



Dijital Spor Oyunlarının Sporcular Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi: Fenomenolojik Bir Çözümleme

Bekir Barış CİHAN^{1*} 

Ebru Araç ILGAR¹ 

¹ Yozgat Bozok Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, YOZGAT

DOI: 10.31680/ gaunjss.510351

Orijinal Makale / Original Article

Geliş Tarihi / Received: 08.01.2019

Kabul Tarihi / Accepted: 19.03.2019

Yayın Tarihi / Published: 22.03.2019

Öz

Bu çalışmanın amacı, dijital spor oyunlarının sporcular üzerine etkilerinin değerlendirilmesidir. Nitel araştırma yöntemi ve fenomenolojik desende kurgulanmış bu çalışma ile istatistiksel genellemeler yerine analitik genellemeler yapılmış, kuram oluşturulmuş ve kuramsal önermelerde bulunulmuştur. Örneklem seçiminde amaçlı örnekleme yönteminden “kolay ulaşılabilir durum örnekleme” yöntemi tercih edilmiştir. Araştırma dijital spor tüketicisi 9 sporcu öğrenci ile yapılmıştır. Veri toplamak amacıyla yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Görüşme verileri yazıya geçirilerek düzenlenmiş, anlamlı veriler saptanarak temalar belirlenmiştir. Temalara bağlı olarak kategoriler oluşturulmuş ve araştırma sonuçlarına ulaşılmıştır. Elde edilen veriler sonucunda dijital sportif oyunların; bilişsel, duyuşsal, psikomotor, sosyal ve psikolojik olarak olumlu ve olumsuz yönleri belirlenmiştir. Dijital spor oyunlarının sporcular üzerindeki bilişsel etkileri ile ilgili görüşler incelendiğinde üst düzey bilişsel becerileri olumlu yönde etkileyen sonuçlara ulaşılmıştır. Araştırmanın diğer bir bulgusu da; dijital spor oyunları sporculara iyi bir motivasyon ve öğrenme aracı olurken, bir diğer taraftan zaman kaybı, sosyalleşememe, bağımlılık gibi davranışlar sergilemelerine sebep oldukları şeklindedir. Katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ile sportif içerikli dijital oyunların, kişisel gelişimlerinde olumlu katkılarının yanında olumsuz yönde de etkilerinin olduğu belirlenmiştir. Araştırma sonuçlarının dijital oyun kullanımları üzerine eğitimcilere, ailelere ve literatüre faydalı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital oyun, spor, fenomenoloji,

Examination of Digital Sports Games' Effects on Athletes: A Phenomenological Analysis

Abstract

The aim of this study is to examine the effects of digital sports games on athletes. With this study, which was build on a qualitative research method and a phenomenological pattern, analytical generalization were made instead of statistical ones, a theory was formed and theoretical propositions were made. While selecting the sample, convenience sampling, which is a form of purposeful sampling, was preferred. The study was conducted with 9 athlete students that are consumers of digital sports. Semi-structured interview form was utilized during data collection. Interviews notes were jot down and organized, significant data were determined the themes were created. Categories were formed according to these themes and research results were obtained. In the light of these results, cognitive, emotional psycho-motor, social and psychological positive and negative aspects of digital sports games were determined. When the cognitive effects of digital games on athletes were examined, positive impacts on high level cognitive skills were seen. Another finding of the study was that while digital sports are a good learning tool and source of motivation for athletes, they are also responsible for athletes exhibiting various behaviors such as time wasting, inability to socialize and addiction. It was determined from the answers of the participants that there are positive aspects of digital games with sportive content on personal development, whereas there are also negative effects on the athletes. It is foreseen that the findings of this study will benefit educators, families and the literature regarding use of digital games.

Keywords: Digital game, sports, phenomenology.

* Sorumlu Yazar: Bekir Barış CİHAN

E-mail: bekirbaris_cihan@hotmail.com

Giriş

Oyun, “yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence” veya “bedence ve kafaca yetenekleri geliştirmek amacıyla yapılan, çevikliğe dayanan her türlü yarışma” olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2018). Sürekli gelişen teknoloji ile birlikte oyun kavramı günümüzde daha çok bilgisayar oyunları, video oyunları ve mobil oyunlar olarak tercih edilmektedir. Erboy ve Akar Vural (2010) bilişim sektörünün, hayatımıza getirdiği yeniliklerden birisi “dijital oyun” kavramıdır. Bilgisayar ve internet birçok alanda yaşamı kolaylaştırırken, oyun ve eğlence aracı olarak da giderek yaygınlaşan bir ilgi alanı haline gelmiştir. Her geçen gün daha da ileriye giden teknolojik gelişmeler, şehirleşme ve oyun alanlarının yetersizliği gibi nedenlerle geleneksel oyun etkinliklerinin yerini dijital oyunlar almıştır (Günay, 2011). Türkiye’de daha çok bilgisayar oyunları şeklinde adlandırılan dijital oyunlar, video oyunları ve elektronik oyunlar olarak ta isimlendirilmekte (Binark ve Bayraktutan-Sütçü, 2008) ve değişik teknolojilerle programlanan, kullanıcılara görsel bir ortamla birlikte kullanıcı girişi yapmayı sağlayan oyunlar olarak karşımıza çıkmaktadır (Çetin, 2013). Bu oyunların hepsinde veri girişi; joystick, tuş takımı ya da klavye gibi araçlarla sağlanırken, oyunun görüntülenmesi de ekran vasıtası ile gerçekleşmektedir (Kirriemuir, 2002).

Hayatımızda internet ve dijital oyunlar ve sanal oyunlar çocuklar, ergenler ve yetişkinler arasında hızla yayılmaktadır (Horzum, 2018; Güllü ve ark., 2012). Oyun endüstrisinin özellikle 90’lı yıllardan itibaren artan büyüme hızı beraberinde hızla tüketilen ve yeni sürümleri piyasaya çıkan farklı türlerde dijital oyunları ortaya çıkarmıştır. Bugün oyuncu tercihleri doğrultusunda şekillenmiş çok sayıda ve farklı türde oyun bulunmaktadır. Bu oyun türlerinin gruplandırılmasında araştırmacılar arasında kesin bir görüş birliği olmamakla birlikte Adams ve Rollings (2006) taktik, yap boz, macera, aksiyon, spor, rol yapma ve simülasyon olmak üzere oyun türleri belirlemiştir.

Dijital sportif oyunlar spor branşlarında belirli kurallar çerçevesinde, bireysel performans gösterme ya da karşılaşmaya dayalı, sonunda kazanıp kaybetme durumu yaşanan oyunlar şeklinde tanımlanabilir. Dijital sportif oyunlar takım ya da bireysel olarak oynanabildiği gibi, içerik olarak da farklılıklar göstermektedir. Kretschmann’a (2010) göre sportif dijital oyunlar; simülasyon oyunları (bir spor branşının tüm özelliklerinin gerçeğe yakın olarak yansıtılması), aksiyon oyunları (bir spor branşının basit ve uygulanabilir temel fiziksel özelliklerini içerir) ve spor yönetimi (rol yapma)

oyunları (bir takımın veya sporcunun liderliğini üstlenme) olmak üzere kategorilere ayrılmaktadır.

