

Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Desteğin Dijital Oyun Bağımlılığı Üzerindeki Etkisi: Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonunun Aracı Rolü

The Mediating Role of Physical Activity Participation Motivation in the Relationship Between Social Support and Digital Game Addiction in Adolescents

Mehmet Akif YÜCEKAYA¹ , Ahmet Enes SAĞIN² 

¹Dicle Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Diyarbakır, Türkiye.

²Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın, Türkiye.

Özet

Bu çalışma, ergenlerde sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinde, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun (bireysel ve çevresel nedenler) aracı rolünü incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma, Türkiye'de üç Anadolu Lisesi, bir Fen Lisesi ve bir Spor Lisesi'nden toplam 501 lise öğrencisiyle yürütülmüştür (%53,1 kız, %46,9 erkek). Veriler; Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7), Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği (toplam puan) ve Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği'nin bireysel ve çevresel nedenler alt boyutları kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizinde Jamovi yazılımı kullanılmış; tanımlayıcı istatistikler ve Pearson korelasyon analizlerinin ardından bootstrap yöntemiyle aracılık analizleri gerçekleştirilmiştir. Bulgular, sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı ve pozitif bir doğrudan etkisi olduğunu göstermiştir ($\beta = 0.231$, $p < .001$). Ayrıca, sosyal destek hem bireysel nedenleri ($\beta = 0.168$, $p = .001$) hem de çevresel nedenleri ($\beta = 0.169$, $p = .002$) pozitif yönde yordamaktadır. Bireysel nedenlerin dijital oyun bağımlılığına etkisi negatif ($\beta = -0.184$, $p = .003$); çevresel nedenlerin etkisi ise pozitif bulunmuştur ($\beta = 0.216$, $p < .001$). Dolaylı etkiler incelendiğinde, sosyal desteğin bireysel nedenler aracılığıyla dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisi negatif ve anlamlıdır ($\beta = -0.031$, %95 GA [-0.075, -0.005]); çevresel nedenler aracılığıyla olan dolaylı etkisi ise pozitif ve anlamlıdır ($\beta = 0.037$, %95 GA [0.008, 0.083]). Toplam etki de pozitif ve anlamlıdır ($\beta = 0.237$, $p < .001$). Bu bulgular, sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinin, desteklediği motivasyon türüne göre değişebileceğini göstermektedir. Sosyal destek, bireyde içselleştirilmiş (içsel) motivasyonu artırdığında koruyucu bir etki gösterirken; dışsal motivasyonu tetiklediğinde bağımlılık riskini artıran bir faktör hâline gelebilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital oyun bağımlılığı, Sosyal destek, Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu, Aracılık analizi, Ergenler

Abstract

This study aims to examine the mediating role of motivation to participate in physical activity (individual and environmental reasons) in the effect of social support on digital game addiction in adolescents. The research was conducted with a total of 501 high school students (53.1% female, 46.9% male) from three Anatolian High Schools, one Science High School, and one Sports High School in Türkiye. Data were collected using the Digital Game Addiction Scale (DGAS-7), the Social Support in Physical Activities Scale (total score), and the individual and environmental reasons subscales of the Motivation to Participate in Physical Activity Scale. Data were analyzed using Jamovi software; descriptive statistics and Pearson correlation analyses were performed, followed by mediation analyses using the bootstrap method. The findings showed that social support had a significant and positive direct effect on digital game addiction ($\beta = 0.231$, $p < .001$). Additionally, social support positively predicted both individual reasons ($\beta = 0.168$, $p = .001$) and environmental reasons ($\beta = 0.169$, $p = .002$). The effect of individual reasons on digital game addiction was negative ($\beta = -0.184$, $p = .003$), while the effect of environmental reasons was positive ($\beta = 0.216$, $p < .001$). When the indirect effects were examined, the effect of social support on digital game addiction through individual reasons was negative and significant ($\beta = -0.031$, 95% CI [-0.075, -0.005]); and the indirect effect through environmental reasons was positive and significant ($\beta = 0.037$, 95% CI [0.008, 0.083]). The total effect was also positive and significant ($\beta = 0.237$, $p < .001$). These findings suggest that the impact of social support on digital game addiction may vary depending on the type of motivation it supports. While social support has a protective effect when it increases internalized (intrinsic) motivation, it can also increase the risk of addiction when it stimulates extrinsic motivation.

Keywords: Digital game addiction, Social support, Physical activity participation motivation, Mediation analysis, Adolescents

Spor ve Bilim Dergisi 4(1):96-109 e-ISSN: 2980-2067 Sorumlu yazar: Ahmet Enes SAĞIN, 0000-0002-4243-8276, a.e.sagin@outlook.com	Künye: 1.Yücekaya, M. A., & 2.Sağın, A. E. (2026). Fiziksel aktivitelerde sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisi: Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun aracı rolü. Spor ve Bilim Dergisi, 4(1), 96-109.	Tarihler: Geliş: 08.09.2025 Kabul: 26.12.2025 Yayın: 30.01.2026
---	---	---

GİRİŞ

Geçmişte ergenler ve genç yetişkinler oyunlarını sokaklarda, parklarda ve açık alanlarda oynarken, günümüzde bu tür fiziksel oyunların yerini dijital ortamlarda sürdürülen sanal oyunlar almıştır. Teknolojik araçların yaygınlaşmasıyla birlikte, bilgisayar ve internet üzerinden oynanan oyunlar, gençler için günlük yaşamın vazgeçilmez bir parçası hâline gelmiştir (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016). Bu değişim, bireylerin dijital oyunları aşırı ve kontrolsüz bir şekilde kullanmasına yol açarak "dijital oyun bağımlılığı" olarak tanımlanan psikososyal bir sorunu gündeme getirmiştir (Darvenkumar & Rajasekaran, 2023). Dijital oyun bağımlılığı, bireyin oyun oynama davranışı üzerindeki kontrolünü kaybetmesi ve bu durumun sosyal izolasyon, kaygı, depresyon ve bilişsel bozulma gibi sonuçlara yol açmasıyla tanımlanır (Rugai & Hamilton-Ekeke, 2016). Artan ekran süreleri, bireylerin sosyal ilişkilerden uzaklaşmasına ve günlük yaşam kalitesinde düşüslere neden olmaktadır; bu durum dijitalleşen çağın önemli bir halk sağlığı sorunu olarak ele alınmaktadır.

