



T.C. KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**Z KUŞAĞININ DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIKLARININ
BOŞ ZAMAN VE DEĞİŞKENLERİNİN İNCELENMESİ**

Hazırlayan
Yusuf ŞAHİN

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

KARAMAN-2021



T.C. KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**Z KUŞAĞININ DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIKLARININ
BOŞ ZAMAN VE DEĞİŞKENLERİNİN İNCELENMESİ**

Hazırlayan
Yusuf ŞAHİN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman
Doç.Dr. Elif BİROL

KARAMAN-2021



ENSTİTÜ TEZ ONAY FORMU

Doküman No	FR-285
İlk Yayın Tarihi	05.02.2018
Revizyon Tarihi	08.02.2021
Revizyon No	02
Sayfa No	1/1

Z Kuşağının Dijital Oyun Bağımlılıklarının Boş Zaman ve Değişkenlerinin İncelenmesi

Tezin Kabul Ediliş Tarihi: 11/10/2021

Bu tez, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yönetim Kurulunun 05/10/2021 tarih ve 41/1012 sayılı oturumunda belirlenen jüri tarafından kabul edilmiştir.



Hazırlayan

Kalite Sistem Onayı

ÖNSÖZ

Sürekli gelişen ve gelişmekte olan teknolojik gelişmeler hayatımızın vazgeçilmezlerinden biri olmuştur. Diğer kuşaklara göre daha fazla boş zamanı olan Z kuşağı dijital bir dünya ile yaşamasının sonucu olarak var olan teknolojiye karşı oldukça ilgilidir. İnsanların boş zamanlarının artması ve teknolojinin yükselişi olumlu etkiler oluştururken zamanla bu dijitalleşme ve oyun oynama isteğinin ortadan kaldırılamamasının sonucunda tıpkı madde bağımlılığından söz edilir gibi dijital oyun bağımlılığından da söz edilmektedir. Var olan boş zamanın kontrolü sağlanarak etkili ve verimli kullanıldığında teknolojinin daha çok olumlu neticeleri olabilir.

Z kuşağının dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlere göre incelenmesi hakkında yaptığım çalışmada ilgi, beceri ve deneyimleri ile bana yol gösteren değerli danışmanım Doç. Dr. Elif BİROL'a; Yüksek lisans eğitimim sırasında ders aldığım tüm hocalarıma, Karaman Spor Lisesi Müdürü kıymetli hocam İsmail DOĞAN'a ve Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Spor Bilimleri Fakülte Sekreteri değerli büyüğüm Zihni Oğuz ŞİMŞEK'e vermiş oldukları destekten ve emekten dolayı sonsuz şükranlarımı sunarım.

Beni ben yapan ve her zaman destekçim olan değerli babam Hacı İbrahim ŞAHİN'e dualarını hiç eksik etmeyen annem Emine ŞAHİN'e sürekli beni motive eden kıymetli kardeşlerim Adem, Bahtiyar, Nebahat ve Nisa Nura'a sonsuz teşekkürü bir borç bilirim.

Yusuf ŞAHİN
(Karaman-2021)

ÖZET

Bu araştırma Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi’nde öğrenim gören Z Kuşağı öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının, boş zaman ve değişkenlerinin incelenmesine yönelik yapılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören toplam 765 üniversite öğrencisinden 210 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu; Hazar ve Hazar (2019) tarafından geliştirilen “Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulguların analizinde Anova ve T-Testi kullanılmıştır. Araştırmadaki verilerin analizi SPSS 22.0 paket programı ile yapılmıştır. Ölçeğin alt boyutları cinsiyet, bölüm, öğrenim şekli, sınıf, günlük ortalama boş zaman süresi, boş zaman yeterliliği, boş zamanını kiminle değerlendirdiği ve dijital oyun oynama nedenleri gibi değişkenlere göre incelendiğinde anlamlı bir farklılık tespit edilirken, boş zamanını nerede geçirdiği ve hangi tür dijital oyun oynadığı değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Elde edilen bir diğer bulguya göre katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeyine ilişkin en yüksek ortalama “duygu değişimi ve dalma” alt boyutunda en düşük ortalama ise “yoksunluk ve arayış” alt boyutunda tespit edilmiştir. Son olarak Z Kuşağı üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının orta seviyede olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Boş Zaman, Dijital Oyun, Dijital Oyun Bağımlılığı, Z Kuşağı.

ABSTRACT

This research was conducted to examine the digital game addictions, leisure time and variables of Generation Z students studying at Karamanoğlu Mehmetbey University Faculty of Sports Sciences. The sample group of the research consists of 210 volunteer participants from a total of 765 university students studying at Karamanoğlu Mehmetbey University Faculty of Sport Sciences. Personal Information Form developed by the researcher as data collection tools in the research; “Digital Game Addiction Scale for University Students” developed by Hazar and Hazar (2019) was used. Anova and T-Test were used in the analysis of the findings obtained as a result of the research. The analysis of the data in the research was made with the SPSS 22.0 package program. Sub-dimensions of the scale; gender, department, type of education, class, When analyzed according to variables such as daily average leisure time, leisure time adequacy, with whom he spends his spare time and the reasons for playing digital games, a significant difference was found. There was no significant difference in terms of where he spent his free time and what kind of digital game he played. According to another finding, the highest average of the participants' digital game addiction level was determined in the "emotional change and contemplating" sub-dimension and the lowest average in the "deprivation and seeking" sub-dimension. Finally, it was concluded that the digital game addiction of Generation Z university students is at a moderate level. There was no significant difference in terms of where he spent his free time and what kind of digital game he played. According to another finding, the highest average of the participants' digital game addiction level was determined in the "emotional change and contemplating" sub-dimension and the lowest average in the "deprivation and seeking" sub-dimension. Finally, it was concluded that the digital game addiction of Generation Z university students is at a moderate level. There

was no significant difference in terms of where he spent his free time and what kind of digital game he played. According to another finding, the highest average of the participants' digital game addiction level was determined in the "emotional change and contemplating" sub-dimension and the lowest average in the "deprivation and seeking" sub-dimension. Finally, it was concluded that the digital game addiction of Generation Z university students is at a moderate level.

Keywords: Leisure, Digital Game, Digital Game Addiction, Generation Z.

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
KISALTMALAR	viii
TABLolar LİSTESİ	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xi
GİRİŞ.....	1
I.BÖLÜM (Z KUŞAĞI)	9
I.1. Kuşak Kavramı ve Kuşaklar	9
I.2. Kuşak Türleri ve Sınıflandırılması.....	10
I.2.1. Sessiz Kuşak	10
I.2.2. Baby Boomerslar Kuşağı (Bebek Patlaması).....	11
I.2.3.X Kuşağı	12
I.2.4. Y Kuşağı	13
I.2.5. Z Kuşağı.....	13
II. BÖLÜM (OYUN).....	17
II.1. Oyun Kavramı	17
II.2.Oyunun Özellikleri	18
II.3. Dijital Oyun Kavramı ve Çeşitleri.....	19
II.4. Dijital Oyunların Tarihsel Gelişimi	21
III. BÖLÜM (BAĞIMLILIK VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI)......	22
III.1.Bağımlılık ve Türleri.....	22
III.1.1. Madde Bağımlılığı.....	23
III.1.2. Davranışsal Bağımlılık.....	24
III.1.3. Dijital Oyun Bağımlılığı.....	25

