

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi (Güneydoğu Anadolu Örneği)

Gökhan ARIKAN¹, Arda ÖZTÜRK²

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 16.11.2020
Kabul Tarihi: 18.12.2020
Online Yayın Tarihi:
18.12.2020

Anahtar Kelimeler

Beden Eğitimi, Spor,
Dijital oyun, Bağımlılık

Bu çalışmanın amacı beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerini incelemektir. Araştırmaya, güneydoğu anadolu bölgesinde yer alan Adıyaman, Batman, Diyarbakır, Gaziantep, Mardin, Siirt ve Şanlıurfa illerinde, beden eğitimi ve spor yüksekokulu okuyan 290 erkek 219 kadın öğrenci katılmıştır. Hazar ve Hazar (2019) tarafından geliştirilen veri toplama aracı 21 sorudan oluşmaktadır. Ölçekte “aşırı odaklanma”, “çatışma yoksunluk ve arayış”, “duygu değişimi ve dalma” 3 alt boyut yer almaktadır. Soru ifadelerin değerlendirilmesinde 5 puanlı likert tipi ölçekten yararlanılmıştır. Yapılan analizlerde iki değişkenli gruplar için Mann-Whitney U ve ikiden fazla değişkenli gruplar için Kruskal Wallis testleri uygulanmıştır. Elde edilen bulgular incelendiği zaman, cinsiyet, tablet veya telefon kullanımı, sigara kullanımı, spor yüksekokulların buldukları il, spor türü değişkenlerine göre anlamlı fark bulunmuştur ($p < .05$). Araştırma bulgularına göre gruplar; normal grup %14,7 katılımcı, az riskli grup %70,9 katılımcı, riskli grup %10 katılımcı, bağımlı grup %2,9 katılımcı, yüksek bağımlı grup %1 katılımcı olarak yer almaktadır. Dijital oyun bağımlılığı popülerliği her geçen gün artan bağımlılık türüdür. Bu çalışmada beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin yüksek olmadığı görülmektedir ve öğrencilerin yaşam kalitelerinin artırılmasına yönelik çalışmalar önerilmektedir.

Investigation of Digital Game Addiction Levels of Physical Education and Sports School Students (Southeastern Anatolia Example)

Abstract

Article Info

Received: 16.11.2020
Accepted: 18.12.2020
Online Published:
18.12.2020

Keywords

Physical Education, Sports,
Digital game, Addiction

The aim of this study is to examine the digital game addiction levels of physical education and sports college students. In the study, in the southeast Anatolia region; 290 male and 219 female students attending physical education and sports colleges in Adıyaman, Batman, Diyarbakır, Gaziantep, Mardin, Siirt and Şanlıurfa provinces participated. The data collection tool developed by Hazar and Hazar (2019) consists of 21 questions. Scale in "extreme focus", "conflict and deprivation quest", "feeling of change and diving" is located 3 dimensions. Questions in the evaluation of expressions from scale was used a 5-point Likert-type. In the analyzes, Mann-Whitney U tests were used for groups with bivariate and Kruskal Wallis tests were used for groups with more than two variables. When the findings were examined, a significant difference was found according to the variables of gender, tablet or phone use, smoking, the province where the sports schools are located, and the type of sports ($p < .05$). Groups according to research findings; The normal group was 14.7%, the low-risk group was 70.9%, the risky group was 10%, the dependent group was 2.9%, and the highly dependent group was 1%. Digital game addiction is a type of addiction whose popularity is increasing day by day. In this study, it is seen that physical education and sports school students' digital game addiction levels are not high and studies are recommended to increase the quality of life of students.

¹Harran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Şanlıurfa /Türkiye

²Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli/ Türkiye

Giriş

Dijital oyunların hayatın içerisinde yer alması, 1980'lerin ortasından itibaren başlamıştır. Bilgisayar oyunları, video oyunları, elektronik oyunlar şeklinde birtakım kavramlarla, kültürel öğelerle ortaya çıkmış teknolojinin ilerlemesi ile yenilenmeye ve çeşitlerini arttırmaya devam etmiştir. Yaklaşık 20 yıl sonra ise

dijital oyun kavramı literatürde yerini almıştır. Bu kavram ile dijital oyunların tanımları içerisinde; arcade oyunları, konsol oyunları, mobil oyunları ve bilgisayar oyunları gibi ifadeler bulunmaktadır (Binark ve Bayraktutan-Sütçü, 2008).

Her geçen gün hızla ilerleyen teknolojik gelişmeler, şehirleşme ve oyun alanlarının yetersizliği gibi nedenlerle, geleneksel oyun etkinliklerinin yerini dijital oyunlar almaktadır. Her yaşta ve cinsiyette kullanıcısı olan bu oyunlara, her geçen gün ilgi, merak ve oyunda geçirilen süre giderek artmaktadır (Gentile, 2009).

Dijital oyunları cazip hale getiren önemli unsur ise bu oyunlardaki bilinmezlik, merak, heyecan duygusu ve sürekli aşama (level) geçmeye yönelik kurgulanan oyun senaryoları, oldukça heveslendirici bir şekilde oyuncuları hep daha iyisine daha mükemmeline ulaşmaya güdülemektedir (Demir ve Hazar, 2018). Ayrıca kazanılan oyuna özgü tatminlerin, oyuncuların keyfi ve aynı zamanda oyunu beğenmeleriyle yakından ilişkili olduğunu gösteriyor (Possler ve ark., 2020). Bu yüzden dijital oyunlarda, oyuncuların oyuna katılmalarını ve dikkatlerini çekmeye yönelik güncellemeler yapılmaktadır. Zira aynı oyun içerisinde aynı seviyede kalma veya ilerlememe (level), merak duygusunu ve oyuna olan ilgiyi azaltmaktadır.

