



Humanities Sciences
ISSN: 1308 7320 (NWSAHS)
ID: 2019.14.2.4C0230

Status : Original Study
Received: January 2019
Accepted: April 2019

Murat Sağlam

Fusun Topsümer

Ege University, İzmir-Turkey
muratsağlam@mu.edu.tr; fusun.topsümer@ege.edu.tr

DOI	http://dx.doi.org/10.12739/NWSA.2019.14.2.4C0230	
ORCID ID	0000-0001-8036-7942	0000-0002-6598-1466
CORRESPONDING AUTHOR	Fusun Topsümer	

DİJİTAL OYUNLAR VE ÖZNEL İYİ OLUŞ İLİŞKİSİ: MUĞLA SITKI KOÇMAN ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

ÖZ

Bir kontrol cihazı vasıtasıyla bireylerin ekran karşısında oynadıkları oyunları ifade eden dijital oyun olgusuyla ilgili olarak ilk akla gelenler oyuncuların zekâlarını ve bilişsel yeteneklerini geliştirmesinin yanı sıra bireylere hoş vakit geçirttiği yönündedir. Eğlenceli geçirilen bu vakitler bireylerin öznel iyi oluşlarını olumlu yönde etkilemektedir. Bu araştırma, dijital oyun oynama davranışının bireylerin öznel iyi oluşları üzerindeki etkisini belirlemek, bireylerin oyun oynama nedenlerini analiz etmek ve bu konular üzerine bir takım çözümler üretmek amacıyla yapılmış olup, dijital oyun oynama ile öznel iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişkilerin pozitif yönde olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Dijital Oyun, Öznel İyi Oluş,
Mutluluk, Üniversite Öğrencileri, Y kuşağı

THE RELATIONSHIP WITH DIGITAL GAMES AND SUBJECTIVE WELL-BEING: MUĞLA SITKI KOÇMAN UNIVERSITY CASE

ABSTRACT

Briefly, the first thing that comes to mind about the concept of digital games, which means the games that people play against the screen by means of a control device, is that they have a pleasant time for individuals besides developing their intelligence and cognitive abilities. These fun times affect the subjective well-being of individuals positively. In this study, it is aimed to determine the effect of digital game play on subjective well-being of individuals, to analyze the reasons for playing games and to produce a number of solutions on these subjects. The findings of the study are shortly that digital games are positively related to subjective well-being variables.

Keywords: Digital Game, Subjective Well-Being, Happiness,
University Students, Y Generations

How to Cite:

Sağlam, M. ve Topsümer, F., (2019). Dijital Oyunlar ve Öznel İyi Oluş İlişkisi: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Örneği, **Humanities Sciences (NWSAHS)**, 14(2):31-50,
DOI: 10.12739/NWSA.2019.14.2.4C0230.

1. GİRİŞ (INTRODUCTION)

Bu çalışmada, orta düzeyde dijital oyun oynamanın bireylerin öznel iyi oluşları üzerinde olumlu bir etkiye sahip olabileceği, daha iyi bir duygu durumu, azalmış duygusal rahatsızlık, duygu düzenleme, gevşeme ve stres azaltımına yardımcı olduğu ortaya konmuştur. Hiç oynamamak ya da aşırı dijital oyun oynamaktan ziyade orta düzeyde dijital oyun oynamanın, bireylerin stres azaltımı ve ruh sağlığı üzerinde olumlu bir etkisinin olduğunu temellendirilmiştir. Bu durum özellikle Y kuşağı oyuncularının çoğunluğu için olumsuz bir etkiye sahip olmayıp, bunun yerine dijital oyunu; zekâ, bilgisayar becerileri ve mekanik yetenek ile ilişkilendirip, dijital oyun oynama sürecinde oluşan yetkinlik, özerklik ve ait olma duyguları deneyimi daha yüksek öz saygı ve öznel iyi oluşla ilişkilendirilmiştir. Dijital oyun oynama nedenlerinden en önemlisi, dijital oyunların bireylere hoş vakit geçirtmesidir. Çünkü rekabet vardır ve rekabetin olduğu yerde ya kazanırsınız ya da kaybedersiniz. Elbette eğlenceli olan kazanmaktır. Birisi kazanmak için bütün gücünü harcadığında, hızlı bir adrenalin salgılar ve kan akış hızının artmasına neden olur. Bu heyecan kısmen yaşanan toplumdaki ve kısmen de insanın doğasından kaynaklanmakta olup, birey kazanmak ve en iyisi olduğunu göstermek ister. Çünkü en iyisi olduğu zaman, oyun oynayanlar arasında en güçlü, en şöhretli olur, hayranlar kazanır ve sanal dünyada harika bir kariyere sahip olarak mutluluk elde edilebilir. Oyunlarda kazanmak önemli olmasına rağmen bütün oyunlar kazanılmaz. Birçok oyuncu, kazanma şansı olmadığını bilse bile dijital oyun oynamaktadır. Oyunların temel odaklarından biri, "gerçek" yaşamın sıkıntılarından kurtulmak ve iyi vakit geçirmektir. Oyunlar, ayrıca insanların birlikte bir etkinlikte bulunmasına da vesile olmaktadır. Örneğin, sanal bir okey oyunu, oyuncuların birbiriyle sohbet etmelerini ve eğlenceli vakit geçirmelerini sağlayan bir etkinliktir.

2. ÇALIŞMANIN ÖNEMİ (RESEARCH SIGNIFICANCE)

"Dijital oyun oynama ve dijital oyun mecrasında bulunma, kişilerin gündelik yaşam içerisinde bir boş zamanı değerlendirme etkinliğinden ziyade, bireylerin öznel iyi oluşları üzerinde nasıl bir etkide bulunduğu" bu çalışmanın temel konusudur. Bu açıdan dijital oyunlar, bireylerin kendi kültürel pratiklerini geliştirmeye, oyunun kurallarına göre oyun gruplarına aktif katılım göstermeye, oyun içerisinde kendi aralarında örgütlenmeye, eleştirel, düşünsel, stratejik tutum ve davranış gösterebilme yetilerini ortaya koymaya, kendi sosyal, kültürel ve kişilik yapılarına uygun olarak öznel iyi oluşlarını olumlu yönde teşvik etme açısından önemlidir. Araştırmanın amacı; dijital oyunların öznel iyi oluş üzerindeki etkisini tespit etmektir. Araştırma konusu bugüne kadar çeşitli bilim alanları içerisinde (örnek sadece dijital oyunlar veya öznel iyi oluş) çeşitli bilim araştırmacıları tarafından (İletişimci, Sosyolog, Psikolog, Ekonomist, vb.) araştırılmasına rağmen, dijital oyun oynayan Y kuşağının öznel iyi oluşlarının incelenmesine yönelik bir çalışmaya rastlanmamış olmasından dolayı literatüre ve dijital oyun oynayan bireylerin kendilerine, ailelerine ve dijital oyun üreticilerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

3. DİJİTAL OYUN KAVRAMI (DIGITAL GAME CONCEPT)

Türk Dil Kurumu Büyük Türkçe Sözlüğü'nde dijital materyallerin bir ekran üzerinde görüntülenmesi olarak tanımlanan "dijital" terimi "oyun" teriminin betimleyicisidir. Dijital sözcüğü oyun teriminin betimleyicisi anlamında kullanıldığı zaman oyun kavramının mantıksal örüntülerini içeren görsel materyallerin çeşitli pazarlama platformları vasıtasıyla kullanıcılara ulaştırıldığı ve kullanıcılarında bu materyalleri ekranlara yansıtarak etkileşim sağladığı oyunlara dijital oyun denilmektedir (Özhan, 2011:22). Frasca (2001:168)'ya göre dijital oyun



kavramı kısaca, dijital yazılım üzerinde bir ya da birden çok kişinin oyun araçlarına kurulu olarak tek başına (yapay zekâya karşı) ya da karşılıklı (bir arkadaşıyla/tanıdığıyla) çevrimiçi ağ üzerinden fiziksel olarak kullanılabilirdiği bir boş zaman değerlendirme aktivitesi yazılımıdır. Öngen (2014:21) ise, "oyuncunun elektronik bir sistem veya oyun araçlarıyla kurduğu etkileşim neticesinde oluşan sonucun, ekran veya benzeri bir görüntü sistemi aracılığıyla" gösterilmesi olarak tanımlamaktadır. Jull (2011:18) ise dijital oyunu kısıtlılık içermeyen ve boş zaman değerlendirilen bir etkinlik olarak tanımlamaktadır. Ellerbrock (2011:538) dijital oyun kavramını teknolojik sistemlerle uyumlu olarak, onları "kişisel eğlence, eğlenme veya eğlencenin amaçları için kullanılan materyaller olarak tanımlamaktadır. Deterding, Khaled, Nacke ve Dixon (2011:8) teknolojik araçlar vasıtasıyla katılımcıların belirli görevleri ifa etme, sonuçlarına veya hedeflerine yönelik rekabet veya çekişme olarak tanımlamaktadır. Crawford (2003) göre dijital oyunla oyuncu arasında bir etkileşim vardır ve bu bir diyalog olarak "iki aktif maddenin dönüşümlü olarak "ve mecazi anlamda" dinleyin, düşünün ve konuşun" döngüsüyle tanımlamaktadır.