III.1.3.1. Dijital Oyun Bağımlılığını Destekleyen Nedenler	27
III.1.3.2. Dijital Oyunların Olumlu Yanları	27
III.1.3.3. Dijital Oyunların Olumsuz Yanları	29
III.1.3.4. Dijital Bağımlılık ve Aile	31
IV. BÖLÜM (BOŞ ZAMAN)	33
IV.1. Zaman Kavramı.....	33
IV.2. Boş Zaman Kavramı	35
IV.2.1. Boş zaman Tarihsel Gelişimi	38
IV.2.2 Boş Zamanları Değerlendirmenin Yararları.....	40
IV.2.2.1. Fiziksel Yararları.....	40
IV.2.2.2. Psikolojik Yararları	40
IV.2.2.3. Toplumsal Yararları	41
IV.2.3. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları	41
IV.2.3.1. Dinlenme Fonksiyonu	41
IV.2.3.2. Eğlenme Fonksiyonu.....	42
IV.2.3.3. Gelişim Fonksiyonu	42
V. BÖLÜM (MATERYAL YÖNTEM).....	42
V.1. Araştırma Modeli	42
V.2. Evren ve Örneklem.....	43
V.3. Kullanılan Veri Toplama Araçları.....	43
V.4. Kişisel Bilgi Formu	44
V. 6. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği	44
V.7.Verilerin Analizi.....	46
VI. BÖLÜM (BULGULAR)	47
VII. BÖLÜM (TARTIŞMA VE SONUÇ)	60
ÖNERİLER	68
KAYNAKÇA	70

EKLER	86
Ek.1. Kişisel Bilgi Formu.....	86
Ek.2. Hazar ve Hazar (2019) Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği.....	87
Ek 3. Etik Kurul İzin Onayı	89

KISALTMALAR

- APA** : Amerikan Psikiyatri Birliği.
- TBMM** : Türkiye Büyük Millet Meclisi.
- SODİGEM** : Anadolu Üniversitesi Sosyal Medya ve Dijital Güvenlik Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi.
- TDK** : Türk Dil Kurumu.

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo	Sayfa
Tablo 1. Katılımcıları Tanımlayıcı Özellikler.....	48
Tablo 2. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Alt Boyutlarının Güvenilirlikleri	49
Tablo 3. Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyut Puan Ortalamalarına Ait N, X, Ss, Minimum Ve Maksimum Değerleri	50
Tablo 4. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının cinsiyete göre karşılaştırılması.....	50
Tablo 5. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının bölüme göre karşılaştırılması	51
Tablo 6. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının öğrenime göre karşılaştırılması	52
Tablo 7. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının sınıfa göre karşılaştırılması	53
Tablo 8. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının günlük ortalama boş zaman süresine göre karşılaştırılması	54
Tablo 9. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının boş zaman yeterliliğine göre karşılaştırılması.....	55
Tablo 10. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının boş zamanını kiminle değerlendirdiğine göre karşılaştırılması.....	56
Tablo 11. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının boş zamanını nerede geçirdiğine göre karşılaştırılması	57
Tablo 12. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının dijital oyun oynama nedenlerine göre karşılaştırılması.....	58

Tablo 13. Dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının hangi tür dijital oyun oynadığı değişkenine göre karşılaştırılması.....	59
--	----

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil	Sayfa
Şekil 1. Zaman Kullanım Bölümleri	35
Şekil 2. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Q-Q plot grafiği	47

GİRİŞ

Günümüzde teknoloji oldukça popüler kullanıma ulaşmış durumdadır. İster istemez yaygınlaşan bu teknolojik boyut dünya üzerinde zamanla hakim olmuş ve tüm yaş gruplarında etkin olarak görülmektedir. Dijital çağın serüveni 20.yy da oluşmaya başlamasıyla beraber tüm ezberleri bozarak hayatımızda en kritik öneme sahip konumuna gelmiştir. Sürekli gelişen ve değişen teknolojik araçlar örneğin bilgisayarlar, tabletler ve akıllı telefonlar hayatımızda vazgeçilmez teknolojik araçlarımız olmuştur (Durualp ve Aral, 2010). Dijital oyun bağımlılığı yaşamın her noktasında görünmeye başlaması ile beraber çocukluklara, gençlere ve hatta yetişkinlere kadar ulaşmıştır. Tüm yaş gruplarında görülse de genç kuşakta daha etkin rol almaktadır (Gentile 2009, Rideout, 2010).

Teknolojik alışkanlıklar, insan hayatında eksikliğin olması durumunda fark edilecek düzeyde kendini konumlandırma potansiyeline sahip olması ile beraber bir yönden de bireysel ve toplumsal açıdan gelişim düzeyini etkilemede önemli bir role sahiptir (Bauman, 2012). Bu süreç içerisinde bilgi ve iletişim teknolojileri alanında meydana gelen gelişmeler günlük yaşantımızın tüm eksenine yayılarak alışkanlıkları değiştirmeye sebep olmuştur. Teknolojik gelişmeler ile beraber dijital ortamların da yaygınlaşması, oyunlara karşı ilgisi bulunan bireylerin oyuna olan tutumunu değiştirdiğinden, oyun kavramının şekillenerek yeniden oluşmasında önemli bir rol oynamış ve bu değişimin sonucu olarak dijital oyun kavramı oluşmuştur (Ülker, Acar ve Bülbül, 2017). Dijital oyun kavramının şekillenmesi ile beraber dijital oyun bağımlılığı yaşamın her noktasında görünmeye başlaması kaçınılmaz olup devam eden süreçlerde çocukluklarda, gençlere ve hatta yetişkinlere kadar ulaşmıştır. (Gentile 2009, Rideout, 2010).

Dijital oyunlar, oyun oynayan bireylerin boş zamanını değerlendirmek üzere oluşturulmuş olsa da eğitim, eğlence, yarışma gibi birçok noktada cevap niteliği taşıyan aktiviteler olarak kabul edilmektedir. Dijital oyun oynamak yorucu hayat temposundan uzaklaşmak için bir çıkış yolu olarak anlaşılabileceği gibi akranlar arasında sosyal kabul edinimini gerçekleştirebilen bir iletişim aracı olarak da kabul edilebilmektedir. Sağlıklı yaşam biçiminin parçası olarak aşırıya kaçmadan kontrolü kaybetmeden dijital oyunları oynamanın normal olduğu, hatta oyunların duygusal boşalma ve rahatlama gibi insana pozitif katkıları da bulunduğu kabul edilmektedir (Green ve Bavelier 2003, Prot 2014). Ancak, oyun oynama isteği kişi tarafından kontrol altına alınamıyor, duygu ve düşüncelerde, sosyal yaşamda değişime sebep oluyor ise problemten ya da bağımlılıktan söz edilmektedir (Griffiths ve Davies 2005, Ögel, 2012, Young, 2009)

Bağımlılık, kullanılan herhangi bir nesne nedeniyle gerçekleştirilen eylem üzerinden iradenin ortadan kalkması sonucu sorumluluklarını bir kenara koyularak bireyin zamanını ve fiziksel enerjisinin neredeyse çoğunu iradesini kontrol altına alan bağımlısı olduğu eyleme ya da maddeye harcamasıdır (Kodaman ve Dinç, 2016). Toplum arasında bilinen madde bağımlılığının yanı sıra son günlerde ebeveynleri ve eğitimcileri en çok kaygılandıran bağımlılığın dijital oyun bağımlılığı olduğu ifade edilmektedir. Neredeyse tüm oyunlara çocuk veya gençlerin kolaylıkla erişim sağlayabilmesi dijital oyunlar toplumu yaratırken diğer taraftan hem bireysel hem de toplumsal olarak bir tehdit niteliğini oluşturmaya başlamıştır. Dijital hayata adapte olan bireyler oyunların gerçekliğine kapılıp uzun süre ekran başında kalması zamanla oyunu bırakamama veya olağan hayatın sorumluluklarını unutması ya da yapmaması, aile içi veya sosyal ortamda iletişim kurmakta zorlanması, dijital oyunları sosyal hayatının merkezine alarak başka hiçbir şeye zaman ayırmaması (Arslan, Kırık, Karaman ve Çetinkaya, 2015); sosyal olarak kendini

yaşadığı çevreden soyutlaması, psikolojik ve sosyolojik rahatsızlıklar yaşaması gibi pek çok olumsuz netice ile karşılaşmaktadır (Şahin ve Tuğrul, 2012).

