.250	5.946	16.000	0.735
İzleme Ekonomik kazanç	8	12.875	4.356			

p>.05

Düşük Riskli Gruba İlişkin Bulgular

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programına katılan düşük riskli deney ve kontrol gruplarında yer alan öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılık ölçeğinin ön-test, son-test ve izleme testi ölçümlerinden aldıkları puanların ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 1 : Düşük Riskli Deney ve Kontrol Gruplarının Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarının Aritmetik Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Gruplar	N	Ön-test		Son-test		İzleme testi	
		\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS
Deney Grubu	8	62.75	21.79	52.25	19.37	57.88	23.44
Kontrol Grubu	8	55.87	14.23	54.75	12.53	63.50	13.96

Düşük riskli deney ve kontrol gruplarında yer alan öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin ön-test, son-test ve izleme testi ölçümlerinden aldıkları puanların gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U Testi sonuçları Tablo 9’da gösterilmiştir.

Tablo 2 : Düşük Riskli Deney ve Kontrol Gruplarının Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Ön-test, Son-test ve İzleme Testlerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Ön-test	Deney	8	9.31	74.50	28.50	0.505
	Kontrol	8	7.69	61.50		
Son-test	Deney	8	7.94	63.50	36.50	0.645
	Kontrol	8	9.06	72.50		
İzleme testi	Deney	8	8.38	67.00	33.00	0.959
	Kontrol	8	8.63	69.00		

p>.05

Düşük Riskli deney grubunda yer alan öğrencileri çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin ön-test, son-test ve izleme testi puanları ortalamaları arasında anlamlı fark olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Friedman İki Yönlü ANOVA (Friedman’s Two Way ANOVA) Testi sonuçları Tablo 10’de verilmiştir.

Tablo 3 : Düşük Riskli Deney Grubunun Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Ön-test, Son-test ve İzleme Testi Puanlarına Uygulanan Friedman İki Yönlü ANOVA Testi Sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	X ²	p
Düşük Riskli	Ön-test	8	2.28		
Deney	Son-test	8	1.66	3.270	0.195
Grubu	İzleme testi	8	2.06		

p>.05

Düşük riskli deney grubundaki öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri ön-test-son-test puanları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi ile test edilmiş ve sonuçları Tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 4 : Deney Grubundaki Öğrencilerin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ön-test, Son-test Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi Sonuçları

		N	\bar{X}	SS	Wilcoxon Testi	p
Düşük Riskli Deney Grubu	Ön-test Toplam	8	62.750	21.769	1.500	0.034*
	Son-test Toplam	8	52.250	19.366		
	Ön-test Aksaklık	8	21.500	9.651	12.000	0.734
	Son-test Aksaklık	8	20.500	7.928		
	Ön-test Başarı	8	29.625	7.707	1.000	0.028*
	Son-test Başarı	8	23.625	8.484		
	Ön-test Ekonomik kazanç	8	11.625	7.069	0.001	0.043*
	Son-test Ekonomik kazanç	8	8.125	5.409		

*p<.05

Düşük riskli deney ve kontrol gruplarında yer alan öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin son-test toplam puanları ile son-test aksaklık, son-test başarı ve son-test ekonomik kazanç ölçümlerinden aldıkları puanların gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan Mann Whitney U testi sonuçları Tablo 12’de gösterilmiştir.

Tablo 15 : Düşük Riskli Deney ve Kontrol Gruplarının Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Son-test Toplam , Son-test Aksaklık , Son-test Başarı ve Son-test Ekonomik kazanç Testlerinden Aldıkları Puanlara İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Son-test Toplam	Deney	8	7.94	63.50	36.50	0.645