Günümüzde bilgi ve iletişim teknolojisinin hızlı gelişmesiyle birlikte kullanılan teknolojik ürünler, insan hayatını kolaylaştıran ve insan hayatının değişmez parçası haline gelmiş araçlardır. Bu teknolojik araçlar içinde bilgisayar ve internetin özel bir yeri bulunmaktadır. Bilgisayar, internet ve oyun evden işe, eğitimden boş zaman değerlendirmeye, eğlenceden günlük hayata ve paylaşımaya kadar insan hayatının günlük yaşamının her aşamasında yer almaktadır. Bireylerin bilgisayarda ve internette geçirdikleri zamanın çoğunluğunu boş zaman değerlendirme ve çeşitli eğlence faaliyetleri oluşturmaktadır. Bu eğlence faaliyetlerinden birisi de dijital oyunlardır. Çünkü günümüzde boş ve eğlenceli zamanı değerlendirme denildiği zaman dijital oyun oynama, çocuklar, ergenler ve yetişkinler için sıklıkla başvurulan bir etkinlik haline gelmiştir. Günümüzde çalışan yetişkinler dahi iş yerlerinde olsun verdikleri kısa molalarda, ergen ve çocuklar okullarda ders aralarında dijital oyunları oynayabilmekte ya da ders bitiminde oynayacakları dijital oyunun planını yapabilmektedirler (Horzum vd. 2008:76-77). Çünkü oyun oynama bireylerin gelişiminde ve öznel iyi oluşlarında önemli bir aşama olarak görülmektedir. Bunun sebebi ise geçmişte açık alanlarda "oyun parkı, sokaklar... vb" yerlerde etkileşim halinde gerçekleştirilen oyun oynama ve eğlenceli vakit geçirme kavramı, günümüzde özellikle bilgi iletişim teknolojisinin gelişimiyle birlikte sanal ortamdaki kişilerle oynanmaya başlanmıştır (Özhan, 2011:21).

Bireyler, tarih boyunca oyunları gerçek yaşamdan bir kaçış olarak görmüşlerdir. Bu durum günümüzde de geçerlidir. Günümüz dünyasında dijital oyunlar, bilgi iletişim teknolojilerine erişim ve online dünyaya uyum sağlamanın en pratik yollarından biridir. Özellikle bilgi iletişim teknolojilerinin yoğun olarak kullanıldığı toplumlarda, bireylerin bilgi iletişim teknolojilerindeki başarılarının düşüklüğü iş ve okul hayatlarında da düşük performans sergilemelerine sebep olabilmektedir. Bu bağlamda dijital oyunlar, ödül sistemini de içine alarak bireyler üzerinde başarı hissi sağlamakta, bu sayede de oyunculara belirli beceri ve yetenek kazandırma yetisine sahip olmaktadır. Ayrıca eğitim amaçlı kullanılan dijital oyunlar gerek okul çağındaki çocukların gerekse de belirli bir konuda eğitim alan yetişkin bireylerin öğrenimini kolaylaştırmakta ve karar alma sürecine yardımcı olmaktadır. Ayrıca oyun sürecinde ilerleme sağlamak amacıyla, oyuncunun karşısına çıkan engelleri soyut düşünme yoluyla çözmesi, özellikle küçük yaşta oyunculara, verilen talimatları izleme, problem çözme, mantık yürütme gibi yeteneklerin gelişmesine yardımcı olmaktadır. Oyun talimatlarını okumak, hem okuma hem de verilen talimatları izleme konusunda bireylerin eğitimine katkı sağlamaktadır (Sayın, 2016:93). Ayrıca internet



uygulamalarında olduğu gibi dijital oyunların da temelde baskın dili İngilizcedir. Bu yüzden dijital oyun oynayan bireylerin oyundaki komutları/yönergeleri takip edebilmesi için en azından temel düzeyde İngilizce bilmesi gerekmektedir. Devasa çevrimiçi oyunlarda farklı kültürlerden bireylerle karşılaşıldığı ve onlarla iletişim kurulduğu zaman İngilizce dışında yabancı diller de kullanılmaktadır (Binark ve Sütçü, 2008:144-145).

Literatürde dijital oyunların olumlu etkileriyle ilgili olarak el-göz koordinasyonunu geliştirdiği ve dikkatin kapasite ve mekânsal dağılımı üzerindeki etkilerinden söz edilmektedir. Birçok karmaşık dijital oyun oyuncuların karmaşık görsel ortamlarda çok sayıda oyun içi nesnelere birbirinden ayırmalarını gerektirir (Latham vd., 2013). Literatür çalışmaları, bu karmaşık ortamın bireylerin yeteneklerini geliştirmede ve mutlulukları üzerinde etkili olduğunu belirtmektedir. Bu durumu örnekleyen dijital oyunlarda oyunun türüne göre oyun karakterinin hem koşmak hem de ateş etmek gibi, birden çok eylemi gerçekleştirdiği bilinmektedir. Yine strateji oyunları olan "Age of Empire" serilerinde oyuncu hem tarım işi yapmakta hem ülke sınırlarını savunmakta hem de gelişmeye çalışmaktadır. Bu durum karakteri canlandıran oyuncunun aynı zaman diliminde ekranın çeşitli yerlerine görsel dikkat vermesi ve elleri ile kontrol ünitesini doğru bir biçimde kullanmasını gerektirdiği için hem dikkat hem de el-göz koordinasyonunun gelişmesine katkıda bulunmaktadır.

Valkenburg ve Peter (2011)'e göre dijital oyunların bireyler üzerindeki en önemli niteliklerinden biri, bireyleri eğlendirmenin yanında eğiten ve dinlendiren bir yapısının olmasıdır (Valkenburg ve Peter, 2011:121-126). Akbulut (2009)'a göre oyun günlük yaşamdan farklıdır, çünkü oyunun türüne göre kendi dünyası ve mantığı vardır. Bu ister saklambaç, evcilik gibi oyunlar olsun, isterse dijital oyunlar olsun değişiklik göstermez. Oyun oynayan birey oynadığı oyunun türüne göre, ona uyum sağlar; gerçek ile sanal/kurmaca dünya arasında bir ayırım yapar. Ancak bu nitelik, oyunda kurulan ortamın ve ilişkilerin günlük yaşamla ilişkili olmadığı anlamına gelmez. Tam tersine günlük yaşamın işleyiş biçimi, tüm rolleri ve örüntüleriyle oyunda yeniden şekil kazanır (Akbulut, 2009:39). Yapılan literatür taraması sonucunda (Latham, vd., 2013; İnal ve Kiraz, 2008; Binark ve Sütçü, 2008; Gee, 2003; Papastergiou 2009; Bozkurt, 2014; Çakır, 2013; Griffiths, 2002; Bavelier 2014; Sayın 2016; Yalçın, Irmak ve Erdoğan, 2015; Green ve McNeese, 2008; Horzum, 2011; <http://cocukvebilgiguvenligihaftasi.com>). Çok boyutlu bir yapı olan dijital oyunların bireylerin kişisel gelişimlerine katkı sağlamasının yanında çeşitli hastalıkların tedavisinde araç olarak kullanılmasına kadar birçok olumlu yanlarından söz edilmektedir. Dijital oyunların bireyler üzerindeki olumlu etkileri şu şekilde özetlenebilir:

- Eğitim materyali olarak kullanılması. "Matematik, fen bilimleri, yabancı dil, bilişim teknolojileri ve coğrafya" gibi farklı disiplin alanlarındaki oyunlar ile öğrencilerin motivasyonu arttırılabilir ve öğrenmeyi kalıcı kılar.
- Strateji oyunları aynı anda birden fazla işin yerine getirilmesini sağlayarak çoklu iş yapma ve yordama yeteneğini geliştirir.
- Dijital oyunlar yeniliklere, meydan okumalara ve merak duygusunun giderilmesine yardımcı olabilmektedir.
- Oyun oynayan kişiler oyun sırasında kendilerini test etme imkanı bulmaktadırlar. Özellikle direksiyon eğitimlerinde kullanılmakta olan simülasyonlar buna güzel bir örnektir.
- Son yıllarda çok popüler olan ve çevrim içi olarak oynanan kitlesel oyunlar, oyuncuların işbirliğine dayanan grup çalışması yaparak sosyal yaklaşımlarının geliştirilmesine olanak tanır.

