



E-Spor Oyuncularının Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi

. Göktuğ SARI^{1*}, Hamza Kaya BEŞLER², Benhur ÜNLÜGÜZEL³

¹Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi. <https://orcid.org/0009-0005-6215-7470>

²Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi. <https://orcid.org/0000-0002-5317-8991>

³Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi. <https://orcid.org/0009-0004-9904-7876>

To cite this article/ Atf için:

Sarı, G., Besler, H. K., ve Ünlügüzel, B. (2024) E-spor oyuncularının mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 133-140.

Özet

Araştırmanın amacı e-spor oyuncularının mutluluk düzeylerinin incelenmesidir. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemi tercih edilmiş olup araştırmanın örneklemini amaca yönelik gönüllülük esasına dayalı olarak 192 e-sporcudan oluşmaktadır. Ulaşılan 192 e-sporcuya Google forms üzerinden 'Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu' uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre spor türünde oyun oynayan e-sporcuların mutluluk düzeyleri, strateji türünde oyun oynayan e-sporculara göre yüksek çıkmıştır ($p<0.05$). Buna ek olarak e-sporcuların cinsiyet, yaş, e-spor yaşı, günlük ekran süresi, eğitim durumu değişkenlerine bakıldığında mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır. Sonuç olarak spor türünde oyun oynayan e-sporcuların mutluluk düzeyleri, strateji türünde oyun oynayan e-sporculara göre yüksek çıkmıştır.

Anahtar kelimeler: E-spor, Dijital Oyun, Mutluluk.

Examining the Happiness Levels of E-Sports Players

Abstract

The purpose of this study is to examine the happiness levels of e-sports players. In this study, quantitative research method was preferred. The sample of the research consist of 192 e-sports players. Purposive sampling method was preferred. The 'Oxford Happiness Scale-Short Form' was applied to 192 e-sports players via Google forms. The data was analyzed with SPSS 25.0 package program. According to the results, the happiness levels of e-sports players playing sports type games are higher than e-sports players playing strategy type games ($p<0.05$). In addition, statistically significant difference was not found between the happiness levels of e-sports players in terms of gender, age, e-sports age, daily screen time, and educational status variables. As a result, the happiness levels of e-sports players playing sport type games were higher than e-sports players playing strategy type games.

Keywords: E-sports, Digital Game, Happiness

GİRİŞ

İnsanların, en temel ihtiyaçlarından birisi sosyalleşmek olmasının yanında, sosyalliğini koruyabilmek için kendilerine günlük iş, okul vb. gibi yoğunlukları içerisinde ayırdıkları boş vakitleri olması gerekmektedir. Bu boş vakitler içerisinde arkadaşlarla vakit geçirmek, spor yapmak, konsere gitmek, farklı fiziksel veya zihinsel aktivitelerde bulunmak ve sosyal oyunlar oynamak vb. etkinlikler tercih edilebilmektedir (Vatandaş, 2020a). Bu oyun çeşitleri eskiden çocuklarda kapı önünde saklambaç, dokuz kiremit, sek sek vb., gençlerde ise çeşitli kart ve masa oyunları iken günümüzde teknolojinin gelişimi ile artık fiziksel bir ortamdaki sanal bir ortama taşınması kaçınılmaz olmuştur (Vatandaş, 2020b).

Teknolojinin ve internetin yaygınlaşması ve gelişimi ile modern yaşama uygun bir yenilik olarak e-spor karşımıza çıkmaktadır. Elektronik spor, farklı uluslardan kişileri internet ortamı üzerinde bir araya getirerek birden fazla oyun türlerinin oynandığı ve oyuncuların el göz koordinasyonu, refleks vb. zamanla ufak motor beceriler haline gelen yetenekleri ile rekabeti amaçlayan, oynarken taktik düşünceler ve uygulamalar gerektiren, kişilerin takım ya da bireysel olarak yeteneklerini sergilediği bir platformdur (Argan ve ark., 2006; Evren ve ark., 2019). Kişilerin rahatça erişebildikleri, arkadaşı ile zaman ve mekandan bağımsız olarak anlık karşılıklı veya birlikte vakit geçirdikleri çeşitli sanal oyun türleri bulunmaktadır. Buna ek olarak oyuncuların tercih ve isteklerine göre çeşitlendirebildiği, kendi duygusal dünyasına göre yaratabildiği, bir karaktere bürünebildiği, zekasını veya yeteneklerini ön plana çıkarabildiği sanal oyun türleride bulunmaktadır (Canlı ve Demirarslan, 2020; Vatandaş, 2020b).