Çeşitli yaşlarda kullanıcısı olan dijital oyunlara genellikle gençler daha fazla ilgi göstermekte ve oyun oynama süreleri giderek artmaktadır (Gentile ve ark., 2009; Rideout ve ark., 2010). İlk ticari oyun olan Computer Space'in 1971 yılında piyasaya sürülmesi ile başlayan dijital oyun endüstrisinin yaklaşık 25 milyar dolar bütçesi ve bir milyarın üzerinde kullanıcısı bulunmaktadır. (Entertainment Software Association, 2013). Bu gelişim ile paralel olarak oyun bağımlılığının arttığı ve genellikle çocuklar uzun süreler boyunca bilgisayar başında kalmalarına ve sanal bir ortamda vakit geçirmesine neden olduğu belirtilmektedir (Erboy ve Akar Vural, 2010). Sağlıklı yaşam biçimi olarak fazlaya kaçmadan dijital oyunları oynamanın normal olduğu, hatta oyunların duygusal boşalma ve gevşeme gibi olumlu yönlerinin olduğu kabul edilmektedir (Green ve Bavelier, 2003; Prot ve ark., 2014). Fakat oyun oynama isteği kişi tarafından kontrol edilemediğinde, duygu ve düşüncelerde, sosyal yaşamda değişime neden olduğundan ya da bağımlılıktan söz edilebilmektedir (Griffiths ve Davies, 2005; Ögel, 2012; Young, 2009).

Video oyunlarının çok fazla oynandığında bağımlılık yapıcı özellikler taşıdığına ilişkin bazı bulgulara literatürde rastlanmaktadır (Griffiths, 2000; 2008; Ng ve Weimer-Hastings, 2005). Özellikle oyunun hiçbir zaman bitmediği, gün boyu devam edebilen çevrimiçi video oyunlarının bağımlılık yaptığı savunulmaktadır (Ng ve Weimer-Hastings, 2005; Chappell ve ark., 2006; Grüsser ve ark. 2007; Mehroof ve Griffiths, 2010). Doğu (2006), bireyleri dijital oyun oynamaya iten nedenleri açıklarken, oyun ile normal hayatında sahip olamadığı birçok şeye ulaştığını ve gerçek yaşamdaki sorumluluklardan kurtulmanın bir yolu olarak bireylerin oyunda kaldıklarını düşündüklerini belirtmektedir. Dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada, 350 ortaokul öğrencisinden alınan veriler doğrultusunda 6 öğrencinin (%1,7) yüksek düzeyde video oyunu bağımlısı olduğu, 25 öğrencinin (%7,14) ise sadece "video oyunu bağımlısı" olarak tanımlandığı görülmektedir. Bununla birlikte 94 öğrencinin (%26,8) risk grubunda olduğu görülmüştür (Hazar ve ark., 2017).

Bu değerlendirmeler dikkate alındığında yapılan bu çalışma ile dijital spor oyun oynamanın insan hayatının artık vazgeçilmezleri haline geldiğini ve bilgisayar, telefon, tablet vb. teknolojik aletlerle gün içerisinde geçirilen çevrimiçi tüketimin arttığı bu zamanda dijital spor oyun oynama davranışının sporcular üzerinde olumlu yada

olumsuz etkileri üzerine fenomenolojik çözümleme amaçlanmıştır. Bilişim teknolojisinin zirve yaptığı son yıllarda spora etkin katılımı doğrudan etkilediği düşünülen dijital spor oyunları ile ilgili çalışma sayısı az olduğu için alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Araştırma Deseni

Dijital spor oyunlarının çevrimiçi tüketimlerinin sporcular üzerine etkisini ortaya çıkarmayı amaçlayan bu çalışmada fenomenoloji deseni kullanılmıştır. Fenomenoloji, sosyal gerçekliği anlamak için bu gerçekliğin ortaya çıkardığı insan deneyimlerini irdeler. Bu amaçla olguya ilişkin deneyimler sorgulanır (Ersoy, 2016). Bu araştırma deseninde bireyin davranışlarını anlamada, bireyin kendine özgü algısının ve deneyimlerinin ortaya çıkarılması savunulur. Bu desende farkında olunan ancak derinlemesine bilgiye sahip olunmayan olguları irdeler (Creswell, 2015). Burada kişi ya da kişilerin bu olguya dair deneyiminin anlamı, yapısı ve özü araştırılır. Diğer bir deyişle insanların ilgili oldukları alanları nasıl deneyimledikleri metodolojik, özenli ve derinlemesine betimlenmeye çalışılır (Patton, 2014). Bu kapsamda mevcut araştırma, dijital spor oyunlarını tüketen sporcuların dijital spor oyunlarının kullanım amaçlarını ve yaşam deneyimlerinin ayrıntılı bir biçimde incelenmesi suretiyle dijital spor oyunlarının olgusunun özünü oluşturan temel bileşenlere ulaşmayı amaçlamaktadır. Zira Groenewald'un (2004) da ifade ettiği gibi fenomenolojik desende kurgulanan çalışmalarda yapılan araştırmanın en temel amacı herhangi bir teorik çerçeveye bağlı kalmaksızın gerçekçi bir yaklaşımla incelenen fenomenin özelliğini mümkün olduğunca açık bir biçimde ortaya koymak, yani onu tanımlamaktır.

Katılımcılar

Fenomenoloji araştırmalarında veri kaynakları araştırmanın odaklandığı fenomeni deneyimleyen, bu deneyimlerini yansıtabilecek öncül kişilerdir (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Katılımcıların belirlenmesinde belirli özellikleri taşıyan kişilerle görüşme yapıldığı için ölçüt örneklem kullanılmıştır. Araştırma problemine cevap bulabilmek amacı ile katılımcı seçiminde iki ölçüt belirlenmiştir. Bunlardan birincisi katılımcının herhangi bir spor dalını faal olarak yapıyor olması, ikincisi ise internet, tablet, telefon, play station, xbox vb. oyun araçları ile dijital spor oyunları oynuyor olmasıdır. Araştırmanın katılımcıları Milli Eğitim Bakanlığının okullarında 2018-2019

Eğitim Öğretim yılında öğrenim gören, faal olarak sporcu olan ve gün içerisinde en az 2 saat süre ile dijital spor oyunları oynayan, yaşları 14 ile 18 arasında değişen 9 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcılar belirlenirken kendini ifade edebilen öğrenciler seçilmesine özen gösterilmiştir. Katılımcılar belirlenen ölçütlerle ve gönüllülük esasına uygun olarak seçilmiş öğrencilerden oluşmaktadır. Katılımcı öğrencilerin tamamı erkek öğrencilerdir. Araştırma bulguların raporlanması kısmında katılımcıların kimliklerinin gizli tutmak amacıyla kod isimlerden yararlanılmıştır.