Çoğu kuşaktan insanlar oyun oynamaktadır. Sosyal bir varlık olarak ifade edilen insan olgusu, yaşamını devam ettirirken zamanla içinde bulunduğu kültürel ya da toplum kuralları olarak şekillenmiş kuralları benimseyerek davranışsal olarak sergiler. İfade edilen bu ortak kurallar küçük yaşlardan itibaren oluşmaya başlamasıyla beraber toplum açısından ortak kurallar bütünü oluşturarak toplumsal düzeyde benzer davranışlarının öğrenilmesidir (Kağıtçıbaşı, 2016).

Dijital oyun bağımlılığı yaygınlığı ülkeden ülkeye değişen kültürel yönü de olan bir hastalıktır. Doğu Asya ülkelerinde dünyanın kalanına göre daha yüksek yaygınlık oranları bildirilmiştir. Güney Kore’de oyun bağımlılığı tanısı konulan çocukların %24’ünün hastaneye yatırılarak tedavi edildiği, Japonya’da ise oyun bağımlısı çocukların teknolojiden uzak rehabilitasyon merkezlerinde tedavi edildiği bilinmektedir (Şengül ve Büber, 2016).

Uluslararası çalışmalara göre, oyun bağımlılığı yaygınlığı %0,6-15 arasında değişmektedir. Özellikle Çin, Kore ve Tayvan’da problemli çevrimiçi oyun oynama davranışlarının ciddi bir halk sağlığı sorunu haline geldiği bildirilmiştir. Amerikan Tıp Birliği’ne göre ise Amerikalı gençlerin %90’ı dijital oyun oynamakta ve %15’inin oyun bağımlısı olduğu tahmin edilmektedir (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016).

Türkiye genelinde ise oyun bağımlılığı yaygınlığı tam olarak bilinmemektedir. Tüm bu sebeple, ülkemizde dijital oyun bağımlılığı ile ilgili çalışmalara ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Son yıllarda ortaya çıkan ve yaygınlığı gün geçtikçe artan dijital oyun bağımlılığında çocuk ve ergenler risk grubu olarak değerlendirilmektedir. Çocuk ve

ergenlerin yanı sıra tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de giderek önemli bir halk sağlığı sorunu haline gelmektedir. Bu durum söz konusu bağımlılık türünün önlenmesi adına atılması gereken adımların ivedilikle hayata geçirilmesini zorunlu kılmaktadır (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştay Raporu, 2018).

Problem Durumu

Geçmiş yıllara göre her yıl dijital oyun alanında artan oyun sayısı ile beraber dijital oyun oynayan kişi sayısının da artmasına neden olmuştur. Dünyada 1 milyarı aşkın oyun oynayan kişi varken Türkiye’de ise bu durum 20 milyon düzeyinde olup oyun pazarında da ekonomik değerin 100 milyon dolarlık bir paydan söz edilmektedir. Artan ilgi ve kullanıcı sayısı ve oyun üretiminde de meydana gelen artışla beraber sektör hızla ilerlemektedir. Oyunlar genel olarak yaş ve cinsiyet ayrımı yapmaksızın herkese hitap ederek insanların yaşamlarında bir parçası olmaya başlamıştır. Oyunların temel mantığı aslında gerçek hayattan esinlenip insanların gerçek hayatta yapamayacakları eylemleri veya isteklere cevap niteliğindedir. Gelişen oyunların yaygınlaşması ile beraber her geçen gün artan akıllı aygıtlar dijital oyunların popülaritesini arttırmıştır (Karahisar, 2013). Kapitalizmin en önemli endüstri ürünlerinden biri olan dijital oyunların üretilme nedenlerinin en önemlisi meta değeri için üretilmesidir (Binark ve Sütçü, 2008).

Dijital oyunlar ergenler ve yetişkinler arasında önemli derecede popüler boş zaman aktivitesi olarak görülmektedir (Männikkö, Mendes, Barbosa ve Reis, 2014). İnsanlar tarafından boş zaman aktivitesi oyun oynama olarak görülmesi boş zaman kavramının açıklanması gerektiğinin göstergesidir. Boş zaman bireylerin zorunlu sorumlulukları dışında kalan zaman diliminde özgür iradesi ile gerçekleştirilebilen aktivitelerdir (Batı, 2011).

Anadolu Üniversitesi Sosyal Medya ve Dijital Güvenlik Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi (SODİGEM) araştırmacılarının yaptığı bir anket sonucuna göre, üniversite öğrencilerinden oluşan 18-24 yaş arası gruplarda covid-19'un da etkisi ile beraber dijital oyunlarla geçirdikleri süre artmış olduğu belirlenmiştir (Hürriyet, 2021). Bunun yanı sıra belirtilen bu yaş grubu üyelerinin üniversite öğrencileri olmasının sebebi de daha bağımsız hayat sürmeleri, akıllı telefon ve dijital oyunlara ulaşmada daha kolay ve özgür olmaları gibi nedenlerden dolayı dijital oyunlarla daha fazla zaman geçirmektedirler (Hazar ve Hazar, 2019). Bu bağlamda çalışmanın amacı doğrultusunda Z Kuşağının Dijital Oyun Bağımlılıklarının Boş Zaman ve Değişkenlerinin İncelenmesi literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Problem Cümlesi

Z kuşağı üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

Araştırmanın Amacı

Üniversitenin Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören Z kuşağı öğrencilerinin;

1. Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören Z kuşağının boş zamanlarını dijital oyunlarla değerlendirme yaklaşımları nedir?
2. Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören Z kuşağının dijital oyun bağımlılık düzeyi nedir?
3. Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören Z kuşağının dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlere göre incelenmesi demografik özellikler bakımından (cinsiyet, bölüm, öğrenim şekli, sınıf, günlük boş zaman

süreniz, günlük boş zaman sürenizi yeterli buluyor musunuz, boş zamanlarınızı genelde kimlerle değerlendirirsiniz, boş zamanlarınızı genelde nerelerde değerlendirirsiniz, boş zamanlarınızda dijital oyun oynama nedeniniz, boş zamanlarınızda hangi tür dijital oyunları oynamaktasınız) anlamlı farklılıklar göstermekte midir?

Hipotezler

H₁. Cinsiyet değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermektedir.

H₂. Bölüm değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermektedir.

H₃. Öğrenim şekli değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı farklılık göstermektedir.

H₄. Sınıf değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermektedir.

H₅. Günlük ortalama boş zaman süresi değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermektedir.

H₆. Günlük boş zaman sürenizi yeterli buluyor musunuz değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermektedir.

H₇. Boş zamanın değerlendirildiği yer değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermektedir.

H8. Boş zamanlarınızı genelde nerelerde değerlendirmeye özen gösterirsiniz değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermektedir.