2000’li yıllardan itibaren e-spor zamanla bir kültür haline gelmiş ve kendi ekonomisini oluşturmuştur. Bu kültürün gelişmesiyle birçok oyun yapım şirketi kurulmuştur ve zamanla hızlı bir büyüme sağlamıştır. Çağımızda bu ekonomi içerisinde e-spor oyuncu kitlesine hitap etmek ve e-spor pazarında kendine yer edinmek isteyen farklı endüstrilerden şirketlerin e-spor pazarında yer edinmeye çalıştığı görülmektedir (Ekmekçi ve ark., 2013). Yaş aralığı ayırt etmeksizin gelişen bu sektör günümüzde oldukça popüler hale gelmiştir (Ayhan, 2002; Evren ve ark., 2019).

Özellikle e-spor oyuncu kitlesinin tercih ettiği oyun türleri şunlardır;

➤ MOBA (Massively Online Battle Arena/Çevrimiçi Çok Oyunculu Savaş Alanı)

Oynarken belirli strateji, taktik, plan uygulanan ve uzun oynayımlar sonucunda beceri ve ustalık kazanılan çevrimiçi çok oyunculu savaş video oyunlarıdır. Her MOBA oyununun kendine özgü kuralları vardır. Genellikle beşer kişiden oluşan, iki farklı takımın bir harita üzerinde üç yoldan savaştığı ve karşı takımı çeşitli yollarla yok etmeyi amaçlayan oyun türüdür.

➤ FPS (First Person Shooter/Birinci Kişi Atış)

Oyuncuların, oyuncu karakterinin kendi gözünden oynadığı oyun türüdür. Bu tür oyunlarda oyuncuların verdiği hızlı kararlar, gösterdiği refleksler, el göz koordinasyonu vb. unsurlar önemli rol oynamaktadır. Genellikle askeri simülasyon tabanlı oyunlardır.

➤ RTS (Real Time Strategy/Gerçek Zamanlı Strateji)

Gerçek zamanlı strateji oyunlarını tanımlamak gerekirse; oyuncuların birbirlerinin sırasını beklemezsiniz devamlı karşılıklı oynamaya devam edebildikleri oyunlardır. Bu oyunlardaki amaç; harita üzerinde oyuncuya verilen çeşitli kaynakları kullanarak ekonomik, askeri, politik vb. faktörleri yöneterek rakibi mağlup etmek.

➤ FIGHTER (Dövüş)

Birbirinden farklı yetenekleri olan, farklı stillerde dövüşebilen, farklı kültürleri temsil edebilen karakterleri seçebileceğiniz, isterseniz yapay zekaya karşı ya da oyun içi bir hikaye tabanlı bireysel olarak oynayabileceğiniz, isterseniz de bir veya birden fazla kişi ile karşılıklı seçtiğiniz karakterlerle birbirinize üstünlük sağlamaya çalıştığınız oyun türüdür.

➤ SPORTS (Spor)

Liglerin ve takım lisanslarının olduğu gelenekselleşmiş spor dallarının (Futbol, Basketbol, Tenis vb.) sanal ortama aktarılmış halleridir.

➤ MMORPG (Massively Multiplayer Online Role Playing Game/Çok Katılımcılı Çevrimiçi Rol Yapma Oyunu)

Oyuncuların kendi karakterlerini renk (saç, ten vs.), cinsiyet, vücut yapısı vb. birçok özelliğini yaratabildiğiniz, oyunun kültürüne, mitolojisine, bulunduğu tarihe uygun oyuna özgü sınıflandırılmış (savaşçı, büyücü, şifacı, destek, dövüşçü, suikastçı, nişancı vb.) karakterleri seçtiğiniz büyük bir harita içerisinde (açık dünya) kendinizi ekipman, seviye bakımından güçlendirebileceğiniz bir sunucu üzerinde farklı oyuncularla birlikte oynanan rol yapma oyun türüdür (http1, 2024).