Son yıllarda dijital oyunlara yönelik aşırı ilgi, bireylerin yalnızca zaman yönetimi becerilerini değil, aynı zamanda psikolojik ve sosyal işlevselliklerini de olumsuz yönde etkilemektedir. Problemlili dijital oyun kullanımı; yorgunluk, uyku bozuklukları, depresyon, kaygı belirtileri ve sosyal etkileşimden uzaklaşma gibi çeşitli sağlık sorunlarıyla yakından ilişkilidir (Männikkö, Billieux & Kääriäinen, 2015). Bu durum, genç bireylerin hem bireysel gelişimlerini hem de toplumsal bağlarını tehdit eden bir bağımlılık biçimi olarak değerlendirilmektedir. Aşırı oyun oynama alışkanlığı yalnızca bireyin zihinsel sağlığını değil, aynı zamanda aile içi ilişkilerini ve akademik başarısını da olumsuz etkilemekte; zamanla sosyal yalıtıma ve davranışsal bozulmalara yol açmaktadır (Imataka ve ark., 2024). Ayrıca internet oyun bağımlılığı, dürtü kontrol bozuklukları, akademik başarısızlık, aile bağlarında zayıflama ve fiziksel sağlık sorunlarıyla da ilişkilendirilmiştir (Chitra ve ark., 2023). Bu bulgular, dijital oyun bağımlılığının yalnızca bireysel bir tercih değil, müdahale edilmesi gereken bir halk sağlığı sorunu olduğunu göstermektedir.

Artan dijital oyun bağımlılığı, ergenlerin sağlıklı yaşam alışkanlıklarını olumsuz yönde etkileyerek fiziksel hareketsizlik, kötü beslenme ve düşük sağlık sorumluluğu gibi riskleri beraberinde getirmektedir. Bu nedenle, bireyleri daha aktif ve dengeli yaşam biçimlerine yönlendirmek, dijital bağımlılıkla mücadelede etkili bir koruyucu strateji olarak öne çıkmaktadır. Nitekim araştırmalar, dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin ergenlerin sağlığı geliştirme davranışlarıyla ters orantılı olduğunu ortaya koymaktadır (Totur ve ark., 2025). Ayrıca, egzersiz yapma alışkanlığının dijital bağımlılık düzeylerini düşürücü ve boş zaman yönetimini iyileştirici

bir etkiye sahip olduğu belirtilmektedir (Sagin ve ark., 2023). Bu bağlamda, algılanan sosyal destek; bireyin fiziksel aktiviteye başlama ve sürdürme sürecinde etkili bir belirleyici olarak dikkat çekmektedir. Aile üyeleri, arkadaşlar ve öğretmenler gibi sosyal çevreden gelen destek; bireyin fiziksel aktiviteye yönelik tutumunu olumlu yönde şekillendirebilmekte ve bu davranışın sürekliliğine katkı sunabilmektedir (Mendonça ve ark., 2014; Yücekaya ve ark., 2025; Yücekaya ve ark., 2023). Nitekim, sosyal destek düzeyi yüksek olan bireylerin fiziksel aktiviteye katılım oranlarının daha yüksek olduğu ve sedanter yaşam biçimlerinden uzak durma eğilimi gösterdikleri belirlenmiştir (Ståhl ve ark., 2001). Ayrıca, ergenlerde spor katılım motivasyonu ve olumlu sportif tutumların dijital oyun bağımlılığı düzeylerini anlamlı biçimde öngördüğü; fiziksel aktiviteye yönelimin dijital ekranlara olan bağımlılığı azaltabileceği gösterilmiştir (Karuc ve ark., 2025).

Sosyal destek, yalnızca fiziksel aktiviteye katılımın doğrudan bir belirleyicisi değil, aynı zamanda bireyin bu davranışı hangi motivasyon türüyle sürdürdüğünü etkileyen önemli bir çevresel kaynaktır. Aile ve akranlardan gelen özendirici mesajlar, birlikte etkinlik yapma ve olanak sağlama gibi destek türleri, gençlerin spora ve egzersize erişimini kolaylaştırmakta ve fiziksel aktiviteye katılımı artırmaktadır (Farias Júnior ve ark., 2014; Küçükbiş & Eskiler, 2019). Ancak sosyal destek yalnızca fırsat sunmakla sınırlı kaldığında, bireyin davranışı dışsal ödüllere bağımlı hâle gelebilir ve bu durum davranışın sürdürülebilirliğini zayıflatabilir. Buna karşın, özerkliği destekleyen bir sosyal ortam ve iletişim dili, fiziksel aktivitenin kişisel ilgi, içsel tatmin ve yeterlik gibi bireysel gerekçelerle sürdürülmesini mümkün kılar (Deci & Ryan, 2000; Teixeira ve ark., 2012). Bu bağlamda, Öz-Belirleme Kuramı, bireylerin davranışlarını hangi nedenlerle sürdürdüğünü açıklayan güçlü bir teorik temel sunmaktadır. Deci ve Ryan'a (2000) göre, bir davranışın sürdürülebilirliğini belirleyen en temel unsur, bireyin bu davranışı hangi tür motivasyonla gerçekleştirdiğidir. Motivasyonun, motivasyonsuzluktan (amotivasyon) başlayarak dışsal motivasyonun çeşitli biçimlerini ve içsel motivasyonu kapsayan bir süreklilikte ele alındığı bu kuram, özellikle ergenlerde fiziksel aktiviteye katılımın kalıcılığını açıklamada etkili bir çerçeve sunmaktadır. Nitekim bireyin içsel güdülenmesinin yüksek olduğu durumlarda, fiziksel aktivitenin daha uzun süreli ve tutarlı şekilde sürdürüldüğü araştırmalarla ortaya konmuştur (Ryan & Deci, 2000; Ryan & Deci, 2017). Kurama göre, içsel ya da özümsemiş motivasyon bireyde özerklik ve yeterlik duygularını destekleyerek davranışın kalıcılığını artırırken; dışsal güdülenme, çevresel ödüller ortadan kalktığında hızla sönmülenebilir ve birey, dijital oyunlar gibi anlık pekiştiricilere daha duyarlı hâle gelebilir (Deci & Ryan, 2000). Özellikle ergenlik döneminde fiziksel aktiviteye katılımın keyif alma, kendini iyi hissetme ve kişisel

