

Demografik Özellikler Bağlamında Spor Lisesi Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Profili

Engin Eylül^a

Kadir Şekerci^b

Ali Osman Durmuş^c

Geliş Tarihi: 25 Mayıs 2025 Kabul Tarihi: 29 Haziran 2025 Yayın Tarihi: 30 Haziran 2025

Özet

Bu araştırmanın amacı spor lisesinde öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerini belirlemektir. Oyun bağımlılık düzeylerinin; cinsiyet, spor yapma, anne ve baba eğitim durumu, aile eğitim düzeyleri gibi değişkenlere göre nasıl değişim gösterdiğini belirlemektir. Bu araştırma, ilişkisel tarama modelinde yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini 2022-2023 eğitim-öğretim yılında Siirt spor lisesinde öğrenim gören lise öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılmış ve örnekleme 152 kız, 162 erkek olmak üzere toplam 314 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarını ölçmek amacıyla Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7) uygulanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler, bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi testi (ANOVA) kullanılarak çözümlenmiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre; Öğrencilerin %62,1'i bağımlılık göstermediği, monotetik tanıya göre araştırmaya katılan öğrencilerin %2,9'u, politetik tanıya göre ise %35'i dijital oyun bağımlısıdır. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri cinsiyete, spor lisansına, anne eğitim düzeyine göre anlamlı fark bulunmamıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri baba eğitim düzeyine göre incelendiği zaman; lise ve ortaokul mezunları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Lise mezunları lehine anlamlı fark göstermektedir ($p < 0.05$).

Anahtar Kelimeler: Dijital oyun, Spor lisesi, Oyun bağımlılığı

Digital Game Addiction Profile of Sports High School Students: A Demographic Perspective

Abstract

The aim of this research is to determine the digital game addiction levels of students studying at sports high schools. Game addiction levels; The aim of the study is to determine how it changes according to variables such as gender, doing sports, educational status of parents, and family education levels. This research was conducted in relational screening model. The universe of the research consists of high school students studying at the sports high school in Siirt in the 2022-2023 academic year. Simple random sampling method was used in the selection of the sample and a total of 314 students, 152 girls and 162 boys, participated in the sampling. In order to measure the digital game addiction of the students, the Digital Game Addiction Scale (DOBÖ-7) was applied. The data obtained in the study were analyzed using independent sample t-test and one-way analysis of variance test (ANOVA). According to the findings obtained in the research; 62.1% of the

^a Dr. Doktora Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, engineylul06@gmail.com, Orcid; 0000-0002-2364-6010

^b Lisansüstü Eğitim, Batman University, School Of Physical Education and Sports, sekercikadir07@gmail.com, Orcid; 0009-0009-1409-0338

^c Lisansüstü Eğitim, Batman University, School Of Physical Education and Sport, aliosmandurmus28@gmail.com, Orcid; 0009-0009-7849-880X

students are not addicted, 2.9% of the students participating in the research according to the monothetic diagnosis and 35% according to the polythetic diagnosis are digital game addicts. There was no significant difference in the digital game addiction levels of the students according to gender, sports license, and mother's education level. When the digital game addiction levels of the students participating in the research were examined according to their father's education level; A significant difference was found between high school and secondary school graduates. It shows a significant difference in favor of high school graduates ($p < 0.05$).

Keywords: Digital game, Sports high school, Game schools

Giriş

Teknolojinin hızla gelişmesi, bireylerin günlük yaşam pratiklerini derinden etkilemiş; özellikle gençler arasında dijital oyunlar, hem eğlence hem de sosyalleşme aracı olarak öne çıkmıştır. Günümüzde dijital oyunlar, sadece boş zaman etkinliği olmanın ötesine geçerek bireylerin davranışsal ve psikolojik süreçlerini şekillendiren bir unsur haline gelmiştir. Bu durum, dijital oyun kullanımının aşırıya kaçması halinde bağımlılık riskini de beraberinde getirmektedir.

