

Önlisans Öğrencilerinin Risk İçeren Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalıklarının Saptanması ve Eğitilmesi*

Müfide Merve Yazıcıoğlu Coşgun**, Sultan Melek Oktay***, Elif Sena İnce****

Makale Geliş Tarihi:02/11/2023

Makale Kabul Tarihi:23/04/2024

DOI: 10.35675/befdergi.1384975

Öz

Riskli davranışlar, bireylerin yaşamlarını olumsuz yönde etkileyen ve birey-çevre ilişkisi için risk içeren durumlardır. Riskli durumlara maruz kalma zamanla bireylerde bağımlılığa neden olabilmektedir. Günümüzde gençler arasında en yaygın görülen riskli davranışlardan biri de dijital oyun bağımlılığıdır. Bu çalışmada öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ile ilgili farkındalıklarının geliştirilmesi amaçlanmıştır. Çalışma grubu, 2023-2024 eğitim öğretim yılında Aydıntepe Meslek Yüksekokulunda öğrenim gören önlisans öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu çalışma kapsamında öncelikle üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalıkları tespit edilmiş daha sonra bu konuda eğitim verilerek bağımlılığa ilişkin farkındalık kazandırmak amaçlanmıştır. Çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden tek grup ön test-son test deneysel desen kullanılmıştır. Dijital oyun bağımlılığı farkındalığı düşük olan öğrencilere yapılan eğitim sonrasında farkındalıklarının orta düzeye yükseldiği ve bunun istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir.


Anahtar Kelimeler: Davranışsal bağımlılık, dijital oyun bağımlılığı, riskli davranışlar


Determining and Educating Associate Degree Students' Awareness Regarding Risky Digital Game Addiction


Abstract

Risky behaviors are situations that negatively affect individuals' lives and pose risks to the individual-environment relationship. Exposure to risky situations can cause addiction in individuals over time. One of the most common risky behaviors among young people today is digital game addiction. This study aimed to improve students' awareness of digital game addiction. The study group consists of associate degree students studying at Aydıntepe Vocational School in the 2023-2024 academic year. Within the scope of this study, first of all, university students' awareness of digital game addiction was determined, and then it was aimed

* Bu çalışma 2022-2 döneminde TÜBİTAK-2209-A üniversite öğrencileri araştırma projeleri desteği programı tarafından fonlanmıştır.

** Bayburt Üniversitesi, Aydıntepe Meslek Yüksekokulu, Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri Bölümü, Bayburt, Türkiye, merveyazicioglu@bayburt.edu.tr, ORCID: 0000-0003-0387-6510 

*** Bayburt Üniversitesi, Aydıntepe Meslek Yüksekokulu, Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri Bölümü, Bayburt, Türkiye, smelekoktay@bayburt.edu.tr ORCID: 0000-0002-8348-0374 

**** Bayburt Üniversitesi, Aydıntepe Meslek Yüksekokulu, Çocuk Bakımı ve Gençlik Hizmetleri Bölümü, Bayburt, Türkiye, senaince67@gmail.com ORCID: 0009-0005-7927-1800 

Kaynak Gösterme: Yazıcıoğlu Coşgun, M. M., Oktay, S. M. & İnce, E. S. (2024). Önlisans öğrencilerinin risk içeren dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalıklarının saptanması ve eğitilmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(42), 2017-2033.

to raise addiction awareness by providing training on this subject. A single group pretest-posttest experimental design, one of the quantitative research methods, was used in the study. It was determined that after the training given to students with low awareness of digital game addiction, their awareness increased to a medium level and this was statistically significant.

Keywords: Behavioral addiction, digital game addiction, risky behaviors

Giriş

Birey ve çevresi için istenmeyen sonuçlara yol açan ve bireylerin kişisel gelişimlerini engelleyen davranışlar riskli davranış olarak tanımlanmaktadır (Jessor, 1991). Gençlerde riskli davranış sergileme eğilimi genelde arkadaşlarına, çevresine veya kendisine meydan okuma isteği ile oluşmaktadır. Ayrıca gençlerin bir gruba ait olma çabası ve arkadaş çevresinde oluşan rekabet ortamı ile riskli davranış sergilemeye olan yatkınlıkları artabilmektedir. Riskli davranış beraberinde birtakım kazanımlar da getirir. Aslında bunlar gençler için kazanım gibi görünse de zamanla zarar verici durumlara dönüşerek riskli davranış sergileme olasılığını arttırabilirler. Bu kazanımlar; cesur görünmek, kendini kanıtlamaya karşı duyulan istek, yetişkin gibi görünme çabası ve yaşanan heyecan duygusu gibi durumlardır. Riskli davranış sergileyerek elde edildiği zannedilen bu kazanımlar bu tür davranışların sergilenme sıklığını da arttırabilmektedir. (Jessor ve diğerleri, 1991). Yukarıda bahsedilenler göz önüne alındığında riskli davranışların ortaya çıkma sürecinin öncesinde ve sonrasında bir takım faktörlerin neden olabileceği söylenebilir.

Riskli davranışlar yukarıda bahsedilen birtakım kazanımlar nedeniyle özellikle gençler arasında oldukça sık yapılmaktadır. Gençler bu tür durumlar ile her an karşı karşıya kalabilmektedirler. Gençler riskli davranışların içerisinde o kadar yer almaktadır ki riskli davranış sergilemek bazı gençlerin yaşamlarının vazgeçilmez haline gelmektedir. Riskli davranışların baskın kültürel değerlerle, bireylerin genetik, psikolojik, biyolojik ve gelişimsel alt yapıları ile ilişkili olan karmaşık bir yapıya sahip olduğu düşünülmektedir (Alikaşifoğlu, 2008). Bu nedenle risk içeren davranışların tespit edilmesi ve gençlerin bu tür durumlara maruz kalmasının önüne geçilebilmesi adına bu tür çalışmalar yapılmasının alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Alan yazında riskli davranışlar; okul terki (Yazıcıoğlu Coşgun & Kağan, 2023), anti-sosyal davranışlar (Jessor, 1991) zararlı madde kullanımı, intihar eğilimi, beslenme alışkanlıkları (Gençtanırım, 2014), riskli cinsel davranış (Yılmazçetin Eke, 2007), kendine zarar verme ve evden kaçma (Ögel, 2007) gibi bir takım alt başlıklara ayrılmaktadır. Bu alanlara her geçen gün yeni riskli davranışlar eklenmektedir. Bunlardan bir tanesi de teknolojinin gelişmesine bağlı olarak ortaya çıkan internet-teknoloji bağımlılığı (Dowell, Burgess & Cavanaugh, 2009) ve dijital oyun bağımlılığı (Yalçın Irmak & Erdoğan, 2015) dir.