gelişim gibi içsel nedenlere dayanması, ekran temelli bağımlılıklarla daha güçlü bir biçimde rekabet edebilmesini sağlar. Oysa yalnızca çevresel nedenlerle sürdürülen katılım, dijital oyunların sunduğu hızlı ve yoğun ödüller karşısında daha savunmasız kalabilmektedir (Teixeira ve ark., 2012).

Bu kuramsal çerçeve, sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinin iki farklı motivasyonel yol aracılığıyla ortaya çıkabileceğini göstermektedir. Bir yandan sosyal destek, bireyde içselleştirilmiş bir güdülenmeyi, yani bireysel nedenleri beslediğinde dijital oyun bağımlılığını azaltıcı bir işlev görebilmektedir. Öte yandan, çevresel nedenler gibi dışsal düzenekleri harekete geçirdiğinde ise oyun bağımlılığı riskini artırma potansiyeli taşımaktadır. Bu nedenle, sosyal desteğin yalnızca miktarına değil, hangi tür motivasyonu desteklediğine ve bireyde nasıl bir güdüsel yapı oluşturduğuna da dikkat edilmesi büyük önem taşımaktadır.

Bu kapsamda araştırmanın temel amacı, ergenlerde sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinde, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun (bireysel ve çevresel nedenler) aracı rolünü incelemektir. Bu doğrultuda aşağıdaki hipotezler test edilmiştir:

H1. Sosyal desteğin, dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

H2. Sosyal desteğin, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun bireysel nedenler alt boyutu üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

H3: Bireysel nedenlerin, dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

H4: Sosyal desteğin, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun çevresel nedenler alt boyutu üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

H5: Çevresel nedenlerin, dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisi vardır.

H6: Sosyal destek ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkide, bireysel nedenlerin aracılık etkisi vardır.

H7: Sosyal destek ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkide, çevresel nedenlerin aracılık etkisi vardır.

YÖNTEM

Bu araştırma, değişkenler arasındaki yordayıcı ilişkileri ve aracılık yapılarını incelemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. Çalışmada, sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinde motivasyonel faktörlerin (bireysel ve çevresel nedenler) aracı rolü test edilmiştir (Fraenkel ve ark., 2012).

Araştırma Grubu

Çalışmaya Türkiye'deki liselerde öğrenim gören toplam 501 öğrenci katılmıştır. Örneklemenin %53,1'ini (n=266) kız, %46,9'unu (n=235) erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Katılımcıların sınıf düzeyleri sırasıyla; 9. sınıf (n=222, %44,3), 10. sınıf (n=133, %26,5), 11. sınıf (n=77, %15,4) ve 12. sınıf (n=69, %13,8) olarak belirlenmiştir. Katılımcıların %32,7'si lisanslı sporcu (n = 164) iken %67,3'ü lisanslı sporcu değildir (n = 337). Ailede fiziksel etkinlik yapma durumuna ilişkin olarak, öğrencilerin %34,1'i ailesiyle fiziksel etkinlik yaptığını (n = 171), %65,9'u yapmadığını (n = 330) belirtmiştir.

Veri Toplama Süreci

Araştırmanın verileri, beş farklı liseden toplanmıştır. Çalışmaya üç Anadolu Lisesi, bir Fen Lisesi ve bir Spor Lisesi dâhil edilmiştir. Veri toplama sürecinde öncelikle ilgili okul yönetimlerinden gerekli izinler alınmış, ardından öğrencilere araştırmanın amacı ve gönüllülük esasına dayalı katılım ilkeleri açıklanmıştır. Katılımcıların kimlik bilgileri talep edilmemiş, yanıtların gizlilik ve anonimlik esaslarına uygun biçimde kaydedilmesine özen gösterilmiştir.

Uygulamalar, araştırmacı ve görevli öğretmenlerin gözetiminde ders dışı zamanlarda gerçekleştirilmiş olup, ölçek formları sınıf ortamında öğrencilere bireysel olarak sunulmuştur. Veri toplama araçlarının cevaplanması yaklaşık 15-20 dakika sürmüştür. Ölçekler, öğrencilerin anlayabileceği şekilde önceden açıklanmış, katılımcıların bağımsız biçimde yanıtlamaları sağlanmıştır. Tüm süreç boyunca gönüllülük ilkesi temel alınmış, herhangi bir zorunluluk veya yönlendirme yapılmamıştır.

Veri Toplama Araçları

Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7): Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerini belirlemek için Lemmens ve arkadaşları (2009) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Yalçın Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından yapılan Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7) kullanılmıştır. Ölçek, 7 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Yanıtlar 5'li Likert tipinde (1=Hiç Katılmıyorum, 5=Tamamen Katılıyorum) derecelendirilmiştir. Bu çalışmada yapılan güvenirlik analizinde Cronbach's Alpha katsayısı .830, McDonald's ω katsayısı .834 olarak bulunmuştur.

Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği (FASDÖ): Öğrencilerin fiziksel aktivitelere katılımında sosyal destek algılarını ölçmek amacıyla Farias Junior ve arkadaşları (2014) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlaması Küçükbiş ve Eskiler (2019) tarafından yapılan Fiziksel Aktivitelerde Sosyal Destek Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 10 madde ve iki alt boyuttan (ebeveyn desteği, akran desteği) oluşmaktadır. 4'lü Likert tipinde yanıtlanan ölçek, bu çalışmada toplam

puan üzerinden değerlendirilmiştir. Bu çalışmada elde edilen Cronbach's Alpha katsayısı .829, McDonald's ω katsayısı ise .830 olarak bulunmuştur.

Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ). Öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarını ölçmek için Tekkurşun ve Cicioğlu (2018) tarafından geliştirilen Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 16 madde ve üç alt boyuttan (bireysel nedenler, çevresel nedenler, nedensizlik) oluşmaktadır. 5'li Likert tipi (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 5=Tamamen Katılıyorum) derecelendirmeye sahiptir. Araştırma modeli, sosyal desteğin bireyi fiziksel aktiviteye yönelten aktif motivasyon kaynakları üzerindeki etkisine odaklandığından; eyleme geçme niyetinin yokluğunu ifade eden 'nedensizlik' alt boyutu çalışma kapsamına dahil edilmemiştir. Bu doğrultuda çalışmada ölçeğin bireysel nedenler ve çevresel nedenler boyutları kullanılmıştır. Güvenirlik analizlerinde bireysel nedenler alt boyutu için Cronbach's Alpha katsayısı .758 ($\omega = .761$), çevresel nedenler alt boyutu için Cronbach's Alpha katsayısı .706 ($\omega = .711$) olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi jamovi yazılımı kullanılarak yapılmıştır. Analiz sürecine başlamadan önce veri setinin normallik varsayımlarını karşıladığı ve değişkenler arasında çoklu bağlantı (multicollinearity) sorunu bulunmadığı teyit edilmiştir. Öncelikle değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler (ortalama, standart sapma, frekans ve yüzdeler) hesaplanmış; ardından değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Araştırmanın temel hipotezleri için aracılık modeli jamovi jAMM (jamovi Advanced Mediation Models) modülü kullanılarak test edilmiştir. Bu doğrultuda Sosyal Destek bağımsız değişken, Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu'nun bireysel nedenler ve çevresel nedenler boyutları aracı değişken, Dijital Oyun Bağımlılığı ise bağımlı değişken olarak modele dâhil edilmiştir. Dolaylı etkilerin anlamlılığını değerlendirmek için bootstrap yöntemi kullanılmış ve 5.000 yeniden örnekleme ile %95 bias-corrected güven aralıkları hesaplanmıştır. Güven aralığının sıfırı içermemesi, aracılık etkisinin anlamlı olduğuna işaret etmektedir (Preacher & Hayes, 2008; Hayes, 2013). Elde edilen katsayılar standartlaştırılmış değerler (β) üzerinden raporlanmıştır. Etki büyüklüklerinin yorumlanmasında Cohen'in (1988) sınıflandırması (küçük: .10, orta: .30, büyük: .50) temel alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Değişkenler arası korelasyonlar ve tanımlayıcı istatistikler

Değişken	1	2	3	4	Ort.	SS
1. Sosyal Destek	—				1.55	0.67
2. Bireysel Nedenler	.141*	—			3.79	0.80
3. Çevresel Nedenler	.139*	.575**	—		3.40	0.82
4. Dijital Oyun Bağımlılığı	.167**	-.025	.120*	—	2.72	0.94

Not. N = 501. Ort. = Ortalama, SS = Standart Sapma.

p < .05, *p < .01, **p < .001

Tablo 1’de sosyal destek, bireysel nedenler, çevresel nedenler ve dijital oyun bağımlılığı değişkenlerine ait tanımlayıcı istatistikler ile Pearson korelasyon katsayıları gösterilmiştir. Ortalama puanlara bakıldığında öğrencilerin bireysel (Ort. = 3.79, SS = 0.80) ve çevresel motivasyon (Ort. = 3.40, SS = 0.82) düzeylerinin görece yüksek, dijital oyun bağımlılığı puanlarının ise orta düzeyde (Ort. = 2.72, SS = 0.94) olduğu görülmektedir. Sosyal destek ile bireysel motivasyon ($r = .141$, $p < .01$) ve çevresel motivasyon ($r = .139$, $p < .01$) arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Ayrıca sosyal destek ile dijital oyun bağımlılığı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .167$, $p < .001$). Çevresel motivasyon ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki de pozitif yönde ve anlamlıdır ($r = .120$, $p < .01$). Buna karşın bireysel motivasyon ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki anlamlı değildir ($r = -.025$, $p > .05$).

Tablo 2. Sosyal destek, motivasyon boyutları ve dijital oyun bağımlılığı arasındaki doğrudan, dolaylı ve toplam etkiler

Yol (Path)	β	SE	z	p	95% GA
Doğrudan Etkiler					
SD → DOB	0.231	0.062	3.71	< .001	[0.097, 0.362]
SD → BN	0.168	0.053	3.18	.001	[0.057, 0.270]
SD → ÇN	0.169	0.054	3.13	.002	[0.054, 0.278]
BN → DOB	-0.184	0.063	-2.92	.003	[-0.330, -0.036]
ÇN → DOB	0.216	0.062	3.51	< .001	[0.078, 0.346]
Dolaylı Etkiler					
SD → BN → DOB	-0.031	0.014	-2.15	.031	[-0.075, -0.005]
SD → ÇN → DOB	0.037	0.016	2.34	.019	[0.008, 0.083]
Toplam Etkiler					
SD → DOB	0.237	0.062	3.80	< .001	[0.107, 0.359]

