



ISSN 1304-8120 | e-ISSN 2149-2786

Araştırma Makalesi \* Research Article

## Ebeveynlerin Dijital Oyun Bağımlılıklarının Araştırılması: Betimsel Bir Çalışma Researching Parents' Digital Game Addiction: A Descriptive Study

**Rasim BABAHAÑOĞLU**

Doç. Dr., Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi  
rasimbabahanoglu@hitit.edu.tr  
Orcid ID: 0000-0002-6538-0329

**Öz:** Dijital bağımlılık çağımızın en önemli sorunlarından birisidir. Öyle ki davranışsal bağımlılık türü olarak dijital bağımlılık tüm yaş gruplarından bireyleri etkilemektedir. Tüm bağımlılık biçimlerinde olduğu gibi dijital bağımlı olan bireyler bu davranışını kontrol etmekte zorlanmaktadır. Dijital bağımlılık türleri içerisinde en yaygınlarından birisi olan oyun bağımlılığı da çocuk, gen, yetişkin her yaşta bireyin karşı karşıya kalabileceği bir sorundur. Oyunda geçirilen süreler kişinin günlük yaşamında önemli bir yer tutmanın yanında başkalarıyla ilişkilerini de olumsuz etkilemektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı ebeveynlerinin dijital oyun bağımlılıkları düzeyini tespit etmektir. Araştırmanın verileri kişisel bilgi formu ve "Yetişkin Oyun Bağımlılığı Ölçeği" kullanılarak elde edilmiştir. Örneklem grubu araştırmaya gönüllü olarak katılan 396 kişiden oluşmaktadır. Elde edilen veriler SPSS 25 paket programına aktarılmış, verilerin analizinde t-testi ve Varyans (ANOVA) analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, katılımcıların hafif ve orta düzeyde sorunlu kabul edilebilecek biçimde dijital oyun bağımlısı oldukları saptanmıştır. Ayrıca, katılımcıların eğitim durumu, günlük dijital oyun oynama süresi ve günlük çocuğuna/ailesine ayırdığı süre değişkenlerine göre dijital oyun bağımlılık düzeyleri gruplar arasında farklılaşırken, cinsiyet, yaş, gelir durumu ve sosyal etkinliklere ayrılan süre değişkenleri ile dijital oyun bağımlılığı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Aile, Davranışsal bağımlılık, dijital bağımlılık, oyun bağımlılığı, ebeveyn

**Abstract:** Digital addiction is one of the most important problems of our age. As a type of behavioral addiction, digital addiction affects individuals of all age groups. As in all addiction types, individuals who are addicted to digital have difficulty controlling this behavior. Game addiction, which is one of the most common types of digital addiction, is a problem that individuals of all ages, from children to teenagers and adults, can face. The time spent playing games not only has an important place in a person's daily life, but also negatively affects their relationships with others. In this context, the aim of the study is to determine the level of digital game addiction in parents. Data of the study was obtained using the personal information form and the "Adult Game Addiction Scale". The sample group consists of 396 people who volunteered to participate in the study. Data were transferred to the SPSS 25 package program, and t-test and Variance (ANOVA) analysis were used in the analysis of the data. As a result of the research, it was determined that the participants were addicted to digital games in a way that could be considered mild and moderately problematic. In addition, while digital game addiction levels differed between the groups according to the variables of participants' education level, daily digital game playing time and daily time spent with their child/family, no significant difference was found between the digital game addiction levels and the variables of gender, age, income status and time spent on social activities.

**Keywords:** Family, Behavioral addiction, digital addiction, game addiction, parents.

## GİRİŞ

Dünya genelinde hızla yaygınlaşan ve kullanımı her geçen gün artan teknolojik gelişmeler sonucunda çevreyi sarıp sarmalayan en etkili güç elbette internettir. Aynı zamanda çağımızın en önemli ve vazgeçilmezlerinden olan teknoloji ve internet her geçen gün daha da gelişmekte ve ilerlemektedir. Bu gelişmeler, yaşamın birçok alanında önemli kolaylıklar sağlamakta ve bu nedenle modern hayatın temel bir gereksinimi olarak kabul edilmektedir. Ayrıca teknoloji toplumsal bir konu haline gelmesiyle birlikte dijital medyayı da içine alarak güçlü ve hayatı kolaylaştırıcı yönüyle toplumsal analizlerde de önemli yer tuttuğu bilinmektedir (Boschele Aydoğan, 2023: 64; Sönmez ve Büyükbakkal Ilgaz, 2024). Bununla birlikte bu teknolojik ilerlemeler davranışsal bağımlılık türlerinden olan dijital bağımlılık gibi birçok olumsuzlukları da beraberinde getirmektedir. Hatta dijital bağımlılık, bireylerin toplumsal ve ailevi ilişkilerden izolasyonuna da yol açabilmektedir (Mackay, 1997). Çünkü bireyler dijital bağımlılıktan kaynaklı zamanlarının büyük bir kısmını bu mecralarda geçirdiklerinden dolayı, ailesel sosyal ve arkadaş çevreleriyle uzak kalmalarından dolayı toplumsal izolasyon da hızla ilerdediği bilinmektedir (Demirci, 2024). Bununla birlikte dijital bağımlılık döngüsüne giren birey, kendi kontrolünü sağlayamadığından dolayı da psikolojik, sosyal, ekonomik ve eğitim gibi birçok sorunun yaşadığı bir geçekle de karşı karşıya kalmaktadır (Yengin, 2019). Özellikle davranışsal bağımlılık haline geldiğinde biyolojik, sosyal, çevresel, ailevi, psikolojik ve ekonomik olarak birçok soruna neden olduğu bilinmektedir (Babahanoğlu, 2022). Nitekim, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı-5 (DSM 5)'in üçüncü araştırma ekinde dijital oyun bağımlılığı, internette oyun oynama bozuklukları (Internet Gaming Disorder) olarak ele alınmıştır (Lemmens vd., 2009; Irmak ve Erdoğan, 2015).