Verilerin Toplanması

Fenomenolojik araştırmalarda olayı birinci elden deneyimleyen bireylerden veriler alınırken gözlem, günlük, sanat ürünü, yansıtma raporu, deneyimlerin yansıtıldığı her türlü sanatsal içerik gibi birçok yöntem ele alınabilir ancak en çok kullanılan yöntem derinlemesine yapılan görüşme veya çoklu görüşmedir (Çekmez ve ark., 2012). Araştırmada sporcuların dijital spor oyunlarının çevrimiçi tüketim kullanım amaçlarını belirlenmesi için yarı-yapılandırılmış görüşme formundan yararlanılmıştır. Görüşme formu araştırmacılar tarafından geliştirilmiştir. 10 sorudan oluşan görüşme formunun kapsam ve görünüş geçerliği için uzman görüşüne başvurulmuş ve form üzerinde öngörülen değişiklikler yapılmıştır. Görüşme formunun anlaşılabilirliğini test etmek için de araştırmacılarından biri tarafından ön uygulama yapılmıştır. Dil açısından son kez gözden geçirilen yarı-yapılandırılmış form ana uygulama için hazır hale getirilmiştir. Görüşmeler sırasında dijital spor oyunları oynayan sporculara şu sorular yöneltilmiştir. İnternette günlük ne kadar süreyle bağlı kalıyorsunuz? Dijital dünyada sportif içerikli kullandığınız siteler, oyunlar, videolar vb. nelerdir? Dijital ortamdaki bilgilerin size ne gibi faydaları vardır? Dijital ortamdaki bilgilerin size normal yaşantınıza ne gibi katkı sağlıyor? Dijital ortamdaki bilgilerin olumsuz yanları nelerdir? Dijital ortamda öğrendiğiniz bilgileri saha içinde işinize yarıyor mu? Dijital dünyadaki oyunlar, videolar, siteler sizi sosyal yönden nasıl etkiliyor? Dijital dünyadaki oyunlar, videolar, siteler sizi bilişsel yönden nasıl etkiliyor? Dijital dünyadaki oyunlar, videolar, siteler sizi psikomotor yönden nasıl etkiliyor? Dijital ortam dünyanızda olduğunda ya da olmadığında sizin için artıları ve eksileri nelerdir?

Görüşme yapmayı kabul eden öğrenciler ile daha önceden kesinleştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formundaki sorular ile sporcu öğrenciler ile yüz yüze görüşmeler yapılmıştır. Görüşme öncesinde katılımcı öğrencilere araştırma ve

yapılacak görüşme hakkında ön bilgi verilmiştir. Görüşmeler sırasında verilerin toplanması için katılımcıların onayıyla görüşmede konuşulanlar ses kayıt altına alınmıştır.

Verilerin Analizi

İçerik analiziyle toplanan verileri açıklayabilecek kavramlara ve ilişkilere ulaşmak amaçlanmaktadır. Kavramlarla temalara gidilerek, olgular daha anlaşılır hale getirilmektedir. Diğer bir deyişle birbirine benzeyen veriler belirli kavramlar ve temalar etrafında bir araya getirilerek okuyucunun daha iyi anlayabileceği şekilde düzenlenip yorumlanmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Bu çalışmada yapılan tüm görüşmeler önce kayıt altına alınmıştır. Yazıya aktarılmış sonrasında ise deneyimlenmiş gerçek yaşantıları açığa çıkarmak adına önemli ifadelerin altı çizilmiştir. Bu ifadeler gruplandırılarak birbirinden bağımsız anlamlı birimler (kodlar) oluşturulmuştur. Her biri katılımcı öğrenciler için aynı işlem tekrarlanmış, süreçte metinler birçok kez okunmuş ve görüngüyle ilişkili tümceler tanımlanmıştır. Elde edilen tüm kodlar ikinci aşamada bir eksen üzerinde birbirleriyle anlamlandırılmıştır. Böylelikle tüm kodlar bir araya getirilerek fenomeni tanımladığı düşünülen temalar ve örüntüler oluşturulmuştur.

Bulgular

Bulgular, araştırmanın amacı doğrultusunda cevap aranan sorular çerçevesinde incelenmiştir. Bu doğrultuda katılımcıların görüşleri; “Bilişsel Etkiler”, “Sosyal Etkiler”, “Duyuşsal Etkiler”, “Psikomotor Etkiler” ve “Psikolojik İyi Oluş Etkileri” şeklinde beş kategori etrafında toplanmıştır. Katılımcıların Bilişsel Etkilere yönelik görüşleri Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Dijital Spor Oyunlarının Sporcular Üzerindeki Bilişsel Etkileri ile İlgili Görüşler

Temalar	Görüşmelerden Alınan İfadeler
Oyun Zekâsı	Ahmet- "Oyunda gördüklerimi sahada uygulamaya çalışıyorum." Mehmet-"Bilgisayarda gördüğüm taktikler bizim antrenmanda olmuyor. Oyun hakkındaki görüşlerim burada daha belirginleşti" Ali-"Dijital ortamda her türlü atak organizasyonunu yapabiliyorum."
Çözümleme	Kemal-"Oyun sonunda kafamın içerisinde oyunu yorumluyorum." Murat-"Oyun oynarken aslında gerçek müsabakanın ne kadar kolay olduğunu anlıyorum." Veli-"Gece yatarken bile oyunda yaptığım hatalar aklıma gelip ders çıkarıyorum."
Görsel Algı	Serkan-"Sanal oyunlar ile üç boyutlu maçlar yapıyoruz. Tüm sahayı gördüğümüz için kafamıza sahanın tamamı çizildi." Oktay-"Gerçek maçta karşılaştığım pozisyonlar esnasında oyundaki hamleler aklıma geliyor." Çağan-" O kadar çok oyun oynadım ki gözüm kapalı kaleye şut çekebilirim. Sahayı hafızama o kadar kazıdım ."
İşlem Hızı	Mehmet-"Yeni oyunların işlemcileri ve işlem yapmaları çok hızlı. Kafamda oyun aynı hızda oynanıyor. " Ali-"Daha top gelmeden ne yapacağımı biliyorum."
Hayal Gücü	Oktay- "Sanki 60.000 kişilik stadyumda ben oynuyorum. Etkileyici" Kemal -"Bir gün çocukların oynadığı oyunda benim ismim yazacak." Veli -"Amacım Galatasaray'da oynamak oyunda ordayım."