➤ BATTLE ROYALE

Temel olarak oyuncuların bir harita üzerinde hayatta kalmaya çalıştıkları oyunlardır. Battle Royale oyunlarda oyuncular oyun başlangıcında envanterinde herhangi bir kaynak olmadan oyuna başlarlar diğer oyuncularla hayatta kalmaya çalışırken aynı zamanda silah, zırh, yiyecek, acil durum kiti vb. kaynakları toplayarak hayatta kalmaya çalışmaktadırlar. Zaman geçtikçe küçülen haritada ise aksiyon dolu savaşlarla birlikte takım veya bireysel olarak zafer elde edilen oyun türüdür (Kartal, 2020).

Yukarıdaki bilgiler ışığında e-sporun popülaritesi gittikçe daha da arttığı ve yaygınlığı engellenemez noktalara ulaştığı sonucuna varılabilmektedir. Her ne kadar sanal ortamda gerçekleşen e-spor dalı, spor mudur? değil midir? tartışmaları olsa da e-spor federasyonu olan ciddi paraların söz konusu olduğu, seyircisi olan, büyük organizasyonların olduğu bir spor dalı olarak dünya çapında kabul görmektedir (Mustafaoğlu, 2018). E-sporun maddi manevi faydalarının olduğu gibi sanal ortamda olması şiddet içerikli oyun türlerinin yaygın olması ve ekran başında geçirilen sürelerin fazla olması sebebiyle farklı tartışmalara ve araştırmalara konu olabilmektedir (Laffan ve ark., 2016; Dsouza ve ark., 2020; Lee ve ark., 2022).

Akademik alanyazının yanında e-sporun sosyal ve olumsuz etkileride olabildiği yazılı veya görsel basında da yer yer gündem olabilmektedir (Can ve Demir., 2020; Şimşek ve ark., 2020).

Mutluluk literatürde birçok şekilde tanımlanmaktadır, insanoğlunun hayattaki en büyük amaçlarından bir tanesi mutluluğa ulaşmaktır. Mutluluk olumsuz duygulardan çok bireylerde

olumlu duyguların baskın olmasıdır. Daha detaylı açıklamak gerekirse takdir edilmek, sevmek, sevilme, kabul görmek, saygı duyulmak gibi davranışların bireye olan yansıması olarak tanımlanır. Psikolojik durum halinin tespit amacı mutluluktur. Mutluluğa psikofizyolojik bir tanım yapmak gerekirse, gerekli ve doğru hormonların yeterli miktarda, gerektiği zamanda salgılanması olarak tanımlanır (Jacobsen, 2007; Besler, 2022). Sanal ortamda gerek hobi gerekse profesyonel olarak oynanan oyunlar ise oyunculara birçok duyguyu (sevinç, öfke, heyecan, üzüntü vb.) tattırmaktadır (Besler ve ark., 2022)

Bu bağlamda e-sporcuların mutluluk düzeylerinin araştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Nicel araştırma modellerinden betimsel araştırma modeli kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmamızın evreni Türkiye'deki E-spor oyuncularından oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise lisanslı olarak e-spor turnuvasına katılmış, üniversite e-spor takımlarında lisansı bulunan ve amatör-profesyonel e-spor takımlarından 192 e-sporcudan oluşmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve e-sporcuların mutluluk düzeylerini ölçmek için Hills ve Argyle tarafından 2002 yılında geliştirilen, geliştirme ve uyarlama çalışması Doğan ve Çötök (2011) tarafından yapılan "Oxford Mutluluk Ölçeği- Kısa Formu" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların demografik bilgilerini saptamak amacıyla kullanılmıştır. Bu formda cinsiyet, yaş, eğitim durumu, e-spor yılı, oyun türü, günlük ekran karşısında geçirilen süre gibi sorular bulunmaktadır.

Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu

"Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu" 7 maddeden oluşan ve 5'li likert tipi bir ölçektir. 1. ve 7. maddeler ters kodlanmaktadır. Toplam puana bakılmaktadır ve yüksek puanlar mutluluk düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Verilerin Analizi

Toplanan veriler SPSS 25.00 paket programında analiz edilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin Chrombach's Alpha değeri (0,731) olarak tespit edilmiştir. Verilerin normal dağılması sonucu parametrik testler tercih edilmiştir. İkili değişkenler için T-testi tercih edilirken, çoklu değişkenler için tek yönlü varyans analizi tercih edilmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde çalışmada istatistiksel analizler sonucunda elde edilen verilere ilişkin bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri Dağılımı