		Kontrol	8	9.06	72.50		
Son-test Aksaklık		Deney	8	8.25	66.00	34.00	0.878
		Kontrol	8	8.75	70.00		
Son-test Başarı		Deney	8	8.63	69.00	31.00	0.959
		Kontrol	8	8.38	67.00		
Son-test Ekonomik kazanç		Deney	8	7.75	62.00	38.00	0.573
		Kontrol	8	9.25	74.00		

p>.05

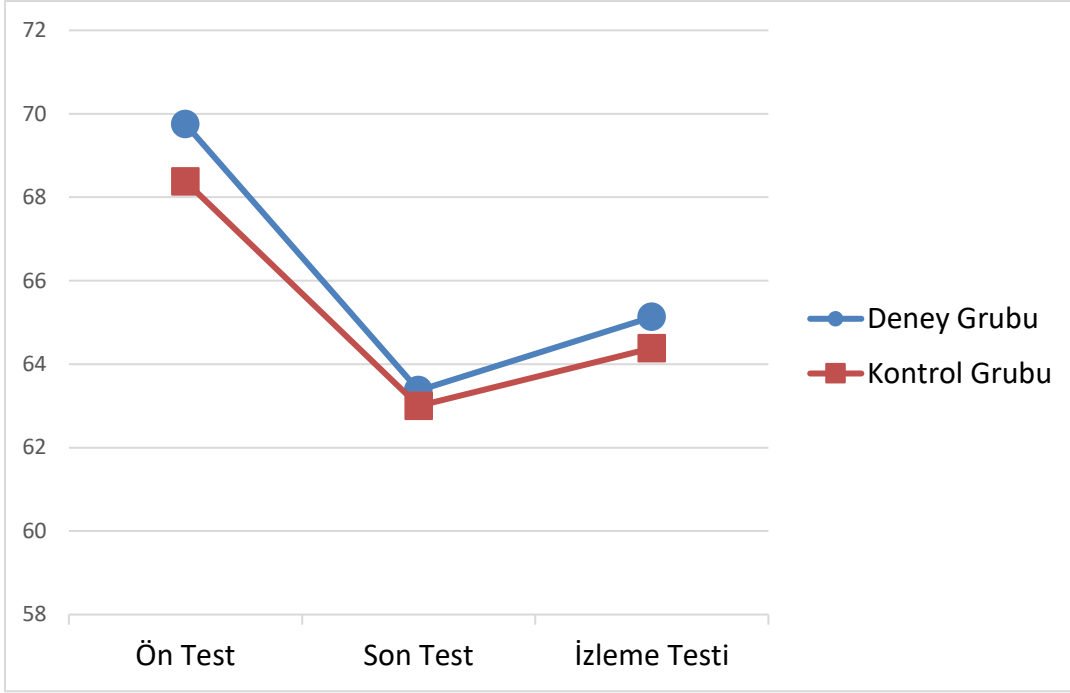
Düşük riskli deney grubundaki öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı son-test toplam puan ortalamaları ile izleme testi toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi ile test edilmiş ve sonuçları Tablo 13'de gösterilmiştir.

Tablo 6 : Düşük Riskli Deney Grubundaki Öğrencilerin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Toplam Son-test, İzleme Testi Puanlarına İlişkin Wilcoxon İşaretli Sıralar Testi Sonuçları

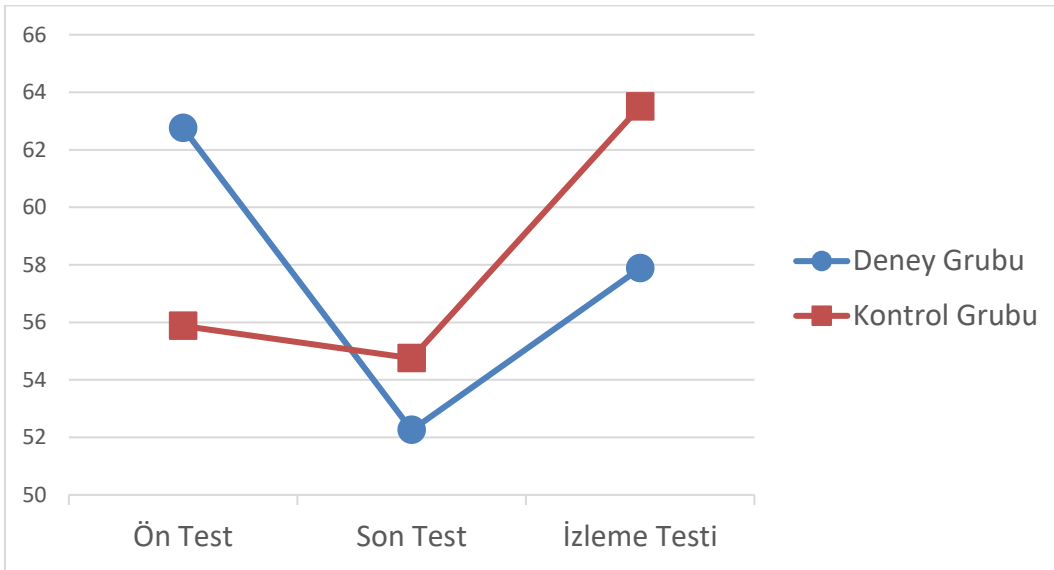
		N	\bar{X}	SS	Wilcoxon Testi	p
Düşük Riskli Deney Grubu	Son-test Toplam	8	52.250	19.366	27.000	0.206
	İzleme Toplam	8	57.875	23.436		
	Son-test Aksaklık	8	20.500	7.928	12.500	0.674
	İzleme Aksaklık	8	21.625	9.840		
	Son-test Başarı	8	23.625	8.484	22.500	0.149
	İzleme Başarı	8	26.625	9.941		
	Son-test Ekonomik kazanç	8	8.125	5.409	17.500	0.140
	İzleme Ekonomik kazanç	8	9.625	8.829		