- Erken yaşta (özellikle Y ve Z kuşağı) dijital oyunlarla tanışan çocukların daha sonraki yaşamlarında sayısal okur-yazarlık becerilerinin gelişimine katkı sağlayabilmektedir.
- Psikoterapi tedavisi gören bazı hastalarda motor becerilerini geliştirmeleri için kullanılmaktadır.
- Dijital oyunlar bazı genetik hastalıkların "Örn. Otizm, Williams Sendromu" tedavi süreçlerine destek olabilmektedir.
- El-göz-zihin koordinasyonunu sağlamaya katkı sağlamaktadır.
- Motor becerilerin gelişimine katkı sağlaması
- İyi bir motivasyon ve serbest zaman değerlendirme aracıdır.
- Fizyolojik kekemelik, sosyal fobi gibi tıbbi hastalıklarda tedavi amaçlı kullanılabilir.
- Teknolojik bilgi ve becerilerin öğrenilmesine yardımcı olmaktadır.
- Dijital oyunlar oyuncularının kendilerine hedef koymalarını, hedeflerini gerçekleştirmek için çaba göstermelerini, başarı duygusunu defalarca yaşamalarını ve başarılarını devam ettirmelerini sağlamaktadır.

Yapılan literatür taramasının da ortaya koyduğu üzere dijital oyun oynayan bireylerin yakın çevresinin en büyük kaygılarından bazıları dijital oyun alanlarında çok fazla vakit geçirmeleri ve dijital oyunların içerisinde barındırdığı şiddet ve oyun bağımlılığının olduğu yönündedir. Dijital oyunların bireylerin sağlığı ya da başarısı üzerindeki etkilerini ve oyunların barındırdığı şiddet öğelerinin bireylerin davranışlarına olan etkilerini inceleyen araştırmalar ön plana çıkmaktadır. Yapılan çalışmalar daha çok dijital oyunların zararları ve oyuncuların bu oyunlara bağlanması tezi üzerine kuruludur (Griffiths, 2002; Işık, 2009; Steinkuehler, 2010; Hazar, 2010). Bavelier (2012) araştırmasında hayatta her şey gibi dijital oyunların da standart olmadığını ve bu oyunların iyi kalite de ve kötü kalitede olabileceğini belirtmiştir. Fakat uygun seçim, uygun yaş ve uygun zamanda oynadığı takdirde dijital oyunlar bireyler üzerinde olumlu katkı sağlamaktadır.

Literatür incelendiği zaman (Latham, vd., 2013; İnal ve Kiraz, 2008; Arısoy, 2009; Binark ve Sütçü, 2008; Bozkurt, 2014; Griffiths, 2002; Bavelier, 2014; Sayın, 2016; Yalçın, Irmak ve Erdoğan, 2015; Papastergiou 2009; Green ve McNeese, 2008; Horzum, 2011; Virvou, Katsionis ve Manos 2005; Ankara Kalkınma Ajansı Raporları, 2017; <http://cocukvebiligiuvenligihaftasi.com>). Dijital oyunların çok fazla gündeme gelmesine sebep olan asıl konu dijital oyunların bireyler üzerindeki olumsuz etkileri ile bireyler ve bireylerin sosyal hayattaki davranış ve gelişimiyle ilgili gösterdiği risklerdir. Bireyler üzerinde tıbbi boyutlara ulaşan dijital bağımlılık, obezite, fiziksel ve patolojik rahatsızlıklar gibi olumsuz etkiler oluşturabilmektedir. Günümüzde teknolojik araçlar küçük yaşta bireyler için bakıcı görevi görmekte, kimi zamanda bireylere bir hediye aracı olarak kullanılabilir. Bu tür davranış modelleri de bireyler üzerinde dijital oyun bağımlılığına ortam oluşturmaktadır. Literatür taraması sonucunda dijital oyunların bireyler üzerindeki olumsuz etkileri aşağıda belirtildiği gibidir:

- Oyuncular oyun oynama süresini kontrol edememektedir.
- Diğer etkinliklere karşı ilgi kaybı yaşanmaktadır.
- Oyun oynamadığı zaman psikolojik yoksunluk hissetmesine neden olmaktadır.
- Şiddet içeriğine sahip oyunların "yalnızlık, düşük yaşam doyumu, saldırganlık, depresyon, anksiyete (kaygı), şiddet eğilimi, olumlu davranışlarda azalma, düşmanca duygularda artış ve şiddete karşı duyarsızlaşma" gibi psikososyal problemler ile ilişkili olduğu gözlenmiştir.



- Zaman israfına ve erteleme davranışının yerleşmesine sebep olmaktadır.
- Duygu kontrollerinde zorluk yaşama ve kişilik bozukluklarına rastlanmaktadır.
- Şiddet unsurları içerikleri nedeniyle saldırgan duygu, düşünce ve davranışların gelişmesine sebep olmaktadır.
- Ders çalışma, kitap okuma ve fiziksel aktivitelere katılma zamanlarını azaltması sebebiyle akademik ve kişisel başarıyı olumsuz etkilemesi
- Bağımlılık, "obezite, tendonitis sinir sıkışması, dikkat bozukluğu, karpal tünel sendromu gibi duruş, kas ve iskelet bozuklukları" gibi sağlık problemlerine sebep olmaktadır.
- Bireylerin çevrimiçi tehditlere açık hale gelmesi söz konusu olabilmektedir.

Ayrıca tüm bunlara ek olarak, dijital oyunların bazı yanlış ideolojileri de empoze ettiği ile ilgili tartışmalar da bulunmaktadır. Bu tartışmalardan birisi cinsiyet kavramıdır. Özellikle, dijital oyunlarda kadınların rolü, kadınlara karşı şiddet uygulanması ya da kadınların cinsel olarak objeleştirilmesi ile ilgili tartışmalar bulunmaktadır. Buna ilaveten, "ırkçı ve nefret suçlarını içinde barındıran ve destekleyen, diğer ülke vatandaşlarını küçük düşürücü ve onların dinlerine, coğrafi konumlarına ya da kültürlerine göre olumlu ya da olumsuz olarak resmedilen oyunlar" da oyuncularına bu tür fikirleri empoze edebildikleri için sosyal ve kültürel etki yaratma potansiyeline sahiptir (Sayın, 2016:90-95).

4. ÖZNEL İYİ OLUŞ KAVRAMI (SUBJECTIVE WELL-BEING CONCEPT)

Öznel iyi oluş (Subjective Well-Being), modern psikoloji biliminin en dikkat çekici alanlarından birisidir. Bu fenomenin incelenmesi için ani bir ilgi artışı, özellikle son 20 yılda bilimsel bir disiplin olarak pozitif psikoloji alanında (Diener 1984; Ryff, 1989-1995; Tuzgöl Dost 2004-2007; Diener, Suh ve Qishi, 1997; Seligman ve Csikszentmihalyi 2000; Diener 2009; Gülaçtı, 2009, Malkoç 2011; Türkdoğan, 2010, Oktan 2012) birçok araştırmacının dikkatini çekmiş ve bu alanda araştırmalar yapmıştır. Pozitif psikoloji alanında "öznel iyi oluş" kavramıyla ilgili çalışmaların yaygınlaşması kendi içinde anlam karmaşası oluşturmuştur. Bu alandaki en ünlü araştırmacılardan bazıları "mutluluk" kavramının "öznel iyi oluş" kavramıyla eş değer olduğunu savunmuşlardır (örn. Lyubomirsky, Sheldon ve Schkade, 2005). Öte yandan "mutluluk" terimini kendi içerisinde (olumlu duygu ve hayattan tatmin duygusu anlamında) daha spesifik bir anlamla kullanan araştırmacılar da bulunmaktadır (örn. Steel, Schmidt ve Scultz, 2008). Bu anlam karmaşası bölgelere göre farklılık göstermekte olup elde edilen sonuçların genellenebilirliği ve evrensel olmayan kullanımı, elde edilen sonuçları sınırlamaktadır. Öznel iyi oluş konusunda ilk doktora araştırmasını yapan Wilson (1967:264), öznel iyi oluş düzeyleri yüksek olan bireylerin, "genç, sağlıklı, iyi eğitilmiş, geliri iyi olan, dışa dönük, iyimser, özgüveni yüksek, kaygıdan uzak, evli, dindar, yaşam gayesi olan ve entelektüel" kişiler olduğuna vurgu yapmıştır. Boysan (2012)'a göre mutluluk, ilkçağ filozoflarından Aristo'dan beri felsefenin temel uğraş alanlarından birisi olmuş ve olmaya da devam etmektedir. Felsefe biliminde etik ve değerler temelinde incelenen "mutluluk kavramı", psikoloji biliminde öznel iyi oluş kavramıyla açıklanmaktadır (Boysan, 2012:11). Ryan ve Deci (2000:68)'de araştırmasında mutluluk kavramının sosyal psikoloji literatüründe öznel iyi oluş olarak ifade edildiğini belirtmektedir. Diener (1984) ise öznel iyi oluş "Subjective well-being" kavramını, bireylerin öznel bir biçimde olumlu ve olumsuz duygulara ve yaşama ilişkin öznel ve bilişsel bir değerlendirme olarak yaşamdan doyum, olumlu ve olumsuz duygulanım