Kişisel Bilgiler	Değişkenler	N	%	X
Cinsiyet	Erkek	158	82.3	3.3571
	Kadın	34	17.7	3.0672
Yaş	18-20	70	36.5	3.2082
	21-23	84	43.8	3.2857
	24 ve Üzeri	38	19.8	3.5301
Eğitim Durumu	Lise	39	20.3	3.2527
	Lisans ve Üstü	153	79.7	3.3193
E-Spor Yılı	1-2		26.0	3.2400
	3-4	50	17.2	3.2771
	5-6	33	19.8	3.3383
	7-8	38	12.0	3.4161
	9 Yıl ve Üzeri	23	25.0	3.3155
		48		
E-Spor Oyun Türü/Branşı	Savaş	96	50.0	3.3274
	Strateji	44	22.9	3.0357
	Spor	52	27.1	3.4945
Günlük Ekran Karşısında Geçirilen Süre	1-3	99	51.6	3.3752
	4-6	64	33.3	3.2857
	7 Saat ve Üzeri	29	15.1	3.1133

Tablo 1'e göre katılımcıların %82,3'ü erkek, %17,7'si kadın katılımcılardan oluşmaktadır. Yaş değişkenine bakıldığında %36,5'inin 18-20 yaş, %43,8'inin 21-23 yaş, %19,8'inin ise 24 ve üzeri yaş katılımcılardan oluşmaktadır. Eğitim durumu değişkenine bakıldığında katılımcıların %20,3'ünün lise, %79,7'sinin lisans ve üstü eğitimine sahiptir. E-spor yılı değişkeni incelendiğinde %26,0'ının 1-2, %17,2'nin 3-4 yıl, %19,8'inin 5-6 yıl, %12,0'ının 7-8 yıl ve %25,0'ının 9 yıl ve üzeri e-spor geçmişi bulunmaktadır. Oyun türü incelendiğinde katılımcıların %50,0'ı savaş, %22,9'u strateji ve %27,1'i spor türünde oyunlar oynamaktadır. Günlük dijital ekran karşısında geçirilen süre değişkenine bakıldığında katılımcıların %51,6'sı 1-3, %33,3'ü 4-6 ve %15,1'i 7 saat ve üzeri ekran karşısında oyun oynamaktadır.

Tablo 2. E-Sporcuların Oyun Türü ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki Anova Testi

Oyun Türü	N	X	Ss	p	Anlamlı Fark	
Mutluluk	Strateji (a)	44	3.0357	.71404	.012*	c>a
Düzei	Savaş (b)	96	3.3274	.85058		
	Spor (c)	52	3.4945	.67628		

*p<0.05

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların oyun türü ile mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (p<0.05).

Tablo 3. Mutluluk Düzeyi ile Günlük Dijital Ekran Karşısında Geçirilen Süre Arasındaki Anova Testi

Günlük Ekran Süresi	N	X	Ss	p
Mutluluk Düzeyi	1-3 Saat	99	3.3752	.78898
	4-6 Saat	64	3.2857	.72665
	7 Saat ve Üzeri	29	3.1133	.91104

*p<0.05

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların günlük ekran karşısında geçirilen süre değişkeni ile mutluluk düzeyleri arasında anlamlı fark tespit edilememiştir (p<0.05).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmanın sonuçlarına göre spor türünde oyun oynayan e-sporcuların mutluluk düzeyleri, strateji türünde oyun oynayan e-sporculara göre yüksek çıkmıştır. E-sporcuların cinsiyet, yaş, e-spor yaşı, günlük ekran süresi, eğitim durumu değişkenlerine bakıldığında mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunamamıştır.

Yapılan araştırmalar sonucunda yerli ve yabancı alanyazına bakıldığında e-spora yönelik çalışmalar mevcuttur (Mustafaoğlu, 2018; Akgöl, 2019; Reitman ve ark., 2020). E-sporcuların motivasyon, stres, algı düzeylerine yönelik bir çok çalışma bulunmaktadır (Menteş, 2019; Yıldız ve ark., 2020; Kim ve ark., 2022; Giakoni-Ramírez ve ark., 2022).

YÖKTEZ incelendiğinde e-sporcuların mutluluk düzeyleri ile ilgili bir araştırma olduğu ve bu araştırmanın cinsiyet parametresinde öznel mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Kadın öğrencilerin öznel mutluluk düzeyleri erkek öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur (Sulubey, 2022a).