p>.05

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programına katılan düşük riskli deney grubundaki öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ekonomik kazanç alt boyutu izleme testi puan ortalamaları (\bar{X} =9.625), son-test puan ortalamalarına göre daha yüksek bulunmuştur. İstatistiksel olarak düşük riskli deney grubundaki öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ekonomik kazanç alt boyutu son-test puan ortalamaları ile izleme testi puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır (p>.05). Riskli gruba (Şekil 1) ve düşük riskli (Şekil 2) gruba ait bulguların toplu olarak grafikte gösterimi aşağıda verilmiştir:



Şekil 1: Riskli Gruba İlişkin Bulgular



Şekil 2: Düşük riskli Gruba İlişkin Bulgular

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Geliştirilen Psiko-Eğitim Programının riskli grupta bulunan bireylerdeki etkinliği incelenmiş, riskli grubun Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı son-test toplam puan ortalamalarının, ön-test toplam puan ortalamalarına göre daha düşük olmasına rağmen bu düşüşün istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür.

Psiko-eğitim programına katılan riskli deney grubu öğrencilerinin başarı ve ekonomik kazanç faktörünü önemsemedikleri, ama hayattaki aksaklıkların yaşantılarını etkilemesinin kaynağı olarak gördükleri çevrimiçi oyunların hayatlarındaki aksaklık oluşturan bölümlerle ilgili düzeltme yönünde yetersiz de olsa çabaladıkları görülmüştür. Alan yazında bunu destekleyici herhangi bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Aşırı video oyunu oynamak için ana endişenin, kumar oynayanlar gibi mali

sonuçlarından ziyade, video oyunlarına harcanan zaman ve sosyal ilişkilerin kalitesinde yapılan ödünler ve okul başarısına etkisidir (Anand, 2007; Parker, Taylor, Eastabrook, Schell, & Wood, 2008).

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Geliştirilen Psiko-Eğitim Programının daha çok önleyici nitelikte olması, zaten yüksek bağımlılık puan ortalamalarına sahip riskli gruptaki bireylerin bağımlılıklarının önlenmesinden daha çok farkındalıklarının artırması yönünde bir avantaj sağladığı gözlemlenmiştir. Fakat yine riskli gruptaki öğrencilerin aşırı çevrimiçi oyun oynamanın getirdiği veya getireceği sorunlardan bazılarının farkında olduğu, bu program sayesinde ailelerinin de desteğini alarak daha çok gayret sarf ettikleri gözlemlenmiştir. Özellikle değişime dirençli bireylerin boş zamanlarını değerlendirme konusunda alternatiflerinin olmadığı, aileleriyle vakit geçiremedikleri, okul ve arkadaş ortamlarında oyun oynamadıklarında yabancı gibi hissettikleri, hatta oyun oynamanın kendilerini pozitif yönde geliştirdiği düşüncesinde oldukları gözlemlenmiştir. Riskli gruptaki bireylerin çevrimiçi oyunların olumlu yanlarını gördükleri, olumsuz yanlarını ise daha çok görmezden geldikleri yönünde bir eğilim görülmüştür. Literatürde benzer araştırmalarda da görüldüğü üzere özellikle sosyal içerikli oyunların bağımlılığa yol açtığı gözlenirken (Gökkaya & Deniz, 2014), bağımlı bireylerin insanlarla birlikte olmaktansa oyun oynamayı tercih ettikleri (Güllü, Arslan, Dünder, & Fatih, 2013) görülmektedir.