Bağımlılıklar bir kereden ne olacak diye başlar. Riskli davranışla devam eder ve nitekim zarar veren bir davranışa dönüşür. Bağımlılık, zarara neden olan davranışın yoğunluğu ve sıklığına, dürtü veya isteklerin şiddetine, davranışı sınırlamaya veya

durdurmaya yönelik ciddi girişimlerin başarısızlığına bağlı olarak ortaya çıkmaktadır (West & Brown, 2013).

Dijital oyun genel anlamda herhangi bir ekran karşısında ekrana bağlı bir veya birden fazla kol/konsol ile oyunculara sunulan seviyelerin geçilerek başarıya ulaşılması beklenen bir yapay zekâ örüntüsüdür. Mevcut zaman diliminde oyuncusu/oyuncuları ile iletişime geçebilen dijital oyunlar eski zaman diliminde var olan oyunlara nazaran çok daha gelişmiş bir düzeydedir (Sayın, 2016). Özellikle Z kuşağında geleneksel oyun anlayışının yerini alan dijital oyun furyası 2000’li yıllarda artış göstermiştir (Yalçın İrmak & Erdoğan, 2015).

Gençler dijital oyun deneyimini yaşadktan sonra eğlenceli vakit geçirdiklerini anladıkları için haz verici bu davranışı tekrarlamak istemektedirler. İlk yıllarda sınırlı olan dijital oyunlar teknolojiye ilerlemeler sayesinde zamanla daha cezbedici hale gelmişlerdir. Bunun nedeni dijital oyunların etkileşiminin çok daha yüksek olması, gençlere kendi üzerinde kontrol yetkisi vermesi, ödül-kayıp mekanizmasıyla bir geribildirim üretmesi gibi özelliklere sahip olması da olabilir (Van Ijzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 2017).

Gençler arasında dijital oyun oynamanın nedenleri arasında günlük yaşam dinamiği içinde çeşitli başarısızlıklar veya başarısız olabilmek ihtimali etkilidir. Başarının başka ve de kolay bir yol ile elde edilmesi gençleri oyun dünyasına sürüklemektedir. Ayrıca dijital oyunları başka etkinliklere tercih etmek, oyunu gerçek hayatta ilişkilendirmek ve gerçek hayatta karşılaşılan bir sorunu çözmek yerine oyun oynamayı tercih etmek sayılabilir (Yalçın & Bertiz, 2019).

Bilgisayar, tablet veya akıllı telefonlar ile oynanabilen dijital oyunlar; var olan mevcut tüm elektronik araçlarla oynanabilmekle birlikte birey/bireylerin arzu ettiği herhangi bir ortamda da gerçekleştirilebilmektedir (Kirriemuir, 2002). Dijital oyun bağımlılığı; bu tip bir mecrâ üzerinde geçirilen vaktin kişinin hayatında sosyal/duygusal problemlere neden olmasına karşın bireyin kontrol duygusunu kaybederek sürekli ve takıntılı bir şekilde oyuna devam etmesi olarak tanımlanmaktadır. (Lemmens, Valkenburg & Peter, 2009).

Alan yazında yapılan çalışmalara bakıldığında özellikle 10-19 yaş arasındaki ergenlerin aşırı oyun oynama davranışı sergiledikleri görülmektedir (Greenberg ve diğerleri., 2010; Rideout, Foehr & Roberts, 2010). Dijital oyun oynamak aslında çok zararlı bir durum değildir. Ancak dijital oyun oynama isteği kişi tarafından kontrol edilemiyorsa ve bireyin yaşamda sıkıntılara sebep oluyorsa bağımlılık oluşuyor demektir (Ögel, 2012). Nitekim bireylerde sosyal veya duygusal sorunlara neden olduğu halde, dijital oyunlar aşırı ve kompulsif düzeyde kullanılmaya devam ettiği takdirde dijital oyun bağımlılığı oluşmaktadır (Lemmens, Valkenburg & Peter, 2009). Bu nedenle dijital oyun bağımlılığı ile ilgili yapılacak olan çalışmaların alana katkı sağlayacağı ve önleyici çalışmalarla problem yaratan bu durumun ortadan kaldırılabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın Önemi

Bu çalışmadaki amaç dijital oyun bağımlılığı farkındalığının tespit edilmesi ve artırılmasına yönelik bağımlılık eğitim programı hazırlanması ve uygulanmasıdır. Böylece öğrencilerin farkındalık seviyeleri arttırıldığında dijital oyun bağımlısı olma olasılıklarının azalacağı düşünülmektedir. Bağımlılık oluşması muhtemel olan davranışa karşı farkındalığın artırılmasına yönelik yapılan çalışmalar, bağımlılığın oluşmadan etkisinin kaldırılmasında önemli bir etkidir (West & Brown, 2013). Bu nedenle yapılan çalışma dijital oyun bağımlılığı farkındalığı arttırmak amacı ile yapıldığı için özgündür.

Problem Durumu

Bu çalışma ile üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarının tespit edilmesi ve bu alana yönelik bir bağımlılık eğitim programı geliştirilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda hedefler aşağıda sıralanmıştır:

1. Meslek Yüksekokulu öğrencilerine ölçek uygulaması yapılarak dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarının tespit edilmesi
2. Dijital oyun bağımlılığı farkındalığı düşük olan öğrencilerin risk durumlarını azaltacak bir bağımlılık eğitim programının düzenlenmesi
3. Düzenlenen eğitim programının risk içeren deney grubuna uygulanması
4. Uygulama sonrasında dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarının tekrar tespit edilmesi ve ilk ölçümle arasındaki farka bakılarak programın uygunluğunun değerlendirilmesi hedeflenmektedir.

Aşağıda araştırma soruları sıralanmıştır:

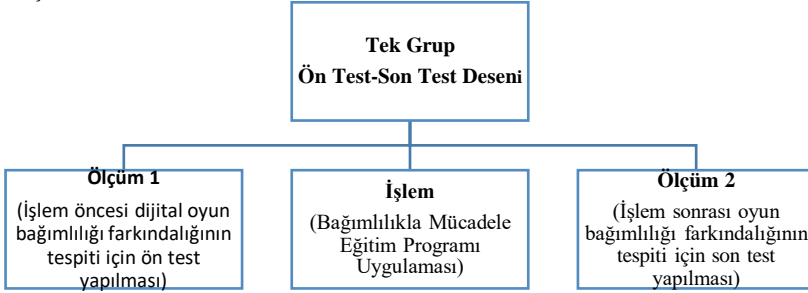
1. Meslek Yüksekokulu öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı farkındalık düzeyleri nedir?
2. Farkındalık düzeyleri düşük olan öğrencilere uygulanan eğitim programı sonrasında öğrencilerin farkındalık düzeyi nedir?