Çalışmamızda spor türünde oyun oynayan e-sporcuların mutluluk düzeylerinin strateji ve savaş oyunu oynayan e-sporculara göre fazla olmasının sebebinin, spor türündeki oyunların diğer iki türe göre daha az şiddet temalı olması, spor temalı oyunların oyun süresinin değiştirilebilir ve bu oyunların daha sosyal ortamlarda oynandığından kaynaklı olduğu düşünülmektedir (Bozkuş, 2021; Sulubey, 2022b). Buna ek olarak alanyazında e-spor branşları arasında çeşitli değişkenlere göre karşılaştırma çalışmalarının sınırlı olduğu görülmektedir.

Chan ve ark. (2022)'a göre e-sporcuların dijital ekran karşısında geçirilen ekran süresinin artmasının fiziksel aktivite, yaşam tarzı ve uyku kalitesiyle negatif ilişkisi olduğu, özellikle strateji oyunu oyuncularının daha az uyuduğu ortaya çıkmıştır. Strateji türündeki oyunların uzun vakitler alması, sosyalleşmenin ve iletişimin az olmasından kaynaklı çalışmamızda bu e-sporcuların mutluluk düzeylerinin düşük olmasının sebebi olabileceği düşünülmektedir. Chan ve ark. (2022)'nin araştırması bu araştırmayı desteklemektedir.

Yıldız (2017), Badawy (2024)'e göre sosyalleşmenin mutluluk üzerinde olumlu etkisi vardır. Spor türünde oyunlar oynayan e-sporcuların mutluluk düzeylerinin yüksek olmasının diğer sebebi de bu tür oyunlarda ekran karşısında daha az vakit geçirme ve sosyal ortamlar içerisinde bulunmanın katkısı olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmaya göre günlük ekran karşısında geçirilen süre değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmasa da ekran süresi arttıkça mutluluk seviyesinin azaldığı görülmektedir. Alanyazına bakıldığında ekran başında geçirilen süre arttıkça mutluluk seviyelerinde azalma olduğuna yönelik çalışmalar mevcuttur (Ballard ve ark., 2009; Tosun ve Beşler, 2022).

Bu araştırma ekran başında geçirilen süreye göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamasında 7 saat ve üzeri oyun oynayan e-sporcu sayısının az olmasının etken olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak bakıldığında e-spor kendi içinde farklı branşlara ayrılmaktadır ve her branşın kendine özgü bir yapısı, içeriği ve kültürü olduğu savunulabilir. Bu araştırmada e-spor

branşları arasındaki içerik farklılıklarının e-sporcuların mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir fark yaratmasında etken olduğu düşünülmektedir. Özellikle spor temalı oyun oynayan e-sporcuların mutluluk düzeylerinin yüksek çıkması dikkat çeken bir sonuç olarak görülmektedir.

KAYNAKLAR

- Akgöl, O. (2019). Spor endüstrisi ve dijitalleşme: türkiye'deki espor yapılanması üzerine bir inceleme. *Trt Akademi*, 4(8), 206-224.
- Argan, M., Özer, A., Akın, E. (2006). Elektronik spor: türkiye'de siber sporcuların tutum ve davranışları. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 1(2), 1-11.
- Ayhan, A. (2002). Dünden bugüne türkiye'de bilim-teknoloji ve geleceğin teknolojileri. Gürış Holding.
- Badawy, Rk, Ettouney, Sm Ve Abdel Kader, Nm (2024). Topluluk mutluluğu için tasarım: bir yaklaşım ve çerçeve. *Mühendislik ve Uygulamalı Bilimler Dergisi*, 71 (1), 104.
- Ballard, M., Gray, M., Reilly, J., & Noggle, M. (2009). Correlates of video game screen time among males: body mass, physical activity, and other media use. *Eating behaviors*, 10(3), 161-167.
- Besler, H. K., Adak, A., & Ekmekçi, R. (2022). The game is electronic but the emotions are real: how does winning and losing effect hrv. *International Online Journal of Education and Teaching*, 9(4), 1817-1826.
- Besler, H. K. (2022). Can hrv training make us happy: an experimental study on university students. *Journal Of Educational Issues*, 8(3), 115-123.
- Bozkuş, O. (2021). Şiddet içerikli video oyunları ve saldırganlık ilişkisinin gözden geçirilmesi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 2(3), 75-99.
- Can, H. C., & Demir, G. T. (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.
- Canli, S. K., & Demirarslan, D. (2020). Çocuk oyun alanlarının tarihi gelişimi. *Çocuk ve Gelişim Dergisi*, 3(6), 60-75.
- Chan, G., Huo, Y., Kelly, S., Leung, J., Tisdale, C., & Gullo, M. (2022). The impact of esports and online video gaming on lifestyle behaviours in youth: a systematic review. *Computers In Human Behavior*, 126, 106974.
- Dsouza, J., Chakraborty, A., & Veigas, J. (2020). Biological connection to the feeling of happiness. *Journal Of Clinical & Diagnostic Research*, 14(10), 1-5.
- Ekmekçi, A., Ekmekçi, R., & İrmış, A. (2013). Küreselleşme ve spor endüstrisi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(1), 91-117.
- Evren, T., Kargün, M., Pala, A., & Yazarer, İ. (2019). Spora yenilikçi yaklaşım: e-spor. *Journal of International Social Research*, 12(66), 1423-1434.
- Giakoni-Ramírez, F., Merellano-Navarro, E., & Duclos-Bastías, D. (2022). Professional esports players: motivation and physical activity levels. *International Journal of Environmental Research And Public Health*, 19(4), 2256.
- Hills, P. ve Argyle, M. (2002). Oxford mutluluk anketi: psikolojik iyi oluşun ölçümü için kompakt bir ölçek. *Personality and Individual Differences*, 33 (7), 1073-1082.