Davranışsal bağımlılık olarak kabul edilen dijital/teknoloji bağımlılık kavramı birey(ler)in her türlü kitle iletişim ve teknolojik aletlerin yoğun kullanımı ve ilişkisini tanımlamak için kullanılmaktadır (Arslan, 2019; Akçay, 2020).

Bu bağlamda günümüzde dijital oyun bağımlılığı büyük bir problem haline gelmesinden dolayı özellikle çocuklar ile ilgili bilimsel ve akademik olarak çalışmaların arttığı görülmeye rağmen (Biol ve Biol, 2022), ebeveynlerle ilgili çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir.

Dijital oyun bağımlısı olan bireylerde; sosyal iletişimden uzaklaşma ve toplumsal izolasyon gibi belirtiler gözlemlenmektedir. Ayrıca, bu bireyler, gerçek yaşam aktiviteleri yerine oyun içindeki başarıya odaklanma eğilimindedirler. Bunun sonucunda, uyku, beslenme ve dinlenme gibi günlük yaşam rutinlerinde olumsuz değişiklikler meydana gelmektedir (Lemmens vd., 2009; Yalçın ve Bertiz, 2019; Weinstein ve Lejoyeux, 2010).

Ayrıca dijital oyun bağımlılığı; aşırı kullanımla beraber sosyal, duygusal ve davranışsal problemlerin oluşmasına da sebep olmaktadır (Lemmens vd., 2009). Burada ebeveynlerin günlük hayatta çocuklarıyla ya da eşlerin birlikte kaliteli zaman harcamaları aynı zamanda çocuklarına olumlu yönde rol model olmaları oldukça önem arz etmektedir (Aküzüm vd., 2022; Lauricella ve Cingel, 2020; Lauricella vd., 2015). Nitekim ebeveynlerin dijital oyun bağımlılığı çocukların üzerinde de etkili olabileceği ihtimali oldukça yüksektir (Budak ve Işıkoğlu, 2022). Aynı zamanda bu davranışlar aile içi görev ve ilişkilerini de olumsuz etkileyeceği bilinmektedir (Çankaya ve Sütçü, 2016).

Dolayısıyla, ebeveynlerin dijital oyun bağımlılık seviyelerinin düşük olması ya da olmaması durumu ile aynı zamanda çocukları üzerindeki etkileri göz önüne alındığında, özellikle nesiller arası farklılıklardan dolayı, bilişim teknolojilerinin algılanışındaki farklılıkların azaltılması ve ortak paydalarda buluşulması aile içi iletişimi olumlu yönde etkileyecek ve ilişkileri güçlendirecektir (Çetinkaya ve Sütçü, 2016).

Dijital oyunlar eğlenceli olabilir, ancak her şeyde olduğu gibi dengeli bir yaklaşım önemlidir. Ebeveynlerin, hem kendi hem de çocuklarının sağlıklı gelişimini desteklemek için oyun oynama alışkanlıklarını dikkatlice yönetmeleri gerekmektedir.

Sonuç olarak aile içinde büyük rol ve sorumluluğu olan ebeveynlerin dijital oyun bağımlılık durumları ve bu oyunlara yükledikleri anlamlar çocukları üzerinde oldukça etkili olmaktadır. Aynı şekilde dijital oyun bağımlısı olup olmama durumu ailenin sosyal, kültürel, sportif vb. çevresi üzerinde olumlu ya da olumsuz olarak etkilemektedir.

## YÖNTEM

### Amaç

Araştırmanın amacı Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim görmekte olan lisans öğrencilerinin ebeveynlerinin dijital oyun bağımlılıkları düzeyini saptamaktır. Ayrıca, katılımcıların günlük olarak dijital oyun oynamaya, ailesine, çocuğuna ve sosyal/kültürel aktivitelere ayırdıkları süreleri de tespit etmek de araştırmanın amaçları arasındadır. Araştırmadan elde edilen bulgular çerçevesinde aileler ve eğitimciler başta olmak üzere ilgililere yönelik çeşitli öneriler sunulması da amaçlanmaktadır.