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Geliştirilen Psiko-Eğitim Programının Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı puanları düşük riskli bireylerdeki etkinliği incelenmiş, son-test ortalama puanlarının ön-test ortalama puanlarına göre düşük ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Düşük riskli deney grubundaki öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeği aksaklık alt boyutu son-test puan ortalamalarının, ön-test puan ortalamalarından düşük olmasına rağmen istatistiksel olarak anlamlı değildir. Başarı alt boyutu ve ekonomik Kazanç alt boyutuna ait son-test puan ortalamaları ön-test puan ortalamalarından anlamlı düzeyde düşüktür.

Çevrimiçi oyun oynayan bireylerin bu konudaki sorunlarının öncelikle akademik başarı ve ekonomi alanlarında yaşanması, bu alanlarda yaşanacak değişimlerin aile ve okul tarafından daha kolay tespit edilebilmesi, öğrencilerin bu yönde kendilerini daha çabuk toparlama ihtiyacı duymasına sebep olmaktadır.

Düşük riskli deney grubundaki öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeği başarı alt boyutundan aldıkları son-test puanlarının, ön-test puanlarından istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde düşük olması psiko-eğitim programının düşük risk grubuna giren öğrencilerin çevrim içi oyunların fazla oynanmasının okul ve aile ile yaşanması muhtemel problemler konusunda farkındalıklarının artmasına sebep olduğu ve akademik başarı konusunda olumlu etkileri olduğu şeklinde yorumlanabilir. Aynı şekilde Düşük Riskli Deney Grubundaki öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeği ekonomik kazanç alt boyutundan aldıkları son-test puanlarının, ön-test puanlarından istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde düşük olması psiko-eğitim programının düşük risk grubuna giren öğrencilerin çevrim içi oyunların oluşturabileceği problemler konusunda farkındalıklarının artırılmasının ile ekonomi konusunda da olumlu etkileri olduğunu göstermiştir.

Motivasyonel Görüşme Tekniğinin kullanıldığı çalışmamızda özellikle ergenlerde Bilişsel-Davranışçı Terapilerle (BDT) beraber kullanılması daha faydalı olacaktır. Aileler ve çocuklara yönelik bir dizi tedbir ve tavsiye de içeren Bilişsel-Davranışçı Terapiler (Alpaydın, Çimen, Tarçalır Erol, & Mortan Sevi, 2016) özellikle ergenlikteki gençlerde çoğu zaman ebeveyn ile ergenin çatışması ile sonuçlanabilmektedir. Bilgisayar ve internet süresini kısıtlamaya çalışan veya bunların kullanımını tamamen yasaklamaya çalışan aileler ciddi bir dirençle karşılaşarak aile içi sorunlar yaşamaktadırlar. Küçük yaşlarda belki önemli gibi görünmeyen bu kısıtlama ilerleyen yaşlarda özgürlüğün kısıtlanması, ders çalışma ve araştırma imkânının elinden alınması, arkadaşlarıyla görüşme imkânının yasaklanması geleceğinin elinden alınması gibi yorumlamalarla aileleri karşı karşıya bırakmakta ve ne yapacağını

bilemez hale getirmektedir. Bilişsel-Davranışçı Terapi Tekniğinin kısıtlayıcı, takip edin önerileriyle bu durum gençlerin arkadaşlarının evlerinden, internet kafelerden telefonlardan vb. bu yaşağı aşmaya çalışmalarıyla sonuçlanmaktadır.