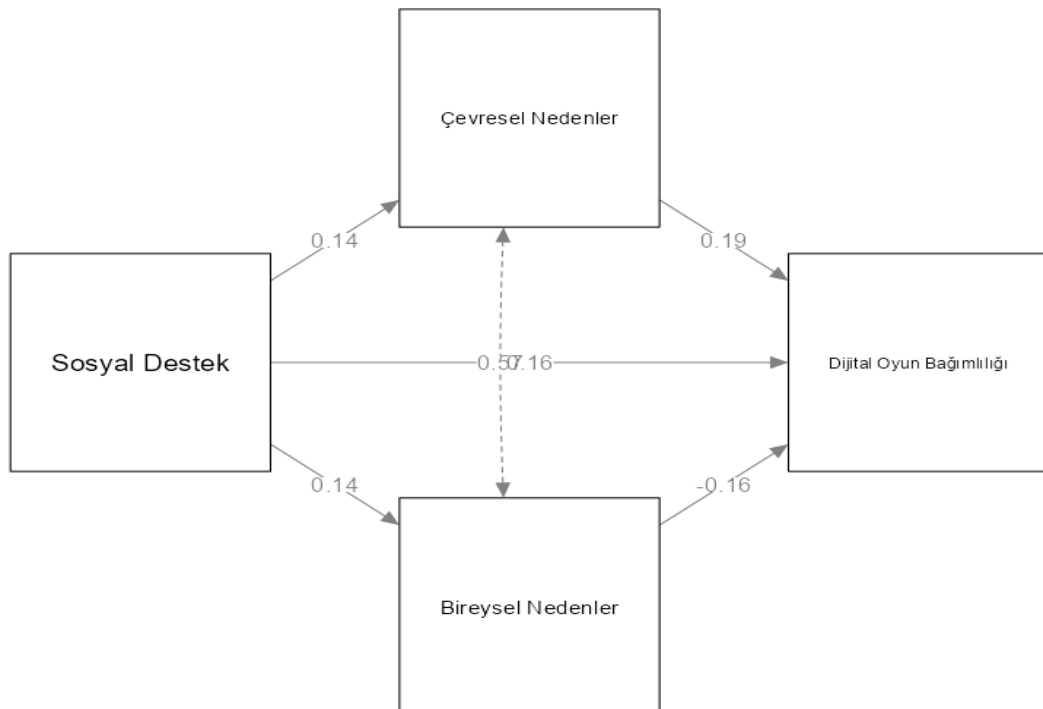
Not. N = 501. SD = Sosyal Destek; BN = Bireysel Nedenler; ÇN = Çevresel Nedenler; DOB = Dijital Oyun Bağımlılığı. Katsayılar standartlaştırılmış (β) değerlerdir.

Tablo 2’de görüldüğü üzere sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi anlamlı ve pozitif bulunmuştur ($\beta = 0.231$, $SE = 0.062$, $z = 3.71$, $p < .001$, %95 GA [0.097, 0.362]). Sosyal desteğin bireysel nedenler üzerindeki etkisi de anlamlıdır ($\beta = 0.168$, $SE = 0.053$, $z = 3.18$, $p = .001$, %95 GA [0.057, 0.270]). Buna karşılık bireysel nedenlerin dijital oyun bağımlılığı ile negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir ($\beta = -0.184$, $SE = 0.063$, $z = -2.92$, $p = .003$, %95 GA [-0.330, -0.036]). Sosyal desteğin çevresel nedenler üzerindeki etkisi pozitif ve anlamlıdır ($\beta = 0.169$, $SE = 0.054$, $z = 3.13$, $p = .002$, %95 GA [0.054, 0.278]); çevresel nedenlerin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki doğrudan etkisi de anlamlı ve pozitifdir ($\beta = 0.216$, $SE = 0.062$, $z = 3.51$, $p < .001$, %95 GA [0.078, 0.346]).

Dolaylı etkiler incelendiğinde, sosyal desteğin bireysel nedenler aracılığıyla dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı ve negatif bir etkiye sahip olduğu bulunmuştur ($\beta = -0.031$, $SE = 0.014$, $z = -2.15$, $p = .031$, %95 GA [-0.075, -0.005]). Öte yandan, sosyal desteğin çevresel nedenler üzerinden dijital oyun bağımlılığına etkisi pozitif ve anlamlıdır ($\beta = 0.037$, $SE = 0.016$, $z = 2.34$, $p = .019$, %95 GA [0.008, 0.083]).

Toplam etkiler değerlendirildiğinde sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerinde genel olarak anlamlı ve pozitif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir ($\beta = 0.237$, $SE = 0.062$, $z = 3.80$, $p < .001$, %95 GA [0.107, 0.359]). Bu bulgular, sosyal desteğin bağımlılık üzerindeki etkisinin motivasyon türlerine göre farklı yönlerde ortaya çıktığını ve modelin kısmi aracılık ilişkisini desteklediğini göstermektedir.

Şekil 1. Yol analizi sonuçları



TARTIŞMA

Bu araştırmada elde edilen bulgular, sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı ve pozitif bir doğrudan etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, sosyal desteğin her zaman koruyucu bir unsur olmayabileceğini; bazı durumlarda bağımlılık davranışlarını da istemeden besleyebileceğini düşündürmektedir. Nitekim, bazı çalışmalarda sosyal desteğin dijital bağımlılık türleriyle negatif ilişkili olduğu görülmektedir (Kaya ve ark., 2023; Tudorel & Vintilă, 2018). Ancak bu çalışmalar, sosyal desteği genellikle psikolojik iyi oluşu artıran tek yönlü bir yapı olarak ele almıştır. Oysa mevcut bulgular, sosyal desteğin etkisinin bağlama ve bireyde hangi tür motivasyonu harekete geçirdiğine göre farklılaşabileceğini ortaya koymaktadır. Özellikle çevresel kolaylaştırmalar (örneğin, arkadaş gruplarıyla yapılan planlar, boş zamanlar, ortak aktiviteler vb.), dışsal güdülenmeyi artırarak bireyin dijital oyunlara yönelmesini destekleyebilir. Bu durum, sosyal desteğin sadece miktarının değil, niteliği, kaynağı ve bireyde yarattığı güdüsel yapının da göz önünde bulundurulması gerektiğini göstermektedir. Tham ve arkadaşları (2020) da oyun içi sosyal ilişkilerin her ne kadar destekleyici olarak algılsa da, gerçek sosyal destek kadar etkili olmadığını ve problemli oyun davranışlarına karşı yeterince koruyucu işleve sahip olmadığını vurgulamaktadır.