Oyuna katılım sadece bunlarla sınırlı kalmamaktadır. Bireylerin dijital oyuna dahil olma nedenleri; olaylardan uzak kalma arzusu, eğlence arayışı, sosyal çevreyle yaşanan uyumsuzluk-iletişimsizlik, bulunduğu ortamı terketme isteği, gerçek yaşamda üstesinden gelemediklerini dijital oyunda gerçekleştirme isteği, zaman geçirme ve oyunda bir üst seviyeye geçme gibi güdüleridir (Tekkurşun ve Bozkurt, 2019).

Dijital oyun bağımlılığı, popülerliği her geçen gün artan bağımlılık türüdür. Bu bağımlılık türü hem çocuklar ve gençler hem de ebeveynler tarafından dikkate alınmamaktadır. Daha küçük yaşlarda ebeveynler tarafından çocuklara alınan tablet ve akıllı telefonlarda oyun oynama davranışı sergileyen bireylerin, bir süre sonra farkında olmadan oyun bağımlısı olmaları kaçınılmazdır. Sunduğu içerik ve görsellerle, oyuncu karakterleriyle bireyleri gerçek yaşamdan koparacak kadar etki alanına sahip dijital oyunların her geçen gün oyuncu sayısı artmaktadır (Akkaş, 2020).

Yaşadığımız dijital çağda, sanal ortama yetkin olan ve buna ayak uydurmaya çalışanlar arasındaki mesafe, teknolojinin hızlı gelişimi ile daha da büyümektedir (İnci ve ark., 2017). Dijital oyun bağımlılığı, yalnızlık, depresyon ve saldırganlık gibi psikososyal faktörlerle ilişkili olduğu için artık ciddi psikososyal sağlık sorunlarından biridir. Yalnız ve depresif insanlar, oyunlara dalma eğilimindedir çünkü dijital oyunlar, gerçek hayatta sosyal sorunlarını çözmek için bir araç olabilir. Aynı şekilde saldırganlık, hem psikolojik değişkenlerle (yalnızlık ve depresyon) hem de oyun bağımlılığı ile önemli ölçüde ilişkilidir (Eui ve ark., 2017).

Araştırmaların birçoğu, dijital oyunun zararlarından bahsetmektedir. Ancak sınırlı bir şekilde oynanan dijital oyunların, kaliteli yaşamın içinde olduğu, hatta oyunların duygusal arınma ve rahatlama gibi olumlu katkıları da olduğu belirtilmiştir (Green ve ark., 2010). Ayrıca araştırmalar incelendiği zaman dijital oyun bağımlılığına ilişkin araştırmaların birçoğu ortaöğretim düzeyinde olduğu görülmüştür. Yapılacak bu çalışma ile üniversite öğrencileri arasında yapılan bu araştırmanın alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Gerek ekonomik şartlardan gerek ihtiyaçlar doğrultusunda, zamanını dijital oyuna ayıran bireylerin ne kadar bağımlı olduklarını bilmek önemlidir. Sadece çocuklarda değil, aynı zamanda üniversite

öğrencilerinin dijital oyuna olan tutumlarını anlamak ve ileride çözümler üretmek amacı ile bu çalışma yapılmıştır.

Materyal ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerini belirlenmesi amacıyla yürütülen tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir araştırmadır (Karasar 2012).

Araştırma Grubu

Araştırmanın evreni Güneydoğu Anadolu bölgesinde Adıyaman, Batman, Diyarbakır, Mardin, Şanlıurfa, Gaziantep ve Siirt’ te bulunan devlet üniversitelerinin beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenimlerine devam eden beden eğitimi ve spor öğretmenliği, antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümleri birinci, ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencilerinden oluşmuştur. Araştırma kapsamında Şırnak ve Kilis 7 aralık üniversitesi öğrencilerine ulaşılamamıştır. Araştırmanın örnekleme ise, evreni oluşturan öğrencilerin içinden araştırmaya gönüllülük esasına dayalı bu illerden katılan 509 öğrenciden oluşturmuştur. Örneklem seçiminde belli duyarlılıklar için örneklem çapı 25.000 kişide 394 kişi, 50.000 kişide 398 kişidir (Yamane, 2009).