Tablo 1’de görüldüğü gibi; sporcular “Bilişsel Etkileri” kategorisinde oyun zekâsı, çözümleme, görsel algı, işlem hızı, hayal gücü alt temaları altında toplanmıştır. Katılımcıların görüşleri en fazla oyun zekâsı, çözümleme ve görsel algı alt temalarında birleşmiştir. Bu konuda bir katılımcı “*Oyunda gördüklerimi sahada uygulamaya çalışıyorum (Ahmet)*” görüş bildirirken bir diğer katılımcı “*Dijital ortamda her türlü atak organizasyonu yapabiliyorum (Ali)*” görüşü ile katılımcılarının oyun zekâlarının geliştirdikleri görülmektedir. “*Sanal oyunlar ile üç boyutlu maçlar yapıyoruz. Tüm sahayı gördüğümüz için kafamıza sahanın tamamı çizildi (Serkan)*” ve “*O kadar çok oyun oynadım ki gözüm kapalı kaleye şut çekebilirim. Sahayı hafızama o kadar kazıdım (Çağan)*” ifadeleriyle de katılımcıların görsel algılarının spor oyunları ile birlikte güçlendiğini belirtmişlerdir. Ayrıca “*Sanki 60.000 kişilik stadyumda ben oynuyorum. Etkileyici (Oktay)*” ifadesiyle katılımcıların spor oyunlarının hayal dünyalarını ve hedeflerini etkilediği gözlenmektedir. Bu bağlamda dijital spor oyunlarının sporcuların Duyuşsal etkilerini ise Tablo 2 de gösterilmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların Dijital Spor Oyunları Oynayan Sporcular Üzerindeki Duyuşsal Etkileri ile İlgili Görüşleri

Temalar	Görüşmelerden Alınan İfadeler
İstek	Serkan- "Spor oyunları harikadır, bırakamazsın bağımlılık yapar." Oktay- "Seni hep mutlu eder. Hayatım için artık vazgeçilmezdir." Çağan- "Bir günümü bilgisayara girmeden geçiremiyorum ve saatlerimi bu oyunlarda harcıyorum."
Doyum	Mehmet- "O gün oyunu kazandıysam dünyanın en mutlu insanı oluyorum." Ali- "Sahada yapamadığım hareketlerin tamamını oyunda yapıyorum. Bu da bana yetiyor. Sevgisi bir başka, tarifsiz."
Güdülenme	Ahmet- "Derslerden sıkıldığım için spor oyunları daha cazip geliyor" Mehmet- "Spor oyunları oynamak için bir an önce eve gidip bilgisayarımı açmak için can atıyorum. Bana heyecan katıyor."
Motivasyon	Kemal- "Dijital spor oyunlarında istediğim hedeflerime daha çabuk ulaşıyorum" Murat- "Kendi yarattığım oyuncuların oynaması, maç kazanmaları sonunda kupa kaldırmaları benim daha çok oynamama sebep oluyor" Veli- "Yeni oyuncular keşfetmeyi onlarla oynamayı merak ediyorum "
Tükenmişlik	Oktay- "Gerçek maçlarda çok yoruluyorum dijital spor oyunlarında yorulmadan aynı hazzı alabiliyorum" Kemal - "Saatlerce oyun oynamaktan sıkılmıyorum gerçek hayatta bir şey yaparken çabuk sıkılıyorum" Veli - "Hayat bilgisayarda gerisi boş."

Tablo 2’de ifade edildiği gibi; Dijital spor oyunları oynayan sporcuların duyuşsal etkilerine bakıldığında istek, doyum, güdülenme, motivasyon, tükenmişlik olarak sıralanmıştır. En çok görüşü alınan alt tema ise istek, motivasyon ve tükenmişliktir. “*Spor oyunları harikadır, bırakamazsın bağımlılık yapar (Serkan)*” görüşü ve “*Seni hep mutlu eder. Hayatım için artık vazgeçilmezdir (Oktay)*” görüşü spor oyunlarının katılımcılar üzerinde olumlu bir istek arzu ve bağımlılık yaptığını göstermektedir. Motivasyon alt temasında ise “*Dijital spor oyunlarında istediğim hedeflerime daha çabuk ulaşıyorum (Kemal)*” görüşüyle gerçek yaşamda çabuk ulaşamadığı başarıları spor oyunlarında çabuk ulaşması katılımcıyı spor oyunlarına motive edici bir araç olarak görmektedir. Bununla birlikte “*Gerçek maçlarda çok yoruluyorum dijital spor oyunlarında yorulmadan aynı hazzı alabiliyorum (Oktay)*” ifadesiyle gerçek yaşamdaki zorlu sürecin sanal oyunlarında olmadığından tükenmişlik alt temasını vurgulamıştır. Tablo 3’ te spor oyunlarının sporcular üzerindeki sosyal etkileri gösterilmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Dijital Spor Oyunları Oynayan Sporcular Üzerindeki Sosyal Etkileri ile İlgili Görüşleri

Temalar	Görüşmelerden Alınan İfadeler
Aidiyet	Ahmet- “Kendimi oyunun içerisinde hayal ediyorum sanki ben oynuyorum” Mehmet-“Oyunda istediğim her şeyi yapabiliyorum her ortama uyum sağlıyorum.”
İletişim	Kemal-“Saniyeler içinde insanların birbirinden çok uzakta olsalar bile sanal ortamda iletişime geçebiliyor.” Murat-“Oyun oynamam bittiğinde gerçek dünya ile ciddi iletişim sıkıntısı çekiyorum.” Veli-“Oyunlardaki sohbet sayesinde yabancı kişiler ile arkadaşlık yapabiliyorum bunun sonucunda yabancı dilim geliyor ”
İşbirliği	Serkan- “Oyunlarda çevrimiçi olarak diğer arkadaşlarla turnuva kazanabiliyoruz.” Oktay- “Gerçek hayatta çekindiğim sohbetleri dijital dünyada konuşabiliyorum”
Kendine Güven	Çağan- “Kendimi sanal dünyada daha iyi ifade edebiliyorum” Mehmet-“Oyun oynamadığım zamanlar kendimi yalnız hissediyorum.” Ali-“Kafamın rahat olmasını ve hiç kimsenin karışmamasını seviyorum”
Yalnızlık	Oktay- “Kimseyi bulamazsam iyi vakit geçirmek için onunla vakit geçirebiliyorum. Beraberken mutlusun.” Kemal -“ Hayat arkadaşı gibidir. Yalnızlığı giderir. Her şeyi paylaşırsın.” Veli -“Bütün sıkıntılarını bir nebze alır rahatlarsın”
İdeal-Gerçek Benlik	Mehmet-“ Sınırsız bir dünya tıpkı hayallerim gibi; Sınırlama olmaksızın istediğin anda başka dünyalara gidebilirsin.” Ali-“Çok iyi bir futbolcu olmak istedim hep. Ama olmuyor istediklerimi sahada yapamıyorum. Dijital ortamda ise bambaşka oynuyorum.”

Tablo 3’de ifade edildiği gibi; Dijital spor oyunları oynayan sporcular üzerindeki sosyal etkilerine aidiyet, iletişim, iş birliği, kendine güven, yalnızlık, ideal-gerçek benlik alt temaları üzerinden katılımcıların görüşlerine bakılmıştır. İletişim ve yalnızlık alt temaları katılımcıların görüşlerine göre en çok görüşlerin verildiği temalar olarak gözükmektedir. “*Saniyeler içinde insanların birbirinden çok uzakta olsalar bile sanal ortamda iletişime geçebiliyor (Kemal)*” görüşü sosyal etkiler bağlamında sporcuların iletişimin spor oyunlarında geliştiğini göstermektedir. Ancak katılımcılardan biri “*Oyun oynamam bittiğinde gerçek dünya ile ciddi iletişim sıkıntısı çekiyorum (Murat)*” İfadesi ile dijital oyunların iletişim temasında gerçek dünya ile sorun yaşadığını belirtmektedir. “*Bütün sıkıntılarını bir nebze alır rahatlarsın (Veli)*” ifadesi ve “*Kimseyi bulamazsam iyi vakit geçirmek için onunla vakit geçirebiliyorum. Beraberken mutlusun (Oktay)*” görüşü katılımcıların gerçek yaşamdaki yalnızlık sıkıntısını spor oyunları ile aştıklarını göstermektedir. Katılımcılar gerçek yaşamda yapamadıklarını “*Çok iyi bir futbolcu olmak istedim hep. Ama olmuyor istediklerimi sahada*

yapamıyorum. Dijital ortamda ise bambaşka oynuyorum (Ali)” ifadesiyle dijital dünyada yaptıkları görüşünü savunmuşlardır. Bundan dolayı gerçek yaşamdan istediğini alamayan sporcular spor oyunları daha çok ilgisini çekmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların Dijital Spor Oyunları Oynayan Sporcular Üzerindeki “Psikomotor Etkileri” ile İlgili Görüşleri