Yöntem

Araştırma Deseni

Dijital oyun bağımlılığı farkındalığını arttırmak için düzenlenen bağımlılıkla mücadele eğitim programı, üniversite öğrencilerinin dijital oyun riskli davranışının farkındalığı üzerinde etkililiğinin incelenmesine yönelik oluşturulmuştur. Bu çalışma yarı deneysel tek grup ön test-son test desenli bir çalışmadır. Bu çalışmada işlem öncesi ve sonrası puanlar karşılaştırılarak işlemin etkisi hesaplanır. Bu desenin sınırlılığı zamana bağlı değişimi ön görememesidir. Kesintili zaman serisi yöntemi ile bu zaman etkisi çözülebilirdi ancak çalışmada zaman kısıtlılığı nedeni ile zaman etkisi

test edilememiştir. Bu çalışmanın sınırlılıkları kontrol ve plasebo gruplarının olmayışı ve izleme testlerinin zaman sınırlılığından dolayı takip edilmemesidir. Nitekim yarı deneysel tek grup ön test-son test deseni alanda sıklıkla kullanılan yöntemlerden biri (Field & Hole, 2019) olduğu için tercih edilmiştir. Deneysel desen tasarımı aşağıda verilmiştir.



Şekil 1. Deneysel desen tasarımı

Araştırma Geçerliliği

Araştırma geçerliği; bulgulardan yola çıkarak elde edilen sonucun doğruluğu ve gerçekliğini anlamaktır. Araştıma geçerliğinden iç geçerlik, bağımlı ve bağımsız değişken arasındaki nedensellik ilişkisinin doğru kurulmasına, dış geçerlik ise sonuçların genellenebilme durumunun sağlanmasına bağlıdır (Christensen, Johnson ve Turner, 2015). Çalışma tek grup deseni olduğu için iç geçerlik açısından birtakım sınırlıklar bulunmaktadır. İç geçerlik sağlanması için test uygulamadan hemen sonra uygulanmış, ön test ve son test arasında zaman etkisi olmaması için süre kısa tutulmuştur (İki test arası 1 haftadır.). Ancak bu durum testin ikinci uygulamasında hatırlanmasına ve test etkisine yol açabilir. Bu alanda yapılacak olan çalışmalarda iç geçerliği arttırmak için grup sayısının artırılması ve farklı testler kullanılması önerilebilir. Dış geçerlikte en önemli unsur örneklem büyüklüğünün evreni temsil edebilme gücüdür. Örneklemin büyüklüğü .80 güç düzeyi, anlamlılık .05 ve etki büyüklüğü açısından değerlendirildiğinde yeterli sayıdadır (Christensen, Johnson ve Turner, 2015).

Çalışma Grubu

Çalışmanın evreni Bayburt Üniversitesi Aydıntepe Meslek Yüksek Okulu'nda öğrenim gören ve 2023-2024 eğitim öğretim yılı güz döneminde kayıt yaptıran öğrencilerden oluşmaktadır. Bu öğrencilerden gönüllü olarak çalışmaya katılan 149 öğrenciye ön test uygulanmıştır. Ölçek puanlaması 12-30 puan düşük, 31-47 puan orta ve 48-60 puan arası yüksek farkındalık olarak belirlenmiştir. Deney grubunu belirlerken ön test farkındalık puanı düşük olan (12-30 puan arası) ve düşüğe yakın orta puan alan (31-36 puan arası) öğrenciler arasından 37 öğrenci tespit edilmiştir. Ancak eğitime gönüllü olarak 26 kişi katıldığı için çalışma bu öğrenciler üzerinden yürütülmüştür. Deney grubunu belirlerken ön test farkındalık puanı yüksek olmayan

öğrenciler arasından 37 öğrenci tespit edilmiştir. Bunun nedeni yapılan eğitim programının bireylerde farkındalık düzeylerini arttırıp arttırmayacağını test edebilmektir. Dış geçerliği özel katılımcı grupların aşırı kullanılması etkilediği için (Field ve Hole, 2019) tamamen düşük puan alan öğrenciler yerine ölçekten yüksek puan almayan öğrenciler tercih edilmiştir. Uç değerler olan en düşük değeri alan öğrenciler de çalışmaya dahil edilmemiştir. Bunun nedeni iç geçerlilik ölçütlerinden ortalamaya yaklaşma eğiliminin (Field ve Hole, 2019) ortadan kaldırılmasıdır. Bu şekilde belirlenen 37 öğrenci çalışmaya davet edilmiş ancak gönüllü olarak 26 kişi katıldığı için çalışma bu öğrenciler üzerinden yürütülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık ölçeği (DOBİFÖ)

Ölçek, Tekkurşun Demir ve Cicioğlu (2020) tarafından oluşturulmuştur. Amacı dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık düzeyini belirlemektir. 18-43 yaş aralığına ölçek uygulaması yapılabilmektedir. Çalışma grubu üniversite öğrencilerinden oluştuğu için ölçek bu çalışmada uygulanabilir. Faktör yükleri .51 ve .79 arasında olan 12 maddeden ve 2 faktörden (içsel farkındalık ve dışsal farkındalık) oluşmakta olan ölçeğin açıkladığı toplam varyans %54,94'tür. Alt-üst grup ortalamaları farkı anlamlıdır. Madde toplam korelasyonuna ait değerler .50 ile .76 arasındadır. Uyum indeksleri ($\chi^2/sd=1.25$, RMSEA=.03, PGFI=.74, PNFI=.77, GFI=.92, AGFI=.91, IFI=.99, NFI=.96 ve CFI=.99) olup ölçek uygulama yapmak için kabul edilebilir değerlere sahiptir. Aşağıdaki tabloda mevcut çalışma için yapılmış olan güvenirlik katsayıları verilmiştir.

Tablo 1.