Sosyal desteğin, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun bireysel nedenler alt boyutu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Bu bulgu, sosyal desteğin bireylerde fiziksel aktiviteye yönelme kararını içsel gerekçelerle destekleyebileceğini göstermektedir. Nitekim, yapılan çalışmalar sosyal destek düzeyi yüksek bireylerin; sağlık, zindelik kazanma veya stres atma gibi bireysel gerekçelerle fiziksel aktiviteye daha istekli katıldıklarını ortaya koymaktadır (Teixeira ve ark., 2012). Ayrıca, sosyal desteğin kaynağına ve türüne bağlı olarak fiziksel aktivite üzerindeki etkisinin farklılık gösterebildiği görülmektedir. Belanger ve Patrick'in (2017) çalışmasında, arkadaşlardan alınan arkadaşlık temelli desteğin ve aileden alınan öz-değer desteğinin bireylerin fiziksel aktivite davranışlarını olumlu yönde etkilediği; buna karşılık bilgi verme temelli desteklerin ise ters etki yaratabileceği belirlenmiştir. Bu araştırmada elde edilen bulgular, bireysel nedenlerin dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, bireylerin içsel motivasyonları ya da psikososyal ihtiyaçları doğrultusunda dijital oyunlara yönelindiklerini ve bu yönelimin zamanla bağımlılık riskini artırabileceğini ortaya koymaktadır. Nitekim Bhagat ve ark. (2020) tarafından yapılan çalışmada, bireylerin çevrim içi sosyal etkileşim ihtiyacının ve yüz yüze ilişkilerdeki yetersizliklerinin, dijital oyun bağımlılığı ile pozitif yönde ilişkili olduğu gösterilmiştir. Araştırma, bireylerin

özellikle yalnızlık gibi bireysel psikososyal durumlarla baş edebilmek için oyun ortamındaki sosyal etkileşimlere yöneldiklerini ve bu yönelimin bağımlılık davranışlarını tetikleyebildiğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla bireysel düzeyde yaşanan eksiklikler ya da ihtiyaçlar, oyun oynama davranışını sadece bir eğlence biçimi olmaktan çıkarıp, psikolojik bir baş etme mekanizmasına dönüştürebilmektedir (Bhagat ve ark., 2020). Sosyal desteğin, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun çevresel nedenler alt boyutu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Bu bulgu, sosyal desteğin bireyleri fiziksel aktiviteye yönlendirme sürecinde çevresel kolaylaştırıcılar (örneğin arkadaş grupları, etkinlik planlamaları, boş zaman aktiviteleri vb.) aracılığıyla etkili olabileceğini göstermektedir. Nitekim yapılan bazı araştırmalar, fiziksel aktiviteye katılımda çevresel koşulların (örneğin tesise erişim, sosyal gruplarla aktivite yapma) bireyin davranışını destekleyici rol oynayabileceğini ortaya koymaktadır. Örneğin Pan ve arkadaşlarının (2009) Kanada örnekleminde yürüttükleri çalışmada, sosyal destek tüm gruplarda anlamlı bir etkene dönüşmese de, çevresel kolaylaştırıcıların (örneğin fiziksel aktivite tesislerine erişim) eğitim düzeyi yüksek bireylerde fiziksel aktiviteyle daha güçlü ilişkili olduğu görülmüştür (Pan ve ark., 2009).

Bu araştırmada elde edilen bulgular, çevresel nedenlerin dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı ve pozitif bir etkisinin olduğunu göstermektedir. Bu durum, bireylerin oyun oynama davranışlarının yalnızca içsel değil; aynı zamanda dışsal, çevresel koşullar tarafından da şekillendiğini ortaya koymaktadır. Nitekim Kneer ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında, oyun kullanıcıları dijital oyun bağımlılığı riskinin en önemli belirleyicilerinden biri olarak sosyal bağlamı ve arkadaş çevresini göstermiştir. Oyuncular, özellikle arkadaşlarıyla birlikte oyun oynama, grup içinde yer alma ya da sosyal kabul görme gibi çevresel faktörlerin oyun oynama sıklığını artırdığını ve bu durumun zamanla bağımlılığa dönüşebileceğini ifade etmişlerdir. Bu bulgular, dijital oyun bağımlılığının yalnızca bireysel psikolojik faktörlerle değil; çevresel etkileşimler ve sosyal kolaylaştırıcılar yoluyla da şekillenebileceğini göstermektedir. Öte yandan, bu araştırmada sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinin yalnızca doğrudan değil, aynı zamanda motivasyon türleri aracılığıyla dolaylı olarak da ortaya çıktığı görülmüştür. Sosyal desteğin bireysel nedenler aracılığıyla dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı ve negatif bir dolaylı etkisi bulunmuştur. Bu bulgu, öz-belirlenim kuramı (Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2017) ile örtüşmektedir; zira bireylerin içsel motivasyonla fiziksel aktiviteye katılması, dijital bağımlılık gibi dışsal pekiştiricilere karşı daha dirençli olmalarını sağlar. Benzer şekilde güncel araştırmalar, beden eğitimi dersine duyulan ilginin (içsel bir motivasyon kaynağı