(Diener 1984), kendini kabul etme, yaşam amacını bilme ve ona uygun hedef geliştirme, bağımsız olma (Ryan ve Deci, 2001:143; Diener, Suh ve Qishi, 1997:27) gibi olumlu özelliklere vurgu yapmışlardır. Yani öznel iyi olma, bir kişinin "bir bütün olarak yaşamının bilişsel ve duyuşsal değerlendirmeleri" olarak tanımlanır (Diener, Oishi ve Lucas, 2009:187). Tuzgöl Dost (2004) araştırmasında öznel iyi olma durumuyla ilgili birçok kavram "öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu, yaşam kalitesi, iyilik hali (wellness) ve olumlu duygulanım" ve bu kavramların içerikleri kısmen birbirinden farklılık göstermekle birlikte, çoğu zaman birbirinin yerine kullanılmakta olduğunu belirtmektedir (Tuzgöl Dost, 2004:14). Yani bu kavramların anlamları birbiriyle tamamen aynı olmamakla birlikte genel olarak birbirleriyle ilişkilidir.

Yetim (2001:134) araştırmasında öznel iyi oluş literatürü, mutlulukta bireyselliği (özneliği) vurgulamaktadır. Campbell (1976)'ya göre, bireysellik kastedilen bireyin iç yaşantısı, içsel değerlendirmeleridir. Öznel iyi olmada, dış referans çerçevesi, dışsal ölçütler empoze edilemez. İyi olma, iyi olduğunu söyleyenin yaşadığı bir deneyimdir. Öznel iyi olmada yer alması gereken nesnel durum ve koşullar (örneğin sağlık, konfor, refah vs.), dikkat çekici şekilde yoktur (Akt. Yetim, 2001:134). Öznel iyi olma deneyimleyen kendi standartlarına, beklentilerine, yeterlilik algılarına dayalı bir tepki olarak ele alınmaktadır (Yetim, 2001:134). Diener (1984)'e göre öznel iyi oluş kavramı üç kategoriden oluşmaktadır. İlk olarak öznel olup bireyin kendi deneyimlerinde yer almaktadır. İkinci olarak ölçümlenebilmektedir, yani bireylerin hissettikleri duyguların olumlu mu yoksa olumsuz mu olduğunun ölçümlenebilmesidir. Son olarak ta bireylerin yaşamının tüm yönlerini içinde barındırmaktadır. Yaşam doyumu ise bireylerin gündelik yaşamda karşılaşılabileceği tüm yaşam alanlarını ifade etmektedir. Bu alanlar iş hayatı ve çevresi, aile hayatı ve çevresi, okul hayatı ve çevresi, kafelerde oynanan oyunları ve günümüzde çeşitli oyun araçlarıyla oynanan tüm oyunları içeren faaliyetleri kapsamaktadır (Diener, 1984:543).

5. ÇALIŞMANIN YÖNTEMİ (METHOD OF WORK)

Çalışmanın bu bölümünde dijital oyun oynamanın Y kuşağının öznel iyi oluşları üzerindeki etkisini belirleme amacına yönelik olarak gerçekleştirilen alan araştırmasına yer verilmektedir. Çalışmada veri toplama yöntemi olarak elde edilmek istenen bilgilere kısa sürede ulaşılabilmesi, zaman, enerji ve maliyet tasarrufu sağlaması, soruların form üzerinde yazılı olmasının cevaplarda standart birliğin sağlanması ve analizinin kolay olması nedeniyle anket kullanılmıştır (Dalgın, 2008:3). Araştırmada kullanılması planlanan yöntem; amaç bakımından uygulamalı, nitelik bakımından hem betimleyici hem keşfe yönelik, yürütüldüğü ortam bakımından alan araştırması içerik bakımından nicel olması düşünülmektedir. Araştırmada araştırmacı tarafından geliştirilen dijital oyun oynama nedenleri soru formuyla, Tuzgöl-Dost (2004) tarafından geliştirilen ve kullanım izni alınan öznel iyi oluş ölçeği kullanılmıştır. Dijital oyun oynama nedenleri soru formu Sepetci (2017), Hansen (2016), Karahisar (2013), O'Hagan and Carmen (2013), Jull (2011), Kızılkaya (2010), Green ve McNeese (2008), Binark ve Sütçü-Bayraktutan (2007), Bayırtepe ve Tüzün (2007), Yee (2006), Jull (2005), Huizinga (1995/2006) çalışmalarından yararlanılarak geliştirilen 21 ifadeli soru formu kullanılmıştır. Çalışma kapsamında öncelikle dijital oyunlarla ilgili ulusal ve uluslararası akademik kaynaklar üzerinde literatür taraması yapılmış ve araştırma konularını yansıtan boyutlar, tablolastırılarak ortaya konulmuştur. İkinci adım olarak elde edilen boyutlar üzerinden madde havuzu oluşturulmuştur. Üçüncü adımda, madde havuzundaki soruların bireylerin dijital oyun oynama nedenine ilişkin (dijital oyunlar alanında çalışma yapan iki akademisyen) uzman görüşüne başvurulmuştur. Dördüncü adım, odak grup görüşmesi ve pilot çalışmayı



kapsamaktadır. Bu aşamada öncelikle madde havuzundaki maddelerin yeniden düzenlenmesinin ardından örneklem grubunu yansıtıcı dijital oyun oynayan 6(2 kız-4 erkek) öğrenci üzerinde odak grup görüşmesi gerçekleştirilmiştir. Odak grup görüşmesi sonucunda yeni temalara ulaşılmış ve madde havuzuna yeni maddeler eklenerek madde havuzunun zenginleşmesi sağlanmıştır. Toplanan maddeler üzerinden oluşturulan soru formu, örneklem grubunu yansıtan bir grup üzerinde pilot çalışma ile test edilmiştir. Beşinci adımda, pilot çalışmasından elde edilen veriler düzeltilerek soru formunun son hali oluşturulup uygulama aşamasına geçilmiştir. Son aşamada ise uygulama ile ulaşılan veriler, geçerlilik ve güvenilirlik analizinin yapılmasıyla birlikte dijital oyunları oynama nedeni soru formu geliştirme süreci tamamlanmıştır. Soru formunda kullanılan ifadelere: 5'li likert, (1) kesinlikle katılmıyorum, (2) katılmıyorum (3) kararsızım (4) katılıyorum (5) kesinlikle katılıyorum seçenek aralıklarında cevap vermeleri istenmiştir. Soru formu, ölçek geliştirme kurallarına göre geliştirilmiş ve geçerlilik güvenilirliği yapılarak aşağıda sunulmuştur. Soru formunun genel güvenilirlik düzeyleri incelendiğinde soru formunun güvenilirliğinin yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir (**Cronbach's Alpha=0.895**).

Soru formunun KMO katsayısının 0.902 olduğu ve Bartlett's testi sonucunun ise $p < 0.01$ önem düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular örneklem büyüklüğünün faktör analizi yapılması için uygun olduğunu göstermektedir. Bu bulgulara dayanarak 21 maddelik dijital oyun oynama nedenleri açıklayıcı faktör analizi olarak temel bileşenler yöntemi ve varimax döndürmesi uygulanmıştır. 21 maddelik soru formuna yapılan faktör analizi sonucu toplam varyansın %59.035'ini açıklayan ve öz değerleri 1'in üzerinde olan 5 faktörlü bir yapı ortaya çıktığı belirlenmiştir. Bu faktörler kendi içerisinde Faktör 1: **Sosyal İlişkiler**, Faktör 2: **Kişisel Rahatlama ve Tatmin**, Faktör 3: **Güven**, Faktör 4: **Merak** Faktör 5: **Empati** olarak isimlendirilmiştir.

Dijital oyun oynayan bireylerin öznel iyi oluş düzeylerini ortaya koymak için yaygın olarak kullanılan ve (Tuzgöl-Dost 2004) tarafından geliştirilen ve kullanılan 46 ifadeli orijinal ölçek kullanılmıştır. Ölçek olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım ve yaşam doyumu boyutlarından oluşmaktadır. Ölçekte kullanılan ifadelere: 5'li likert, (1) kesinlikle katılmıyorum, (2) katılmıyorum (3) kararsızım (4) katılıyorum (5) kesinlikle katılıyorum seçenek aralıklarında cevap vermeleri istenmiştir.