Dijital oyun bağımlılığı, bireyin oyun oynama davranışını kontrol etmekte güçlük yaşaması, oyunlara aşırı zaman ayırması ve bu durumun akademik, sosyal ya da fiziksel işlevsellik üzerinde olumsuz etkiler yaratması şeklinde tanımlanmaktadır. Bununla birlikte araştırmacılar Gerek ekonomik şartlardan gerek ihtiyaçlar doğrultusunda, zamanını dijital oyuna ayıran bireylerin ne kadar bağımlı olduklarını bilmek ve hareketli yaşamı desteklemenin önemli olduğunu vurgulamışlardır (Arıkan ve Öztürk 2020; Akıncı ve Çimen 2021). Özellikle gelişimsel dönemde olan ergen bireyler, bu risk faktörlerine daha açık bir grup olarak değerlendirilmektedir. Bu bağlamda, spor liselerinde eğitim gören öğrenciler, hem fiziksel aktivite düzeyleri hem de yaşam tarzları bakımından farklı bir profil sergilemektedir. Spor temelli eğitim alan bu öğrencilerin dijital oyun bağımlılığına ilişkin eğilimlerinin, diğer öğrenci gruplarına kıyasla nasıl şekillendiği önemli bir araştırma sorusunu gündeme getirmektedir.

Oyun çocukluk döneminde farklı yapıları ile karşılaşılmaktadır. Bunlar sokak oyunları, geleneksel oyunlar veya modern oyunlar olarak görülmektedir. Değişen teknoloji ve değişen oyun ve oyun sistemleri çocuklar tarafından ilgi duyulmaktadır. Dijital oyunlar oyun konsolları, tabletler, telefonlar, bilgisayar hatta televizyon içi uygulamalar ön plana çıkmaktadır. Bireylerin harekete geçmelerini etkileyen motivasyon, dijital oyunlara katılım davranışını da etkileyebilmektedir. Bu motivasyon kaynaklarından beslenen dijital oyunlara katılım davranışı, aynı zamanda spor ve fiziksel aktiviteye katılım isteğini de etkileyebilmektedir (Demir, 2022).

Bilgisayarın çocukları gerçek oyun kültüründen alıkoyduğu, hazırlıksız oldukları birçok uyarana maruz bıraktığı, sanal dünyanın gerçeği yansıtmaktan uzak olduğu ve çocuğu izole bir yaşama doğru çektiği, farkındalığını ve yaratıcılığını azalttığı gibi eleştirileri kapsamaktadır

(Karaca ve ark., 2016; Akbulut, 2013). Diğer bir açıklama ile oyun kavramı; insanın bulunduğu ortamdaki koşullara uygun şekilde aksiyonları gerçekleştirmesidir (Yenğin, 2010). “Oyun fiziksel ve zihinsel yetenekleri ve duygusal olgunluğu geliştiren, kendine özgü kuralları ve süresi olan gönüllü katılımın olduğu eğlenceli etkinliklerdir” (Işılak ve Durmuş, 2004; akt. Sapsağlam, 2018, s.1123).

Bu araştırmaya konu olan dijital oyun ise “Dijital oyun, monitör, fare, klavye ya da joystick gibi arabirimlerin bilgisayar yazılımları ile etkileşiminin sağlandığı, kuralları ve amaçları olan sistemler bütünüdür” (Demir ve Hazar, 2018, s.129). dijital oyun çeşitleri ve içeriklerini dokuz başlıkta sınıflandırmıştır. Bunlar; aksiyon oyunları, dövüş oyunları, strateji oyunları, bilmece oyunları, simülasyon oyunları, macera oyunları, eğlence oyunları, rol yapma oyunları ve spor oyunlarıdır (Ögel 2012). Bağımlılık, takıntılı düşünceler üzerinde kontrolün kaybedilmesi ile beraber psikolojik ve fiziksel hali etkileyen madde ve/veya aktivitelere yönelten kompulsif davranışlarla birlikte ortaya çıkan kronik ve ilerleyici durum olarak tanımlanabilir. Tanım içerisinde hem madde bağımlılıklarını hem de davranışsal bağımlılıkları barındırmaktadır (Colonna, 2000). “Davranışsal bağımlılık adı altında; alışveriş bağımlılığı, seks bağımlılığı, telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı gibi bağımlılıklar bulunmaktadır” (Özgen, 2016; akt. Çakıcı, 2018, s.30). Dijital oyunlar olarak isimlendirilen yeni nesil oyunlar bireylerde bağımlılığa neden olması ve insanlarda bazı sorunlu davranışlara yol açmasından dolayı dikkat çekmektedir (Akkaş, 2020). Gençlerinin bu dönemleri başarılı bir biçimde kazanım sağlaması için aktif bir kişilik sergilemesi gerekmektedir (Çimen 2022).