Temalar	Görüşmelerden Alınan İfadeler
Tepki Hızı	Ahmet- “Sürekli oyun oynadığımdan hamleleri çok hızlı yapabiliyorum.” Mehmet-“Gözlerim ekranda olup biteni saniyesinde kavıyor.” Ali-“Ani oluşan ataklara karşı bile hemen hamle yapabiliyorum”
Koordinasyon	Kemal-“Joystick tuşlarına aynı anda birden fazla parmaklarımı aynı anda basabiliyorum.” Murat-“Zihnimde oluşturduğum atakları klavyeden rahatlıkla ellerimle gerçekleştiriyorum” Veli-“Oyun oynarken vücudumun bütün organları sanki aynı anda görevlerini yerine getiriyor.”
Esneklik	Serkan- “Oyun oynadıkça ellerim klavyenin her tuşu basabilmeyi geliştirdim.” Oktay- “Oyunda yaptığım estetik hareketleri yaşamımda yapmaya çalışıyorum” Çağan- “Sürekli oyunda kalmam vücudumun sanki ağırlaştığını hissediyorum”
Reaksiyon	Mehmet-“Oyun oynarken ani tepkimeleri rahatlıkla verebiliyorum” Ali-“Oyunda her harekete karşı bir cevabım vardır.”
Dikkat	Oktay- “Oyun stratejilerimde her zaman dikkatli olmayı öğretti.” Kemal -“Bilgisayar başında iken çevremde oluşan olaylara dikkatsizimdir.” Veli -“Aklımda sürekli oyun olduğu için günlük hayatımda dikkatim dağılıyor”

Tablo 4’de görüldüğü gibi; Spor oyunları oynayan sporcularda “Psikomotor Etkiler” kategorisinde olumlu ve olumsuz ifadeler belirtmişlerdir. Spor oyunları oynayan sporcular bilgisayar, playstation gibi araçlara karşı sürekli aynı işi yaptıkları için tepkime hızlarında olumlu olarak ilerleme kaydettiklerini düşünmektedirler. Zihinsel olarak düşündüklerini el göz koordinasyonu ile birleştirerek istediklerine ulaşmaktadırlar ve bundan dolayı vücut organlarını rahatlıkla kullandıkları görülmektedir. Ancak bazı sporcular aşırı oyun oynamalarından dolayı vücutlarının ağırlaştığını ve hassasiyetin azaldığını belirtmişlerdir. Bir diğer olumsuzluk ise sürekli oyunda kalmalarından dolayı çevrede oluşan olaylara karşı dikkat eksikliğiyle karşılaştıklarını söylemişlerdir. Tablo 5’ te ise dijital spor oyunları oynayan sporcuların psikolojik iyi oluş hali etkileri ile ilgili görüşler gösterilmektedir.

Tablo 5. Katılımcıların Dijital Spor Oyunları Oynayan Sporcular Üzerindeki “Psikolojik İyi Oluş Hali Etkileri” ile İlgili Görüşleri

Temalar	Görüşmelerden Alınan İfadeler
Mutluluk	Ahmet- “Oyun oynarken dünyanın en mutlu insanı benim.” Mehmet-“Hayattan alamadığım mutluluğu oyunda alabiliyorum.” Ali-“Oyundan çok zevk aldığım için oyun sonunda mutlu oluyorum.”
Pozitif Psikoloji	Kemal-“Oyun oynadıkça kendimi rahat hissediyorum.” Murat-“Yaşamın getirdiği olumsuz şeyleri oyun oynadıkça unutmaya çalışıyorum.” Veli-“Oyunda hata yaptığımda kızan biri yok kendinlesin”
Yaşam Kalitesi	Serkan- “Ben böyle iyiyim” Oktay- “Oyun oynarken hayattan hiçbir beklentim kalmıyor.” Çağan- “Oyun oynamadığım zaman yaşamdan zevk almıyorum”
İyimserlik	Mehmet-“Oyundan mutlu ayrıldığımdan herkese karşı iyi oluyorum” Ali-“Ailem oyun oynamama karşı çıktığında onlara karşı kötü oluyorum”
Özsaygı	Oktay- “Oyunda ne kadar iyi olursam kendimle gurur duyuyorum.” Kemal -“Oyun rakiplerime karşı saygılı olmak içimde var.” Veli -“Günlük yaşamda bulamadığım değeri oyunda bulabiliyorum”

Tablo 5’de görüldüğü gibi; Spor oyunları oynayan sporcularda “Psikolojik İyi Oluş Hali Etkileri” kategorisinde mutluluk, pozitif psikoloji, yaşam kalitesi, iyimserlik, özsaygı alt temaları üzerinde görüşler sunulmuştur. Katılımcı görüşleri incelendiğinde psikolojik iyi oluş hali teması mutluluk, pozitif psikoloji ve özsaygı alt temasında yoğunlaşmıştır. “*Oyun oynarken dünyanın en mutlu insanı benim (Ahmet)*” görüşü ile “*Hayattan alamadığım mutluluğu oyunda alabiliyorum (Murat)*” görüşü spor oyunu oynayan sporcuların oyunlarda mutlu olduğunu göstermektedir. Pozitif psikoloji alt teması incelendiğinde “*Oyun oynadıkça kendimi rahat hissediyorum (Kemal)*”, “*Oyunda hata yaptığımda kızan biri yok kendinlesin (Veli)*” ifadeleri dijital spor oyunları oynayan sporcuların oyunlarda gerçek yaşamdan daha rahat olduğunu ve gerçek yaşamdaki olumsuz dönütlerin oyunlarda olmayışı sporcuların dijital spor oyunlarına yönelmesini destekler niteliktedir. Bir başka görüşte ise “*Günlük yaşamda bulamadığım değeri oyunda bulabiliyorum (Veli)*” ifadesiyle spor oyunlarının sporcular üzerine özsaygılarını arttırdığını bu nedenle oyunlara karşı ilgilerinin fazlaştığı, gerçek yaşamda görülmeyen değeri spor oyunlarında gördüğü gözlenmektedir.