Araştırmacı tarafından hazırlanan anketler, gerekli izinler alındıktan sonra Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Muğla Meslek Yüksek Okulu ve İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesinde eğitim hayatına devam eden bireyler (Y kuşağı: 1980 ile 2001 yılları arası doğumlular) üzerinde 15 Mart-11 Mayıs 2018 tarihleri arasında yapılmıştır. Beşli likert ölçek yöntemi kullanılarak toplanan veriler SPSS 20 istatistiksel veri analizi paket programı ile analiz edilmiş ve yorumlanmıştır. Toplamda 920 anket dağıtılmış ve bunlardan 720 anket yanıtlanmış olarak geri alınmıştır. Yanıtlanmış olarak ele alınan 720 anketten 70 tanesi çeşitli sebeplerden dolayı (eksik doldurma, okumadan işaretleme... vb) çıkartılmış ve 650 anket araştırmaya dâhil edilmiştir. Araştırmada demografik değişkenlere ilişkin veriler, frekans ve yüzde değerleri kullanılarak değerlendirilmiştir.

6. BULGULAR (FINDINGS)

Bu kısımda, sırasıyla katılımcıların demografik özellikleri, bireylerin dijital oyun oynama nedenleri ve öznel iyi oluş ölçeğine ilişkin analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

Katılımcıların demografik özelliklerine göre dağılımları incelendiğinde, katılımcıların %45.2'sinin kadın, %54.8'inin erkek bireylerden oluşmaktadır. Yaş değişkenine göre ise katılımcıların



%91.7'sinin 18-24 yaş Aralığında, %8.3'ünün 25-29 yaş Aralığında olduğu tespit edilmiştir. Medeni durum değişkeni dikkate alındığında ise katılımcıların %97.2'sinin bekâr, %2.8'inin evli olduğu belirlenmiştir. Gelir durumu değişkenine göre ise katılımcıların %66.9'unun 1.000TL ve altı, %26.8'inin 1.000-2.000 TL arasında, %6.3'ünün 2.000TL ve üzerinde aylık gelire sahip olduğu belirlenmiştir.

(Tablo 1. Katılımcıların demografik özelliklerine ait dağılımları
Table 1. Demographic characteristics of the participants)

Cinsiyet	N	%
Kadın	294	45.2
Erkek	356	54.8
Toplam	650	100.0
Yaş	N	%
18-24	596	91.7
25-29	54	8.3
Toplam	650	100.0
Medeni Durum	N	%
Bekâr	632	97.2
Evli	18	2.8
Toplam	650	100.0
Aylık Gelir	N	%
1.000 ve Altı	435	66.9
1.000-2.000TL	174	26.8
2.000 TL Ve Üzeri	41	6.3
Toplam	650	100.0

Katılımcıların dijital oyun oynama durumlarına ilişkin dağılımları incelendiğinde, katılımcıların %68.8'inin oyun oynadığı, %31.2'sinin daha önce oyun oynayıp bıraktığı belirlenmiştir. Katılımcıların %33.5'i günde bir saatten az, %36.2'sinin günde 1-3 saat, %20.3'ü günde 3-5 saat ve %10.0'ünü günde 5 saatten fazla oyun oynama sıklıkları olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %47.2'sinin cep telefonu aracılığıyla oyun oynadıkları belirlenmişken, %20.9'u evde kurulu internet veya oyun konsolu aracılığı ile oyun oynadıkları, %24.2'sinin masaüstü PC'den oynadıkları, %7.7'sinin ise okul ortamında kendi dizüstü bilgisayarlarında oyun oynadıkları belirlenmiştir. Öğrencilerin %31.8'inin strateji-zeka oyunları oynadıkları belirlenirken, %21.1'inin aksiyon-macera oyunları, %23.2'sinin MMORPG oyunları oynadıkları, %8.5'i yarış-araba oyunları, %7.8'inin spor oyunları ve %7.5'inin platform oyunları oynadıkları belirlenmiştir. Ayrıca, katılımcıların %37.1'i 6 yıldan fazladır dijital oyun oynadıkları, %22.9'u 1-3 yıldır, %20.3'ü 3-6 yıl ve %19.7'inin 1 yıldan azdır dijital oyun oynadıkları belirlenmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların dijital oyun oynama durumlarına göre dağılımları
(Table 2. Participants by digital game play-causes)

Dijital Oyun Oynuyor Musunuz?	N	%
Evet, Oynuyorum	447	68.8
Evet, Oynuyordum, Bıraktım	203	31.2
Toplam	650	100.0
Dijital Oyun Oynama Sıklığınız?	N	%
Günde Bir Saatten Az	218	33.5
Günde 1-3 Saat	235	36.2
Günde 3-5 Saat	132	20.3
Günde 5 Saatten Fazla	65	10.0
Toplam	650	100.0
Dijital Oyunu Genellikle Nereden Oynarsınız?	N	%
Evde Kurulu İnternet Veya Oyun Konsolu Aracılığıyla	136	20.9
Masaüstü Bilgisayardan	157	24.2
Cep Telefonu Aracılığıyla	307	47.2
Okul Ortamında Kendi Dizüstü Veya Okul Bilgisayarında	50	7.7
Toplam	650	100.0
Hangi Tür Dijital Oyun Oynarsınız	N	%
Aksiyon-Macera Oyunları	137	21.1
Strateji-Zekâ Oyunları	207	31.8
Platform Oyunları	49	7.5
MMORPG Oyunlar (Çok Oyunculu Ağ Oyunları)	151	23.2
Yarış-Araba Oyunları	55	8.5
Spor Oyunları	51	7.8
Toplam	650	100.0
Kaç Yıldır Dijital Oyun Oynuyorsunuz?	N	%
1 Yıldan Az	128	19.7
1-3 Yıl	149	22.9
3-6 Yıl	132	20.3
6 Yıldan Fazla	241	37.1
Toplam	650	100.0

Öğrencilerin dijital oyun oynama nedenlerinin cinsiyet "değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi analizi" yapılmıştır. Öğrencilerin sosyal ilişkiler düzeyinin cinsiyet grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)=-5.212$, $p<0.01$, $p=0.000$). Erkek ($\bar{x}=18.04$) öğrencilerin sosyal ilişkiler düzeylerinin kadın ($\bar{x}=16.39$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin kişisel rahatlama ve tatmin düzeyinin cinsiyet grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)=-4.068$, $p<0.01$, $p=0.000$). Erkek ($\bar{x}=18,41$) öğrencilerin kişisel rahatlama ve tatmin düzeylerinin kadın ($\bar{x}=17.31$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin güven düzeyinin cinsiyet grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)=-5.147$, $p<0.01$, $p=0.000$). Erkek ($\bar{x}=13.44$) öğrencilerin güven düzeylerinin kadın ($\bar{x}=12.10$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin merak düzeyinin cinsiyet grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)=-3.626$, $p<0.01$, $p=0.000$). Erkek ($\bar{x}=14.84$) öğrencilerin merak düzeylerinin kadın ($\bar{x}=13.94$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin empati düzeyinin cinsiyet grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)=-9.68$, $p<0.01$, $p=0.001$). Erkek ($\bar{x}=9.68$) öğrencilerin empati düzeylerinin kadın ($\bar{x}=8.99$) öğrencilere göre daha

yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin genel dijital oyun oynama nedenleri düzeyinin cinsiyet grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)=-5.419$ $p<0.01$, $p=0.000$). Erkek ($\bar{x}=74.42$) öğrencilerin empati düzeylerinin kadın ($\bar{x}=68.73$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3. Dijital oyun oynama nedenlerinin cinsiyet değişkeni farklılıklarına ait t-testi sonuçları
(Table 3. Results of T-test for differences in gender variations and digital game play-causes)

Ölçekler	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	sd	T	P
Sosyal İlişkiler	Kadın	294	16.39	4.04	648	-5.212	0.000**
	Erkek	356	18.04	4.02			
Kişisel Rahatlama ve Tatmin	Kadın	294	17.31	3.45	648	-4.068	0.000**
	Erkek	356	18.41	3.45			
Güven	Kadın	294	12.10	3.50	648	-5.147	0.000**
	Erkek	356	13.44	3.14			
Merak	Kadın	294	13.94	2.93	648	-3.626	0.000**
	Erkek	356	14.84	3.31			
Empati	Kadın	294	8.99	2.69	648	-3.212	0.000**
	Erkek	356	9.68	2.75			
Dijital Oyun Oynama Nedenleri	Kadın	294	68.73	13.38	648	-5.419	0.000**
	Erkek	356	74.42	13.28			

**p<0.01

Öğrencilerin dijital oyun oynama nedenlerinin "yaş değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi analizi" yapılmıştır. Öğrencilerin dijital oyun oynama nedenleri genel düzeylerinin ve alt boyut düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$).