Mevcut Çalışma İçin Hesaplanan Güvenirlik (DOBİFÖ)

Alt boyut	N	Madde sayısı	Cronbach's Alpha
İçsel farkındalık	149	5	,865
Dışsal farkındalık	149	7	,841
Ölçek toplamı	149	12	,912

Yukarıdaki veriler incelendiğinde, bu çalışma için hesaplanan güvenirlik katsayısı Kalaycı (2010)'nın güvenirlik katsayısı sınıflamasına göre $0,80 \leq \alpha < 1,00$ ölçek güvenirliği oldukça yüksektir. Bu nedenle araştırmaya devam edilmiştir. Yukarıdaki veriler incelendiğinde, bu çalışma için hesaplanan güvenirlik katsayılarının oldukça yüksek düzeyde güvenilir (Büyüköztürk, 2018) olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle araştırmaya devam edilmiştir.

Kişisel bilgi formu

Çalışmada araştırmacılar tarafından katılımcılar hakkında bilgi edinmek için kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Bu formda cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve dijital oyun bağımlılığını tespit edebilmek için birtakım sorular yöneltilmiştir.

Veri Analizi

İşlem

Çalışmanın ilk kısmında Aydıntepe Meslek Yüksekokuluna 2023-2024 eğitim öğretim yılında kayıt yaptıran öğrencilerle görüşme yapılmıştır ancak dijital oyun bağımlılığının görüşmelerle tespit edilemeyeceği anlaşılmıştır. Zaman kazanmak açısından ölçek uygulaması yapılırken birtakım demografik sorular yöneltilmiş ve dijital oyunlarla sıklıkla vakit geçiren öğrenciler tespit edilmeye çalışılmıştır. Bu sorular aşağıda verilmiştir.

- 1.Dijital oyun oynuyor musunuz? (Evet-Hayır)
- 2.Hangi tür dijital oyunları oynarsınız? (savaş oyunları-yarışma oyunları- bilgi oyunları- diğer)
- 3.Dijital oyun oynama sıklığınız nedir? (Her gün- Haftada birkaç kez- Ayda birkaç kez-Diğer)
- 4.Dijital oyun oynamak bende.... (bağımlılık yapabilir-bağımlılık yapmaz)

Ölçek maddeleri ve demografik sorular Google Form aracılığı ile hazırlanmıştır ve 149 kişiye ölçek uygulaması yapılmıştır. Ölçek maddelerinin kime ait olduğunun tespit edilmesi önemli olduğundan (ön test ve son test farkına bakabilmek için) formu dolduran kişilerden öğrenci numaraları ve ad soyad belirtmeleri istenmiştir. Formun girişinde kişisel bilgilerle ilgili gönüllü olur formu öğrencilere onaylatılmıştır ve ölçek çalışmasına formu onayladıktan sonra geçmeleri sağlanmıştır. Çalışma ile ilgili veri toplanması için Bayburt üniversitesi Etik Kurulundan gerekli izinler alınmıştır. (30/03/2023 tarih ve 120/5 sayılı karar).

Çalışmanın ikinci kısmında dijital oyun bağımlılığı farkındalıklarını arttırmak amacıyla bağımlılık eğitim programı hazırlanmıştır. Materyaller hazırlanırken Yeşilay'ın liselere yönelik düzenlemiş olduğu Teknoloji Bağımlılığı ile ilgili eğitimden faydalanılmıştır (Yeşilay, 2023). Eğitim programı yürütücü tarafından, ön test sonrası dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalığı düşük olan 26 öğrenciye yönelik olarak yapılmıştır. Hatırlama etkisi olmaması için son test ön testten üç hafta sonra yapılmıştır. Eğitim 1 gün ve 2 saat sürmüştür. Eğitim sonunda katılımcılara son Eğitim sonunda katılımcılara son test uygulanmıştır.

Çalışmanın son aşamasında eğitim verilen grubun ön test ve son test arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı olup olmadığını tespit etmek için betimsel ve çıkarımsal (bağımlı örneklemelerde t testi) analizler SPSS 2.5 programı kullanılarak yapılmıştır. Elde edilen bulgular aşağıda verilmiştir.

Bulgular ve Yorum

Çalışmaya gönüllü katılan 149 öğrencinin cevaplandırmış olduğu anket sonrası veriler aşağıda tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2.
Betimsel Analiz Tablosu

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	116	77,9
	Erkek	33	22,1
Sosyo-ekonomik düzey	Alt	23	15,4
	Orta	122	81,9
	Üst	4	2,7
Dijital oyun oynama durumu	Evet	83	55,7
	Hayır	66	44,3
Dijital oyun türü	Savaş	26	17,4
	Yarışma	30	20,1
	Bilgi	61	40,9
	Diğer (farklı oyun türü oynayan veya oynamayanlar)	32	21,5
	Her gün	7	4,7
Dijital oyun oynama sıklığı	Haftada birkaç kez	45	30,2
	Ayda birkaç kez	71	47,7
Dijital oyun oynamak bende	Diğer (oyun oynamayanlar)	26	17,4
	Bağımlılık yapabilir	31	20,8
	Bağımlılık yapmaz	118	79,2
Toplam		149	100,0

Tablo 2'deki betimsel veriler incelendiğinde katılımcıların çoğunluğunun kadın öğrencilerden oluştuğu görülmektedir (%77,9). Ayrıca katılımcılardan 122'si orta düzeyde ekonomik durumu olduğunu düşünmektedir. Katılımcıların %55,7'si dijital oyun oynamakta ve genellikle bilgi içeren oyunları oynadıklarını söylemektedirler (%40,9). Oyun oynama sıklığı ise genelde ayda birkaç kezdir (%47,7). Tablo incelendikten sonra deney grubuna dahil edilecek öğrencilerin belirlenmesi için elde edilen veriler farkındalık ölçeğinden alınan puanlar ile de kıyaslanmış ve en düşük puana sahip olan 37 öğrenci tespit edilmiştir. Ölçek ön testi puanlarına ilişkin betimleyici istatistikler ise Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3.
Ön Test Puanlarına İlişkin Betimleyici İstatistikler

Değişkenler	N	\bar{X}	Ss
İçsel farkındalık	149	17,9463	5,45842
Dışsal farkındalık	149	26,6040	6,49201
Toplam	149	44,5503	11,28886

Farkındalık ölçeği içsel farkındalık alt boyutu bireyin dijital oyun bağımlılığına yönelik iç sesini anlama, dijital oyun bağımlılığı yüzünden oluşan duyguların farkında olma düzeyini tespit etmek için kullanılmaktadır. En yüksek 25, en düşük 5 puan alınmaktadır. Katılımcıların içsel farkındalık alt boyut puan ortalamaları 17,9 olup orta düzeyde olduğu söylenebilir. Dışsal farkındalık alt boyutu ise bireyin dijital oyun bağımlılığının arkadaş, iş, okul gibi çevre ile olan ilişkilerini ne yönde etkilediğini anlayıp farkında olma düzeyini tespit etmek için kullanılmaktadır. En yüksek 35, en düşük 7 puan alınmaktadır. Katılımcıların dışsal farkındalık alt boyut puan ortalamaları 26,6 olup orta düzeyde olduğu söylenebilir. Toplam puan ise bize katılımcıların dijital oyun bağımlılığına ilişkin bilgi düzeyi, bunun içsel ve dışsal etkilerini anlama ve farkında olma düzeyini belirlemesi hakkında bilgi verir. En yüksek 60, en düşük 12 puan alınmaktadır. Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalık puan ortalamaları 44,55 olup orta düzeyde olduğu söylenebilir.