olarak), öğrencilerin yaşam doyumunu ve okula bağlanma düzeylerini artırdığını göstermektedir (Ateş ve ark., 2025; Sağın ve ark., 2025). Bu tür içselleştirilmiş duygular, bireyi sanal ortamın yapay ödülllerinden uzaklaştırarak gerçek yaşam doyumuna yönlendirebilir. Literatürde de benzer şekilde, fiziksel aktiviteye içsel nedenlerle katılan bireylerin hem daha istikrarlı bir aktivite düzeyi sergilediği hem de ekran temelli bağımlılıklara karşı daha az eğilim gösterdiği bildirilmektedir (Teixeira ve ark., 2012). Dolayısıyla, sosyal desteğin bireyde içselleştirilmiş bir motivasyonu tetiklemesi, dijital oyun bağımlılığı üzerinde koruyucu bir etki yaratmaktadır. Buna karşın, sosyal desteğin çevresel nedenler aracılığıyla dijital oyun bağımlılığı üzerinde anlamlı ve pozitif bir dolaylı etkisi olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, dışsal motivasyonun davranışı kısa vadede harekete geçirebilse de, sürdürülebilirliğinin düşük olduğunu ve çevresel ödüller azaldığında bireylerin alternatif pekiştiricilere (örneğin dijital oyunlara) yönelme eğiliminde olabileceğini göstermektedir (Deci & Ryan, 2000). Wang ve Sun (2011), dijital oyunlardaki ödül sistemlerinin oyuncuların dışsal motivasyonunu artırdığını; ancak bu tür ödüllerin davranışın uzun vadeli devamlılığını garanti etmediğini ve bireyleri, kolay erişilebilir anlık ödüllere karşı daha duyarlı hale getirebildiğini belirtmektedir. Öz-belirlenim kuramı çerçevesinde yapılan çalışmalarda da (Uysal & Yıldırım, 2016), dijital oyunların bireylerde temel psikolojik ihtiyaçları (özerklik, yeterlik ve ilişkisellik) farklı biçimlerde tatmin ederek hem içsel hem de dışsal motivasyonu destekleyebildiği vurgulanmaktadır. Ancak bu destek, bireyin motivasyon türüne göre oyun davranışlarını pekiştirici ya da bağımlılık riski oluşturunca yönde etkileyebilmektedir. Bu bağlamda, sosyal desteğin bireyde hangi tür motivasyonu beslediği, dijital oyun bağımlılığıyla ilişkili etkilerini anlamada kritik bir belirleyici olarak öne çıkmaktadır.

Bu çalışmada test edilen model genel olarak, sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisinin hem doğrudan hem de bireysel ve çevresel motivasyon yolları aracılığıyla dolaylı olarak ortaya çıktığını göstermektedir. Bireysel nedenler aracılığıyla sosyal destek, dijital oyun bağımlılığını azaltıcı (negatif) bir dolaylı etki yaratırken; çevresel nedenler aracılığıyla bu etkinin artırıcı (pozitif) yönde olduğu görülmüştür. Bu karşıt yönlü aracılık yolları, modelin kısmi aracılık sunduğunu ortaya koymaktadır. Bulgular, H1, H2, H3, H4, H5, H6 ve H7 hipotezlerini genel olarak desteklemektedir. Dolayısıyla, sosyal destek tek yönlü bir koruyucu unsurdan ziyade, bireyde hangi tür motivasyonu beslediğine bağlı olarak dijital oyun bağımlılığı üzerinde farklı ve çok yönlü etkiler yaratabilen bir yapıdır.

SONUÇ

Bu araştırma, sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerindeki etkisini, fiziksel aktiviteye katılım motivasyonunun bireysel ve çevresel nedenleri aracılığıyla incelemiştir. Bulgular, sosyal desteğin dijital oyun bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisinin yanı sıra, bireyde oluşturduğu motivasyon türüne bağlı olarak farklı yönlerde dolaylı etkiler yarattığını göstermiştir. Sosyal destek, bireysel (içsel) nedenler aracılığıyla dijital oyun bağımlılığını azaltıcı bir rol üstlenirken; çevresel (dışsal) nedenler aracılığıyla bağımlılık riskini artırıcı yönde bir etki göstermiştir. Bu karşıt yönlü aracılık etkileri, modelin kısmi aracılık sunduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular, sosyal desteğin her zaman koruyucu bir unsur olmadığını; bireyde beslediği motivasyon türüne bağlı olarak dijital oyun bağımlılığına karşı farklı işlevler üstlenebileceğini göstermektedir. Özellikle, içselleştirilmiş bir katılım motivasyonunu destekleyen sosyal destek biçimlerinin, dijital bağımlılık davranışlarına karşı daha koruyucu olduğu söylenebilir.

Etik Beyanı

Çalışma için Dicle Üniversitesi Rektörlüğü Etik Kurulu'ndan etik onay alınmış olup, kurul 08.05.2025 tarihli ve E-14679147-663.05-919022 sayılı Rektörlük Oluru ile araştırmayı bilimsel etik açısından uygun bulmuştur. Ayrıca araştırma süreci başlamadan önce gerekli yasal ve etik izinler alınmıştır. Millî Eğitim Bakanlığı Araştırma Uygulama İzni, 02.06.2025 tarihinde onaylanmıştır.

Yazar Katkıları

Çalışma kurgusu: MAY, AES; Veri toplama: MAY; Verilerin analizi: AES; Literatür denetimi: MAY, AES; Yazım: MAY, AES; Eleştirel İnceleme: MAY, AES.