Tablo 4. Dijital oyun oynama nedenlerinin yaş değişkeni farklılıklarına ait T-Testi sonuçları
(Table 4. T-Test results for age variation differences of digital game play-causes)

Ölçekler	Yaş	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Sosyal İlişkiler	18-24	596	17.28	4.14	648	-0.379	0.705
	25-29	54	17.50	3.72			
Kişisel Rahatlama ve Tatmin	18-24	596	17.85	3.51	648	-1.537	0.125
	25-29	54	18.61	3.26			
Güven	18-24	596	12.82	3.36	648	-0.413	0.680
	25-29	54	13.02	3.50			
Merak	18-24	596	14.41	3.20	648	-0.481	0.631
	25-29	54	14.63	2.90			
Empati	18-24	596	9.34	2.74	648	-1.035	0.301
	25-29	54	9.74	2.73			
Dijital Oyun Oynama Nedenleri	18-24	596	71.70	13.69	648	-0.931	0.352
	25-29	54	73.50	12.75			

Öğrencilerin dijital oyun oynama nedenlerinin "oyun oynama değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi analizi yapılmıştır. Öğrencilerin sosyal ilişkiler düzeyinin oyun oynama grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir" ($t(648)=3.455$, $p<0.01$, $p=0.001$). Oyun oynayanların ($\bar{x}=17.67$) öğrencilerin sosyal ilişkiler düzeylerinin önceden oyun oynayıp bırakan ($\bar{x}=16.48$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin kişisel rahatlama ve tatmin düzeyinin oyun oynama grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir

($t(648)=4,682$, $p<0.01$, $p=0.000$). Oyun oynayan ($\bar{x}=18.34$) öğrencilerin kişisel rahatlama ve tatmin düzeylerinin oyun oynayıp bırakan ($\bar{x}=16.98$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin güven düzeyinin oyun oynama grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)=3.387$, $p<0.01$, $p=0.001$). Oyun oynayan ($\bar{x}=13.14$) öğrencilerin güven düzeylerinin önceden oyun oynayıp bırakan ($\bar{x}=12.18$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin merak düzeyinin oyun oynama grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)= 3.482$, $p<0.01$, $p=0.001$). Oyun oynayan ($\bar{x}=14.72$) öğrencilerin merak düzeylerinin önceden oyun oynayıp bırakan ($\bar{x}=13.79$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin empati düzeyinin oyun oynama grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)=2.081$, $p<0.05$, $p=0.038$). Oyun oynayan ($\bar{x}=9.52$) öğrencilerin empati düzeylerinin önceden oyun oynayıp bırakan ($\bar{x}=9.04$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin genel dijital oyun oynama nedenleri düzeyinin oyun oynama grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t(648)=4.330$ $p<0.01$, $p=0.000$). Oyun oynayan ($\bar{x}=73.38$) öğrencilerin empati düzeylerinin önceden oyun oynayıp bırakan ($\bar{x}=68.36$) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5. Dijital oyun oynama nedenlerinin dijital oyun oynama değişkeni farklılıklarına ait T-testi sonuçları
(Table 5. T-Test results for digital game playing status variation differences of digital game play-causes)

Ölçekler	Oyun Oynama	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Sosyal İlişkiler	Evet, Oynuyorum	447	17.67	4.15	648	3.455	0.001**
	Evet, Oynuyordum, Bıraktım	203	16.48	3.89			
Kişisel Rahatlama ve Tatmin	Evet, Oynuyorum	447	18.34	3.42	648	4.682	0.001**
	Evet, Oynuyordum, Bıraktım	203	16.98	3.48			
Güven	Evet, Oynuyorum	447	13.14	3.32	648	3.387	0.001**
	Evet, Oynuyordum, Bıraktım	203	12.18	3.40			
Merak	Evet, Oynuyorum	447	14.72	3.18	648	3.482	0.001**
	Evet, Oynuyordum, Bıraktım	203	13.79	3.07			
Empati	Evet, Oynuyorum	447	9.52	2.66	648	2.081	0.001**
	Evet, Oynuyordum, Bıraktım	203	9.04	2.89			
Dijital Oyun Oynama Nedenleri	Evet, Oynuyorum	447	73.38	13.32	648	4.330	0.001**
	Evet, Oynuyordum, Bıraktım	203	68.46	13.67			

** $p<0.01$ * $p<0.05$

Öğrencilerin dijital oyun oynama nedenlerinin kişilik yapısı "değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi analizi yapılmıştır. Öğrencilerin dijital oyun oynama nedenleri genel düzeylerinin ve alt boyut düzeylerinin kişilik yapısı gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir" ($p>0.05$).

Tablo 6. Dijital oyun oynama nedenlerinin kişilik yapısı değişkeni farklılıklarına ait T-testi sonuçları
(Table 6. Personality and digital game play causes variations of variable T-test results)

Ölçekler	Kişilik Yapısı	N	\bar{X}	ss	sd	T	P
Sosyal İlişkiler	Olumlu Düşünen	477	17.27	4.08	648	-0.294	0.769
	Karamsar Düşünen	173	17.38	4.20			
Kişisel Rahatlama ve Tatmin	Olumlu Düşünen	477	17.99	3.44	648	0.885	0.377
	Karamsar Düşünen	173	17.71	3.64			
Güven	Olumlu Düşünen	477	12.75	3.24	648	-1.032	0.302
	Karamsar Düşünen	173	13.06	3.71			
Merak	Olumlu Düşünen	477	14.43	3.12	648	-0.069	0.945
	Karamsar Düşünen	173	14.45	3.34			
Empati	Olumlu Düşünen	477	9.38	2.69	648	0.990	0.843
	Karamsar Düşünen	173	9.34	2.88			
Dijital Oyun Oynama Nedenleri	Olumlu Düşünen	477	71.82	13.26	648	-0.093	0.926
	Karamsar Düşünen	173	71.93	14.58			

Tablo 7. Öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet değişkeni farklılıklarına ait T-testi sonuçları
(Table 7. T-test results of gender variable differences of subjective well-being levels)

Ölçek	Cinsiyet	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Öznel İyi Oluş	Kadın	294	156.25	21.13	648	-0.496	0.620
	Erkek	356	157.11	22.92			

Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet "değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi analizi yapılmıştır. Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyinin cinsiyet grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$)".

Tablo 8. Öznel iyi oluş düzeylerinin yaş değişkeni farklılıklarına ait T-testi sonuçları
(Table 8. T-test results of age variable differences of subjective well-being levels)

Ölçek	Yaş	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Öznel İyi Oluş	18-24	596	156.71	22.05	648	-0.020	0.984
	25-29	54	156.77	22.98			

Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin yaş "değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi analizi yapılmıştır. Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$)".

Tablo 9. Öznel iyi oluş düzeylerinin dijital oyun oynama değişkeni farklılıklarına ait T-testi Sonuçları
(Table 9. T-test results of subjective well-being levels of digital game play variables differences)

Ölçek	Oyun Oynama	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Öznel İyi Oluş	Evet, oynuyorum	447	157.25	22.15	648	0.909	0.364
	Evet, oynuyordum, bıraktım	203	155.55	22.031			

Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin oyun oynama "değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi analizi yapılmıştır. Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyinin oyun oynama grubuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$)".

Tablo 10. Öznel iyi oluş düzeylerinin kişilik yapısı değişkeni farklılıklarına ait T-testi sonuçları
(Table 10. Personality and subjective well-being levels T-test results of variable variations)

Ölçek	Kişilik Yapısı	n	\bar{X}	ss	sd	t	p
Öznel İyi Oluş	Olumlu Düşünen	477	158.39	21.87	648	3.233	0.001**
	Karamsar Düşünen	173	152.09	22.19			

**p<0.01

Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin kişilik yapısı "değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t-testi analizi yapılmıştır. Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin kişilik yapısı gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir (t(648)=-3.233, p<0.01, p=0.001)". Olumlu düşünen (\bar{x} =158.39) öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin karamsar düşünen (\bar{x} =152.09) öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 11. Öznel iyi oluş düzeylerinin gelir değişkeni farklılıklarına ait Anova testi sonuçları

(Table 11. Anova test results for differences in income variables of subjective well-being levels)

Ölçek	Gelir	n	\bar{X}	ss	Varyansların Kaynağı	Sd	Kareler Ort.	F	p
Öznel İyi Oluş	1.000 ve altı	435	156.49	20.89	Gruplar arası	2	341.2	0.697	0.498
	1.000-2.000 TL	174	158.01	25.23	Grup içi	647			
	2.000 TL ve üzeri	41	153.71	20.79	Toplam	649	489.5		

Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyi "değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için tek yönlü anova analizi yapılmıştır. Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin gelir durumu gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir (p>0.05)".