### Evren ve Örneklem

Bu çalışmada araştırmanın evreni Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesinde okuyan lisans öğrencilerinin ebeveynleridir. Araştırmanın evreni gerçek ve ulaşılabilirlik bakımından "ulaşılabilir evren" modeli (Büyüköztürk vd., 2013: 14-20) olarak seçilmiştir. Evren sayısı 1500 olduğundan ulaşılabilir örneklem grubu için ideal sayı 306 olarak değerlendirilmektedir (Altunışık vd., 2012: 154). Dolayısıyla bu çalışmada asgari 306 ebeveyne ulaşılması yeterli iken 400 kişilik bir örnekleme ulaşılmıştır ancak 4 kişilik veri eksikliğinden dolayı elenmiş olup toplam 396 veri üzerinde çalışma gerçekleştirilmiştir.

### Verilerin Toplanması ve Toplama Araçları

Veriler, Google Forms üzerinden hazırlanan anket linki sosyal medya araçları (Whatsapp, Instagram vs.) aracılığıyla Sağlık Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerle paylaşılmış olup öğrenciler ise ilgili katılımcılara ulaşarak ve gönüllülük esasına dayanarak elde edilmiştir.

Veriler, katılımcıların bazı bağımsız değişkenlerinden oluşan Kişisel Bilgi Formu ve Yetişkinler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeği (YOBÖ) olmak üzere iki ayrı veri toplama aracı kullanılarak araştırmacılar tarafından toplanmıştır.

### Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanan bu form; "cinsiyet, yaş, eğitim durumu, gelir durumu, günlük dijital oyun oynama süresi, günlük çocuğuna/ailesine ayırdığı süre, günlük sosyal/kültürel aktivite süresi" şeklinde 7 sorudan oluşmaktadır.

### Yetişkinler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeği (YOBÖ)

Yetişkinler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeği (YOBÖ), Wong ve Hodgins (2013) tarafından geliştirilmiş olup geçerlik ve güvenilirlik çalışması ise Göller ve Pişkin (2022) tarafından yapılmıştır. YOBÖ, beşli likert özellikli bir ölçektir. Ölçek madde puanlaması ise 0 ile 4 arasında yapılmakta ve ölçekten alınabilecek en yüksek puan 124'tür. Bu çalışmadaki elde edilen veriler ölçeğin toplam puan ortalaması üzerinde değerlendirilerek gerekli analizler yapılmıştır. Alınan puanın yükselmesi birey(ler)in dijital oyun bağımlılığının arttığı anlamına gelmektedir. Buna göre ölçekten 30-39 arasında puan alanların bağımlılık düzeylerinin hafif-orta olduğu, 40 puan ve üzerinde puan alanların ise yüksek düzeyde bağımlı oldukları anlamına gelmektedir. Ölçeğin toplam Cronbach Alfa ( $\alpha$ ) değeri .94 olarak hesaplanmıştır (Göller ve Pişkin, 2022). Bu çalışmada ise ölçeğin toplam Cronbach Alfa ( $\alpha$ ) değeri .90 olarak tespit edilmiştir.

### Verilerin Analizi

Araştırmada veri analizleri SPSS 25 paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Demografik sorulardan elde edilen kategorik veriler sayı ve yüzde olarak ifade edilmiştir. Demografik sorulardan elde edilen kategorik değişkenlerin ölçek puan karşılaştırılmasında iki grup için veri dağılımına uygun olarak Independent t test, ikiden fazla grup karşılaştırmaları ise Varyans Analizi (ANOVA) ile incelenmiştir. Varyans analizi sonrasında farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun belirlemek için ise post-hoc çoklu karşılaştırma testleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi için %95 güven aralığı ( $p<0.05$ ) kabul edilmiştir.