KAYNAKLAR

- Ateş, F., Sağın, A. E. ve Uğraş, S. (2025). Yaşamdan doyum ile okula bağlılık arasında beden eğitimi dersine ilginin aracı rolü. *Milli Eğitim Dergisi*, 54(246), 1075-1108. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.1502049>
- Belanger, N. M., & Patrick, J. H. (2018). The influence of source and type of support on college students' physical activity behavior. *Journal of Physical Activity and Health*, 15(3), 183-190.
- Bhagat, S., Jeong, E. J., & Kim, D. J. (2020). The role of individuals' need for online social interactions and interpersonal incompetence in digital game addiction. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 36(5), 449-463.
- Chitra, M. B., Trishala, D., Pandey, M. K., & Bhushan, G. (2023). Internet gaming disorder and its varied impacts on adolescent age group. *Int J Sci Res Arch*, 10(2), 1701-1773.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum.
- Darvenkumar, T., & Rajasekaran, W. C. (2023). Addiction and recovery: digital games as devices for cognitive repairment. *Human Research in Rehabilitation*, 13(2), 352-359.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Farias Júnior, J. C. D., Mendonça, G., Florindo, A. A., & Barros, M. V. G. D. (2014). Reliability and validity of a physical activity social support assessment scale in adolescents-ASAFA Scale. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 17, 355-370.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: McGraw-Hill.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. Guilford Press.
- Imataka, G., Izumi, S., Miyamoto, Y., & Maehashi, A. (2024). Gaming disorders: Navigating the fine line between entertainment and addiction—Gaming history, health risks, social consequences, and pathways to prevention. *Journal of Clinical Medicine*, 13(17), 5122.
- Karuç, S., Bora, M. M., & Bora, M. V. (2025). Sports participation motivation, attitudes, and digital gaming behaviors among adolescent students. *International Journal of Technology in Education*, 8(4), 1161-1184.
- Kaya, Z., Vangölü, M. S., Marufoğlu, M., & Özdemir, M. (2023). Predicting digital addiction in adolescents: the role of perceived social support and well-being variables. *International Journal of Progressive Education*, 19(3).
- Kneer, J., Rieger, D., Ivory, J. D., & Ferguson, C. (2014). Awareness of risk factors for digital game addiction: interviewing players and counselors. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12(5), 585-599. <https://doi.org/10.1007/s11469-014-9489-y>
- Küçükbiş, H. F., & Eskiler, E. (2019). Fiziksel aktivitelerde sosyal destek ölçeği (FASDÖ): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Cumhuriyet University Journal of Economics & Administrative Sciences/Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(2).
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95.
- Männikkö, N., Billieux, J., & Käätäinen, M. (2015). Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological, social and physical health of Finnish adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 281-288.
- Mendonça, G., Cheng, L. A., Mélo, E. N., & de Farias Júnior, J. C. (2014). Physical activity and social support in adolescents: a systematic review. *Health Education Research*, 29(5), 822-839.
- Pan, S. Y., Cameron, C., DesMeules, M., Morrison, H., Craig, C. L., & Jiang, X. (2009). Individual, social, environmental, and physical environmental correlates with physical activity among Canadians: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 9(1), 21.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891.

- Rugai, J., & Hamilton-Ekeke, J. T. (2016). A review of digital addiction: a call for safety education. *Journal of Education and e-Learning Research*, 3(1), 17-22. <https://doi.org/10.20448/journal.509/2016.3.1/509.1.17.22>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.
- Sagin, A. E., Ustun, U. D., & Mergan, B. (2023). Egzersiz ve dijital bağımlılığının boş zaman yönetimi üzerindeki yordayıcılık düzeyinin incelenmesi. *Journal of ROL Sport Sciences*, 200-215. <https://10.5281/zenodo.10024367>
- Sağın A. E., Yücekaya M. A., Uğraş S., Mergan B., Temel C., Duran, M. and Duarte-Mendes P (2025) The mediating role of physical education course interest in the relationship between perceived autonomy support, feedback, and school attachment. *Front. Psychol.* 16:1675108. <https://10.3389/fpsyg.2025.1675108>
- Ståhl, T., Rütten, A., Nutbeam, D., Bauman, A., Kannas, L., Abel, T., ... & Van Der Zee, J. (2001). The importance of the social environment for physically active lifestyle—results from an international study. *Social Science & Medicine*, 52(1), 1-10.
- Teixeira, P. J., Carraça, E. V., Markland, D., Silva, M. N., & Ryan, R. M. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: a systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(1), 78.
- Tekkurşun Demir, G., & Cicioğlu, H. İ. (2018). Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği (FAKMÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 2479-2492.
- Tham, S. M., Ellithorpe, M. E., & Meshi, D. (2020). Real-world social support but not in-game social support is related to reduced depression and anxiety associated with problematic gaming. *Addictive Behaviors*, 106, 106377.
- Totur, G., Üzüm, Ö., Eliaçık, K., Çam, O., Elmalı, F., Kanık, A., & Helvacı, M. (2025). Healthy lifestyle in adolescents with digital addictions: a comparative study of gaming and social media addiction. *Clinical Pediatrics*, 64(11), 1613-1621.
- Tudorel, O. I., & Vintilă, M. (2018). The role of social support on internet addiction. *Social Work Review/Revista de Asistența Socială*, 1, 73-78.
- Uysal, A., & Yildirim, I. G. (2016). Self-determination theory in digital games. In *Gamer psychology and behavior* (pp. 123-135). Cham: Springer International Publishing.
- Wang, H., & Sun, C. T. (2011, January). *Game reward systems: Gaming experiences and social meanings*. In Proceedings of DiGRA 2011 conference: Think design play.
- Yalçın Irmak, A., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.
- Yalçın Irmak, A., & Erdoğan, S. (2015). Dijital oyun bağımlılığı ölçeği türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16, 10-18.
- Yücekaya, M. A., Sağın, A. E., & Uğraş, S. (2023). Okuldaki gizli danışmanlar: Beden eğitimi öğretmenleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 59, 304-321. <https://doi.org/10.9779/pauefd.1161427>
- Yücekaya, M. A., Uğraş, S., Sağın, A. E., Çetin, A., Iconomescu, T. M., & Talaghir, L. G. (2025). Relationships among social support, healthy lifestyle beliefs, physical literacy, and enjoyment of physical activity: a moderated mediation model. *Frontiers in Public Health*, 13, 1617124.