Tartışma ve Sonuç

Dijital spor oyunlarının sporcular üzerindeki etkileri fenomenolojik bir desen aracılığıyla ortaya koymayı amaçlayan bu çalışmada, katılımcıların gerekçeleri

dikkate alınarak belirli temalar ile ilişkilendirilmiştir. Araştırmamız kapsamında veriler beş kavramsal kategoride toplanmıştır. Bu doğrultuda katılımcıların görüşleri; “bilişsel etkiler”, “sosyal etkiler”, “duyuşsal etkiler”, “psikomotor etkiler” ve “psikolojik iyi oluş etkileri” şeklinde beş kategori etrafında toplanmıştır.

Dijital spor oyunlarının sporcular üzerindeki bilişsel etkileri ile ilgili görüşler incelendiğinde oyun zekâsı, çözümleme, görsel algı, işlem hızı, hayal gücü gibi üst düzey bilişsel becerilerden bahsedilmiştir. Yapılan araştırmalarda da dijital dünyanın kişi üzerinde en fazla bilişsel gelişimi etkilediği sonuçlarına ulaşılmıştır (Güneyli ve Özkul, 2013; Vural ve ark., 2008; Erdemir, 2009). Bozkurt (2014), dijital oyunlar öğrenme, dikkat ve görsellik anlamında değişimlere sebep olduğunu vurgulamıştır. Wang ve Chen (2010) öğrencilere matematik, okuma ve fen bilimleri gibi ders konularını öğretmek ve öğrenme motivasyonunu arttırmak için eğitim içerikli dijital oyunlar kullanmış ve başarılı sonuçlar elde etmişlerdir. Bu oyunların kazandırdığı bir diğer bilişsel özellik de öğrenilmiş ilkeleri çeşitli durumlara uygulamayı, genellemeyi ya da yeni durumlar için yeni ilkeler türetmeyi gerektiren stratejik bilginin oynanan tarafından kullanılmasıdır (MEB, 2008). Bunların yanında uzun süreli kullanımın, dikkat sorunları (Chan ve Rabinowitz, 2006), düşük yaşam doyumu (Mentzoni ve ark., 2011), anksiyete (Gentile ve ark., 2004) gibi problemler yarattığı sonucuna ulaşılan çalışmalarda mevcuttur.

Katılımcıların dijital spor oyunları oynayan sporcular üzerindeki duyuşsal etkileri ile ilgili görüşler incelendiğinde; istek, doyum, güdülenme, motivasyon, tükenmişlik temalarına vurgu yapılmıştır. İşbirliğini destekleyen oyunların öğrencinin güdülenmişlik düzeyini artırırken, içeriğe ilgi duymasını, öğrenebileceğine ilişkin özgüvenini ve etkinliği sürdürmesini sağladığı, öğrencide rahatlama ve motivasyon yarattığı ve böylece öğrencinin o derste başarılarını ve öz-yeterlik algısını arttırdığı yapılmış olan araştırma sonuçları arasında yer almaktadır (Tüzün ve Bayırtepe, 2007). Lemmens ve ark., (2009) yapmış oldukları çalışmada dijital oyunun sosyal ve duygusal sorunlara neden olduğu halde, kişinin bilgisayar ya da video oyunlarını aşırı ve kompulsif düzeyde kullandığını ve oyuncunun aşırı kullanımı kontrol edemediği sonuçlarına ulaşmıştır. Tüzün (2006), dijital oyunların, çocuk ve gençleri duygusal ve düşünsel deformasyona uğratma potansiyeli taşıyanlarına karşı önlem alınmasının toplumsal bir sorumluluk olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Katılımcıların dijital spor oyunları oynayan sporcular üzerindeki sosyal etkileri ile ilgili görüşler incelendiğinde; aidiyet, iletişim, iş birliği, kendine güven, yalnızlık,

ideal-gerçek benlik kavramları ortaya çıkmıştır. Dijital dünya ile ilgili yapılan birçok çalışmada (Kaya ve Durmuş, 2009; Güneyle ve Özkul, 2013) insan gelişiminde sosyal boyutun önemli ölçüde etkilendiği görülmüştür. Dijital ortamda uzun süre kalmanın olumlu sosyal davranışlarda azalttığı (Greitemeyer ve Müge, 2014) sosyal yardım içeriği olan oyunların agresif düşünce, duygu ve davranışları azalttığı, işbirliği, paylaşma, empati, yardımlaşma davranışlarını arttırdığı gösterilmiştir (Greitemeyer ve Osswald, 2010; Narvaez ve ark., 2008; Gentile, 2009). Çalışmalar dijital ortamın çocuklar ve gençler üzerinde anti sosyal davranış bozuklukları, fiziksel, sosyal, bilişsel ve psikolojik gelişim sorunları (Kelleci, 2008; Muslu ve Bolışık, 2009) gibi pek çok olumsuz durumlarda tespit etmiştir. Aksüt ve Batur (2007)'a göre dijital oyunların aile içi çatışmaları getirirken, ergenin sosyalleşmesini olumlu yönde etkilediği sonucu ortaya çıkmıştır. Mesch (2003), dijital ortamın ödev dışı amaçlarla kullanıldığında kuşaklar arası çatışmaların arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Dijital dünyanın toplumun geneli üzerinde etkide bulunarak, artan kullanımının, daha fazla yalnızlık ve depresyon, azalan sosyal bağlar ve zayıf aile iletişimini getirmekte olduğu sonuçları bulunmuştur (Rajani ve Chandio, 2004; Shklovski ve ark., 2006). Sporcu öğrencilerin yaş dönemi düşünüldüğünde; kritik bir dönemde çocuğun uzun süreli dijital ortamda kalması toplumsal uyumunu zedeleyeceği, çevresiyle yeterince etkileşim kurmadığı için kişilik kazanma yolunda başarısız olmasına neden olacağı düşünülmektedir.

Katılımcıların dijital spor oyunları oynayan sporcular üzerindeki psikomotor etkileri ile ilgili görüşler incelendiğinde; olumlu ve olumsuz yönde etkiler ortaya çıkmıştır. Zihinsel olarak düşündüklerini el göz koordinasyonu ile birleştirerek istediklerine ulaşmaktadırlar ve bundan dolayı vücut organlarını rahatlıkla kullandıkları bulgularda görülmektedir. Ancak bazı sporcular aşırı oyun oynamalarından dolayı vücutlarının ağırlaştığını ve hassasiyetin azaldığını belirtmişlerdir. Ballard ve Wiest (1996), çalışmalarında fizyolojik etkilerin yanı sıra oynanan oyunlardaki şiddet içeriğindeki artışa paralel olarak saldırganlık ve düşmanlık hislerinde de artış gözlemlediklerini bildirmişlerdir. Oyunların belli bir yere kadar, çocuğun gelişim aşamasında içgüdüsel başarıya ve ilerleme, gelişme ihtiyacını giderdiği, sayısal oyunların el-göz koordinasyonunu, problem çözme ve çoklu görev yetisini kuvvetlendirdiği bulunmuştur (Tüzün, 2006). Uzun süreli kullanımı birtakım fizyolojik psiko-sosyal ve kas-iskelet sistemi rahatsızlıklarının oluşmasına yol açan bir etken olduğunu ortaya koymaktadır (Sheedy, 1992; Oates ve ark., 1998; Hickey, 1999; Sullivan, 1989; Saito ve ark., 2000).