Veri Toplama Araçları

Araştırma öncesi “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” sorumlu yazarlarından ölçek kullanımı için e-posta yoluyla izin alınmıştır. Hazar ve Hazar (2019) tarafından geliştirilen ölçek, 21 sorudan oluşmaktadır. Ölçekte “aşırı odaklanma”, “çatışma yoksunluk ve arayış”, “duygu değişimi ve dalma” olarak 3 alt boyut yer almaktadır. Analiz sonuçlarında faktörlerin korelasyon değerlerinin 0,58 ile 0,75 arasında değiştiği görülmektedir. Soru ifadelerin değerlendirilmesinde 5 puanlı Likert tipi ölçekten yararlanılmıştır (1=kesinlikle katılmıyorum, 2=katılmıyorum, 3=kararsızım, 4=katılıyorum, 5=tamamen katılıyorum). Ölçekten alınabilecek en düşük puan “21” en yüksek puan “105” tir. Ölçek puanlamasının derecelendirmesinde ise; “1-21: normal grup, 22-42: az riskli grup, 43-63 riskli grup, 64-84 bağımlı grup, 85-105 yüksek düzeyde bağımlı grup” olarak değerlendirilmektedir. Ayrıca araştırmacı tarafından hazırlanan katılımcıların yaş, cinsiyet, okul, sınıf, bölüm, spor türü, fiziksel aktivite sıklığı, sigara içme durumu, tablet veya telefonda oyun oynama durumuna ilişkin sorular içeren kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 21.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Her bir değişken için analiz öncesi normallik analizleri yapıldıktan sonra veriler normallik varsayımına uygun olmadığından parametrik olmayan testler kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler bağımsız gruplar üç ve üstü gruplar için, Kruskal-Wallis H testi, ikili gruplar için ise Mann-Whitney U testi ile incelenmiştir.

Bulgular

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgulara tablolar halinde yer verilmiştir. Spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyut ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşp

farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için Mann-Whitney U testi sonuçları tablo 1’de gösterilmektedir.

Tablo 1. Cinsiyet Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Faktör	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Aşırı odaklanma erteleme	Erkek	290	286,17	82988,00	22717,000	,000
	Kadın	219	213,73	46807,00		
Çatışma yoksunluk ve arayış	Erkek	290	284,86	82608,50	23096,500	,000
	Kadın	219	215,46	47186,50		
Duygu değişimi ve dalma	Erkek	290	275,97	80031,50	25673,500	,000
	Kadın	219	227,23	49763,50		

Tablo 1’ de görüldüğü üzere yapılan Mann-Whitney U testi sonucunda aşırı odaklanma erteleme, çatışma yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma boyutlarında cinsiyete göre anlamlı fark bulunmuştur ($p<.05$).

Spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyut ortalamalarının yaş değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için Mann-Whitney Mann-Whitney U testi sonuçları tablo 2’ de gösterilmektedir.

Tablo 2. Yaş Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Faktör	Yaş	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Aşırı odaklanma erteleme	18-21 Arası	346	258,38	89399,00	27030,00	0,448
	22 Üstü	163	247,83	40396,00		
Çatışma yoksunluk ve arayış	18-21 Arası	346	260,70	90203,50	26225,50	0,187
	22 Üstü	163	242,89	39591,50		
Duygu değişimi ve dalma	18-21 Arası	346	256,16	88633,00	27796,00	0,771
	22 Üstü	163	252,53	41162,00		

Tablo 2 incelendiği zaman; yapılan Mann-Whitney U testi sonucunda aşırı odaklanma erteleme, çatışma yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma boyutlarında yaş değişkenine göre anlamlı fark yoktur ($p>.05$).

Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyut ortalamalarının tablet ve telefon kullanım değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için Mann-Whitney U testi sonuçları tablo 3’ de gösterilmektedir.

Tablo 3. Tablet veya Telefon Kullanımının Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Faktör	Tablet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Aşırı odaklanma erteleme	Evet	221	330,88	73125,50	15053,50	0,00
	Hayır	288	196,77	56669,50		
Çatışma yoksunluk ve arayış	Evet	221	304,94	67391,00	20788,00	0,00
	Hayır	288	216,68	62404,00		
Duygu değişimi ve dalma	Evet	221	299,93	66285,50	21893,50	0,00
	Hayır	288	220,52	63509,50		

Tablo 3’ de görüldüğü üzere yapılan Mann-Whitney U testi sonucunda aşırı odaklanma erteleme, çatışma yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma boyutlarında tablet veya telefonda oyun oynamalarına yönelik tablet veya telefon kullanıma göre anlamlı fark bulunmuştur ($p<.05$).

Spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyut ortalamalarının sigara kullanım durumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için Mann-Whitney U testi sonuçları tablo 4' de gösterilmektedir.

Tablo 4. Sigara Kullanımı Değişkenine Göre Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Faktör	Sigara Kullanma	n	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Aşırı odaklanma erteleme	Evet	113	271,35	30663	20526,00	0,17
	Hayır	396	250,33	99132,00		
Çatışma yoksunluk ve arayış	Evet	113	262,98	29717	21472,00	0,49
	Hayır	396	252,72	100078		
Duygu değişimi ve dalma	Evet	113	279,4	31572,5	19616,50	0,03
	Hayır	396	248,04	98222,5		

Tablo 4' de görüldüğü üzere yapılan Mann-Whitney U testi sonucunda aşırı odaklanma erteleme, çatışma yoksunluk ve arayış, boyutlarında sigara kullanımı değişkenine göre anlamlı fark yoktur ($p>.05$). Fakat katılımcıların, duygu değişimi ve dalma boyutunda ise, sigara kullanım durumuna göre anlamlı fark bulunmuştur ($p<.05$).

Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyut ortalamalarının okul değişkeninde göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için kruskal-wallis testi sonuçları tablo 5' de gösterilmektedir.