Bu araştırmanın amacı spor lisesinde öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin demografik özelliklerine göre incelenmesidir. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin cinsiyete göre, anne-baba eğitim düzeyine göre, sınıf düzeyine göre, spor yapma durumuna göre incelemektir.

Yöntem

Araştırma Modeli

Çalışma ilişkisel tarama modelinde yürütülmüştür. "Tarama modelleri, geçmişte ya da hala var olan bir durumu var olduğu haliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlamaya çalışılır" (Karasar, 2005)

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2022–2023 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde Siirt’deki spor lisesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde basit seçkisiz

örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Tablo 1 Öğrencilerin cinsiyet dağılımlarını göstren frekans ve yüzdelik tablo bilgileri Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyete göre toplam frekans ve yüzdelik ait bilgiler

Cinsiyet	Frekans	Yüzde %
Kız	152	48,4
Erkek	162	51,6
Toplam	314	100,0

Araştırmaya kayılan öğrencilerin %48,4'ü kız, %51,6'sı erkektir. Araştırmaya toplam 314 spor lisesi öğrencisi katılmıştır.

Verilerin Analizi

Toplanan veriler, SPSS 25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Gruplar arası karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t-testi ve ANOVA testi uygulanmıştır. Gruplar arasındaki anlamlı farkların belirlenmesinde ise Tukey testi kullanılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir."

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde, öğrencilerin dijital oyun bağımlılığına yönelik elde edilen veriler tablolar aracılığıyla sunulmuş ve bulgular açıklanmıştır.

Tablo 2. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılık Durumları

	Monotetik		Politetik	
	Frekans	%	Frekans	%
Dijital Oyun Bağımlısı	207	65,9	178	56,7
Dijital Oyun Bağımlısı Değil	107	34,1	136	43,3
Toplam	314	100,0	314	100,0

Monotetik formata göre araştırmaya katılan öğrencilerin %65,9'u dijital oyun bağımlısı, %34,1'i bağımlı değildir. Politetik formata göre ise %56,7'si dijital oyun bağımlısı ve %43,3'ü bağımlı değildir.

Tablo 3. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Cinsiyete Göre t Testi Analizi Sonuçları

Cinsiyet	n	$\bar{x}$	S	Sd	t	p
Kız	152	16,6513	8,09731	312	1,187	,236

Erkek 162 17,7099 7,70471

Tablo 3 incelendiği zaman, cinsiyete göre öğrencilerin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t(312) = 1,187$, $p > .05$). Bu sonuca göre kız ($\bar{x} = 16,65$) ve erkek öğrenciler ($\bar{x} = 17,71$) arasında ilgili değişken açısından anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Tablo 4. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Anova Testi Analizi Sonuçları

Sınıf	n	$\bar{x}$	S	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
9	80	17,3250	7,88007	115,400	3	38,467	,607	,614	
10	83	16,3133	8,23130		513				
11	65	17,1692	7,48242		516				
12	86	17,9535	7,96006						

Tablo 4. Sınıf Düzeyine Göre Puanların ANOVA Sonuçlarına göre, Sınıf düzeyine göre öğrencilerin puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($F(3, X) = 0,607$, $p > .05$). Bu bulgu, 9., 10., 11. ve 12. sınıf öğrencilerinin ortalama puanlarının birbirine benzer olduğunu ve sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymaktadır.

Tablo 5. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Anova Testi Analizi Sonuçları

Anne Eğitim	n	$\bar{x}$	S	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
1	42	15,4286	7,18108	764,134	5	152,827	2,506	,030	5 > 1 5 > 2 4 > 3
2	72	16,5833	7,34224						
3	33	14,6667	7,52357						
4	94	18,1383	8,31840						
5	34	20,2059	8,12695						
6	39	17,4872	7,96992						

1- Okur Yazar Değil 2-İlkokul3-Ortaokul 4-Lise 5-Yüksekokul 6-Lisans

Tablo 5. Anne Eğitim Düzeyine Göre Puanların ANOVA Sonuçları incelendiğinde Anne eğitim düzeyine göre öğrencilerin puanları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ($F(5, X) = 2,506$, $p < .05$). Yapılan çoklu karşılaştırmalar sonucunda, annesi lisansüstü eğitim düzeyinde olan (5) öğrencilerin puanları, ilkököl (1) ve okuryazar değil (2) düzeyindeki annelere sahip öğrencilerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ayrıca, annesi lisans mezunu olan (4) öğrencilerin puanları da ortaokul (3) düzeyine sahip annelerin çocuklarına göre anlamlı şekilde daha yüksektir.