Katılımcıların dijital spor oyunları oynayan sporcular üzerindeki psikolojik iyi oluş hali etkileri ile ilgili görüşler incelendiğinde; mutluluk, pozitif psikoloji, yaşam kalitesi, iyimserlik, özsaygı kavramlarının üzerinde görüşler sunulmuştur. Dijital oyunların yorgunluk ve stresi azalttığı, boş zamanları değerlendirdiği, rahatlamasına olanak sağladığı, problemler ile baş edebilmeye yardımcı olduğu, öz güveni yükselttiği, görsel-dikkat becerilerini geliştirdiği (Green ve Bavelier, 2003; Griffiths ve Davies, 2005) şeklindedir. Araştırmamız bulguları paralelinde dijital oyunları oynamanın normal olduğu, hatta oyunların duygusal boşalma ve rahatlama gibi olumlu katkıları da bulunduğu kabul edilmektedir (Green ve Bavelier, 2003; Prot ve ark., 2014). Dijital oyunların etkileri ile ilgili araştırmalar; eğitici, öğretici ve geliştirici dijital oyunlarının uygun zaman ölçüleri içinde ve kontrollü oynanmasının çocuk ve gencin gelişimine olumlu katkı sağladığını göstermiştir (Bozkurt, 2014; Bavelier, 2012; Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2015). Bununla beraber dijital oyunlarda harcanan zaman ile ortaöğretimdeki çocukların agresif davranışları arasında doğrudan bir ilişki kaydedilmemiştir (Christakis ve ark., 2004).

Sonuç olarak; dijital sportif oyunların genç bireylerde bilişsel, sosyal, duyuşsal ve psikomotor kategorilerde daha çok olumlu yönde etkileri olduğu söylenebilmektedir. Psikolojik iyi oluş kategorisine yönelik olarak; mutluluk, pozitif psikoloji, yaşam kalitesi, iyimserlik, özsaygı gibi kavramları desteklediğini, kontrollü süre ile oynandığında bu kavramlara pozitif etkileri olduğu belirlenmiştir. Ancak bütün kategorilerde uzun süre dijital oyun oynamak farklı problemleri ortaya çıkarmaktadır. Devlet sosyal politikalar yolu ile dijital dünya ve oyunların bir standart altına alınması önerilebilir.

Kaynaklar

- Adams, E. ve Rollings, A. (2014). *Fundamentals of Game Design*. 3.Baskı, Prentice Hall.
- Aksüt, M. ve Batur, Z. (2007). *İnternet Perspektifinde Ergenlerin Sosyalleşme ve İletişim Kurma Süreci*, Erişim Adresi: <http://ab.org.tr/ab07/bildiri/134.doc>,
- Ballard, M. E. ve Wiest, J. R. (1996). *Mortal Kombattm: The Effects Of Violent Videogame Play On Males' Hostility And Cardiovascular Responding*. *Journal of Applied Social Psychology*, 26, 717–730.
- Bavelier, D. (2012). *Your brain on video games*. TALKS-TEDX 2012. www.ted.com/talks/daphne_bavelier_your_brain_on_video_games.html

- Binark, M. ve Bayraktutan-Sütçü, G. (2008). *Kültür Endüstrisi Ürünü Olarak Dijital Oyun*. İstanbul: Kalkedon
- Bozkurt, A. (2014). Homo Ludens. *Dijital Oyunlar Ve Eğitim. Eğitim Teknolojileri Araştırmaları Dergisi*. 5(1), 1-21.
- Chan, P. A. ve Rabinowitz, T. (2006). A Cross-Sectional Analysis of Video Games and Attention Deficit Hyperactivity Disorder Symptoms In Adolescents. *Ann Gen Psychiatry* 5:16-26.
- Chappell, D., Eatough, V., Davies, M. N. O. ve Griffiths, M. (2006). Ever Quest – it’s just a computer game right? An interpretative phenomenological analysis of online gaming addiction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(3), 205– 216.
- Christakis, D. A., Ebel, B.E., Rivara, F. P. ve Zimmerman, F. J. (2004). Television, Video, And Computer Game Usage In Children Under 11 Years Of Age, *The Journal of Pediatrics*, November, 652-656, <http://www.emeraldinsight.com/journals.htm?articleid=1576130&show=abstract>
- Creswell, J. W. (2015). *Nitel araştırma yöntemleri (2. Baskı) (Çev. Edt. M. Bütün ve S. B. Demir)*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Çekmez, E., Yıldız, C. ve Önder, S. (2012). Phenomenographic Research Method. *Necatibey Faculty of Education Electronic Journal of Science and Mathematics Education*, 6(2). 77-102.
- Çetin, E. (2013). *Tanımlar ve Temel Kavramlar, Eğitsel Dijital Oyunlar*. Ocak, M.A. (Ed.), Ankara: Pegem Akademi.
- Doğu, B. (2006). *Popüler Kültürün Tüketim Aracı Olarak Bilgisayar Oyunlarında Sunulan Yaşam Tarzı*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Entertainment Software Association (2013). *Essential Facts about Computer and Video Industry*. Washington D.C, USA: Entertainment Software Association.
- Erboy, E. ve Akar Vural, R. (2010). İlköğretim 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılığını Etkileyen Faktörler, *Ege Eğitim Dergisi*, 11, 1: 39–58.
- Erdemir, E. (2009). *The Meanings Attributed To Computer Concept Of The Fifth Grade Students: Study Of A Concept Map*. Unpublished Master Thesis, Gaziosmanpaşa University, Tokat.

- Ersoy, A. F. (2016). Fenomenoloji. Eğitimde nitel araştırma desenleri. (Edt: A. Saban ve A. Ersoy). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Gentile, D. A., Lynch, P.J., Linder, J. R. ve Walsh, D.A. (2004). The Effects Of Violent Video Game Habits On Adolescent Hostility, Aggressive Behaviors, And School Performance, *Journal of Adolescence* 27, 5–22, DOI:10.1016/j.adolescence.2003.10.002.
- Gentile, D. A. (2009) Pathological video game use among youth 8 to 18: A national study. *Psychol Sci* 20:594-602.
- Green, C. S. ve Bavelier, D. (2003). Action video game modifies visual selective attention. DOI: 10.1038/nature01647
- Greitemeyer, T. ve Müge, D. O. (2014). Video games do affect social outcomes: A metaanalytic review of the effects of violent and prosocial video game play. *Pers Soc Psychol Bull* 40:578–589.
- Greitemeyer, T. ve Osswald, S. (2010). Effects of Prosocial Video Games Prosocial behavior. *J Pers Soc Psychol* 98:211-221.
- Griffiths, M. D. ve Davies, M. N. O. (2005). Videogame Addiction: Does It Exist? *Handbook of Computer Game Studies*. J. Goldstein, J. Raessens (Eds), Boston. MIT Pres, s.359– 368.
- Griffiths, M. (2000). Does Internet and Computer "Addiction" Exist? Some Case Study Evidence. *Cyberpsychology & Behavior*, 3(2), 211-218. doi:10.1089/109493100316067
- Griffiths, M. D. (2008). Diagnosis and Management of Video Game Addiction. *New Directions in Addiction Treatment and Prevention*, 12, 27-41.
- Groenewald, T. (2004). A Phenomenological Research Design Illustrated. *International Journal of Qualitative Methods*, 3(1), 1-26.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R. ve Griffiths, M. D. (2007). Excessive computer game playing: evidence for addiction and aggression? *Cyberpsychology & Behavior*, 10(2), 290–292.
- Güllü, M., Arslan, C., DüNDAR, A. ve Murathan, F. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılıklarının incelenmesi. *ADYÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*; 9: 89-100.
- Günay, G. (2011). Şiddet İçerikli Online Bilgisayar Oyunlarının İlköğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Tepkileri Üzerindeki Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, On sekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale.