## BULGULAR

Araştırma 396 ebeveyn üzerinde gerçekleştirilmiştir. Örneklemin demografik özellikleri Tablo 1’de gösterilmiştir. Tablo verilerine göre; araştırmaya katılan ebeveynlerin %69,9’u kadın %30,1’i de erkektir. Katılımcıların %42,9’u 36-45 yaş arası, %49,0’ı 46-55 yaş arası, %8,1’i de 56 yaş ve üzeri bireylerdir. Araştırmaya katılan ebeveynlerin %7,9’unun düşük, %87,6’sının orta, %4,5’inin yüksek gelir seviyesine sahip olduğu tespit edilmiştir. Örneklemin %27,8’inin “ilköğretim mezunu”, %31,6’sının “ortaöğretim mezunu”, %12,9’unun “yüksekokul mezunu”, %27,8’inin ise “Lisans ve lisansüstü mezunu” oldukları görülmektedir. Araştırmaya katılan ebeveynlerin %66,2’sinin günlük hiç dijital oyun oynamadıkları, %15,7’sinin 1 saatten az oyun oynadıkları, %13,4’ünün 1-2 saat arası ve %4,8’inin ise 3 saat ve üzeri oyun oynadıkları saptanmıştır. Katılımcıların %8,3’ünün çocuğuna/ailesine hemen hemen hiç zaman ayırmadığı, %22,2’sinin 1-2 saat arası zaman ayırdığı, %30,8’inin 3-4 saat arası ayırdığı ve %38,6’sının da 5 saat ve üzeri çocuğuna/ailesine zaman ayırdığı tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan ebeveynlerin %25,8’inin sosyal/kültürel aktivitelere hiç vakit ayırmadığı, %27,0’ının 1 saatten az, %31,8’inin 1-2 saat arası ve %15,4’ünün de 3 saat ve üzeri sosyal/kültürel aktivitelere zaman ayırdıkları belirlenmiştir.

**Tablo 1.** Örneklemin demografik özellikleri

| Sosyo-demografik Özellikler            | Seçenekler           | Frekans | Yüzde |
|--|----------------------|---------|-------|
| Cinsiyet                               | Kadın                | 277     | 69,9  |
|  | Erkek                | 119     | 30,1  |
| Yaş                                    | 36-45 yaş arası      | 170     | 42,9  |
|  | 46-55 yaş arası      | 194     | 49,0  |
|  | 56 yaş ve üstü       | 32      | 8,1   |
| Eğitim durumu                          | İlköğretim           | 110     | 27,8  |
|  | Ortaöğretim          | 125     | 31,6  |
|  | Yüksekokul           | 51      | 12,9  |
|  | Lisans ve lisansüstü | 110     | 27,8  |
| Gelir durumu                           | Düşük                | 31      | 7,8   |
|  | Orta                 | 347     | 87,6  |
|  | Yüksek               | 18      | 4,5   |
| Günlük dijital oyun oynama süresi      | Hiç oynamıyorum      | 262     | 66,2  |
|  | 1 saatten az         | 62      | 15,7  |
|  | 1-2 saat arası       | 53      | 13,4  |
|  | 3 saat ve üzeri      | 19      | 4,8   |
| Günlük çocuğuna/ailesine ayırdığı süre | Hemen hemen hiç      | 33      | 8,3   |
|  | 1-2 saat arası       | 88      | 22,2  |
|  | 3-4 saat arası       | 122     | 30,8  |
|  | 5 saat ve üzeri      | 153     | 38,6  |
| Günlük sosyal/kültürel aktivite süresi | Hiç ayırmıyorum      | 102     | 25,8  |
|  | 1 saatten az         | 107     | 27,0  |
|  | 1-2 saat arası       | 126     | 31,8  |
|  | 3 saat ve üzeri      | 61      | 15,4  |
| Toplam                                 |                      | 396     | 100   |

**Tablo 2:** Yetişkinler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeğinden Alınan Puanlara İlişkin Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Dağılımları

| Bağımlı Değişken | N   | Minimum | Maximum | $\bar{X}$ | Ss  |
|------------------|-----|---------|---------|-----------|-----|
| YOBÖ             | 396 | 1.00    | 4.85    | 1.40*     | .30 |

\*30 ile 39 arasında alınan puan hafif ve orta düzeyde bağımlılığa işaret etmektedir (  $\bar{X}=1,40^*$  26 Madde =36,40 ortalama puan)

Tablo 2’ye bakıldığında, 26 maddelik ölçekten örneklemin aldığı dijital oyun bağımlılığı ortalamasının  $X=1.40$  olduğu görülmektedir. Göller ve Pişkin (2022), bağımlılık düzeyi konusunda, ölçekten 30 ile 39 arasında puan alanların hafif ve orta düzeyde sorunlu, 40 ve üzerinde puan alanların ise yüksek düzeyde sorunlu sayılabileceğini belirtmişlerdir. Buna göre örneklemin hafif ve orta düzeyde sorunlu oyun bağımlılığına sahip oldukları değerlendirilebilir.

**Tablo 3.** Katılımcıların Yetişkinler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeği ile Bazı Demografik Değişkenleri için Yapılan İstatistikî (Anova ve T-Testi) Analiz Sonuçları