H9. Boş zamanlarınızda dijital oyun oynama nedeniniz nedir değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermektedir.

H10. Boş zamanlarınızda hangi tür dijital oyunları oynamaktasınız değişkenine göre Z kuşağının dijital oyun bağımlılığı düzeyleri farklılık göstermektedir.

Araştırmanın Önemi

Küresel olarak yaygınlaşan internet ve dijital aygıtlar, yaşamımızı kolaylaştırmasının yanı sıra insanlar için eğlence ve haz kaynağı haline gelmiştir. Sanayileşme ve teknolojik atılımlarla beraber geleneksel oyunların yerini ekran tabanlı oyunlar almış durumdadır. Oyun endüstrisinin ekonomideki yeri ve oyunlara karşı talepler gün geçtikçe artmaktadır. Teknolojik gelişmeleri yakından takip eden ve genellikle yaş gruplarına göre gençler arasında daha popüler olan dijital oyunlar popüler bir kültür aktivitesi haline dönüşmüştür. Gelişen ekonomik yapı ve sanayileşme ile beraber çalışma saatlerindeki hafifleme ve esneklikler insanların boş zamanlarını arttırırken ortaya çıkan boş zamanları değerlendirmek için bireyler farklı aktiviteler arayışına girmektedir. Ayrıca sağlıklı yaşamın gereğince dijital oyunların irade kontrolü dâhilinde oynanması bireylerin duygusal boşalması ve rahatlmasına olumlu katkıları olduğu görülmektedir.

Olumlu katkılarının yanı sıra dijital oyunlar bireyler için pek çok olumsuz etkileri de beraberinde getirmektedir. Bu olumsuzlukların en önemlisi maalesef dijital oyun bağımlılığıdır. Toplum arasında bağımlılık maddesel bağımlılıklar olarak bilinmesine karşın dijital oyunlara karşı artan ilgi ve kontrol dışı oynanması irade kontrolünü

etkileyerek bağımlılık düzeyine ulaşmasına sebep olmaktadır. Aile içerisinde sosyal ilişkilerin yerini dijital oyunların almaya başlaması insanların sosyal hayattan uzaklaşması insanları dijital oyunlara itmektedir. Dijital oyunlar bireylerde aile içi çatışmalara veya duygusal sorunlara neden olmasının yanı sıra farklı birçok sorunu da beraber getirmektedir.

Bu yüzden sürekli gelişen dünya yapısının da insanların oyunlara karşı daha bilinçli olarak tutumlar geliştirilmesi, olumlu kazanımlar elde edeceği etkinlikler yapması kişilerin dijital oyunların bağımlılık tuzağına düşmesini engelleyebilir. Üniversite öğrencilerinin eğitim hayatına başlamasıyla beraber var olan boş zamanlarını üniversitenin sunmuş olduğu fiziki imkanlar veya şehrin sunduğu imkânlar dahilinde en etkin ve verimli bir şekilde değerlendirilmesi bireylere olumlu kazançlar sağlayarak dijital oyun bağımlılığından uzak kalmalarını sağlayabilir. Bu çalışma ile ortaya konulacak Z kuşağının dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlere göre incelenmesi boş zamanları daha etkili kullanmasını sağlayacaktır. Bu konuda ülkemizde az sayıda çalışma olması sebebiyle daha sonra yapılacak benzer çalışmalara kaynak teşkil etmesi açısından da önemli olduğu düşünülmektedir.

Sınırlılıkları

1. Araştırma Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören Z kuşağı öğrencilerinden oluşan toplamda 765 kişi ile sınırlıdır.
2. Araştırmadaki veri toplama araçları, Kişisel Bilgi Formunda yer alan 10 madde, Dijital oyun bağımlılığı ölçeğinde yer alan 21 madde ile sınırlıdır.

Sayıtlar

1. Araştırma yöntemi amaç ve alt amaçlara uygundur.

2. Araştırmada kullanılan Dijital bağımlılık ölçeğine Z kuşağı üniversite öğrencileri kendi gerçek durumlarına ve düşüncelerine uygun şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

I.

BÖLÜM (Z KUŞAĞI)

I.1. Kuşak Kavramı ve Kuşaklar

İki bin yılı aşkın süre öncesinde başlayan insanlık tarihi ile beraber, hemen hemen aynı yıllar içerisinde doğmuş, benzer dönemin konjonktüründe, dolayısıyla birbiri aynı sorumluluk ve görevlere sahip olan topluluğa kuşak denilmektedir (Drucker, 1991, Akt: İzmirlioğlu, 2008).

İnsanlık tarihi boyunca günümüze kadar insanlar arasında birçok etkileşim ve iletişim şekilleri bulunmaktadır. Var olan bu çeşitlilik zamanla değişim ve gelişimi kaçınılmaz hale getirmiştir. İletişim ve karşılıklı etkileşim devamlılık kazanmasıyla beraber dünyaya gelen bireyleri ortaya çıkararak kuşak kavramının oluşmasını ve bununla beraber dogmasını sağlamıştır (Aygenoğlu, 2015). Kuşak kavramına baktığımızda Antik Yunan ve Eski Mısır uygarlığına kadar uzandığı gözlemlenirken bununla beraber ilk defa kuşak kavramı ile yapılan araştırmalar Augusto Comte 1830-1840 yılları arasında başlamıştır (Adıgüzel, Batur ve Ekşili, 2014).

Geçmiş yıllarda kuşak kavramının oluşmasına baktığımızda biyolojik olarak 20 ile 25 yıllık aralık kuşak olarak kabul edilirken bu süreç aralığı gelişen mevcut sosyo-ekonomik şartlara göre tekrardan bu konu üzerinde düşünülmesinde fayda olacağı görüşü kabul edilmektedir. Bunun sebebi ise araştırma sonuçlarına göre ilk bebeğini doğuran kadınların yaş ortalaması 1982’de 25- 47 iken bu yaş aralığı 2010 yılında ise doğurganlık yaş ortalamasının 31 yaşına ulaştığı görülmektedir (McCrindle ve Wolfinger, 2010). Sonuç

olarak günümüzdeki var olan gelişmiş teknolojinin ve kuşaklar arası farklılığının artması çocukların doğumlarının ertelenmesi gibi sebeplerden dolayı kuşak tanımı için sosyolojik tanımlara ihtiyaç bulunmaktadır (Keleş, 2011).

I.2. Kuşak Türleri ve Sınıflandırılması

Sosyologlara göre kuşaklar kişilerin doğum yıllarına, kültürel ve çeşitli karakteristik özellikleri yansıtır. Bu yüzden her dönemin kuşağı o dönemin izlerini taşımaktadır. Bu kuşaklar ise Sessiz Kuşak, Baby Boomerslar ile X, Y, Z kuşaklarıdır. Ancak Sessiz Kuşak kuşağının öncesinde var olan kuşaklar şu şekilde sıralanabilir (İzmirlioğlu, 2008);

1. Büyük Değişim Kuşağı: Yüzyılın başından I. Dünya Savaşı'na kadar doğanlar.
2. Savaş Kuşağı: 1914-1918 yılları arasındaki kuşak.
3. Ümit Kuşağı: 1918-1929 yılları arasındaki kuşak.
4. Depresyon Kuşağı: 1929-1939 yılları arasındaki kuşak.
5. II. Savaş Kuşağı (War Babies): 1939-1945 yılları arasında doğan kuşak (Ertem, 2003, Akt: İzmirlioğlu, 2008).