Tablo 6. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Baba Eğitim Düzeyine Göre Anova Testi Analizi Sonuçları

Baba Eğitim	n	$\bar{x}$	S	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p	Fark
1	14	15,8571	7,87261	1562,061	5	312,412	5,351	,000	5>1;5>3
2	57	16,5789	7,48558						4>2; 4>3
3	70	15,0286	7,92715						6>3;6>5
4	109	19,3211	7,58761						6>4
5	25	20,8800	8,26297						
6	39	14,1795	6,97315						

1- Okur Yazar Değil 2-İlkokul3-Ortaokul 4-Lise 5-Yüksekokul 6-Lisans

Tablo 6. Baba Eğitim Düzeyine Göre Puanların ANOVA Sonuçları verilmiştir bu sonuçlara göre,Baba eğitim düzeyine göre öğrencilerin puanları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmuştur ($F(5, X) = 5,351$, $p < .001$). Yapılan çoklu karşılaştırmalar sonucunda; baba eğitim düzeyi “lisansüstü” olan (5) öğrencilerin puanlarının, “ilkokul” (1) ve “ortaokul” (3) düzeyindekilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu; “lisans” (4) düzeyinde olanların ise “okuryazar değil” (2) ve “ortaokul” (3) düzeyindekilere göre daha yüksek puan aldığı görülmüştür. Ayrıca, “yüksek lisans ve üzeri” (6) grubunun puanları, “ortaokul” (3), “lisansüstü” (5) ve “lisans” (4) düzeylerine göre anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur.

Tablo 7. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Spor Lisansına Göre t Testi Analizi Sonuçları

Spor lisansı	n	$\bar{x}$	S	Sd	t	p
Var	152	18,1459	7,86954	312	2,570	,0,11
Yok	162	15,8372	7,77897			

Tablo 7. Spor Lisansına Göre Puanların Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları incelendiğinde Spor lisansı olan ve olmayan öğrencilerin puanları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ($t(312) = 2,570$, $p < .05$). Spor lisansı olan öğrencilerin ortalama puanları ($\bar{x} = 18,15$) lisansı olmayanlara ($\bar{x} = 15,84$) göre daha yüksek olup, bu bulgu spor lisansı bulunan bireylerin ilgili değişkende daha yüksek düzeyde puan aldığını göstermektedir.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmanın bu bölümünde araştırmaya ait sonuçların cinsiyet, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, eğitim durumu, anne çalışma durumu, sınıf düzeyi değişkenleri ile dijital oyun bağımlılığı arasında bulgular ve diğer çalışmalara ait bulgulara yer verilmiştir.

Bu araştırmada cinsiyet değişkenine göre anlamlı fark bulunmamıştır ancak, cinsiyet değişkenine göre dijital oyun bağımlılık düzeylerinin karşılaştırılmasına ait verilerin incelendiği çalışmaların büyük çoğunluğunda erkek katılımcıların dijital oyun bağımlılığının kadın katılımcılara göre daha yüksek düzeyde olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (Hazar, Demir, Tükeli ve Namlı, 2017; Tetik, Kayhan, Sertkaya ve Sandıkçı, 2018; Yönet, 2018; Yalaki ve Taşar, 2019; Arslan ve Bardakçı, 2020; Can ve Demir, 2020; Delebe, 2020; Eyimaya, Uğur, Sezer ve Tezel, 2020; Kesici, 2020; Arıkan ve Öztürk, 2020, Batıkan vd.,2024). Bu sonuçlara göre erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir. Bunun sebebi olarak üretilen birçok oyunun içerik olarak hedef kitesinin erkek bireyler olması, bundan dolayı erkeklerin daha fazla oyun oynaması olarak ifade edilebilir. Aynı zamanda toplumsal kültür olarak erkeklerin kadınlara oranla daha aktif bir sosyal yaşama sahip olması, oyun oynanabilecek alanlara kadınlardan daha rahat ulaşabilmeleri de farklı etkenler arasında dile getirilebilir.