| Bağımsız Değişken                             | N   | YOBÖ<br>(Ort±Ss)         |
|---|-----|--------------------------|
| <b>Yaş değişkeni</b>                          |     |                          |
| 1. 36-45 yaş arası                            | 170 | 1,37±0,65                |
| 2. 46-55 yaş arası                            | 194 | 1,43±0,67                |
| 3. 56 yaş ve +                                | 32  | 1,37±0,51                |
| F   |     | ,412                     |
| p   |     | 0,66                     |
| Fark Grupları                                 |     | -                        |
| <b>Eğitim durumu</b>                          |     |                          |
| 1. İlköğretim mezunu                          | 110 | 1,32±0,62                |
| 2. Ortaöğretim mezunu                         | 125 | 1,30±0,51                |
| 3. Yüksekokul                                 | 51  | 1,59±0,81                |
| 4. Lisans ve lisansüstü                       | 110 | 1,50±0,72                |
| F   |     | 3,751                    |
| p***  |     | 0,01                     |
| Fark Grupları                                 |     | (3>1,2<br>4>1,2)*        |
| <b>Gelir durumu</b>                           |     |                          |
| 1. Düşük                                      | 31  | 1,43±0,82                |
| 2. Orta                                       | 347 | 1,40±0,64                |
| 3. Yüksek                                     | 18  | 1,40±0,60                |
| F   |     | ,05                      |
| p   |     | 0,95                     |
| Fark Grupları                                 |     | -                        |
| <b>Günlük dijital oyun oynama süresi</b>      |     |                          |
| 1. Hiç oynamıyorum                            | 262 | 1,22±0,48                |
| 2. 1 saatten az                               | 62  | 1,58±0,72                |
| 3. 1-2 saat arası                             | 53  | 1,73±0,75                |
| 4. 3 saat ve üzeri                            | 19  | 2,30±0,92                |
| F   |     | 29,71                    |
| p***  |     | 0,00                     |
| Fark Grupları                                 |     | (2>1<br>3>1<br>4>1,2,3)* |
| <b>Günlük çocuğuna/ailesine ayırdığı süre</b> |     |                          |
| 1. Hemen hemen hiç                            | 33  | 1,84±1,02                |
| 2. 1-2 saat arası                             | 88  | 1,56±0,69                |
| 3. 3-4 saat arası                             | 122 | 1,32±0,53                |
| 4. 5 saat ve üzeri                            | 153 | 1,27±0,55                |
| F   |     | 9,77                     |
| p***  |     | 0,00                     |
| Fark grupları                                 |     | (1>2,3,4,5)*             |
| <b>Günlük sosyal/kültürel aktivite süresi</b> |     |                          |
| 1. Hiç ayırmıyor                              | 33  | 1,44±0,69                |
| 2. 1 saatten az                               | 88  | 1,43±0,70                |
| 3. 1-2 saat                                   | 122 | 1,31±0,65                |
| 4. 3 saat ve üzeri                            | 153 | 1,38±0,47                |
| F   |     | ,63                      |
| p   |     | ,59                      |
| Fark grupları                                 |     | -                        |
| <b>Cinsiyet</b>                               |     |                          |
| Kadın   | 277 | 1,37±0,67                |
| Erkek   | 119 | 1,46±0,60                |

|         |              |            |
|---------|--------------|------------|
| t       |              | -,514      |
| p       |              | 0,24       |
| Schffe* | Dunnett T3** | p*** <0,05 |

Tablo 3 incelendiğinde, katılımcıların yer aldıkları “yaş grubu, eğitim durumları, gelir durumları, günlük dijital oyun oynama süreleri, günlük çocuğuna/ailesine ayırdığı süre ve günlük sosyal/kültürel aktivite süresi” gibi değişkenler ile YOBÖ’nin toplam puan ortalaması arasındaki farklılığı tespit etmek için Varyans Analizi (ANOVA) yapılmıştır. Buna göre, örneklemin YOBÖ ortalamalarının yaşa göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı (F=.41; p=.66, p>.05) anlaşılmaktadır. Bununla birlikte puan ortalamaları 46-55 yaş arası ebeveynlerin en yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmektedir (X=1.43).

Katılımcıların YOBÖ ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaştığı (F=3.75; p=.01, p<.05) görülmektedir. Post hoc sonuçları 3. grup ile 1. ve 2. gruplar arasından 3. grup lehine ve 4. grup ile yine 1. ve 2. grup arasında 4. grup lehine bir farklılaşma söz konusudur. Buna göre eğitim düzeyi ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Bunun nedeni yükseköğrenim mezunu olanların yaşam koşulları ve maddi imkânları diğerlerinden daha iyi olabilir. Dijital araçlara sahip olma ve ulaşma bakımından bu gruplar daha avantajlı olabilirler.

Örneklemin YOBÖ ortalamalarının gelir düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı (F=.05; p=.95, p>.05) anlaşılmaktadır. Bununla birlikte puan ortalamaları düşük gelirli ebeveynlerin en yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmektedir (X=1.43).

Katılımcıların YOBÖ ortalamalarının dijital oyun oynama süresi değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaştığı (F=29.71; p=.00, p<.05) görülmektedir. Post hoc sonuçları 2. grup ile 1. grup arasında 2. grup lehine; 3. grup ile 1. grup arasında 3. grup lehine ve 4. grup ile 1., 2., 3. gruplar arasında da 4. grup lehine anlamlı farklılıklar söz konusudur. Ortalamalar incelendiğinde dijital oyuna ayrılan süre arttıkça dijital oyun bağımlılığı da artmaktadır. En yüksek YOBÖ ortalaması oyuna 3 saat ve üzeri zaman ayıran grupta iken (X=2.30), en düşük ortalama hiç oyun oynamadığını söyleyen grupta tespit edilmiştir (X=1.22). Bağımlılık yapan davranışların sık tekrarı o davranışın sürdürülmesi yönünde önemli bir faktördür.