I.2.1. Sessiz Kuşak

Günümüzün yaşlı ve emeklisi olan bu kuşak 1900 ile 1945 yılları arasında doğanları kapsamaktadır. Bu kuşak üyeleri birçok sıkıntılı dönemlerde yaşamışlardır. Hem 1929 ekonomik buhranını hem de II. Dünya Savaşını tanık olmuşlardır (Demirkaya, Akdemir, Karaman ve Atan, 2015).

Sessiz kuşak insanı olarak bilinen bu kuşak günümüzün anneannesi babaannesi olarak bilinmesi onları gelenekselci kuşak olarak ön plana çıkarmaktadır. Bu kuşak üyelerinde genel olarak var olan değişimi sevmeme, risk almama, liderlik ve genelde

otoriter kurallara bağılı olmayı seven bir kuşaktır. Bu kuşak üyelerinde güven duygusu hakim olurken bunun yanında disiplinli, adaletli ve çok çalışan bir kuşaktır (Ayhün, 2013).

Mevcut imkanlar dahilinde bulundukları zaman diliminde var olan teknolojinin yetersiz olması onların ilgi alanını gazete, dergiye veya radyoya yoğunlaştırmıştır. Var olan yaşamsal sorunlarla beraber gazetelere ulaşmada bile zorlanmış sessiz kuşak üyeleri (Güngör, 2009).

I.2.2. Baby Boomerslar Kuşağı (Bebek Patlaması)

1946-1964 yılları arasında doğan bu kuşak Baby boomers kuşağıdır. Dünyayı etkisi altına alan II. Dünya Savaşı'nın ardından nüfusta ani patlama yaparak o yıllar içerisinde dünyaya gelen nesli kapsamaktadır. Nüfustaki ani patlama ile beraber ekonomideki yükselişinde olumlu olması ile beraber bu kuşağın düşünce yapısını etkilemiştir. Bununla beraber bu kuşağın farklı kültür ve yapılar arasında farklılıkları bulunmaktadır (ERC Raporu, 2011).

Baby Boomerslar döneminin özellikleri ise bireylerinin daha az ve küçük şeylerle mutlu olabilen vefa duygusuna ve otoritelere karşı saygıya sahip olması ile ön plana çıkmaktadır. Bu kuşağı oluşturan kesim genellikle kendi düşüncelerini kararlarının engin düşünce ile esinlendiklerini ve bu yüzden X ve Y kuşağının daha çok hassas davranmasını ve uygulamasını isterler. Bu isteklerinden ve düşünme yapılarından dolayı onlardan sonra gelen kuşaklar Baby Boomerslar kuşağını daha kuralcı yeniklere kapalı olarak görmektedir (Acılioğlu, 2015). II. Dünya savaşı esnasında veya sonrasında doğan bu kuşak soğuk kuşak olarak ta bilinmektedir. Küresel bir savaşın ardından patlayan nüfusla beraber bu kuşağın Türkiye'de yoğun olduğu görülmektedir (Çatalkaya, 2014).

I.2.3.X Kuşığı

Bu kuşak 1965 ile 1979 yılları arasında doğanlar olarak sınıflandırılırlar (Alwin, 2002). Dünyada ortaya çıkan ani değişimler sebebi ile bu kuşak geçiş kuşağı olarak da bilinmektedir. Uluslararası ve ulusal olarak radikal dönemlerden geçen dünyada bulunan bu kuşak döneminin şartlarını gözlemleyerek hatta şahit olarak büyüdüler. Alışılmış siyah beyaz ekranlardan renkli televizyonlara geçilmesi binlerce insanın tutuklanması bununla beraber 1980 darbesinin olması ve insanların sosyal hayatlarındaki sınırlayıcı yasakların olması ayrıca Türkiye ekonomisinin liberalleşerek iç piyasada ithal mal tüketimine açılması gibi birçok değişikliği bu kuşak yaşamıştır (Acılioğlu, 2015).

X kuşağından önce var olan Baby Boom kuşağında oluşan aşırı çocuk sayısı nedeniyle X kuşağı çocukları yetiştirilme konusunda ihmal edilmiştir. Ailelerin yetiştirme yaklaşımlarından dolayı bu kuşak bireyselci bir kuşak olarak öne plana çıkarken aynı zamanda kanaatkâr ve sadık özellikleri de yoğun olarak görülmektedir (Acılioğlu, 2015).

Oldukça popüler kullanımı yaygın olan ilk kişisel bilgisayarlar X kuşağı döneminde piyasaya sürüldü, bu yüzden bu kuşak teknolojinin başlangıcı görünümü sunmaktadır. Bu nedenle X kuşağının teknoloji ile uyumu ve yetkin kullanma becerisi olduğu için zamanla yayılarak ülke genelinde köklü teknolojik ilerlemelere hız verilmesini sağlamıştır (Yelkikalan ve Altın, 2010).

68 kuşağının siyasi bakış açısı ile beraber çocukluk dönemini geçiren ardından 1980 darbesiyle de karşı karşıya kalan bu kuşak psikolojik olarak tedirgin ve korku duygusunun yoğun olduğu bir kuşaktır. O dönemin şartlarında var olan bu olumsuz olaylar toplumunda devlet otoritesine karşı tedirgin olmasına sebep olmuştur. Baby Boom kuşağının aksine bu kuşak daha az çocuk düşünerek daha fazla çalışmayı hedeflemiş ve

yaşam şartlarını artması onları mutlu eden bir yaklaşım olarak görülmektedir (Şalap, 2016).

I.2.4. Y Kuşağı

1980 sonrası dünyaya gelen nesli kapsayan kuşak Y kuşağıdır (Yüksekbilgili, 2013). Dünyayı etkisi altına alan savaşların felaketlerin olmadığı ekonomik refahın yüksek düzeyde olduğu bir dönemde yaşamıştır. Küresel olarak hızla gelişen ve yaygınlaşan internet ve sosyal ağların hayata geçirdiği kuşağın çocuklarıdır Y kuşağı. Teknoloji ile beraber toplum arasında oluşan popüler kültür toplumun tüm zeminine yayılarak etkisi altına girmeye başlamıştır. Elde dilen teknolojik alt yapı ile beraber bilgiye ve bireyler arası iletişimin kolaylaşması büyük oranda gelişmiş ve bu durum bireylere güç verirken öz güvenlerini de arttırmıştır. Küresel bir ağ haline dönüşen internet sayesinde mesafelerin yaklaşması bununla beraber bilişim teknolojileriyle ilgilenen İşletmelerin insanların çoğu yaşam biçimini kontrol edebildiği ve etkilediği bir çevrede yaşamlarına devam ederken yaygınlaşan internet sayesinde de anlık haberlerin öğrenilebildiği bir kuşaktır (Acılioğlu, 2015).

Y kuşağından hemen sonra gelen Z kuşağı ile aralarında akrabalık bağı bulunan bu kuşaklar ilginç kuşak örneklerindendir. Y kuşağının Z kuşağında doğan çocukların anne babaları olması Y kuşağının yaşamlarından edindikleri çoğu deneyimlerini aktarma açısından önemlidir. Yapılan birçok araştırmada Y kuşağının teknoloji ile daha sıkı olmasının Z kuşağını da olumlu yönde etkileyeceğini göstermektedir (Tuna, 2002).