Tablo 5. Spor Yüksekokullarının Buldukları İllere Göre Kruskal-Wallis Testi Sonucu

Faktör	Üniversite	N	Sıra Ort.	Sd	X ²	P
Aşırı odaklanma erteleme	Adıyaman	65	215,62	6	9,825	0,132
	Batman	97	281,19			
	Diyarbakır	93	272,31			
	Gaziantep	51	252,62			
	Mardin	60	254,92			
	Siirt	62	244,94			
	Şanlıurfa	81	244,62			
Çatışma yoksunluk ve arayış	Adıyaman	65	236,95	6	17,342	0,00
	Batman	97	271,10			
	Diyarbakır	93	291,61			
	Gaziantep	51	204,09			
	Mardin	60	246,77			
	Siirt	62	269,09			
	Şanlıurfa	81	235,54			
Duygu değişimi ve dalma	Adıyaman	65	250,05	6	4,098	0,663
	Batman	97	261,85			
	Diyarbakır	93	271,32			
	Gaziantep	51	232,83			
	Mardin	60	241,33			
	Siirt	62	250,01			
	Şanlıurfa	81	259,93			

Tablo 5' de görüldüğü üzere yapılan Kruskal-Wallis testi sonucunda aşırı odaklanma erteleme, duygu değişimi ve dalma boyutlarında buldukları iller açısından incelendiği zaman anlamlı fark yoktur ($p>.05$). Fakat katılımcıların, çatışma yoksunluk ve arayış boyutunda ise anlamlı fark bulunmuştur ($p<.05$).

Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyut ortalamalarının okudukları bölüm değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için Kruskal-Wallis testi sonuçları tablo 6' da gösterilmektedir.

Tablo 6. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarının Bölümlerine Göre Kruskal-Wallis Testi Sonucu

Faktör	Bölüm	n	Sıra Ort.	sd	X ²	P
Aşırı odaklanma erteleme	Antrenör Eğitimi	231	262,37	2	1,452	0,484
	Beden Eğitimi ve Spor	144	254,08			
	Spor Yöneticiliği	134	243,28			
Çatışma yoksunluk ve arayış	Antrenör Eğitimi	231	259,25	2	2,612	0,271
	Beden Eğitimi ve Spor	144	239,18			
	Spor Yöneticiliği	134	264,68			
Duygu değişimi ve dalma	Antrenör Eğitimi	231	260,75	2	1,110	0,574
	Beden Eğitimi ve Spor	144	246,05			
	Spor Yöneticiliği	134	254,71			

Tablo 6 incelendiği zaman; yapılan kruskal-wallis testi sonucunda aşırı odaklanma erteleme, çatışma yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma boyutlarında bölüm değişkenine göre anlamlı fark yoktur ($p>.05$).

Katılımcıların öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyut ortalamalarının spor türü değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için kruskal-wallis testi sonuçları tablo 7’ de gösterilmektedir.

Tablo 7. Katılımcıların Spor Türüne Göre Kruskal-Wallis Testi Sonucu

Faktör	Spor Türü	n	Sıra Ort.	sd	X ²	p
Aşırı odaklanma erteleme	Bireysel	139	230,31	2	7,073	0,03
	Takım	216	272,48			
	Branş Yok	154	252,76			
Çatışma yoksunluk ve arayış	Bireysel	139	238,67	2	2,57	0,28
	Takım	216	259,81			
	Branş Yok	154	262,99			
Duygu değişimi ve dalma	Bireysel	139	235,62	2	5,153	0,08
	Takım	216	268,02			
	Branş Yok	154	254,24			

Tablo 7 incelendiğinde; yapılan kruskal-wallis testi sonucunda katılımcıların, duygu değişimi ve dalma, çatışma yoksunluk ve arayış boyutlarında spor türü değişkenine göre anlamlı fark görülmemiştir ($p>.05$). Ancak aşırı odaklanma erteleme boyutunda ise spor türüne göre anlamlı fark bulunmaktadır ($p<.05$).

Spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyut ortalamalarının sınıf değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için Kruskal-Wallis testi sonuçları tablo 8’ de gösterilmektedir.

Tablo 8. Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Kruskal-Wallis Testi Sonucu

Faktör	Sınıf	n	Sıra Ort.	sd	X ²	p
Aşırı odaklanma erteleme	1	190	245,29	3	3,493	0,32
	2	142	273,78			
	3	126	252,97			
	4	51	243,87			
Çatışma yoksunluk ve arayış	1	190	252,46	3	3,467	0,32
	2	142	266,50			
	3	126	258,36			
	4	51	224,14			
Duygu değişimi ve dalma	1	190	257,26	3	0,2	0,98
	2	142	250,93			
	3	126	255,89			
	4	51	255,72			

Tablo 8 görüldüğü üzere; kruskal-wallis testi sonucunda aşırı odaklanma erteleme, çatışma yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma boyutlarında ise, sınıf değişkenine göre anlamlı fark yoktur ($p>.05$).

Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı ölçeği alt boyut ortalamalarının fiziksel aktivite düzeyi değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için Kruskal-Wallis testi sonuçları tablo 9’ da gösterilmektedir.