Deney grubuna dâhil edilen 37 öğrenciden 26'sı eğitime katılmıştır. Deney grubuna ait betimleyici istatistikler Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4.
Deney Grubuna Ait Betimleyici İstatistikler

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kadın	20	76,9
	Erkek	6	23,1
Sosyo-ekonomik düzey	Alt	2	7,7
	Orta	23	88,5
	Üst	1	3,8
Dijital oyun oynama durumu	Evet	13	50
	Hayır	13	50
Dijital oyun türü	Savaş	6	23,1
	Yarışma	3	11,5
	Bilgi	10	38,5
	Diğer (farklı oyun türü oynayan veya oynamayanlar)	7	26,9
Dijital oyun oynama sıklığı	Her gün	3	11,5
	Haftada birkaç kez	7	26,9
	Ayda birkaç kez	9	34,6
	Diğer (oyun oynamayanlar)	7	26,9
Dijital oyun oynamak bende	Bağımlılık yapabilir	5	19,2
	Bağımlılık yapmaz	21	80,8
Toplam		26	100,0

Tablodaki veriler incelendiğinde kadın öğrenciler (%76,9) orta düzeyde sosyo ekonomik durumu olduğunu düşünenler (%88,5), bilgi türünde oyun oynayanlar (%38,4), ayda birkaç kez oyun oynayanlar (%34,6) ve kendisinde oyunun bağımlılık yapmayacağını düşünen (%80,8) öğrenciler çoğunluktadır. Dijital oyun oynayan ve oynamayan öğrenciler ise eşittir. Deney grubu ön test puan istatistikleri ise Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5.

Deney Grubu Ön Test Puanlarına İlişkin Betimleyici İstatistikler

Değişkenler	N	\bar{X}	Ss
İçsel farkındalık	26	10,6154	3,35949
Dışsal farkındalık	26	17,4615	4,70090
Toplam	26	28,0769	6,72858

Katılımcıların içsel farkındalık alt boyutu puan ortalamaları 10 olup düşük düzeyde olduğu söylenebilir (alt boyut en yüksek puan 25, en düşük puan 5’tir). Dışsal farkındalık alt boyutundan en yüksek 35, en düşük 7 puan alınmaktadır. Katılımcıların dışsal farkındalık alt boyut puan ortalamaları 17,4 olup düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Toplam puandan en yüksek 60, en düşük 12 puan alınmaktadır. Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalık puan ortalamaları 28 olup düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Deney grubuna uygulanan eğitim sonrası son test puan istatistikleri Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6.

Deney Grubu Son Test Puanlarına İlişkin Betimleyici İstatistikler

Değişkenler	N	\bar{X}	Ss
İçsel farkındalık	26	18,0000	5,40370
Dışsal farkındalık	26	26,9231	5,49125
Toplam	26	44,9231	9,98368

Farkındalık ölçeği içsel farkındalık alt boyutu en yüksek 25, en düşük 5 puan alınmaktadır. Katılımcıların içsel farkındalık alt boyut puan ortalamaları 18 olup orta düzeyde olduğu söylenebilir. Dışsal farkındalık alt boyutundan en yüksek 35, en düşük 7 puan alınmaktadır. Katılımcıların dışsal farkındalık alt boyut puan ortalamaları 26,9 olup orta düzeyde olduğu söylenebilir. Toplam puan en yüksek 60, en düşük 12 puan alınmaktadır. Katılımcıların dijital oyun bağımlılığı farkındalık puan ortalamaları 44,9 olup orta düzeyde olduğu söylenebilir.

*p>.05

Son aşama olarak deney grubunun ön test ve son test puanları istatistiksel olarak kıyaslanmıştır. Bunun için öncelikle normallik varsayımı test edilmiştir. Örneklem küçüklüğü nedeniyle (Kilmen, 2015) normallik testlerinden Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 7 de verilmiştir.

Analizler incelendiğinde son testlerin normallik varsayımını karşıladığı ancak ön testin normallik varsayımını karşılamadığı tespit edilmiştir. Ancak sadece

Kolmogorov-Smirnov testine göre normallik kararı verilemez (Çokluk, Ö.,

Tablo 7.

Deney Grubu Ön Test ve Son Test Puanlarına İlişkin Normallik Varsayımı

	Değişkenler	Kolmogorov-Smirnov	Sd	p
ÖN TEST	İçsel farkındalık	,199	26	,009
	Dışsal farkındalık	,282	26	,000
	Toplam	,220	26	,002
SON TEST	İçsel farkındalık	,134	26	,200*
	Dışsal farkındalık	,117	26	,200*
	Toplam	,097	26	,200*

Şekercioğlu, G. ve Büyükoztürk, Ş., 2021). İkinci yapılacak olan çarpıklık basıklık değerlerine bakmaktır. Çarpıklık basıklık değerleri eğer +1 ve -1 arasında bir değere sahipse verilerin normal dağıldığı varsayılır (Çokluk, Şekercioğlu & Büyükoztürk, 2021). Ön test çarpıklık basıklık değerleri içsel farkındalık alt boyutu (Çarpıklık=,456 ve Basıklık= ,887), dışsal farkındalık alt boyutu (Çarpıklık=,456 ve Basıklık= ,887) ve toplam puan için (Çarpıklık=,456 ve Basıklık= ,887), +1 ve -1 arasında bir değere sahip olduğundan normal dağıldığı varsayılmıştır.

Normallik varsayımları karşılandığından ve aynı grubun iki farklı puanı karşılaştırılacağından bağımlı örneklem için t testi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8.