Motivasyonel Görüşme Tekniğinin avantajı alkol ve madde bağımlılarında ciddi pozitif sonuçlar vermesi, yasaklama ve kısıtlamalarla değil de onların zaten yaşadıkları çelişkilerinin üzerine giderek ve motive ederek bireysel olarak değişmeye kararı almalarına çalışmaktır. Bu yöntemin kısıtlayan, yasaklayan ve sürekli izleyen yöntemlerden daha kalıcı olacağı düşünülmektedir. Uygulamalardan da görüldüğü üzere oyun ve diğer davranışsal bağımlılıkların altında bir boşluğun başka bir davranışla doldurulması yatmaktadır. Oyun bu bireyler için en zevkli ve en doyurucu vakit geçirme aracı olmaktadır. Ailelerin çocuklarıyla daha kaliteli ve daha uzun zaman geçirmeleri, faydalı alışkanlıkların (kitap okuma, düzenli spor yapma, müzik kursları vb.) olması gençleri bu bağımlılık yapıcı etmenlerden uzak tutmaktadır. Literatürdeki çalışmalarda göstermektedir ki; özellikle yalnız bireylerin bağımlılıkla ilgili sorunları yaşadığını göstermektedir (Cicioğlu, 2014; Peker, ADA, & Eroğlu, 2012).

Yapılan çalışmada düşük riskli grupta diyebileceğimiz henüz bağımlı kriterlerine ulaşmamış ama oyun oynayan grubun psiko-eğitim ile etkili bir şekilde bağımlılık puanlarını düşüğü görülmüştür. Bu konuda araştırmacı tarafından geliştirilen psiko-eğitim programının düşük riskli çevrim içi oyuncularında önleyici etkisi olduğu söylenebilir. Grup eğitimi sonunda bazı grup üyeleri (bireysel olarak çalışılması daha faydalı olabilir) bireysel olarak devam ettirilebilir ve bu sürece aileler de dâhil edilebilir.

Motivasyonel görüşmenin kısa süreli terapi metodu olması özellikle uzun süren terapi süreçlerine katılmak konusunda sorun yaşayan ve katılım sağlamayan ergenlerde avantaj sağlamaktadır. Grup eğitiminin gereği bireysel eğitime göre bazı avantaj ve dezavantajları bulunmaktadır. Grup eğitimlerinde ortak paylaşımların sağlanmasının, sorunlarla baş etmede grup desteği, grup sürecinin bireysel sürece göre aileler ve öğrenciler tarafından daha kolay kabul edilebilir ve eğlenceli görünmesi gibi avantajlar mevcuttur. Bireysel görüşmelerde ise her bireyin farklı sorunlarıyla birebir ilgilenme avantajı mevcuttur.

Çevrimiçi oyun bağımlılığında, motivasyon görüşme tekniğine ilaveten değer temelli eğitim ve yaşam becerileri eğitimi, ergenler arasında sorumlu ve mantıklı bir şekilde İnternet kullanımına ulaşmanın etkili yollarından biri olabilir. Ebeveynler, okullar, kurumlar ve ergenlerin kendileri, bu sorunun üstesinden gelmek için aktif olarak çalışmalıdırlar (Gómez, Rial, Braña, Golpe, & Varela, 2017).

Araştırma bulgularından yola çıkarak düşük riskli gruplarda önleyici rehberlik bağlamında yapılan Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı bir psiko-eğitim programının etkili olabileceği, fakat riskli kabul edilen gruplarda etkinin daha az ve sınırlı olduğu bu gruplar için bireysel çalışmaların daha öne çıkması ve ailelerin de mutlaka eğitime katılması gerekliliği görülmektedir.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

Öğrencilerin ilk bilgisayar oyununu %28 oranında ilköğretim ve ortaöğretimde, %49 oranında lisede, % 9 oranında üniversite çağında oynadıkları bulunmuştur (Akçay ve Özcebe, 2013). Bu sebeple daha alt eğitim düzeyindeki bireylere yönelik önleyici psiko-eğitim programları hazırlanabilir.

Motivasyonel Görüşme Tekniğine Dayalı Psiko-Eğitim Programı, farklı örneklemelerde (farklı lise türlerinde ve farklı öğrenim düzeylerindeki bireylerde) tekrar uygulanarak etkinliği test edilebilir.

Motivasyonel Görüşme Tekniği yerine farklı bir Psikolojik Danışma Kuramı temel alınarak (Farkındalık Temelli, Kabul ve Kararlılık gibi), farklı psiko-eğitim programları geliştirilebilir.

Bu çalışmada ailelere yönelik çalışma yapılamamıştır. Bu nedenle çevrim içi oyun bağımlısı olan bireylerin aileleri bu konuda ne yapacaklarını, nasıl bir tutum sergileyeceklerini bilgilendirme amacıyla grup rehberliği etkinlikleri hazırlanabilir. Ayrıca ailelere yönelik bir psiko-eğitim programı geliştirilerek hem bireylere hem de ailelere eş zamanlı uygulanabilir.