Tablo 9. Katılımcıların Fiziksel Aktiviteye Katılım Düzeylerine Göre Kruskal-Wallis Testi Sonucu

Faktör	Fiziksel Aktivite	n	Sıra Ortalaması	sd	X2	p
Aşırı odaklanma erteleme	1-2 Gün	158	253,46	3	3,929	0,27
	3-4 Gün	203	266,55			
	5-7 gün	78	253,56			
	Yapmıyor	70	226,59			
Çatışma yoksunluk ve arayış	1-2 Gün	158	261,21	3	2,749	0,43
	3-4 Gün	203	255,18			
	5-7 gün	78	264,16			
	Yapmıyor	70	230,25			
Duygu değişimi ve dalma	1-2 Gün	158	263,27	3	2,109	0,55
	3-4 Gün	203	255,61			
	5-7 gün	78	253,76			
	Yapmıyor	70	235,95			

Tablo 9 incelendiği zaman; yapılan kruskal- Wallis testi sonucunda aşırı odaklanma erteleme, çatışma yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma boyutlarında, fiziksel aktiviteye katılım durumuna göre anlamlı fark yoktur ($p>.05$).

Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ölçeği, öğrencilerin bağımlılık düzeylerini frekans ve yüzdeler gösteren tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10. Katılımcıların Bağımlılık Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılım Tablosu

Bağımlılık Düzeyi	Frekans	%
Normal Gurup	75	14,7
Az Riskli Gurup	361	70,9
Riskli Gurup	53	10,4
Bağımlı Gurup	15	2,9
Yüksek Bağımlı Gurup	5	1
Toplam	509	100

Tablo 10 ‘da guruplara ait yüzdeler incelendiği zaman normal grup %14,7 ile 75 katılımcı az riskli gurup %70,9 ile 631 katılımcı, riskli gurup %10 ile, 53 katılımcı, bağımlı gurup %2,9 ile 15 katılımcı, yüksek bağımlı gurup %1 ile 5 katılımcı olarak yer almaktadır.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmalar incelendiği zaman, birçok araştırma, oyun bağımlılarının çok çeşitli psikolojik ve sosyal sorunlar nedeniyle günlük yaşamlarını yönetme ve kontrol etme konusunda zorluklarla karşılaştıklarını göstermiştir (Griffiths ve Meredith, 2009; Kuss ve Griffiths, 2012; Liu ve Peng, 2009). Bu nedenle olabilir ki birçok araştırmacı için dijital oyun bağımlılığı konusu merak oluşturmuştur. Aynı zamanda dijital oyun, dijital oyun oynama, dijital bağımlılığı, dijital oyun kültürü, dijital oyun motivasyonu gibi başlıklı araştırmaların 2020 yılından itibaren Türkiye’de yaygınlaştığı görülmektedir. Bu çalışmaların birçoğu ortaöğretim düzeyini kapsamaktadır. Bu çalışma ise üniversite öğrencileri açısından dijital oyun bağımlılığı algılarının ne düzeyde olduğunu incelemektedir. Hayatın merkezine alınarak oyun oynamanın yaşamda ne kadar olumsuz sonuçlar doğurduğu göz önüne alındığında, dijital oyuna bağlı olarak, kişilerde yaşam kalitesinin düşmesi açısından bir sorun olarak kabul edilebilir.

Tablo 1 incelendiği zaman dijital oyun bağımlılığı ölçeğinin “aşırı odaklanma”, “çatışma yoksunluk ve arayış”, “duygu değişimi ve dalma” alt boyutlarında erkek ve kadın katılımcılar arasında erkekler lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Ortaokul öğrencileri arasında yapılan çalışmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre dijital oyun oynama motivasyonunun yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu duruma kızların daha duygusal eğilimde olmaları ve sosyal çevre ile olan iletişimlerinin daha çok olması gerekçe gösterilebilir. Bununla birlikte erkek öğrencilerin dijital oyundan haz alma, heyecan, mutluluk gibi içsel faktörlerden ve oyunda bir üst tura geçme (level) gibi dışsal faktörlerden kızlara göre daha fazla etkilendiği söylenebilir (Demirel ve ark., 2019). Kastamonu Üniversitesi'nden toplam 400 öğrencinin katıldığı araştırmada, öğrencilerin dijital oyun oynama motivasyonları orta ve yüksek düzeyde belirlendi. Sonuçlara göre cinsiyet, bölüm, yaş, sınıf ve gelir durumu değişkenlerine göre farklılıklar bulunmuştur. (Turgut ve Yasar, 2019). Hazar ve ark., (2020) yaptıkları araştırmada, erkek ve kız öğrenciler arasında ölçekten alınan bütün puan türlerinin kız öğrencilerde yüksek olduğu ve anlamlı fark olduğunu belirtmiştir. Bunun nedeni dijital oyun oynanan; kafe, salon, oyun merkezi gibi alanların erkek öğrencilerin daha rahat bir şekilde ulaşabilmesi olarak açıklanmıştır. Dijital oyun oynama motivasyonunda cinsiyete göre erkeklerin lehine anlamlı farklılık tespit edildiği sonucuna varılmıştır (Mutlu-Bozkurt ve Tamer, 2020; Koçoğlu, 2019). Namlı ve Demir (2020) araştırmasında erkeklerin kadınlardan daha fazla dijital oyun oynamaya yönelimli olduğunu saptamıştır. Ancak 286 ortaokul öğrencisi ile yapılan farklı bir çalışmada bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerinde cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark olmadığı tespit etmiştir (Talan ve Kalınkara, 2020).

Tablo 2 incelendiği zaman, katılımcıların yaş değişkeni ile dijital oyun bağımlılığı ölçeği puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Yaş değişkenine göre anlamlı fark olmaması katılımcıların üniversite öğrencisi olması ve yetişkin konumunda olmaları ile açıklanabilir.