Katılımcıların YOBÖ ortalamalarının çocuğa/aileye ayrılan süre değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaştığı (F=9.77; p=.00, p<.05) görülmektedir. Post hoc sonuçları 1. grup ile 2.,3.,4. gruplar arasında 1. grup lehine; 2. grup ile 3. ve 4. grup arasında 2. grup lehine anlamlı farklılıkların olduğunu göstermiştir.

Ortalamalar incelendiğinde çocuğuna/ailesine ayrılan süre arttıkça dijital oyun bağımlılığı da azalmaktadır. En düşük YOBÖ ortalaması çocuğuna/ailesine 5 saat ve üzeri zaman ayıran grupta (X=1.27) bulunmuştur. Bu sonuç ailesine zaman ayıran ebeveynlerin bağımlılık düzeylerinin düşük olduğunu göstermektedir. En yüksek bağımlılık ortalaması ise çocuğuna/ailesine hemen hemen hiç zaman ayırmadığını bildiren grupta çıkmıştır (X=1.84). Bu da aileye zaman ayrılmadığında bireylerin bu zamanını bağımlılık yapan başka alışkanlıklara yöneltebileceğini göstermektedir.

Aynı tabloya bakıldığında katılımcıların YOBÖ ortalamalarının sosyal etkinliklere ayrılan süreye göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı (F=.63; p=.59, p>.05) anlaşılmaktadır. İstatistiksel açıdan farklılık olmasa da grupların puanları incelendiğinde sosyal etkinliklere ayrılan süre arttıkça dijital oyun bağımlılık düzeyi azalmaktadır. Sosyal etkinliklere hiç zaman ayırmadıklarını bildiren ebeveynlerin YOBÖ ortalaması en yüksek (X=1.44) iken sosyal etkinliklere 3 saat ve üzeri zaman ayırdıklarını bildiren ebeveynlerin YOBÖ ortalaması ise en düşüktür (X=1.31).

Tablo 3’e bakıldığında katılımcıların cinsiyet değişkeni ile YOBÖ ortalamalarının cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı (t=-1.15; p=.24, p>.05) anlaşılmaktadır. Bununla birlikte puan ortalamalarından erkeklerin (X=1.46) kadınlardan (X=1.37) daha yüksek düzeyde oyun bağımlısı oldukları söylenebilir.

## SONUÇ ve TARTIŞMA

Araştırma için belirlenen örneklem grubu toplam 396 ebeveyn üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Araştırma sonucunda katılımcıların ölçekten ortalama 36, 40 puan aldıkları ve hafif ve orta düzeyde sorunlu kabul edilebilecek biçimde dijital oyun bağımlısı oldukları bulgulanmıştır.

Araştırmada incelenen 7 alt problem bağlamında; cinsiyet, yaş, gelir durumu ve sosyal etkinliklere ayrılan süre değişkenleri ile dijital oyun bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Ulusoy'un (2008) yaptığı çalışmaya göre dijital bağımlılık ve cinsiyet arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Aydoğdu Karaaslan'ın (2015) yapmış olduğu çalışmaya göre katılımcıların yaş değişkeninin dijital oyun bağımlı bireylerin şiddet üzerinde etkisinin olmadığını tespit etmiştir. Ayrıca Arslankoç ve arkadaşlarının (2023) yapmış oldukları çalışmada dijital bağımlılığın psikolojik sağlamlık üzerindeki etkisi incelenmiş ve negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit etmişler. Bu bağlamda dijital bağımlılığın azalması aynı zamanda ailede özellikle ebeveynlerin kendilerinde olduğu gibi çocuklarının üzerinde öz kontrol durumları daha güçlenebildiği anlaşılmaktadır.

Eğitim durumu, dijital oyun oynama süresi ve çocuğa/aileye ayrılan süre değişkenlerinde gruplar arasında anlamlı farklılıkların olduğu görülmüştür. Lauricella ve Cingel'in (2020) yapmış oldukları çalışmaya göre de ebeveynler yoğun dijital/medya oyun kullanıcıları olduğunu ve ebeveynlerin dijital/medya oyun kullanımı çocukların kullanımını da etkilediklerini tespit etmişler. Benzer sonuçlara Redmiles (20218), Gençer (2016) ile Manap ve Durmuş'un (2021) çalışmalarında da tespit edilmiştir. Ayrıca, Akçay (2020) ve Budak'ın (2020) yapmış olduğu çalışmada ebeveynlerin eğitim düzeyinin yükselmesiyle çocukların dijital bağımlılığı üzerinde daha kontrollü ve bilinçli olduklarıyla birlikte farklı stratejilere de başvurdukları sonucu elde etmişler.