Katılımcıların Dijital Bağımlılık Toplam Puanları İçin Ön Test Son Test Puan Ortalamalarına İlişkin Bağımlı Örneklem İçin T-Testi Sonuçları

Farkındalık	N	\bar{X}	Ss	df	t	p	Ort. Farkı	%95 Güven Aralığı	
								Düşük	Yüksek
Ön-test	26	28,08	6,73	25	-6,946	,000*	-16,85	-21,8	-11,9
Son-test	26	44,9	9,98						

*p < .01

Bağımlı örneklem için t testi sonuçlarında, katılımcıların bağımlılık farkındalığı eğitim programı öncesi ve sonrasında elde ettikleri dijital oyun bağımlılığı farkındalık puanları karşılaştırılmış ve bu iki test arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir (p=,000). Buna göre deney grubunun farkındalık ön test puan ortalamasının (Ort: 28,07, Ss:6,7) son test puan ortalamasına (Ort: 44,9, Ss: 10,0) göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur ($t_{25} = -6,946$, p<.001). Dijital oyun bağımlılığı farkındalık puanlarında ortalama yükseliş 16,85 olarak

bulunmuştur ve değerler, -21,18 ile -11,9 arasında değişen bir %95'lik güven aralığına sahiptir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bayburt Üniversitesi Aydıntepe Meslek Yüksekokulunda 2023-2024 yılında öğrenim gören ve dijital oyun bağımlılığı farkındalığı düşük olan öğrenciler üzerinde yapılan eğitim programının sonucunda, eğitim programının istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiş olup öğrencilerin farkındalık seviyeleri orta düzeye ulaşmıştır. Bu nedenle yapılan çalışmanın etkili olduğu ve bağımlılığı önleyici müdahalelerde kullanılabileceği tespit edilmiştir.

Alan yazında dijital oyun bağımlılığı konusunda yapılan çalışmalar incelendiğinde özellikle 10-19 yaş arasındaki ergenlerin aşırı oyun oynama davranışı sergiledikleri görülmektedir (Greenberg ve ark., 2010; Rideout, Foehr ve Roberts, 2010). Üniversite öğrencileri genellikle 17-21 yaş aralığına sahiptir. Bu nedenle araştırmanın üniversite öğrencileri ile yapılması uygun görülmüştür.

Dijital oyun bağımlılığında ilk müdahale bireyin dijital oyun bağımlılığını fark ettirmeye ve azaltmaya yönelik koruyucu ve önleyici çalışmalar yapmaktır (Bağatarhan ve Siyez, 2017). Yapılan bir çalışmaya göre zamanı değerlendirmeye yönelik yapılan etkinliklerin dijital oyun bağımlılığını etkilediği bulunmuş bu nedenle eğitim içerisinde bu konuya ağırlık verilmesi önerilmiştir (Aksoy, 2018). Nitekim araştırmacılar tarafından hazırlanan bağımlılıkla mücadele eğitim programı içerisinde de zaman yönetimi konusu ele alınmıştır. Bu durum programın etkili olmasına neden olmuş olabilir. Ayrıca farkındalığa yönelik yapılan çalışmaların, dijital oyun bağımlılığını azalttığına yönelik elde edilen bulguların varlığı da (Bezençon, De Santo, Holzer & Lanz, 2023; Tso ve diğerleri, 2022; Sezgin, Altun Ekiz & Kır, 2021; Can & Tekkurşun Demir, 2020) araştırmada bulunan sonucu desteklemektedir.

Oyun bağımlılığı müdahale programları her zaman olumlu sonuçlanmayabilir. Nitekim üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada müdahale programı istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Bunun nedeni sadece oyun bağımlılığına müdahalede bulunan tek başına bir programın oyun bağımlılığını ortadan kaldırmada etkili olmayabileceği durumudur. Çünkü bağımlılık kapsamlı bir müdahale gerektirmektedir (Doğan Keskin, 2019). Bu çalışmada uygulanan eğitim programı dijital oyun bağımlılığı farkındalık seviyelerinde düşük düzeyden orta düzeye yükselmesi sağlanmıştır. Ancak bu sebep sadece hazırlanan eğitim programına atfedilemez. Geliştirilen bu programa ek başka müdahaleler de uygulandığı takdirde daha fazla farkındalık kazandırılabilirdiği düşünülmektedir.

Son kırk yıl içerisinde sosyal modellerde bir takım değişiklikler meydana gelmiştir. Birçok sosyal bilimci de günümüz çocuklarındaki problemlerin sosyal modellerde meydana gelen değişikliklere bağlı olabileceğini dile getirmektedir. Ebeveynlerin ayrılma oranlarındaki artış, anne-baba ve çocukların birlikte geçirdiği

vaktin azalması, teknolojinin olumsuz ve de yaygın etkisi bahse konu değişimler arasında yer almaktadır (Shapiro, 1999). Anne-baba veya çocuğun bakımını yerine getiren kişi ile çocuğun kurduğu ilişkinin gelişim üzerindeki etkisi yadsınamaz bir gerçektir. Olumlu ilişkiler kurma gereksinimi olan çocuk ile gerekli bağın kurulmaması halinde çocuk bağımlılığa yatkın davranışlar sergilemenin yanında özgüveni düşük ve şiddete eğilimli davranış örüntülerine de dâhil olmaktadır (Kitahara, 1987).

Oyun bağımlılığına ilişkin; özellikle bireyin büyüdüğü aile, kendine olan saygısı ve büyürken iletişimde olduğu sosyal çevresi gibi birçok risk durumu söz konusudur. (Şakiroğlu ve Akyol, 2018). Son yıllarda yapılmış araştırmalarda ebeveyn tutumları ve oyun bağımlılığı arasında bağ olduğu ve bu bağımlılığın aile bireyleri ile iletişim problemlerine neden olduğu tespit edilmiştir (Koçak ve Köse; 2014; Yiğit, 2017). Şimşek ve Yılmaz (2020), yaptıkları çalışmada erkeklerin kızlara göre oyun bağımlılığına daha yatkın oldukları sonucuna varmışlardır. Dijital oyun bağımlılığı nedenleri arasında cinsiyet (erkeklerde daha fazla) ve ailenin psiko-sosyal durumunun (evde tek çocuk olmak, ebeveynlerin ayrı olması, aile ilişkilerinin kötü olması veya ebeveynlerin vefat etmesi durumunda daha fazla oyun oynanmaktadır) önemli olduğu belirlenmiştir. Bu nedenle dijital oyun bağımlılığı için farkındalık oluşturan çalışmalar yapmak önemlidir (Koç, 2020).