Tablo 3 incelendiği zaman tablet veya telefon içerisinde oyun uygulamaları kullanım değişkenine göre “aşırı odaklanma”, “çatışma yoksunluk ve arayış”, “duygu değişimi ve dalma” alt boyutlarında anlamlı fark tespit edilmiştir. Cep telefonu, tablet bilgisayar gibi taşınması çok kolay mobil araçların özelliklerinin geliştirilmesi ve erişim ağlarının yaygınlaşarak güçlenmesi öngörüldüğünde, internet kullanımı için ayrılan zamanın internet bağımlılığı için artan önemde bir risk faktörü olmaya devam edeceği belirtilmiştir (Young, 1998). Özellikle akıllı telefonlar; sistemsal olarak gelişmiş telefonlardır bu telefonların grafiksel kalitelerinin yüksek olması, oynama zevki, ulaşılabilirlik aynı zamanda ekonomik olması sebebiyle oyuncular tarafından tercih edilmektedir. Elde tutulan sürekli göz önünde bulunan telefon kişilerin boş bir zamanda anında cazip hale gelmektedir. Bu durum içerisinde oyuna giren kişi için arayış hali, aşırı odaklanma, duygu değişimi ve dalma gibi hissi durumları ortaya çıkarabilir.

Tablo 4’ de sigara kullanım durumu incelendiği zaman “çatışma yoksunluk ve arayış”, “duygu değişimi ve dalma” boyutlarında anlamlı fark bulunmaktadır. Sigara bağımlılığı, duygu düzenleme güçlüğü ve olumsuz duygular arasındaki ilişkiyi ortaya koyan bir çalışmada, duygu düzenleme güçlüğü, sigara içmek için uyarıcı bir etki yarattığı ve sigara kullanma alışkanlığı ile ileri derecede ilişkili olduğu bulunmuştur (Gonzalez ve ark., 2008). Sportif faaliyetlerin ve aynı zamanda sosyal kültürel faaliyetlerin

gençler arasında yaygınlaştırılması gençlerin sigara kullanma sıklığını azaltmada yardımcı olabilir (Çolakoğlu, 2005).

Tablo 5 incelendiğinde; spor yüksekokulların buldukları illere göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği “çatışma yoksunluk ve arayış” alt boyutunda Diyarbakır lehine anlamlı fark tespit edilmiştir. Tablo 6 incelendiğinde; spor yüksekokulların bölümlerine göre dijital oyun bağımlılığı ölçeği “aşırı odaklanma” boyutunda antrenör eğitimi bölümü lehine, “çatışma yoksunluk ve arayış” alt boyutunda ise spor yöneticiliği bölümü lehine anlamlı fark tespit edilmiştir. Bu programlarda farklılık çıkmasının ancak öğretmenlik eğitimi bölümünde anlamlı fark olmamasının öğrencilerin okuduğu program doğrultusunda gelecek beklentisi ile mesleki kaygılarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Yıldırım ve ark., (2007) yaptığı araştırmada, olumsuz duygular hisseden bireylerin, dürtülerini kontrol etmekte zorluk çektiği, hedefe odaklı davranmakta yetersiz olabildiklerini belirtmiştir.

Tablo 7’ ye göre dijital oyun bağımlılığı ölçeğinin alt boyut ortalamalarının spor türü değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla yapılan bağımsız gruplar için sonuçlar incelendiğinde dijital oyun bağımlılığı ölçeğinin “aşırı odaklanma”, boyutunda takım sporları yapan katılımcıların lehine “çatışma yoksunluk ve arayış”, boyutunda branşı olmayanlar lehine, “duygu değişimi ve dalma” alt boyutlarında takım sporları yapan katılımcılar lehine anlamlı fark olduğu görülmektedir $p<0.05$. Spora katılım ve dijital oyun bağımlılığının önemli bir etkisi olduğu, spor faaliyetlerine katılmayan öğrencilerin daha çok bağımlı olduğu bulunmuştur. Cinsiyete göre erkek öğrencilerin daha fazla bağımlı olduğu görülmüştür (Ekinci ve ark., 2017). Sporcuların kişilik özellikleri arasında hırs, kendine güven, paylaşma becerisi, cesaret, atılganlık ve sorumluluk alma, unsurlar sayılabilir (Bahadır, 2019). Ayrıca takım sporlarında birbirinden farklı insanların tek bir birey gibi davranmaları, değişik kültürlerden gelen insanların tek bir amaç için motive olması, aralarındaki uyum, koordinasyon teknik ve fiziki becerilerine ek olarak, kişisel özellikleri takım başarısını etkileyen karmaşık yapının önemli unsurudur. Bu özellikler incelendiğinde takım sporları yapan kişilerin bu özelliklerini dijital oyun üzerine yansıttığı düşünülmektedir. Hatta sporculuk yaşamında veya günlük yaşamda ulaşamadığı haz veya sportif kazanımlarını oyunda gösterme çabası olabilir. Başka bir ifade ile dijital oyunlar, oyunu oynayan kişiye gerçek hayatta yapması yasaklı olan, yaşadığı kültür ve çevre tarafından ayıplanan veya engel olunan birçok eylem ile buluşabilme imkânı sunmaktadır (Yiğit ve Yalman, 2018). Buda oyuncular için oyunu daha çekici hale getirmektedir. Gerçek hayatta karşılanmayan ihtiyaçlarını karşılamak veya olumsuz ruh hallerinden kaçmak için çevrimiçi oyun oynama olasılıkları daha yüksektir (Caplan, 2003)