Anne ve baba eğitim düzeyi değişkenine göre incelendiği zaman; bazı araştırma sonuçları anne baba eğitim düzeyi arttıkça dijital oyun araçlarına (tablet, bilgisayar, telefon vs.) ulaşımın kolaylaşmasından dolayı dijital oyun bağımlılığının arttığını tespit ederken (Yalaki ve Taşar, 2019; Eyimaya, Uğur, Sezer ve Tezel, 2020; Kılıç, 2020) bazı çalışmalarda farklı sonuçlar görülmektedir.

Anne baba eğitim durumu düştükçe ebeveynlerde bilinçli olma durumunun azalmasına bağlı olarak dijital oyun bağımlılığının da arttığı belirlenmiştir (Delebe, 2020). Gelir düzeyi değişkenine göre incelenen çalışmalarda yüksek gelir düzeyine sahip ailelerin çocuklarında yada bireylerde, dijital oyun bağımlılığı oranının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Balıkçı, 2018; Delebe, 2020; Talan ve Kalinkara, 2020). Gelir düzeyinin yüksek olması bir çok olanağa sahip olma fırsatı ve rahat bir yaşam tarzını beraberinde getirebileceğinden dijital oyun bağımlılığı düzeyinin bu sebeple bireylerde yüksek olabileceği söylenebilir.

Dijital oyun ve dijital oyun bağımlılığına ilişkin değişkenlerden elde edilen sonuçlara bakıldığında, tercih edilen oyun türü değişkeninde en çok macera türü oyunların tercih edildiği (Kılıç, 2020), oyun oynama süresi değişkenine göre oyunda geçirilen süre arttıkça dijital oyun bağımlılığının da arttığı (Blinka ve Mikuska, 2014; Yalaki ve Taşar, 2019; Can ve Demir, 2020; Eyimaya, Uğur, Sezer ve Tezel, 2020; Kılıç, 2020) oyun oynama süresi arttıkça tuvalet ihtiyacını erteleme ve kilo almanın görüldüğü (Kemiksiz, 2019), tercih edilen oyun aracının mobil olduğu (Talan ve Kalinkara, 2020) dijital oyun oynama zamanı değişkenine göre gece oyun oynayanların gündüz oyun oynayanlara göre bğımlılığa daha yatkın ve yalnız oldukları (Kılıç, 2020) sonuçlarına ulaşılmıştır.

Katılımcıların spor lisansına göre incelendiği zaman, dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel/fizyolojik kavramlar arasındaki ilişki ve etkiler üzerine yapılan araştırma sonuçlarında fiziksel aktivite düzeyinde süre arttıkça dijital oyun bağımlılığının azaldığı (Hazar, Demir, Namlı ve Türkeli, 2017), sporcu lisansına sahip bireylerin dijital oyun bağımlılık oranlarının sporcu lisansına

sahip olmayanlara göre daha yüksek olduğu, sınav derecelerinin yeterli olma durumuna göre dijital oyun bağımlılığının sınav dereceleri yetersiz olan bireylerde yüksek olduğu (bağımlılığın üst vücut kaslarındaki dayanıklılığı azaltabileceği görülmüştür), bireylerde kardiyovasküler verimi olumsuz etkilediği ve dijital oyun aracına sahip olma durumunun bunu arttırdığı (Delebe, 2020), erkeklerin ne kadar çok oyun oynarlarsa yeme alışkanlık indekslerinin risk düzeyinin o derece yükseleceği (Tetik, Kayhan, Sertkaya ve Sandıkçı, 2018) verilerine ulaşılmıştır. Ayrıca dijital oyun bağımlılığı ve e spor faaliyetleri arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine yapılan çalışmalarda ise e spor oyuncularının sporculara göre yüksek düzeyde oyun bağımlısı oldukları, oyun bağımlılığına yönelik farkındalıklarının sporculardan yüksek olduğu, düzenli dijital oyun oynayan sporcu ve e spor oyuncularının bağımlılık düzeyleri arttıkça dijital oyun bağımlılığına yönelik farkındalık düzeylerinin azaldığı (Can ve Demir, 2020) kanısına varılmıştır.

Spor lisansına sahip katılımcıların bağımlılık durumunda yüksek puan aldıkları, spor lisansı olmayanlar arasında anlamlı fark olduğu görüldü. Bu farkın spor lisansına sahip kişilerin ölçeğin uygulanma süresinde pandemi koşullarından spordan uzaklaşması, antrenman yapamaması ile ilgili olduğu düşünülmektedir.