Bağımlılığın fark edilmesi uzun zaman almaktadır çünkü tasarlanan oyunlar bile aşamalı olarak bireyi oyuna bağlı hale getirmektedir (Uzunoğlu, 2021). Bu nedenle farkındalık kazandırmak daha önemli hale gelmektedir. Dijital oyun oynamanın birçok nedeni bulunmak ile birlikte bireylerin oyuna yönelme nedenleri de birbirinden farklıdır. Bu alandaki araştırmacıların, bağımlılık göstergelerini ve korunma yollarını daha net bir şekilde ortaya koyabilmeleri için araştırmalarını özele indirgeyerek uygulamaları daha net sonuçlanabilir olacaktır.

Kaynakça

- Aksoy, Z (2018). Adölesanlarda oyun bağımlılığı, yaşam biçimi davranışları ve etkileyen faktörler. (Tez No. 493544) [Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi-İstanbul]. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.
- Alikaşifoğlu, M. (2008). Ergenlerde davranışsal sorunlar, *İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri, Adölesan Sağlığı II, Sempozyum Dizisi*, 63, 2008, 55-59.
- Bağatarhan T ve Siyez D.M (2017). Programs for preventing internet addiction during adolescence: A systematic review. *Addicta-The Turkish Journal On Addictions*, 4(2): 257-265.
- Bezençon, V., De Santo, A., Holzer, A., & Lanz, B. (2023). Escape Addict: A digital escape room for the prevention of addictions and risky behaviors in schools. *Computers & Education*, 200, 104798.
- Can, H.C. ve Tekkurşun Demir, G. (2020). Sporcuların ve e-spor oyuncularının dijital oyun bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık düzeyleri. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 364-384 <https://doi.org/10.31680/gaunjss.770600>

- Christensen, L.B., Johnson, R.B. & Turner, L.A. (2015) *Araştırma Yöntemleri Desen ve Analiz*. A. Aypay (Çev.Ed.) (2. Baskı) . Anı yayıncılık.
- Çokluk, Ö., Şekercioglu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2021). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik spss ve lisrel uygulamaları*,(6.Baskı), Pegem Akademi.
- Doğan Keskin, A. (2019). *Oyun bağımlılığı müdahale programının ergenlerin oyun bağımlılığı ve oyun motivasyonu ile duygusal davranışsal sorunlarına ve annelerinin düşüncelerine etkisinin incelenmesi*. (Tez No. 585861) [Doktora tezi, Ankara Üniversitesi-Ankara]. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.
- Demirhan Sayın, M. E. (2016). *Dijital oyunların bilişsel yeteneklere etkileri: faktör referanslı bilişsel test kiti ile oyuncu ve oyuncu olmayan grupların karşılaştırılması*. (Tez No. 446117) [Doktora tezi, Marmara Üniversitesi-İstanbul]. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.
- Dowell, E. B., Burgess A. W. & Cavanaugh, D. J. (2009). Clustering of internet risk behaviors in a middle school student population, *Journal Of School Health*, 79(1), 547-553. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2009.00447.x>
- Field, A. ve Hole G. (2019). *Araştırma nasıl tasarlanır ve raporlaştırılır*. (1 baskı). A. Özer, (Çev. Ed.). Anı Yayıncılık.
- Gençtanırım, D. (2014). Riskli davranışlar ölçeği üniversite formu: geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları, *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi*, 5(1), 24-34. <https://doi.org/10.21031/epod.67191>
- Greenberg BS, Sherry J, Lachlan K et al. (2010) Orientations to video games among gender and age groups. *Simul Gaming* 41:238-259. <https://doi.org/10.1177/1046878108319930>
- Jessor, R. (1991). Risk behavior in adolescence: a psychosocial framework for understanding and action, *Journal of Adolescent Health*, 12, 597-605.
- Jessor, R., Donovan, J.E. & Costa, F. M. (1991) *Beyond adolescence problem behavior and young adult development*, Cambridge University Press, Transferred to digital printing 2006.
- Kilmen, S. (2015). *Eğitim araştırmacıları için spss uygulamalı istatistik*. (2.Baskı). Edge Akademi.
- Kirriemuir, J. (2002). Video gaming, education and digital learning technologies. *D-Lib Magazine*. 8(2).
- Kitahara, M. (1987). Perception of Parental Acceptance and Rejection Among Swedish University Students. *Child Abuse and Neglect*, 11, 223-227
- Kalaycı, Ş.(2010). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*. (5. Baskı) Asil Yayınları.
- Koç, A.K. (2020). Lise ve üniversite öğrencilerinde internet oyun bağımlılığı sıklığı ve etkili faktörler (Tez No. 622124) [Uzmanlık tezi, Gazi Üniversitesi-Ankara]. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.
- Koçak, H., ve Köse, Z. (2014). Ergenlerin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları ve Sosyalleşme Süreçleri Üzerine Bir Araştırma. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21-32.
- Lemmens JS, Valkenburg PM, Peter J (2009) Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychol*, 12(Suppl.1): 77-95.

- Ögel, K. (2007). Risk kavramının tanımı, Ögel, K. (Ed.) *Riskli Davranışlar Gösteren Çocuk ve Ergenler* (s. 13-25) içinde, Yeniden Sağlık ve Eğitim Derneği.
- Ögel K (2012) İnternet bağımlılığı, *İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak* (s.47-60) içinde. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Rideout VJ, Foehr UG, Roberts DF (2010) Generation M2: Media in the lives of 8- to 18- year olds. Kaiser Family Foundation. <http://www.kff.org/entmedia/entmedia012010nr.com> adresinden 27/10/2023 tarihinde alındı.
- Sezgin, E., Altun Ekiz, M. ve Kır, S. (2021). Genç ve yetişkinlerde dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık düzeyi, *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt 2 (3), 87-97.
- Shapiro, L. E. (1999). *Yüksek EQ'lu Bir Çocuk Yetiştirmek* (4.baskı.). (Kartal, Ü. Çev.). İstanbul: Varlık/Özel Yayınları.
- Şakiroğlu, M., Akyol Poyraz, C. (2018). *Çocukları Sanal Dünyadan Koruma Kılavuzu*. İstanbul: Hayygrup Yayıncılık.
- Şimşek, E., & Karakuş Yılmaz, T. (2020). Türkiye'de Yürütülen Dijital Oyun Bağımlılığı Çalışmalarındaki Yöntem ve Sonuçların Sistematik İncelemesi. *Kastamonu Education Journal*, 28(4), 1851-1866. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3920>
- Tso, W. W., Reichert, F., Law, N., Fu, K. W., de la Torre, J., Rao, N., Leung, L. K. Wang, Y.L., Wong, W.H.S. & Ip, P. (2022). Digital competence as a protective factor against gaming addiction in children and adolescents: A cross-sectional study in Hong Kong. *The Lancet Regional Health–Western Pacific*, 20, 1-11.
- Tekkurşun-Demir, G., ve Cicioğlu, İ. (2020). Dijital oyun bağımlılığına ilişkin farkındalık ölçeği (DOBİFÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 2(1), 1-17.
- Uzunoğlu, A. (2021). Dijital oyun ve bağımlılık. *Yeni Medya*, 2021(11), 116-131.
- Van IJendoorn MH, Bakermans-Kranenburg MJ. (2017) Editorial overview: Multidisciplinary and interdisciplinary perspectives on parenting. *Curr Opin 17.Psychol*. Jun 1;15-25.
- West, R. & Brown, J; (2013) *Theory of addiction*. Cambridge University Press
- Yalçın, S., & Bertiz, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığının etkileri üzerine nitel bir çalışma. *Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi)*, 3(1), 27-34.
- Yalçın Irmak, A., & Erdoğan, S. (2015). Dijital oyun bağımlılığı ölçeği türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16-26.
- Yazıcıoğlu Coşgun, M.M. ve Kağan, M. (2023). Riskli davranışlar, ahlaki uzaklaşma ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi (AKEF)*. 5 (2), 402-419.
- Yeşilay (2023). Teknoloji Bağımlılığı Eğitimi, <https://uygulayici.tbm.org.tr/Teknoloji-Bagimliliği> adresinden 27/10/2023 tarihinde alındı.
- Yılmazçetin Eke, C. (2007). Riskli davranışlarla ilgili olarak yapılan araştırmalara bir bakış, Ögel, K. (Ed) *Riskli Davranışlar Gösteren Çocuk ve Ergenler* (s. 33-51) içinde, Yeniden Sağlık ve Eğitim Derneği.