Tablo 8 incelendiği zaman; dijital oyun bağımlılığı ölçeğinin “aşırı odaklanma”, boyutunda ve “çatışma yoksunluk ve arayış”, boyutunda ikinci sınıflar lehine, anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Ancak “duygu değişimi ve dalma” alt boyutlarında fark bulunmamaktadır. Sınıflar açısından incelendiği zaman bu durum mevcut müfredat açısından değerlendirilebilir. Ayrıca ikinci sınıf, birinci sınıf ve üst sınıflar arasında geçiş olarak düşünüldüğü zaman, daha fazla boş zamanları olabilir. Aynı zamanda üst sınıfların geleceğe yönelik beklentileri sebebiyle oyuna daha az zaman ayırmaları düşünülmektedir.

Tablo 9 incelendiği zaman; fiziksel aktivite yapmayanların tüm boyutlarda ortalama puanlarının daha düşük olduğu, “aşırı odaklanma”, boyutunda ve “çatışma yoksunluk ve arayış”, boyutunda fiziksel aktiviteye

katılanlar lehine, anlamlı fark bulunmuştur ($p < 0.05$). Bu sonuç tablo 7’de görülen spor türü değişkeni ile fiziksel aktivite değişkeninin tamamlayıcısı olarak düşünüldüğünde, sonuçların benzer olması olası durumdur. Ancak diğer araştırmalarda farklı sonuçlarda görülmüştür, spor aktivitesine katılan bireylerin hem yalnızlık hem de dijital oyun bağımlılık düzeylerinin katılmayanlara göre daha düşük olduğu bulunmuştur (Ekinci ve ark., 2019). Hazar ve ark., (2020)’ın yaptıkları çalışmada farklı bulgular görülmüştür. Zira araştırmada spor yapanların dijital oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları alt boyutlara ve ölçek toplamına ilişkin puanların, sporcu lisansı olanlar ile olmayanlar arasında sporcu lisansına sahip olanların aritmetik puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ancak, bu farkın anlamlı olmadığını tespit etmiştir. Bu durumu; spor yapmayan bireylerin boş zamanlarını değerlendirme sürecinde dijital oyunlara ayırmasına, spor yapan kişilerin ise bu oyunları zihinsel ve ruhsal gelişimlerine katkı sağlayan bir aracı olarak kullanmaları gibi nedenler şeklinde açıklamıştır. Dijital oyunların gençlerde bilişsel, sosyal, duyuşsal ve psikomotor düzeyde daha çok olumlu yönde etkileri olduğu söylenebilmektedir. Psikolojik iyi oluş kategorisine yönelik olarak; mutlu olma hali, olumlu ruh hali, yaşam kalitesi, iyimserlik, özsaygı gibi içsel duyguları desteklediğini, uygun sürede oynandığı zaman bu kavramlara pozitif etkileri olduğu belirlenmiştir (Cihan ve Araç, 2019). Araştırmalarda üniversite öğrencilerinin beklentileri açısından incelendiği zaman Çimen ve Yaman (2020) güneydoğu anadolu bölgesinde yaptığı araştırmada; bölgede beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin spora teşvik, sporla uğraş ve spordan beklenti düzeylerinin ortalamasının üstünde olduğunu saptamıştır. Bu beklentiler içerisinde olan öğrencilerin yeterli sportif destek alamadığı düşünülebilir.

Araştırma sonuçları incelendiğinde; Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri arasında, normal grup 75 katılımcı %14,7, az riskli grup 361 katılımcı %70,9, riskli grup 53 katılımcı %10,4, bağımlı grup 15 katılımcı %2,9, yüksek bağımlı grup 5 katılımcı %1 olarak tespit edilmiştir. Sonuçlar incelendiği zaman az riskli grubu temsil edenlerin 361 katılımcı ile %70,9 oran ile en yüksek düzeyde olduğu söylenebilir. Bu sonuca göre spor yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin yüksek olmadığı ve az riskli ve normal grup içerisinde yer aldığı söylenebilir.

Öneriler

Bu incelemeler sonucunda;

- Sportif faaliyetler veya yapılan faaliyetlerin kapsamına yönelik araştırma yapılması,
- Üniversite öğrencilerin okul yaşam kalitelerinin artırılması,
- Boş zaman değerlendirme, kötü alışkanlıklardan uzak kalma konusunda seminer verilmesi,
- Antrenör ve spor yöneticisi adaylarının teknolojik kullanım şekilleri incelenmelidir.
- Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin farklı bölgelerde ve üniversitelerde incelenmesi,
- Ayrıca farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin dijital bağımlılık algıları üzerine araştırmalar yapılması önerilmektedir.