- Güneyli, A. ve Özkul, A. (2013). Turkish Language and History Candidate Teachers' Use Of Metaphors In Their Perception Of Computer. *Eurasian Journal of Educational Research*, 53/A, 185-204.
- Hazar, Z., Hazar, K., Gökyürek, B., Hazar, M. ve Çelikkilek, S. (2017). Ortaokul Öğrencilerinin Oyunsallık, Dijital Oyun Bağımlılığı Ve Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 4320-4332
- Hickey, M. (1999). Mom, My Back Really Hurts: Computer Use And Heavy Backpacks Are Taking A Toll On Kids. *Business Week*, 16(8), 3642, 115.
- Horzum, M. B., Ayas, T. ve Çakır Balta, Ö. (2008). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. *Türk PDR Dergisi*; 3, 76-88.
- Kaya, S. ve Durmuş, A. (2009). Öğretmen Adaylarının İnternet Ve Bilgisayar Hakkındaki Metaforlarının İncelenmesi. 3 th International Computer & Instructional Technologies Symposium 07-09 October 2009, Trabzon, Turkey.
- Kelleci, M. (2008). İnternet, Cep Telefonu, Bilgisayar Oyunlarının Çocuk Ve Gençlerin Ruh Sağlığına Etkileri. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 7(3), 253–256.
- Kirriemuir, J. (2002). Video Gaming, Education and Digital Learning Technologies. *D-Lib Magazine*, 8(2).
- Kretschmann, R. (2010). Developing competencies by playing digital sports-games. *US-China Education Review*, 7(2), 67-75.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P.M., ve Peter, J. (2009). Development And Validation Of A Game Addiction Scale For Adolescents. *Media Psychol*, 12(Suppl.1): 77-95.
- MEB Eğitimi Araştırma ve Geliştirme Dairesi Başkanlığı, (2008). "İnternet Kafelerin Öğrenciler Üzerindeki Etkisi Araştırması.
- Mehroof M, Griffiths MD. (2010). Online gaming addiction: the role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*;13(3), 313-6.
- Mentzoni, R. A., Brunborg, G. S., ve Molde, H. (2011). Problematic Video Game Use: Estimated Prevalence and Associations with Mental and Physical Health. *Cyberpsychol Behav Soc Netw* 14, 591–596.
- Mesch, G. S. (2003). The Family and the Internet: The Israeli Case. *Social Science Quarterly*, 84 (4).

- Muslu, G. K. ve Bolışık, B. (2009). Çocuk ve Gençlerde İnternet Kullanımı. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(5),445–450.
- Narvaez, D. Mattan, B. ve McMichael, C. (2008). Kill bandits, collect gold or save the dying: The effects of playing a prosocial video game. *Media Psychology Review*, 1(1).
- Ng, B. D. ve Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the Internet and Online Gaming. *Cyber psychology & Behavior*, 8, 110-113. doi:10.1089/cpb.2005.8.110.
- Oates, S., Evans, G. W. ve Hedge, A. (1998). An Anthropometric and Postural Risk Assessment Of Children's School Computer Work Environments. *Computers In the Schools*, 14(3/4), 55-63.
- Ögel, K. (2012). İnternet Bağımlılığı, İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Patton, M. Q. (2014). Nitel Araştırma ve Değerlendirme Yöntemleri. (M. Bütün ve S. B. Demir, Çev. Edt.). Ankara: Pegem Akademi.
- Prot, S., Anderson C. A. ve Gentile D. A. (2014). The Positive And Negative Effects Of Video Game Play. *Children and Media*. A. Jordan, D. Romer (Eds) New York. Oxford University Pres.
- Rajani, M. K. ve Chandio M. S. (2004). Use of Internet and its effects on our Society, National Conference on Emerging Technologies. Erişim Adresi: [www.szabist.edu.pk/NCET2004/Docs/Session%20VIII%20Paper%20No%20%20\(P%20157-161\).pdf](http://www.szabist.edu.pk/NCET2004/Docs/Session%20VIII%20Paper%20No%20%20(P%20157-161).pdf)
- Rideout, V. J., Foehr, U. G. ve Roberts, D. F. (2010) Generation M2: Media in the lives of 8- to 18- year olds. Kaiser Family Foundation. <http://www.kff.org/entmedia/entmedia012010nr.com>
- Saito, S., Piccoli, B. ve Smith, Mj. (2000). Ergonomic Guidelines For Using Notebook Personal Computers. Technical Committee on Human-Computer Interaction, International Ergonomics Association. *Ind Health*; 38, 421-434.
- Sheddy, J. E. (1992). Vdts and Vision Complaints: A Survey. *Information, Display*, 4(5),
- Shklovski, I., Kiesler, S. ve Kraut, R. E. (2006). The Internet and Social Interaction: A Meta-analysis and Critique of Studies, 1995-2003. In R. Kraut, M. Brynin, and S. Kiesler (Eds). *Computers, Phones, and the Internet: The Social Impact of Information Technology*. Oxford University Press.

- Sullivan, M. (1989). Video Display Terminal Health Concerns. *Aaohn J.* 37,254- 257
- Türk Dil Kurumu (2018). Büyük Türkçe Sözlük. 15.12.2018 tarihinde <http://www.tdk.gov.tr/index.php?>
- Tüzün, H. ve Bayırtepe E. (2007). Oyun Tabanlı Öğrenme Ortamlarının Öğrencilerin Bilgisayar Dersindeki Başarıları ve Öz yeterlik Algıları Üzerine Etkileri, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 33, 41-54.
- Tüzün, H. (2006), Türkiye’de İnternet Konferansı, TOBB, ETÜ.
- Vural, L., Yüksel, İ. ve Çoklar, A. N. (2008). Bilgisayar mühendisliği ile bilgisayar ve öğretim teknolojileri eğitimi son sınıf öğrencilerinin bilgisayar kavramına ilişkin geliştirdikleri mecazlar. 8th International Educational Technology Conference (Ietc 2008).
- Wang, L. C. ve Chen, M. P. (2010). The Effects Of Game Strategy And Preferencematching On Flow Experience and Programming Performance In Game-Based Learning. *Innovations in Education and Teaching International* 47, 39–52.
- Yalçın Irmak, A. ve Erdoğan, S. (2016). Ergen ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi* 27(2)128-37
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Young, K. S. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *Am J Fam Ther* 37:355-372.