Anne ve baba eğitimi düzeyine ait bulgular incelendiği zaman eğitimi düzeyi çocuğun dijital oyun bağımlılığında anlamlı fark yaratmaktadır. Bu farkın anne baba eğitim düzeyin özellikle baba eğitim düzeyinde gruplar arası farkın belirgin olduğu görüldü. Bu farkın ekonomik düzey, veya bulunduğu çevreden dolayı dijital ürünlere ulaşmada kolaylık olabileceği düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda çoğunlukla bağımlılığı ölçmek için mevcut dijital oyun bağımlılığı ölçeklerinden yararlanılmıştır. Bu nedenle sadece bu konudaki ampirik çalışmaların birçoğu nicel çalışmalardır. Yapılacak araştırmalar için bunun göz önünde bulundurulması, tüm bunlara ek olarak dijital oyun bağımlılığının olumsuz etkilerini önlemek ve çocukları bu durumdan koruyarak bağımlılıkla mücadele adına Griffiths (2005) in dijital oyun bağımlılığını önleme ve mücadele konusunda ailelere yönelik aşağıdaki önerileri yol gösterici olabilir;

- Çocuğun oyun oynayabileceği alanlar ile ilgili temel kuralları/sınırları oluşturulmalı ve bu konuda istikrarlı olunmalı,
- Oyun tercihleri sınırlandırılmalı yaşına uygun, eğlenceli ve zeka oyunları seçme konusunda yönlendirici olunmalı. Oyun içerik olarak uygun olsa bile bazı kurallar ve sınırlandırmalar konulmalıdır. Oyun içerikleri ile ilgili çocuklarla konuşulmalı ve gerçek ve sanal dünya arasındaki farkı ayırt edebildiğinden emin olunmalıdır.
- Dijital oyunların açık alanda oynanması sağlanmalı,
- Tek başına oynanan oyunlar yerine grup olarak oynanan ve iş birliğine yönelten ve konuşabilecekleri oyunları tercih etmeleri yönünde çocuklar desteklenmelidir.

Oyun çocuk veya yetişkin hayatında yer alan bir etkinliktir. Bu etkinlik için tercihlerin farklı olabileceği bilinmelidir. Dijital veya fiziksel aktivite içeren oyunlar yetişkinlerin kendi tercihleri olabilir, ancak eğitim çağındaki çocuklarda hayatın merkezi haline gelmemelidir. Bu yüzden çocukların daha zevk alacağı oyun alanları geliştirilmeli, ihtiyaçları veya oyun tedarikleri desteklenmelidir.

Sonuç olarak, spor lisesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin belirli demografik değişkenlere göre anlamlı farklılıklar gösterdiği görülmektedir. Bu bulgu, dijital oyun bağımlılığının bireysel ve çevresel etkenlerle şekillenen çok boyutlu bir olgu olduğunu ortaya koymakta; özellikle risk grubundaki genç bireyler için hedefe yönelik eğitimsel ve önleyici müdahale programlarının gerekliliğine işaret etmektedir.

Kaynakça

- Akbulut, Y. (2013). Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 53–68.
- Akıncı, A. Y., & Çimen, E. (2021). İlkokul Öğrencilerinin Hareketli ve Sağlıklı Yaşam Yeterlilikleri (Isparta Örneği). *Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 17-27.
- Arıkan, G., & Öztürk, A. (2020). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi (Güneydoğu Anadolu Örneği). *Spor Eğitim Dergisi*, 4(3), 157-168.
- Kavelioğlu, B., Kavelioğlu, M.B., Ersoy, A. (2024). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Rekreatif Farkındalıklarının Dijital Oyun Oynama Motivasyonları ile İlişkinin İncelenmesi. *Göbeklitepe Eğitim ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (2), 98-110. doi: 10.70631/gesd.1514935
- Beyazıt, U. ve Ayhan, A. B., (2019). Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Ebeveynler Tarafından İhmal Edilme Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi (ASBD)*, 8(2), 86-95.
- Can, H. C. ve Demir, G. T. (2020). Sporcuların ve E-spor Oyuncularının Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dijital Oyun Bağımlılığına İlişkin Farkındalık Düzeyleri. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 364-384. doi: 10.31680/gaunjss.770600
- Colonna, B. (2000). *The Addiction Process: A Systemic Cultural Condition*. New York:
- Çakıcı, G. (2018). Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Öfkeyi İfade Etme Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çimen, E. (2022). The Relationship between the proactive personality of students and the levels of mental strength in the faculty of sports sciences: The Case of Suleyman Demirel University. *Journal of ROL Sport Sciences*, 3(1), 1-10. <https://doi.org/10.29228/roljournal.54210>
- Delebe, A. (2020). Ortaokul Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı ile Bazı Fiziksel Parametreler ve Akademik Başarı Durumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Demir, G. T. ve Cicioğlu, H. İ. (2019). Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu İle Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Spormetre*, 17(3), 23-34. doi:10.33689/spormetre.522609