Tablo 12. Öznel iyi oluş düzeylerinin oyun oynama sıklığı değişkeni farklılıklarına ait Anova testi sonuçları

(Table 12. Anova test results for variability of game play frequency subjective well-being levels)

Ölçek	Oyun Oynama Sıklığı	n	\bar{X}	ss	Varyansların Kaynağı	Sd	F	p
Öznel İyi Oluş	Günde bir saatten az	218	153.84	20.59	Gruplar arası	3	2.097	0.099
	Günde 1-3 saat	235	157.82	22.39	Grup içi	646		
	Günde 3-5 saat	132	159.42	20.40	Toplam	649		
	Günde 5 saatten fazla	65	156.92	28.09				

Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin oyun oynama sıklığı "değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için tek yönlü anova analizi yapılmıştır. Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyinin oyun oynama sıklığı gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir (p>0.05)".

Tablo 13. Öznel iyi oluş düzeylerinin oyun oynama platformu değişkeni farklılıklarına ait Anova testi sonuçları
(Table 13. Anova test results of game platform variations of subjective well-being levels)

Ölçek	Oyun Oynama Platformu	n	\bar{X}	ss	Varyanların Kaynağı	Sd	F	p
Öznel İyi Oluş	Evde/Konsolda	136	157.24	24.50	Gruplar Arası	3	0.052	0.984
	Masaüstü PC	157	156.43	20.78	Grup içi	646		
	Cep Telefonu	307	156.55	21.72	Toplam	649		
	Okul/Dizüstü PC	50	157.32	22.41				

Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin oyun oynanan platform" değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için tek yönlü anova analizi yapılmıştır. Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyinin oyun oynanan platform gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$). Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin oynanan oyun türü değişkenine göre farklılığının anlamlı olup olmadığını belirlemek için tek yönlü anova analizi yapılmıştır. Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyinin oynanan oyun türü gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven düzeyinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($F(5-649)=2.572$, $p<0.05$, $p=0.026$). Strateji-Zekâ türü oyun oynayan ($\bar{x}=153.00$) öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin MMORPG türü oyun oynayan ($\bar{x}=160.03$) ve spor türü ($\bar{x}=162.47$) oyun oynayan öğrencilere "göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. Gruplar arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığı LSD testi ile test edilmiş, 2.Grup ile 4. ve 6.Gruplar arasında gözlemlenen fark anlamlı bulunmuştur".

Tablo 14. Öznel iyi oluş düzeylerinin oynanan oyun türü değişkeni farklılıklarına ait Anova testi sonuçları
(Table 14. Anova test results of subjective well-being levels of varied game type variations)

Ölçek	Oynanan Oyun Türü	n	\bar{X}	ss	Varyanların Kaynağı	Sd	F	p
Öznel İyi Oluş	Aksiyon-Macera	137	156.58	21.27	Gruplar arası	5	2.572	0.026*
	Strateji-Zekâ	207	153.00	21.82	Grup içi	644		
	Platform	49	156.55	18.36	Toplam	649		
	MMORPG	151	160.03	23.40				
	Yarış-Araba	55	156.82	20.55				
	Spor	51	162.47	24.70				

Dijital oyun oynama alt boyutları ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin belirlenmesinde pearson korelasyon kat sayısı incelenmiştir. Yapılan ilişki analizi sonucuna göre öznel iyi oluş ile güven ve empati arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0.05$). Öznel iyi oluş ile sosyal ilişkiler arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiş olup sosyal ilişkiler ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=0.188$ $p<0.01$, $p=0.000$). Öznel iyi oluş ile kişisel rahatlama ve tatmin arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiş olup kişisel rahatlama ve tatmin ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=0.164$ $p<0.01$, $p=0.000$). Öznel iyi oluş ile merak arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiş olup merak düzeyi ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=0.219$ $p<0.01$, $p=0.000$). Öznel iyi oluş ile dijital oyun oynama nedenleri düzeyi arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiş olup dijital

oyun oynama nedenleri düzeyi ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r=0.66$ $p<0.01$, $p=0.000$).

Tablo 15. Dijital oyun oynama nedenleri düzeyleri alt boyutları ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiye ait pearson korelasyon kat sayısı sonuçları

(Table 15. Pearson correlation coefficient results of the relationship between sub-dimensions of digital games playing causes levels and subjective well-being levels)

Ölçekler		Sosyal İlişkiler	Kişisel Rahatlama ve Tatmin	Güven	Merak	Empati	Dijital Oyun Oynama Nedenleri	Öznel İyi Oluş
Sosyal İlişkiler	r	1	.594**	.730**	.585**	.557**	.883**	.188**
	p		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Kişisel Rahatlama ve Tatmin	r		1	.510**	.620**	.422**	.792**	.164**
	p			0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
Güven	r			1	.447**	.653**	.835**	0.020
	p				0.000	0.000	0.000	0.612
Merak	r				1	.385**	.757**	.219**
	p					0.000	0.000	0.000
Empati	r					1	.729**	0.057
	p						0.000	0.143
Dijital Oyun Oynama Nedenleri	r						1	.166**
	p							0.000
Öznel İyi Oluş	r							1
	p							

** $p<0.01$

Regresyon analizi sonuçları incelendiğinde: dijital oyun oynama nedenleri alt boyutlarında olan merak ve sosyal ilişkilerin öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu belirlenmiştir. ($R=0.232$, $R^2=0.049$ $p<0.001$). Adı geçen iki değişken öznel iyi oluşun sadece %4.9'unu açıklamakta, öznel iyi oluşun %95.1'ini modele dahil edilemeyen diğer değişkenler tarafından açıklandığı belirlenmiştir. Regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise merak ve sosyal ilişkiler boyutunun öznel iyi oluş üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcısı olduğu görülmektedir. Regresyon modeli aşağıdaki gibidir.

Öznel iyi oluş= $131.045+0.087$ *Sosyal ilişkiler+ 0.160 *Merak. Sosyal ilişkiler düzeyinde bir birimlik artışın öznel iyi oluş düzeyinde 0.087 'lik bir artış, merak düzeyinde bir birimlik puan artışı olduğunda öznel iyi oluş düzeyinde 0.160 'lık bir artış, olacağı belirlenmiştir.

Tablo 16. Dijital oyun oynama nedenleri alt boyutlarının öznel iyi oluş üzerindeki etkisine ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları
(Table 16. Results of multiple regression analysis of the effect of digital game playing causes on subjective well-being)

	B	Standart Hata	β	t	P	İkili	Kısmı	VIF
Sabit	131.045	4.725		27.737	0.000			
Sosyal İlişkiler	0.469	0.273	0.087	1.721	0.006	0.07	0.066	1.750
Kişisel Rahatlama ve Tatmin	0.081	0.331	0.013	0.243	0.808	0.01	0.009	1.871
Merak	1.117	0.362	0.160	3.085	0.002	0.12	0.118	1.842
R=0.232 R ² =0.049 F(3-649)=12.201 p=0.000 Durbin-Watson=1.868								

7. SONUÇ (CONCLUSION)

Araştırmamızın temel konusu olan dijital oyun oynama ediminin bireylerin öznel iyi oluşlarına ilişkin yapılan alan araştırması sonuçlarında cinsiyet, yaş, dijital oyun oynama nedeni değişkeni, gelir, oyun oynama sıklığı, oyun oynama platformu, oyun oynama süresi değişkenleri arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı ortaya çıkmıştır. Buna karşın kişilik yapısı (olumlu düşünen/olumsuz düşünen) ve oynanan dijital oyun türü arasında anlamlı bir ilişkinin var olduğu ortaya konmuştur. Dijital oyun oynama nedeni alt boyutları ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin belirlenmesinde Pearson Korelasyon kat sayısı da incelenmiştir. Yapılan ilişki analizi sonucuna göre öznel iyi oluş ile güven ve empati arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Öznel iyi oluş ile sosyal ilişkiler arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiş olup sosyal ilişkiler ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öznel iyi oluş ile kişisel rahatlama ve tatmin arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiş olup kişisel rahatlama ve tatmin ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Öznel iyi oluş ile merak arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiş olup merak düzeyi ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Öznel iyi oluş ile dijital oyun oynama nedenleri düzeyi arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiş olup dijital oyun oynama nedenleri düzeyi ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü düşük seviyede bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Regresyon analizi sonuçları incelendiğinde: dijital oyun oynama nedenleri alt boyutlarında olan merak ve sosyal ilişkilerin öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu belirlenmiştir. Adı geçen iki değişken öznel iyi oluşun sadece %4.9'unu açıklamakta, öznel iyi oluşun %95.1'ini modele dâhil edilemeyen diğer değişkenler tarafından açıklandığı belirlenmiştir. Regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde ise merak ve sosyal ilişkiler boyutunun öznel iyi oluş üzerinde önemli (anlamlı) bir yordayıcısı olduğu görülmektedir. Regresyon modelinde sosyal ilişkiler düzeyinde bir birimlik artışın öznel iyi oluş düzeyinde 0.087'lik bir artış, merak düzeyinde bir birimlik puan artışı olduğunda öznel iyi oluş düzeyinde 0,160'lık bir artış, olacağı belirlenmiştir. Bu durum göstermektedir ki günümüzde dijital oyun oynama edimi bireylerin öznel iyi oluşlarına olumlu katkı yapmakta ve bireyler için günümüzde önemli bir eğlence ve boş zaman değerlendirme aktivitesi haline gelmiştir. Araştırmanın sonucu kısaca, dijital oyunların öznel iyi oluş değişkenleri bağlamında pozitif ilişkili olduğu yönündedir.