- Jacobsen, B. (2007). Mutluluk nedir? varoluşsal analiz: *Varoluşçu Analiz Derneği Dergisi*, 18(1).
- Kartal, M. (2020). *Küreselleşme bağlamında türkiye'de e-spor*. Ankara: Gazi kitapevi
- Kim, H., Kim, S. Ve Wu, J. (2022). Profesyonel e-spor oyuncularının ve amatörlerinin algısal-motor yetenekleri. *Elektronik Oyun ve Espor Dergisi*, 1(1).
- Laffan, D. A., Greaney, J., Barton, H., & Kaye, L. K. (2016). The relationships between the structural video game characteristics, video game engagement and happiness among individuals who play video games. *Computers In Human Behavior*, 65, 544-549.
- Lee, H., & Kim, J. H. (2022). The influences of emotional intelligence and psychological well-being at e-sports game on life satisfaction. *Journal of Digital Convergence*, 20(4), 23-30.
- Menteş, G., & Saygın, Ö. (2019). E-Spor ve geleneksel spor ile uğraşan sporcuların zihinsel dayanıklılık ve bilişsel esneklik durumlarının incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise And Training Sciences-Ijsets*, 5(4), 238-250.,
- Mustafaoğlu, R. (2018). E-Spor, spor ve fiziksel aktivite. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 84-96.
- Sulubey, O. (2022). *E-Sporda ve sporda dijital oyun bağımlılığı, depresyon, anksiyete ve stresin ilişkisel olarak incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Şimşek, B., Taşkıran, M. Y., & İşlen, T. (2020). E-Sporcuların çevrimiçi oyunlarında harcadıkları zaman ile obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sağlık ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 39-46.
- Tosun, A., & Beşler, H. K. (2022). Sanal dünyada yalnız mıyız? spor bilimleri öğrencileri üzerine araştırma. *Bilge Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(2), 139-145.
- Vatandaş, S. (2020a). Sosyalleşme ve sosyalleşmenin sosyal medya mecralarındaki anlamsal ve işlevsel dönüşümü. *Erciyes İletişim Dergisi*, 7(2), 813-832.
- Vatandaş, S. (2020b). Oyun ve oyuncak: teknolojik ve toplumsal dönüşüm sürecinde oyun ve oyuncağın anlamsal ve işlevsel değişimi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 11(28), 913-930.
- Yıldız, Y. ve Ekici, S. (2017) Üniversite öğrencilerinin mutluluk ve sosyalleşme düzeylerine sporun etkisinin incelenmesi, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 181-187.
- Yıldız, M., Kırtepe, A., & Baydili, K. N. (2020). Lisanslı e-spor katılımcıların motivasyon düzeylerinin incelenmesi. *Journal Of History School (Johs)*, 47, 2823-2835.
- (Http1)Gençlik Araştırmaları Haber Bülteni (2018). <https://www.slideshare.net/Ozanamrasaydemir/Turkiyede-Espor-2018> Kaynağından Erişildi. Erişim Zamanı: 18 Mart 2024.