Eylül, E., Şekerci, K., Durmuş, A.O. (2025). Demografik Özellikler Bağlamında Spor Lisesi Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Profili. *Göbeklitepe Eğitim ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (1), 108-118.
DOI: 10.70631/gesd.1706155

Demir, G. T. ve Hazar, Z. (2018). Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği (DOOMÖ) Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2), 128-140.

Demir, G. T. (2022). Beden Eğitimi Ve Spora İlişkin Tutum Dijital Oyun Oynama Motivasyonunun Yordayıcısı Mıdır?. *Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 69-79.

Eyimaya, A. Ö., Uğur, S., Sezer, T. A. ve Tezel, A. (2020). İlkokul Dördüncü Sınıf Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığının Uyku ve Diğer Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Journal of Turkish Sleep Medicine*(2), 83-90. doi:10.4274/jtsm.galenos.2020.30502

Göldağ, B. (2019). Dijital Oyunların Olumlu ve Olumsuz Etkileri. *III. Uluslararası Battalgazi Bilimsel Çalışmalar Kongresi Tam Metin Kitabı*. (M. Talas, Dü.) Malatya: İSPEC Yayınevi.

Griffiths, M. (2005). A “components” model of addiction within a biopsychosocialframework. *Journal of Substance Use*,10(4),191–197.

Hazar, Z., Demir, G. T. ve Dalkıran, H. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Geleneksel Oyun ve Dijital Oyun Algılarının İncelenmesi: Karşılaştırmalı Metafor Çalışması. *Spormetre*, 15(4), 179-190.

Işılak, H. ve Durmuş, A. (2004). *Kara Tahtayı Aşmak Öğrenci Merkezli Öğretmenlik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Karaca, S., Gok, C., Kalay, E., Başbuğ, M., Hekim, M., Onan, N. ve Barlas, G.U. (2016). Ortaokul Öğrencilerinde Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Anksiyetenin İncelenmesi. *Clinical And Experimental Health Sciences*, 6(1), 14-19.

Kesici, A. (2020). Lise Öğrencilerinde Sorumluluğun ve Cinsiyetin Dijital Oyun Bağımlılığına Etkisi. *Journal of Education and Future*(18), 43-53. doi:10.30786/jef.543339

Ögel, K. (2015). *Bağımlı Aileleri İçin Rehber Kitap: Alkol, Uyuşturucu, Bilgisayar, Sigara ve Diğer Bağımlılıkları Olanların Yakınlarına Bilgiler*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Özgen, F. (2016). Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle Kişilik İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.

Sapsağlam, Ö. (2018). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Değişen Oyun Tercihleri. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 19(1), 1122-1135.

Tetik, B. K., Kayhan, D., Sertkaya, S.ve Sandıkçı, K. B. (2018). Dijital Oyun Bağımlılığının Yeme Tutumları Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 34(2), 482-486. doi:https://dx.doi.org/10.12669%2Fpjms.342.14537

Yalaki, Z. ve Taşar, M. A. (2019). Ergenlerde Çevrimiçi Oyun Oynama Özellikleri Akran Zorbalığına Yol Açıyor Mu? *Ege Tıp Dergisi*, 58(4), 336-343.

Yenğin, D. (2010). Dijital Oyunlarda Şiddet Kavramı: Yeni Şiddet. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Eylül, E., Şekerci, K., Durmuş, A.O. (2025). Demografik Özellikler Bağlamında Spor Lisesi Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Profili. *Göbeklitepe Eğitim ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4 (1), 108-118.
DOI: 10.70631/gesd.1706155

Yönet, E. (2018). Lise Öğrencilerinin Sportif Serbest Zaman İlgilenim, Dijital Oyun Bağımlılığı ve Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Araştırılması. Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.