Kaynaklar

- Akkaş, İ. (2020). Küresel bir sorun alanı olarak dijital oyun bağımlılığı üzerine çalışma: Erzincan ili örneği. *Modern Leisure Studies*, 2 (1), 11-23.
- Bahadır, T. K. (2019). Voleybolcularda duygusal zekâ ile örgütsel bağlılık ilişkisinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8 (4), 3746-3763.
- Binark, M., ve Bayraktutan-Sütçü, G. (2008). *Kültür Endüstrisi Olarak Dijital Oyun*. İstanbul: Kalkedon Yayıncılık.
- Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: a theory of problematic internet use. *Communication Research*, 30 (6), 625-648.
- Cihan, B., Araç Ilgar, E. (2019). Dijital spor oyunlarının sporcular üzerindeki etkilerinin incelenmesi fenomenolojik bir çözümleme. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (1), 171-189.
- Çimen, E., Yaman, M. (2020). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin spora başlama nedenleri ve beklentileri (Güneydoğu Anadolu Bölgesi Örneği). *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (2), 25-39.
- Çolakoğlu, T. (2005). Beden eğitimi ve spor eğitimi veren okullardaki öğrencilerin sigara kullanma alışkanlıklarının incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (4), 151-158.
- Demir, G. T., & Hazar, Z. (2018). Dijital Oyun oynama motivasyonu ölçeği geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Journal Of Physical Education & Sports Science / Beden eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12 (2), 128-139.
- Demirel, H., Cicioğlu, H., Tekkurşun Demir, G. (2019). Lise öğrencilerinin dijital oyun oynama motivasyonu düzeylerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21 (3), 128-137.
- Ekinci, N. E., Yalcin, I., ve Ayhan, C. (2019). Analysis of loneliness levels and digital game addiction of middle school students according to various variables. *World Journal of Education*, 9 (1), 20-27.
- Gentile, D. A. (2009). Pathological video game use among youth 8 to 18: A national study. *Psychol Science*, 20, 594-602.
- Gonzalez, A., Zvolensky, M. J., Vujanovic, A. A., Leyro, T. M., Marshall, E. C. (2008). An evaluation of anxiety sensitivity, emotional dysregulation, and negative affectivity among daily cigarette smokers: Relation to smoking motives and barriers to quitting. *Journal Psychiatr Res. Elsevier Ltd*, 43 (2), 138-47.
- Greenberg, B. S., Sherry, J., Lachlan, K., Lucas, K., & Holmstrom, A. (2010). Orientations to video games among gender and age groups. *Simulation & Gaming*, 41 (2), 238-259.
- Griffiths, M. D., & Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39 (4), 247-253.
- Hazar, E., Hazar, Z. (2019). Üniversite öğrencileri için dijital oyun bağımlılığı ölçeği (uyarlama çalışması). *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4 (2), 308-322.
- Hazar, K., Özpolat, Z., Hazar, Z. (2020). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Niğde İli Örneği). *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18 (1), 225-234.
- İnci, M., Akpınar, Ü., Kandır, A. (2017). Dijital kültür ve eğitim. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 37 (2), 493-522.
- Jeong, E. J., Kim, D. J., & Lee, D. M. (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 Human-Computer Interaction*, 33 (3), 199-214.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Bilim Kitap Kırtasiye Yayınevi.

- Koçoğlu, D. (2019). Üniversite öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılık düzeyine göre tüketici karar verme tarzlarının değerlendirilmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8 (2), 1815-1830.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10 (2), 278–296.
- Liu, M., & Peng, W. (2009). Cognitive and psychological predictors of the negative outcomes associated with playing MMOGs (massively multiplayer online games). *Computers in Human Behavior*, 25 (6), 1306–1311.
- Mutlu Bozkurt, T., Tamer, K. (2020). Dijital oyun motivasyonu ile beden kitle indeksi ilişkisi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5 (2), 105-120.
- Namli, S., Demir, G. T. (2020). The relation ship between attitudes towards digital gaming and sports. *Turkish Online Journal of Educational Technology*, 19 (1), 40-52.
- Possler, D., Kümpel, A. S., & Unkel, J. (2020). Entertainment motivations and gaming-specific gratifications as antecedents of digital game enjoyment and appreciation. *Psychology of Popular Media*, 9 (4), 541–552.
- Talan, T., Kalinkara, Y. (2020). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun oynama eğilimlerinin ve bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerinin incelenmesi: Malatya İli Örneği. *Journal of Instructional Technologies and Teacher Education*, 9 (1), 1-13.
- Tekkurşun Demir, G., ve Mutlu Bozkurt, T. (2019). Dijital oyun oynama tutumu ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6 (1), 1-18.
- Yamane, T. (2009). Temel örnekleme yöntemleri, (Çev. Alptekin Esin, Celal Aydın, M. Akif Bakır, Esen Gürbüzselsel), İstanbul: Literatür Yayıncılık.
- Yıldırım, Z. E., Sütçü, S. T., Kuruluş, Ö., Değirmenci, M., Altıntoprak, E. (2017). Bağımlılık şiddetinin yordayıcıları olarak duygu düzenleme güçlüğü ve üstbiliş. *Düşünen Adam*, 30.
- Yiğit Açıkgöz, F., Yalman, A. (2018). Dijital oyunların çocukların kişilik ve davranışları üzerinde etkisi: gta 5 oyunu örneği. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, (29 Özel Sayısı), 163-180.
- Young, K. (1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 3, 237- 244.

Makale Alıntısı

Arıkan, G., Öztürk, A. (2020). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi (Güneydoğu Anadolu Örneği) [Investigation of Digital Game Addiction Levels of Physical Education and Sports School Students (Southeastern Anatolia Example)], *Spor Eğitim Dergisi*, 4 (3), 157-168.



Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.