I.2.5. Z Kuşağı

2000 yılından sonra Y kuşağının sonlanmasıyla dünyaya gelen insanları kapsayan kuşaktır. Z kuşağı için pek çok farklı nitelendirmeler görülmektedir. Bunlar; Gelecek

Kuşak (Next Generation), iGen, Her Zaman Çevrimiçi (Instant Online), .com Çocukları gibi nitelendirilen isimler arasındadır. Yapılan literatür araştırmalarında Strauss ve Howe Z kuşağı nesli için genellikle daha çok insanlar arası iletişim azalacağı bunun sonucu olarak da bireyselleşen ve hali ile yalnızlaşacak bir kuşak olarak nitelemektedir. Bundan dolayı bu kuşak üyelerine ‘Sessiz Kuşak’ tanımı yapılmaktadır (Aydın ve Başol, 2014).

Kendinden önceki kuşakta da olduğu gibi teknolojik cihazlarla iç içedir ancak diğer kuşaklardan farklı olan bir diğer özellik ise bu kuşağın teknoloji bağımlısı olduğu görülmektedir. Özellikle teknolojik alt yapıların ve ekonomik yatırımların artmasıyla erişimin kolaylaşması bireyleri bağımlı hale gelmesinin önünü açmıştır (Kavalcı ve Ünal, 2016).

Z kuşağını diğer kuşaklardan ayıran bir diğer özellik ise teknolojinin küresel hale bürünerek yaygınlığını arttırması ve en olmaz denilen alanlara örneğin özel yaşama dahi entegre olması bu kuşağın birçok özelliklerinden biri olarak ifade edilebilir. Hayatın akışında var olan teknolojiyi olabildiğince aktif bir şekilde kullanabilen bu kuşak var olan görev sorumluluklarını yerine getirirken hızlı olmayı sevmesinde dolayı teknolojinin kullanımını kaçınılmaz kılmaktadır (Arar ve Yüksel, 2015). Z kuşağını oluşturan dönemin insanları teknolojiyle içli dışlı olması onların daha pratik zekaya sahip olmaları ve elde edilen bilgiyi daha hızlı işleye bilen kişisel özelliklere sahip oldukları görülmektedir. Teknolojinin çocukları olarak nitelendirilen Z kuşağı teknolojinin aktif olarak kullanılması sayesinde bilgiye erişim kolaylaşmış, uyum süreci aşılmış ve bu yaşamın vazgeçilmezi olan teknoloji kıtaları daha yakın yaparken kültürleri ise ortak bir noktada buluşturmayı başarmışlardır. Birçok kesim tarafından teknolojinin çocukları olarak nitelendirilen bu kuşağın yaşamları içerisinde bu kadar teknoloji olmasının tabi ki bazı olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Bunlar ise daha agresif olmaları, ben merkezli ve bireysel yaşama daha

dönük olmalarından dolayı grup veya topluluk bilincinin gelişmesinde olumsuz etkileri görülmektedir (Akar, 2015).

Çalışma hayatında Z kuşağı “X” ve “Y” kuşakları ile karşılaştırıldıklarında daha çok çalışma anlayışına hakim olurken bunun sonucu olarak daha çok para elde etme anlayışı ve isteği de vardır. Bu kuşak insanların ekonomik özgürlüklerine daha düşkün ve kendi ekonomik oluşumu için girişimlerde bulunduğu görülmektedir. Teknolojinin vazgeçilmez olduğu kanısında olan Z kuşağının yüzde 57’si teknolojinin kendilerini daha üretken olmalarını sağladığını düşünürken yüzde 39’u akıllı telefonlar, yüzde 37’si ise bilgisayarların artık zaruri bir ihtiyaç olarak düşünmektedir (Seymen, 2017).

Amerika’da yapılan araştırmaya göre nüfusun %25,9’unu oluşturan Z kuşağının özellikleri ise şu şekilde sıralanabilir:

- 1.Z kuşağı kendini eğitebiliyor ve bilgiye nasıl ulaşmayı iyi biliyor.
2. Bu kuşak olgun, işini bilen ve özgüven sahibi bireylerden oluşuyor.
3. %33’ü dersleri on-line izliyor.
- 4.%20’si ders kitaplarını tabletlerden okuyor.
- 5.%32’si sınıf arkadaşlarıyla beraber on-line olarak ders çalışıyor.
- 6.%52’si sosyal medyayı ve Youtube’u ödev ve araştırmaları için kullanıyor.
- 7.%76’sı hobilerinin tam zamanlı işleri olmasını arzuluyor.
- 8.%70’i bir gün kendi işini kuracağına inanıyor.
- 9.%60’ı mesleğinin dünyayı etkilemesini arzuluyor.
10. %76’sı insanlığın dünyaya etkileri konusuyla ilgileniyor.
11. %41’i okul dışında bilgisayar başında 3 saatten uzun zaman geçiriyor.
- 12.Dünyada bir fark yaratmak istiyor.
13. Z kuşağı üyesi gencin ortalama dikkat süresi 8 saniye.

14. Gizliliğe önem veren Z kuşağı Snapchat, Whisper, Secret gibi sosyal platformları tercih ediyor (SB, 2015).

Birçok farklı çalışmaya göre 2000 yılından sonra doğan ve ‘Kristal Nesil’ olarak nitelendirilen bu kuşak üyeleri oldukça duygusal yapıya sahip, internetin olmadığı bir dönemin şartlarını hiç yaşamamış bu yüzden somut veri kaynakları olan ansiklopedilerden uzaklaşarak akıllı cihazlara sahip olan nerdeyse dijital bir kütüphaneye dönüşen platformlarda yaşayan bir jenerasyondur. Bununla birlikte ulusal ve uluslararası gerçekleşen önemli olaylara karşı hassas ve eşitlik ve adalet duygusu daha yoğun bir kuşaktır (Tas, Demirdöğmez ve Küçükoğlu, 2017).

Z kuşağı ile yapılan araştırmalara bakıldığında Z kuşağının dijital medya ile büyümüş olması birçok teknolojik aygıtlarla iç içe yaşamın bir parçası olması bu kuşak ile ilgili birçok çalışmanın yapılmasını sağlamıştır. Yapılan bu araştırmalara baktığımız da ise Z kuşağının birçok kategoride ele alınarak incelenmiştir. Bunlar;

1. Tüketici olarak Z kuşağı davranışlarını inceleyen,
2. İş hayatında nasıl olabileceklerine ilişkin araştırmalar yapan,
3. Eğitim ortamlarında öğrenme stilleri üzerine yoğunlaşan,
4. Sosyal medya kullanımlarını inceleyen ve genel olarak Z kuşağı tanımı ve kritik özellikleri üzerinde duran araştırmalardır.

Bu yapılan çalışmalar da amaç gelecek kuşakta iş ve aile hayatında olacak bu kuşağın ne gibi ihtiyaçlarının olacağını belirleyerek bu kritik nesli anlamaya çalışmaktır (Jaleniauskiene ve Juceviciene, 2015, Prensky, 2001).