Öğrencilere internet okuryazarlığı, oyun okuryazarlığı konularında psiko-eğitim programları hazırlanarak bunların etkililiğine yönelik projelere hazırlanabilir ve MEB bu konularla ilgili olarak internet ve çevrimiçi oyun okur-yazarlığı dersi koymaları yönünde öneri sunulabilir.

Değerler eğitimine yönelik çevrim içi oyunlar tasarlanarak hem bireylerin bu yöndeki eğilimleri giderilebilir hem de değerler bu yöntemle öğretilir. Ayrıca cinsiyete göre özel kurulacak gruplarla programın etkinliği test edilebilir.

Uygulamalara Yönelik Öneriler

Motivasyonel Görüşme Tekniğine dayalı daha çok bireysel uygulamalar öne çıksa da başka gruplarda her evredeki oturum sayısı artırılmasına yönelik (daha çok içsel motivasyon kazandırılması vb.) ilave oturumlar düzenlenebilir.

Aile, okul ve Rehber Öğretmenler müşavirlik hizmetinden yararlanarak erken uyarı işaretlerini yakalayabilirler. Bu nedenle aileler, okul yönetimi ve öğretmenlerle sık sık bir araya gelerek okullarda bu konularda Müşavirlik hizmetlerine ağırlık verilmelidir.

Çevrimiçi oyun bağımlısı olan kişilerde ebeveyn desteğinin az olduğu, okulda yaşanan problemlerinin olduğu, narsist kişilik özellikleri olduğu yönünde çalışmalar mevcuttur. Bu alanlara yönelik psiko-eğitim programları hazırlanarak eğitim desteği verilebilir. Ebeveyn desteğinin az olduğu durumlarda bu desteği artırmak için de ailelere yönelik psiko-eğitim programı hazırlanıp ailelere verilebilir.

Grup Psiko-eğitim programı olması sebebiyle üyelerin ortak sorunlarının paylaşımlarının sağlanması, sorunlarıyla baş etme becerilerinin grup içerisinde daha etkin kullanılabilmesinin, grup sürecinin bireysel sürece göre aileler ve öğrenciler tarafından daha kolay kabul edilebilir görünmesinin avantajları vardır. Bunun yanı sıra, uygulayıcılar özellikle bağımlılık riski yüksek olan öğrencilerin tanışmasına ve ortak oyun oynamak için grup oluşturmalarına ve oyunlarla ilgili paylaşımlar yaparak süreci daha da karmaşık hale sokabilme durumuna karşı gerekli tedbirleri hem aileler hem de okul psikolojik danışmanları almalıdırlar.

KAYNAKLAR

- Akçay, D. ve Özcebe, H. (2013). Evaluation of computer game playing habits of children at pre-school education levels and their families. *Tuberculin Skin Test in Children*. 12(2). 66-71. <https://doi.org/10.5222/j.child.2012.066>
- Alpaydın, N., Çimen, M., Tarçalır Erol, B. ve Mortan Sevi, O. (2016). Bilişsel davranışçı terapide direnç ve motivasyonel görüşme teknikleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry*. 8(2). 94. <https://doi.org/10.18863/pgy.22890>
- American Psychiatric Association. (2013). Cautionary statement for forensic use of DSM-5. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th Edition*. (May). 795-798. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596.744053>
- Anand, V. (2007). A study of time management: The correlation between video game usage and academic performance markers. *CyberPsychology & Behavior*. 10(4). 552-559. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9991>
- Benbir, G., Poyraz, C. A. ve Apaydın, H. (2013). Diagnostic approach to behavioral or "non-substance addiction. *Nobel Med*. 9(3). 5-11. <http://www.nobelmedicus.com/Content/1/28/05-11.pdf>
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut : "İnternet Bağımlılığı." *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. (22). 83-98.