Yiğit, E. (2017). Çocukların Dijital Oyun Bağımlılığında Ailelerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Tez No. 480165) [Yüksek Lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi-Van]. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı Tez Merkezi.

Extended Abstract

The digital game craze, which replaced the traditional game concept especially in Generation Z, increased in the 2000s (Yalçın Irmak & Erdoğan, 2015). Digital game, in general, is an artificial intelligence pattern in which success is expected to be achieved by passing the levels presented to the players with one or more controllers/consoles connected to the screen in front of any screen. (Sayın, 2016). Digital game addiction is defined as the individual losing their sense of control and continuing to play constantly and obsessively, even though it causes social/emotional problems in the person's life due to the screen. (Lemmens, Valkenburg and Peter, 2009).

The aim of this study is to prepare an addiction training program to raise awareness of digital game addiction among university students and thus raise awareness. Therefore, it is important to know the reasons for playing digital games. Reasons for playing digital games among young people include preferring digital games to other activities, associating the game with real life, and choosing to play games instead of solving a problem encountered in real life (Yalçın & Bertiz, 2019).

Considering the studies in the literature, it is seen that adolescents, especially between the ages of 10-19, exhibit excessive gaming behavior (Greenberg et al., 2010; Rideout, Foehr, & Roberts, 2010). For this reason, the study was conducted with university students. Playing digital games is not actually very harmful. However, if the desire to play digital games cannot be controlled by the person and causes problems in social life, addiction occurs (Ögel, 2012). As a matter of fact, digital game addiction occurs if digital games continue to be used excessively and compulsively even though they cause social or emotional problems in individuals (Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2009). It takes a long time for addiction to be noticed because even designed games gradually make the individual addicted to the game. brings (Uzunoğlu, 2021). It is important to be able to realize that you may be addicted to games without becoming addicted to them and to take control at the beginning of the situation. For this reason, it was deemed appropriate by the researchers to conduct a study on this subject and it was thought that it would contribute to the field.

The study was conducted with students enrolled at Bayburt University Aydıntepe Vocational School in the 2023-2024 academic year. The study consists of two parts. In the first part, the Digital Game Addiction Awareness Scale was applied to 149 students who participated voluntarily. The scale consists of 12 items and two subscales. These sub-dimensions are internal awareness and external awareness. The internal awareness sub-dimension of the awareness scale is used to understand the individual's inner voice regarding digital game addiction and to determine the level of

awareness of the emotions caused by digital game addiction. The highest score is 25 and the lowest score is 5. The participants' average internal awareness subscale score is 17.9, which is at a medium level. The external awareness sub-dimension is used to determine the level of awareness of the individual by understanding how their digital game addiction affects their relationships with the environment such as friends, work and school. The highest score is 35 and the lowest is 7. The average external awareness subscale score of the participants is 26.6, which is at a medium level. The total score gives us information about the participants' level of knowledge about digital game addiction and their level of understanding and awareness of its internal and external effects. The highest score is 60 and the lowest score is 12. The average digital game addiction awareness score of the participants is 44.55, which is at a medium level.

Since the research design was determined as a single group pretest-posttest experimental design, in the second part of the study, 37 students who received a low or medium score (between 12-36) from the pretest were identified and the experimental group was formed. A single-session training program was prepared for these students identified by the researchers. A booklet and presentation were prepared for the training content. While preparing the materials, the training on Technology Addiction organized by the Green Crescent for high schools was used (Yeşilay, 2023). 26 of the 37 students invited to the training participated. To eliminate the effectiveness of the pre-test, training was carried out 3 weeks after the pre-test application. At the end of the training, the scale was applied again to 26 students.

The study continued with analysis to compare pre-test and post-test. Since the data showed normal distribution (Kolmogorov-Smirnov $p > .05$ and skewness and kurtosis coefficients were between +1, -1), t test was applied for dependent samples. As a result of the analysis, it was determined that the difference between the post-test (Mean: 44.9) and pre-test (Mean: 28.1) score averages was statistically significant.

The first intervention in digital game addiction is to carry out protective and preventive studies to detect the individual's digital game addiction (Bağatarhan and Siyez, 2017; Koç, 2020). It has been found that time management activities affect digital game addiction, so it is recommended to focus on this issue in education (Aksoy, 2018). As a matter of fact, the issue of time management was also discussed in the anti-addiction training program prepared by the researchers. This may have caused the program to be effective. In addition, it has been determined that studies on awareness reduce digital game addiction (Bezençon, De Santo, Holzer & Lanz, 2023; Tso et al., 2022; Sezgin, Altun Ekiz & Kır, 2021; Can & Tekkurşun Demir, 2020). It is parallel to . However, the study is limited because it is limited to a single session and does not make a comparison based on the reasons affecting addiction. It is thought that further studies are needed in this area, depending on the reasons. Field experts who will work on this subject may be advised to work on awareness by checking the causes of addiction.