Z kuşağının kişisel karakterinin oluşmasında nasıl yetiştirildiğinden daha çok karakteristik özelliklerinin belirlenmesinde yaşamış oldukları sosyolojik ve ekonomik değişkeler daha çok önemlidir. Bu değişiklere göre şekillenen bu kuşağın bakış açısının

oluşmasında da kritik görev üstlendiği görülmektedir (Mcrindle ve Wolfinger, 2009). Diğer kuşaklara göre dijital aygıtlarla ve internetle iç içe olan bu kuşağın eğitim ve öğretim de hazırbulunuşluk düzeylerini etkileyeceği görülmektedir (Süer, Sezgin, Oral, 2017)

II. BÖLÜM (OYUN)

II.1. Oyun Kavramı

Türk Dil Kurumu'nun (2019) yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence olarak tanımlamış olduğu oyun kavramı kelime anlamı olarak birçok anlamı barındırmaktadır. Oyun kavramı birçok disiplinlerin bir parçası olduğu halde, sınıflandırma tanımına ilişkin bir fikir birliği halen yoktur. Bu nedenle dijital oyunlara yönelik ilgili literatür araştırması yapıldığında çeşitli tanımlamalara rastlanan oyun kavramıyla karşılaşılmaktadır. Araştırma sonucunda çeşitli oyun tanımlamalarına rastlanmasının en önemli sebeplerinden birini ise sürekli değişen toplumsal özellikler sonucunda oluşan oyunların ortaya çıkmasıdır. Bu durumdan kaynaklanan tanım farklılaşmalarının diğer bir sebebini ise değişen ve gelişen teknoloji ve sunduğu sosyal şartlar oluşturmaktadır. Bu nedenle günümüzde rastladığımız teknolojiyle birlikte kendini yenileyen oyun kavramı da sürekli bir biçimde bambaşka çok farklı boyutlarda kendini göstermeye başlamıştır (Akkaya, 2020).

İnsanlığın temelinde belki de en temel istek “oyun oynama“ isteğidir. Neredeyse tüm kültürlerin kaynağını oluşturan, insanla var olan ve ona soyut düşünme becerisini kazandırmakla birlikte, onu özgürleştiren yaratıcı bir eylemdir oyun. Schiller oyunla insanı özdeşleştirir ve oyunu insan olmanın önkoşulu sayar adeta: “İnsan, sözcüğün tam

anlamıyla, insan olduğu yerde oynar ve o, ancak oyun oynadığı yerde tam insandır”. Birçok farklı tanımlamalar olsa da oyun kavramının temelinde tamamen özgür irade ile vakit geçirilebilen kuralara veya kurallara bağlı kalmadan düzenlenmiş, bir başkasının baskısının bulunmadığı ortamlarda gerçekleştirilirken ayrıca fiziksel, psikolojik vb. pek çok yönden olumlu etkileri görölmektedir (Eni, 2017).

II.2.Oyunun Özellikleri

Oyun zorunluluk yerine çocuğın özgür dünyasının önemli bir parçasıdır. Oyun dışarıdan gelen beklentilere cevap vermek yerine çocuğın mutlu olmasını amaçlar. Oyun geleceği dönük anlamlı ve değişime açıktır. Oyun çocukların hayat sürecinde elde ettikleri deneyimleri şu anki hayat içerisinde oyun formatında kullanarak yaşaması deneyimlerle mevcut yaşam arasında bağ kurmasında yardımcı olur. Oyun pek çok farklı meslek, iş veya kişinin rollerine girmesine imkân tanıyan girmiş olduğu kişi gibi düşünmeye çalışan veya onun nasıl davrandığını hayal kurarak “...olsam ben ne yapardım” gibi hareket etmesini sağlar. Oyunların başrol oyuncusu veya öznesi olan oyuncular oyunlarda aktif rol alarak nesneleri, oyun içerisindeki olayları araştırır ve kendince sorgulayarak neden sonuç ilişkisi kurar bu kurmuş olduğu mantık ise çocuğın keşfetme duygundan kaynaklanır. Oyunun içerisindeki keşif veya merak duygusu onun her ne konu veya materyal olursa olsun farkındalık geliştirmesini sağlar (Aksoy ve Çiftçi, 2019).

Her bir oyunun kendine göre belirli kuralları formatları mevcuttur. Bu kurallar bazen gizli bazen ise belirtilerek oyun şekillendirilir. Oyunda kaybetme ya da başarısız olma riski yoktur, oyun içerisinde karar mekanizması oyunculardır. Küçük çocuklarda oyun kuralları farklılık gösterebilir bunun sonucunda nesneler veya davranışlar o çocuğın hayal dünyasına göre şekillenerek oluşur. Ancak belirli bir yaş seviyesindekiler için bu durum aynı değildir onlar var olan oyun kurallarının oyun oynamadan önce kabul eder ve

ona göre harekete geçer. Oyun eğlence ve basit yolla mutluluk kaynağıdır. Oyun içerisindekiler dışardan takdir edilmek yerine veya verilecek bir ödülün dışında oyunun vermiş olduğu haz için oynarlar bu oyun ise amatörlik duygusunun olmasını profesyonellikten uzak olmasının sağlar (Aksoy ve Çiftçi, 2019).

II.3. Dijital Oyun Kavramı ve Çeşitleri

Dijital oyunları ile geçmiş zamanlarda oynanan oyunlar arasında temel anlamda homojen bir yapı bulunmaktadır. Bu iki oyun kavramı birbiriyle paralelliklerinin yanı sıra ayrıştıkları durumlar ise oyun oynanan alan, oyuncu sayısı ve oyun oynarken kullanılan araç gereçler olarak ifade edilebilir (Hazar, 2016). Eski dönemlere göre sokaklarda ya da mahalle aralarında oyun oynayan çocuklar veya gençler bu dijitalleşmenin hız kazanmasıyla beraber bilgisayar, laptop ve telefon gibi cihazların başına geçerek dakikalarca hatta saatlerce oturarak oyun oynamaktadır (Binark ve Bayraktutan-Sütçü, 2008).

Literatür taraması sonunca dijital oyunların farklı türlere ayrıldığı görülmektedir. Bu türler Kirriemuir ve McFarlane (2004) tarafından genel olarak aksiyon-macera, dövüş, spor, strateji, zeka/bulmaca, simülasyon ve rol yapma oyunları gibi bölümlere ayrılmıştır. Dijital oyun türleri amaçlarına ve yapılarına göre şu şekilde sıralanmaktadır;

1. Aksiyon/Macera oyunları: Oyuncuların sürekli olarak reflekslerini dinamik bir şekilde tutarak oyun esnasında oyuncuları hep mücadele etmeye odaklandırır. Oyun platform olarak hareketli ve canlı bir görsel efektlere sahiptir. Dijital oyun alanında oldukça eski bir oyundur. Genellikle görevlendirmeler verilerek oyuncu yönlendirilir (Köse, 2013).

2. Dövüş oyunları: Bir veya birden fazla oyuncudan oluşan online platform üzerinden dövüşerek puan toplanan bir oyun türüdür (Topşar, 2015).
3. Zeka/Bulmaca oyunları: Birbiriyle ayrı olan parçaları birleştirme ya da bir bütünü parçalara bölerek o esnada oluşan duruma göre deneme yanılma yöntemiyle ilerlenen ve oyuncu veya oyuncular tarafından var olan probleme çözüm bularak oynanan bir oyundur. Oyun sürecinde ayrıca oyunculara zihinsel anlamda olumlu katkı sunmaktadır. (Yağız, 2007, Köse, 2013).
4. Rol yapma oyunları: Bünyesinde önemli ölçüde yaratıcılık barından bu oyun türünde oyuncu tarafından kendisinin istekleri doğrultusunda bir hayali karakter yaratılarak elde edilen bu karakterle beraber oyun içerisinde belirli hikayeleri takip edilerek oynanan oyun türüdür (Tingöy ve Bostan, 2007, Akt: Bilgin, 2015).
5. Simülasyon oyunları: Gerçek hayattan esinlenerek kurgulanmış oyundur. Oyuncunun uyguladığı hareketler sonucunda hikayeler şekillenmektedir. (Crawford, 1982,Akt: Topşar, 2015).
6. Spor oyunları: Belirli bir zaman içerisinde gencinden yaşlısına kadar tercih edilen bir oyun türüdür. Geleneksel oyunların ve oyuncular tarafından arzu edilen oyunların sanal ortama aktarılarak oynandığı oyunlardır. Oyunlar hem bireysel hem de gruplar halinde oynanabilir (Üçgül, 2006).
7. Taktik/Strateji oyunları: Bu oyunun temel amacı rakibi yenmektir. Oldukça dikkatli düşünme gerektirir ve sanal olarak oluşturulan karakterler oyuncu tarafından yönetilir. İnsanların plan yapmasını hayal kurarak strateji oluşturmasını hedefler (Crawford, 1982).