Bu sonuçlardan özellikle dijitalde geçirilen süre attıkça bağımlılık düzeyinin arttığı bulgusu önemlidir. Yine çocuğuna/ailesine ayrılan süre arttıkça dijitalde olan bağımlılık düzeyinin azaldığının tespit edilmiş olması da manidardır. Valaa ve Bleakley'in (2015) yaptıkları çalışmaya göre, ebeveynlerin dijital/bilgisayara ayırdıkları zamanın çocukların üzerinde oldukça etkili bir unsur olduğunu tespit etmişler. Ayrıca, Arıcı Doğan ve Döğ'er'in (2023) araştırmasında elde edilen sonuçlara göre, özellikle annelerinin günlük cihaz kullanım süresi, çocukların günlük cihaz kullanım süresi ile arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Sosyal etkinliklere ayrılan süre ile bağımlılık arasındaki ilişki anlamlılık düzeyinde çıkmasa da puan ortalamaları sosyal etkinliklere daha fazla zaman ayırmanın bağımlılığı azalttığı görülmüştür.

Ebeveynlerin dijital oyun bağımlılığı, çocukların gelişimini ve aile dinamiklerini etkileyen önemli bir konudur. Dijital oyun bağımlılığı, bireylerin oyun oynama davranışlarının kontrol edilememesi ve bu durumun günlük yaşamlarını olumsuz etkilemesi anlamına gelir. Ebeveynlerin bu tür bir bağımlılığa sahip olmaları, çocukların yaşam kalitesini ve ebeveyn-çocuk ilişkilerini de etkileyebilir. Böyle bir sorunla karşı karşıya kalan ebeveynlerin mutlaka alanda çalışmalar yapan başta akademisyenlerden ve meslek elemanları olan sosyal çalışmacı/sosyal hizmet uzmanları ve psikologlar gibi profesyonellerden destek almaları gerekmektedir.

Ebeveynler çocuğun ilk muhatap oldukları kişilerdir. Sağlıklı aile yapısı öncelikle ebeveynler arasındaki aile içi sağlıklı iletişime bağlıdır. Bunun için ebeveynlerin kendilerine, eşlerine ve çocuklarına yeterince zaman ayırmaları gerekmektedir. Bu ayrılan zamanın kaliteli birliktelikleri içerecek şekilde planlanması önemlidir. Dolayısıyla dijitalde bağımlılık; aile içi iletişimi olumsuz etkileyecektir. Bunun için: Görsel ve kitle iletişim araçlarının kullanımı konusunda ebeveynler hem bilinçli olmalı hem de rol model olmalıdır.

Dijital oyunlar dahil teknolojinin bağımlılığa dönüşmemesi için tedbirler alınmalıdır. Bunun için dijitalde geçirilen süre aile içinde planlanmalıdır ve «dijital detoks» yapılmalıdır.

Başta sosyal hizmet birimlerinde çalışan uzmanların özellikle aile bireyleri teknolojiyi verimli kullanmaları konusunda bilinçlendirme çalışmalarını artırarak devam etmelidirler. Aile içi iletişimin gelişmesi için sosyal etkinliklere önem verilmeli ve aile bireyleriyle kaliteli zaman geçirme planlanmalıdır.

Bütün okulların her kademesinde velilere yönelik dijital bağımlılık konusunda bilgilendirme ve bilinçlendirme gibi toplumsal farkındalık çalışmalarına ağırlık verilmeli ve alanda uzman akademisyen ve meslek elemanlarından yardım almaları önem arz etmektedir.

Bir davranışsal bağımlılık problemi olarak dijital oyun bağımlılığının kontrol altına alınması için özellikle Yeşilay Danışmanlık Merkezlerine aktif uğramalı ve gerekmesi durumunda profesyonel desteğe müracaat edilmelidir.

## KAYNAKÇA

Akçay, D. (2020). Ebeveynlerin çocukların dijital video oyunları bağımlılığı karşısında tutum ve davranışları. *Middle Black Sea Journal of Communication Studies*, 5(2), 65-71.

Aküzüm, C., Boğa-Baran, E. ve Çelebi, S. (2022). Okul öncesi dönemde ebeveyn tutumları ile dijital oyun bağımlılığı eğilimi arasındaki ilişki. *Turkish Studies*, 17(3), 427-458. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.61958>

Arslan, A. (2019). Ortaöğretim öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Sivas İli Örneği. *Gazi Eğitim Bilimleri Dergisi (GEBD)*, 5(2), 63-80.

Arıcı Doğan, D. ve Döğner, S. S. (2023). Annelerin dijital ebeveynlik tutumları ile aile-çocuk internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 9 (1), 1-14. DOI: <https://doi.org/10.24289/ijsser.1181453>

Arslankoç, S., Doruk, Ç. S. ve Koçak, O. (2023). Dijital bağımlılık ve öz-kontrol ilişkisinde psikolojik sağlamlığın aracı rolü. *Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 34, 467-495.