- Cicioğlu, M. (2014). Öğrencilerin problemlili internet kullanımı ve siber zorbalık davranışlarına ilişkin görüşleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bilim Dalı. Bolu.
- Dicle, A. N. (2012). Motivasyonel görüşme uygulamalarının engelli çocuğa sahip ailelerin başa çıkma tutumlarına etkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Samsun.
- Doruk, D. (2007). Öğrenme isteksizliğinin internet kullanımıyla ilişkilendirilmesi (Ergen boyutunda). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Duruoalp E., A. N. (2010). Altı yaşındaki çocukların sosyal becerilerine oyun temelli sosyal beceri eğitiminin etkisinin incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 39. 160-172. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/hunefd/issue/7799/102172>
- Gökkaya, Z. ve Deniz, L. (2014). Üniversite öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri : Marmara Üniversitesi Örneği. Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi. 2(6). 58-73.
- Gómez, P., Rial, A., Braña, T., Golpe, S. ve Varela, J. (2017). Screening of problematic internet use among spanish adolescents: prevalence and related variables. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. 20(4). 259-267. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0262>
- Güllü, M., Arslan, C., DüNDAR, A. ve Fatih, M. (2013). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılıklarının incelenmesi. Adiyaman University Journal of Social Sciences. (9). 89-89. <https://doi.org/10.14520/adyusbd.301>
- Kara, İ. (2014). Şiddete dayalı suçlarda bağımlılık ve bağımlılık merkezlerinin iyileştirmedeki rolleri:İzmir örneği. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı Uygulamalı Sosyoloji Bilim Dalı, İzmir.
- Kaya, A. B. (2013). Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Köksal, B. (2015). Ortaöğretim kurumlarında okuyan öğrencilerde dijital oyun bağımlılık düzeyleri, internet bağımlılık düzeyleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Miller, W. R. ve Rollnick, S. (2009). Motivasyonel Görüşme Tekniği, insanları değişime hazırlar (Vol. 1; F. Karadağ, K. Ögel, & A. E. Tezcan, Eds.). Ankara: HYB Basım Yayın.
- Ögel, K. (2015). Bağımlı Aileleri İçin Rehber Kitap (2nd ed.). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Parker, J. D. A., Taylor, R. N., Eastabrook, J. M., Schell, S. L. ve Wood, L. M. (2008). Problem gambling in adolescence: Relationships with internet misuse, gaming abuse and emotional intelligence. Personality and Individual Differences. 45(2). 174-180. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.03.018>
- Peker, A., Ada, Ş. ve Eroğlu, Y. (2012). Ergenlerde siber zorbalığın ve mağduriyetin yordayıcılarının incelenmesi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 12(2). 185-206.
- Petry, N. M. ve O'Brien, C. P. (2013). Internet gaming disorder and the DSM-5. Addiction. 108(7). 1186-1187. <https://doi.org/10.1111/add.12162>
- Reyhanlioğlu, E. N. (2015). Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin internete bağımlılık düzeyleri ile sıkıntıya dayanma, başa çıkma stratejileri, kişilik özellikleri ve bazı demografik değişkenler arasındaki ilişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul.
- Shaffer, H. J., Hall, M. N. ve Vander Bilt, J. (2000). "Computer addiction": A critical consideration. American Journal of Orthopsychiatry. 70(2). 162-168. <https://doi.org/10.1037/h0087741>
- Türkiye Büyük Millet Meclisi. (2012). Bilgi toplumu olma yolunda bilişim sektöründeki gelişmeler ile internet kullanımının başta çocuklar, gençler ve aile yapısı üzerinde olmak üzere sosyal etkilerinin araştırılması amacıyla kurulan meclis araştırma komisyonu raporu (s.814-849). <https://www.tbmm.gov.tr/sirasayi/donem24/yil01/ss381.pdf>
- Yancar, C. (2005). Madde bağımlılarında ikinci eksen komorbidite ve kişilik özelliklerinin bağımlılık şiddeti ve yaşam kalitesine etkisinin değerlendirilmesi. Bakırköy Prof Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı Ve Sinir Hastalıkları Eğitim Ve Araştırma Hastanesi 11. Psikiyatri Birimi, Uzmanlık Tezi, İstanbul. http://www.istanbul saglik.gov.tr/w/tez/pdf/ruh_sag_hast/dr_cenk_yancar.pdf
- Pan European Game Information. Yaş derecelendirme süreci. Erişim: 05.04.2021, <https://pegi.info>.
- Entertainment Software Rating Board. Oyun derecelendirmeleri. Erişim:05.04.2021, <https://www.esrb.org>.