KAYNAKLAR (REFERENCES)

- Arısoy, Ö., (2009). İnternet Bağımlılığı ve Tedavisi, Psikolojide Güncel Yaklaşımlar Dergisi, 1(1), 55-67.
- Bavelier, D., (2012). Your Brain on Video Games. https://www.ted.com/talks/daphne_bavelier_your_brain_on_video_games#t-343128 (Erişim Tarihi: 19.01.2018).
- Binark, M. ve Sütçü Bayraktutan, G., (2008). Türkiye'de Dijital Oyun Sektörü ve Oyun Geliştiricileri Çalıştayı ve Paneli, Genel Değerlendirmeler, İstanbul.
- Boysan, M., (2012). Üniversite Öğrencilerinde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Başa Çıkma Stilleri ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkilere Yönelik Bir Model Sınavı, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı, Rehberlik ve Danışmanlık Programı, Doktora Tezi, Ankara.



- Bozkurt, A., (2014). Homo Ludens: Dijital Oyunlar ve Eğitim, Eğitim Teknolojileri Araştırmaları Dergisi, 5(1):1-21.
- Crawford, C., (2003). On Game Design, New Riders, Indianapolis, Ind, USA.
- Çakır, H., (2013). Bilgisayar Oyunlarına İlişkin Ailelerin görüşleri ve Öğrenci Üzerindeki Etkilerinin Belirlenmesi, Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 9(2):138-150.
- Dalgın, T., (2008), .Otel İşletmelerinde Liderlik Davranışları ve İş Gören İş Tatmini İlişkisi: Muğla'daki Beş Yıldızlı Otel İşletmelerinde Bir Araştırma, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tez Önerisi, Muğla.
- Deterding, S., Khaled, R., Nacke, L.E., and Dixon, D., (2011). Gamification: Toward A Definition. <http://gamification-research.org/wp-content/uploads/2011/04/02-Deterding-Khaled-Nacke-Dixon.pdf> (Erişim tarihi: 01.02.2018).
- Diener, E., (1984), Subjective Well-Being. Psychological Bulletin, 95(3):542-575).
- Diener, E., (2009). Subjective Well-Being. The Science of Well-Being. Social Indicators Research Series, 37:11-58.
- Diener, E., Oishi, S., and Lucas, R.E., (2009). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction, in Oxford Handbook of Positive Psychology. Oxford University Press, New York, 187-194.
- Diener, E., Suh, E., and Oishi, S., (1997). Recent Findings on Subjective Well-Being. Indian Journal of Clinical Psychology, 1-24.
- Ellerbrok, A., (2011). Playful Biometrics: Controversial Technology Through The Lens Of Play. The Sociological Quarterly, 52:528-547.
- Frasca, G., (2001). Rethinking Agency and Immersion: Video Games As A Means Of Consciousness-Raising, Digital Creativity, 12(3), 167-174.
- Gee, J., (2003). What Video Games Have To Teach Us About Learning And Literacy. New York: Palgrave Macmillan.
- Green, M.E. and McNeese, M.N., (2008). Factors That Predict Digital Game Play, Howard Journal of Communications, 19(3):258-272,
- Griffiths, M.D., (2002). The Educational of Videogames, Education and Health, 20(3):47-51.
- Gülaçtı, F., (2009), Sosyal Beceri Eğitimine Yönelik Programın Üniversite Öğrencilerinin, Sosyal Beceri, Öznel ve Psikolojik İyi Olma Düzeylerine Etkisi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Doktora Tezi.
- Horzum, M.B., Ayas, M. ve Çakır Balta, Ö., (2008). Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi 3(30):76-88.
- Horzum, M.B., (2011). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, Eğitim ve Bilim Dergisi, 36(159):56-68. <http://cocukvebilgiguvenligihaftasi.com> (Erişim tarihi: 25.12.2017).

- Huizinga, J., (1938/2006). Homo Ludens: Oyunun Toplumsal İşlevi Üzerine Bir Deneme, (çeviri), Mehmet Ali Kılıçbay, Ayrıntı Yayınları, İkinci Baskı, İstanbul.
- İnal, Y. ve Kiraz, E., (2008). Bilgisayar Oyunları İdeoloji İçerir Mi? Eğitsel ve Ticari Oyunlara Bakış. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 6(3):523-544.
- Jull, J., (2005). Half-Real: Video Games Between Real Rules and Fictional Worlds, The MIT Press, Cambridge.
- Jull, J., (2011). Half-Real: Video Games Between Real Rules and Fictional Worlds, The MIT Press Cambridge, Massachusetts London, England.
- Latham, J.A., Patston, L.L.M., and Tippett, L.J., (2013). The Virtual Brain: 30 Years Of Video- Game Play And Cognitive Abilities, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00629> (Erişim tarihi: 25.12.2017).
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K.M., and Schkade, D., (2005). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change, Review of General Psychology, 9:111-131.
- Malkoç, A., (2011). Öznel İyi Oluş Müdahale Programının Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi. T.C., Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı, Doktora Tezi, İstanbul.
- Oktan, V., (2012). Beden İmajı ve Reddedilme Duyarlılığının Öznel İyi Oluşu Yordama Gücü, Eğitim Bilimleri ve Uygulama, 11(22):119-134.
- Öngen, Y., (2014). Kişilerarası İletişim Açısından Sanal Gerçeklik Olarak Bilgisayar Oyunları: World of Warcraft örneği, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Özhan, S., (2011). Dijital Oyunlarda Değerlendirme ve Sınıflandırma Sistemleri ve Türkiye Açısından Öneriler, Aile ve Toplum Dergisi, 12(7):21-33.
- Papastergiou, M., (2009). Exploring the Potential of Computer and Video Games for Health and Physical Education: A Literature Review, Computers and Education, 53:603-622.
- Ryan, R.M. and Deci, E.L., (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being, Annual Review of Psychology, 52:141-166.
- Ryff, C.D., (1989). Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being, Journal of Personality and Social Psychology, 57(6):1069-1081.
- Ryff, C.D., (1995). Psychological Well-Being in Adult Life, Current Directions in Psychological Science, 4(4):99-104.
- Sakallıoğlu, B., Erol, V. ve Akgün, B.T., (2014). Oyun Nedir ve Oyun Türlerinin Tanımlanmasında Sosyal Oyunların Yeri, Akademik Bilişim Konferans Bildirileri, 5-7 Şubat 2014, Mersin Üniversitesi.
http://ab.org.tr/ab14/kitap/sakallioglu_erol_ab14.pdf (Erişim Tarihi: 15.01.2017).
- Salen, K. ve Zimmerman, E., (2004). Rules of Play: Game Design Fundamentals: MIT Press.
- Sayın, M.E.D., (2016). Dijital Oyunların Bilişsel Yeteneklere Etkileri: Faktör Referanslı Bilişsel Test Kiti ile Oyuncu ve Oyuncu Olmayan Grupların Karşılaştırılması, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, İstanbul.



-
- Seligman, M.E.P. ve Csikszentmihalyi, M., (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55(1):5-14.
 - Steel, P., Schmidt, J., and Schultz, J., (2008). Refining The Relationship Between Personality and Subjective Well-Being, *Psychol Bulletin*, 134(1):138-161.
 - Tuzgöl Dost, M., (2004). Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.
 - Tuzgöl Dost, M., (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 2(22):132-143.
 - Türkdoğan, T., (2010). Üniversite Öğrencilerinde Temel İhtiyaçların Karşılama Düzeyinin Öznel İyi Oluş Düzeyini Yordamadaki Rolü, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Denizli.
 - Virvou, M., Katsionis, G., and Manos, K., (2005). Combining Software Games With Education: Evaluation Of Its Educational Effectiveness, *Educational Technology and Society*, 8(2):54-65.
 - Wilson, W.R., (1967). Correlates of Avowed Happiness, *Psychological Bulletin*, 67(4):294-306.
 - Yalçın Irmak, A. ve Erdoğan, S., (2016). Ergen ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2):128-137.
 - Yetim, Ü., (2001). Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri, Bağlam Yayınları, İstanbul.