Aydoğdu Karaaslan, İ. (2015). Dijital oyunlar ve dijital şiddet farkındalığı: Ebeveyn ve çocuklar üzerinde yapılan karşılaştırmalı bir analiz. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(36), 806-818. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/ikad/issue/57520/739439>

Babahanoğlu, R. (2022). Sosyal hizmette dezavantajlı/Risk altındaki gruplar. Doğan H. (Ed.), *Dezavantajlı/Risk altındaki gruplar: davranışsal bağımlılığı olan bireyler içinde* .(ss. 115-140). Nika Yayınevi.

Boshele Aydoğan, F. (2023). *Popüler kültür medya ve dijitalleşme*. Ankara, TRT Yayınları.

Biröl, S. Ş. ve Biröl, E. (2022). Ebeveynlerin dijital oyun içeriklerine dair farkındalık düzeyleri ve bilgi birikimlerinin mevcut ölçme araçları ile ölçümü. *Bağımlılık Dergisi*, 23(4):530-535.

Budak, K. S. ve Işıkoğlu, N. (2022). Dijital oyun bağımlılık eğilimi ve ebeveyn rehberlik stratejileri ölçeklerinin geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 55(3), 673-720. <https://doi.org/10.30964/auebfd.939653>

Budak, K. S. (2020). Okul öncesi dönem çocukları için dijital oyun bağımlılık eğilimi ölçeğinin ve dijital oyun ebeveyn rehberlik stratejileri ölçeğinin geliştirilmesi, problem davranışlarla ilişkisinin incelenmesi. Pamukkale Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.

Çankaya, L. ve Sütçü, S. S. (2016). Çocukların gözüyle ebeveynlerinin bilişim teknolojileri kullanımlarına yönelik kısıtlamaları ve nedenleri. *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry (TOJQI)*, 7(1), 79-116.

Demirci, E. (2024). Göç ve iletişim: Dijital bağımlılığın sosyal bağlar üzerindeki etkisi. *Pesa International Journal of Social Studies*, December, 11(2), 89-100.

Dijital Oyun Raporu (2020). Erişim adresi: <https://www.btk.gov.tr/haberler/btk-2020-dijital-oyunlar-raporu>.

Gençer, E. (2016). Okul öncesi çocukların bilgi ve iletişim teknolojileriyle etkileşiminin bazı değişkenler yönünden incelenmesi. *Kastamonu Education Journal*, 24(5), 2235-2252

Göller, L. ve Pişkin, M. (2022). Yetişkinler İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği: Türkçe Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(1),67-86. Doi:10.26468/Trakyasobed.93097

Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M. ve Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychol*, 12(1), 77-95.

Lauricella, A. R., & Cingel, D. P. (2020). Parental influence on youth media use. *Journal of Child and Family Studies*, 29, 1927-1937. <https://doi.org/10.1007/s10826-020-01724-2>

Lauricella, A. R., Wartella, E., & Rideout, V. J. (2015). Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 36, 11-17. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2014.12.001>

Mackay, H. (1997). 'Introduction', in H. Mackay (ed.) *Consumption and everyday life* (pp. 1-14). London: Sage.

Manap, A. ve Durmuş, E. (2021). Dijital ebeveynlik farkındalığının çeşitli değişkenler, aile içi roller ve çocukta internet bağımlılığı açısından incelenmesi. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 12(1), 141-156. DOI: 10.19160/ijer.837749

Redmiles, E. M. (2018). Net benefits: digital inequities in social capital, privacy preservation, and digital parenting practices of us social media users. *In Twelfth International AAAI Conference on Web and Social Media*.

Sönmezer, Z. & Büyükbaykal Ilgaz, A. C. (2024). Medya ve teknolojinin kolektif kullanımı. *The Turkish Online Journal of Design Art and Communication*, 14(3), 753-762. <https://doi.org/10.7456/tojdac.1464676>.

Irmak, A. ve Erdoğan, S. (2015). Dijital oyun bağımlılığı ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 10-19.

Ulusoy, O. (2008). *Ergenlerde bilişim teknolojileri kullanımı ve saldırganlık ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Vaala, S. E. & Bleakley, A. (2015). Monitoring, mediating, and modeling: parental influence on adolescent computer and internet use in the united states. *Journal of Children and Media*, 9(2), 40-57.

Weinstein, A. & Lejoyeux, M. (2010). Internet addiction or excessive internet use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36, 277-283.

Yalçın, S. ve Bertiz, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığının etkileri üzerine nitel bir çalışma. *Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi)*, 3(1), 27-34.

Yengin, D. (2019). Teknoloji bağımlılığı olarak dijital bağımlılık. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication – TOJDAC*, 9(2), 130-144.