The Effect Of Psychoeducational Program On Online Game Addiction Levels Of The High School Students Based On Motivational Interviewing Techniques

Extended Abstract:

In this study, the psycho-education program based on Motivational Interview technique was tested to determine its effects on the online game addiction levels of high school students. The group that will be working on the data collect tools has been applied randomly to the high school 1st, 2nd and 3rd class students - total 172 students-, in Samsun Province in Atakum District. 12 students are not taken. The mean and the standart deviation of the 160 students has been calculated as ($\bar{X} = 49.74$) and ($sd=17.88$).

The sample of the study consists of the risky experimental group, the risky control group, the low risk experimental group and the low risk control group

where each group consists from eight high school students. The the Experimental and Control Groups were formed based on personal information forms and the online gaming addiction scale. In the formation of the groups as risky and less risky within themselves, the average score of the Online Game Addiction Scale was taken into consideration. The Online Game Dependency Scale was used in the calculation of pretest/posttest/monitoring test scores. The Mann Whitney-U test was used to test the significant difference between pre-test scores, post-test scores, and monitoring of test scores of online game addiction of the students in the experimental and control groups. Friedman Two Way ANOVA and Wilcoxon Marked Rank Tests were used to calculate the significant difference between pretest/posttest/monitoring test scores they received from the scales to determine the effectiveness of the program conducted to the students in both experimental and control groups. In pre-test and post-test scores the difference between the pre-test and post-test point averages in the low-risk group, was found to be significant in success and economic profits sub-dimensions ($p < .05$). The post-test point averages significantly lower than the pre-test point averages. There was no statistically significant decrease in the risk group. In this context, it was found that the motivational interview technique was statistically insignificant ($p < .05$) in the low-risk groups in the inconveniences sub-dimensions ($p < .05$) size was statistically significant ($p > .05$) in success and economic profits sub-dimensions. Although it was found that there was a decrease in the mean of the scores of the inconveniences sub-dimensions, no significant difference was found to be for high risky groups.

Motivational Interview Technique-Based Psycho-Education Program has been observed to be more preventive. The individuals in risky groups who have already high addiction point averages have an advantage in increasing their awareness more than preventing their addictions. However, it was also observed that the students in the risky group were aware of some of the problems brought about by the extreme online games. They have made more efforts by the support of their families, through this program. It was observed that the participants who have resistance have no alternative in evaluating their free times. They don't spend time with their families, feel like a stranger when they don't play with friends or in school and they even think that playing a game positively improved them. There was a tendency among the participants in the risky group to see the positive aspects of online games and ignores the negative aspects more. It is observed that social games, in particular, cause addiction whereas addicted individuals prefer to play games alone rather than with other people.

The last test points from online game addiction scale's success sub-grade of the students in the lower-risky experiment group is statistically significant lower than the pre-test score. So, it can be interpreted that the students who are in the lower risky group of the psycho-education program have increased their awareness about the possible problems with the school and the family by playing the online games more and have positive effects on academic success. Similarly, the last-test scores of online game addiction, economic income is statistically lower than pre-test points from the lower-risky experiment group students significantly, the psycho-education program showed that students in the lower-risky group had positive effects on the economy by increasing their awareness about the problems that can be created by online games.

With the average points of last-test total, hitching, success, economic income of online game addiction grades of the students in lower-risky experimental group that participated in Motivational Interview

Technique-Based on Psycho-Education Program and the average points of last-test total, hitching, success, economic income of the students in lower-risky control groups that have not participated in this program, there was no statistically significant difference has been found.

In our study, using Motivational Interview Technique will be more beneficial when used with Cognitive-Behavioral Therapies especially in adolescents. Cognitive-Behavioral Therapies, including some measures and advices that intended to families and children, often result in conflict of parents and adolescents- particularly in adolescents. In the study, it was seen that the lower-risky group haven't yet reached the dependent criteria, but it was observed that the group's addiction scores who played the game decreased effectively with psycho-education. It can be said that the psycho-education program developed by the researcher has a preventive effect on lower-risk online players. At the end of the group training, some group members (individual work may be more useful) can be continued and families can be included in this process.

Key Words: *Motivational Interview, Online Game Addiction, Pscho-Educational Programme, İnternet gaming disorder, High School*