II.4. Dijital Oyunların Tarihsel Gelişimi

Dijital oyun endüstrisinin gelişim süreci beş önemli başlıkta ele alınarak ifade edilebilir:

1. 1980’ler öncesi erken gelişim aşaması.
2. 1980’lerin ortası ile 1990’ların ortası arası büyüme aşaması.
3. 1990’ların sonuna kadar olan gelişme aşaması.
4. 2000-2005 dönemi olgunlaşma aşaması.
5. 2005’ten günümüze ilerleme aşamasıdır (Dijital Oyun Sektörü Raporu, 2016).

1980’ler olarak adlandırılan erken dönemin ilk modern oyunları “Tennis for Two” ve “Spacewar” oyunlarıdır. Bu her iki oyunda Amerika’nın kamu araştırma merkezinde geliştirilmiş ve piyasaya ücretsiz olarak sürülmüştür. Daha sonra Amerika’nın ilk oyun şirketi olan atari şirketi 1971 ve 1972 yılında “Computer Space” ve “Pong” adlı oyunları piyasaya sürerek ilk nesil salon konsol oyunlarının ilham kaynağı olmuştur. Dijital oyun sektörünün %80’ine hakim olan Amerika’dan sonra Japonya dünya oyun sektörüne adım atan ilk ülke olmuş ve 1978 yılında ikinci nesil konsol oyunu olan “Space Invaders” adlı oyun dünya oyun piyasasına girmiştir. Büyüme dönemi olarak ifade edilen 1980’lerin ortası ile 1990’ların ortasında Japon oyun endüstrisi önemli çıkışlar yaparak hem iç piyasayı hem de dış piyasada rakibi olan ABD ye karşı harekete geçerek ihracat yapmayı hedefleyerek sektöre hakim olmaya çalışmıştır (Dijital Oyun Sektörü Raporu, 2016).

1990’lı yılların sonraları da gelişme döneminde Avrupa dillerinde oyunların sunulması Avrupa’nın bu büyük oyun endüstrisine girmesini kolaylaştırmıştır. 1990’lı yıllarda CD-ROM’ların gelişmesiyle beraber beşinci nesil oyun konsollarının geliştirilmesi sağlanmış ve bu sayede Japonya meşeli Sony şirketinin piyasaya girmesi sağlanarak ilk örneklerini Japonya’da piyasaya sürülmüştür. Geliştirilen CD-ROM’ların sayesinde

görüntü ve ses efektleri de oyunlarla birleştirilmesini yolu açılmıştır. Bu sayede Sony dijital oyun allananında oldukça hakim olmuştur (Dijital Oyun Sektörü Raporu,2016).

2000-2005 yılları arasında dünya oyun endüstrisinde olgunlaşma döneminde oyun alanında Japon oyun şirketi Sega oyun alanında üretimi bırakmasının ardından pazarda oluşan boşluk yeni bir firma olan Amerikan Microsoft firması pazara giriş yapmıştır. Bu dönemde en belirleyici olan aslında CD-ROM'dan DVD-ROM'a geçilmesidir. Bu geçişle beraber depolama kapasitesinin artması oyun endüstrisinde büyük gelişmelere neden olmuştur. Günümüzde ise oyunlar artık multimedya eğlence aracı olarak iletişim aracı görevini üstlenmiştir (O'Hagan ve Mangiron, 2013).

III. BÖLÜM (BAĞIMLILIK VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI)

III.1. Bağımlılık ve Türleri

Bağımlılık kavramının geçmişten günümüze insanlık tarihi kadar eski olduğu düşünülmektedir (Çamsarı, 2016). Bağımlılık insanların kullandığı herhangi bir nesne veya davranışlar karşısında kontrolü kaybetmesi ve o davranış ya da nesne olmadan bir dünya düşünmemesi onlarsız yaşamayacağını düşünmesidir. Bağımlılık seviyesinde olan davranışlar ve nesnelere ayrılan zaman oldukça fazla olması yapması gereken işleri veya sorumlulukları ihmal etmeye başlayarak zamanın çoğunu bağımlı olduğu şeye harcar (Eker, 2016). Ziyaya göre bağımlılık (1999) “ Herhangi bir maddenin veya var olan organik rahatsızlığın belirtilerini ortadan kaldırma amacı olmaksızın, birçok yoğun bir şekilde tekrarlanan ve kişi tarafından bu eylemlere karşı engellenemeyen bir istektir. Fakat bu yoğun isteklerin bastırılması veya engellenmesi kişilerde istenmeyen ruhsal ve fiziksel rahatsızlara sebep olduğu görülmektedir” şeklinde tanımlanmıştır. Türk dil kuruman göre

ise bağımlılık bir uyarıcıya veya belli bir uyarıma istenilerek uyum sağlaması sonucu önemli derecede bağımlı olma halidir (Türk Dil Kurumu [TDK], 2018).

Eker (2016)'e göre bağımlılık tanımının oluşmasında aşağıdaki kriterler ifade edilmektedir:

1. İnsanların ruhsal, fiziksel ve ekonomik olarak sorunlar yaşasa da halen ilgili maddeyi ya da bağımlılık nesnesine devam etmesi
2. Bağımlılık eylemine karşı kendi iradesine kaybetmesi ve bunun farkında olarak ya da olmayarak bağımlılığa devam etmesi
3. Kullanılan madde miktarının ve bağımlılıkta geçirilen sürenin her geçen gün daha da uzaması
4. Zamanın büyük bölümünün bağımlılık nesnesi ile birlikte geçirilmesi
5. Bağımlılığın bırakılması ya da aksatılması durumunda bağımlı kişilerde öfke ve saldırganlık davranışlarının belirmesi
6. Bağımlılık neticesinde kişinin diğer işlerini aksatması.

III.1.1. Madde Bağımlılığı

Alanında uzman psikoloji ve psikiyatri uzmanlarına göre ise bağımlılık hayatın normal akışında var olan iş hayatı, eğitim hayatının olumsuz etkilenmesidir (Gentile, 2009). Klinik olarak bağımlılık ikiye bölünmüştür. Bunlar davranışsal ve fiziksel bağımlılıklardır. Alkol, sigara, uyuşturucu gibi maddelere olan bağımlılık fiziksel bağımlılıktır. Dünya sağlık örgütü madde bağımlılığını şu şekilde ifade etmektedir: madde bağımlılığı kişi için oldukça tehlikeli ve zararlı olduğu gibi değişiklik gösteren çoğu maddenin kişi tarafından uzun süreli olarak bırakılamamasıdır. Bireyin kullanılan maddeye karşı irade kontrolünün olmayışıdır (Sulak, 2015). Halk arasında madde bağımlılığı

denilince akla uyuşturucu, alkol, esrar gelse de günlük yaşantımız içerisinde kola, çay, kahve gibi gıdaların da bağımlılığı varsayılmaktadır (Hazar, 2014).

Her hangi bir madde bağımlısı olan kişi o maddeyi kullanmadığında veya dozunu tam olarak ayarlamadığında kişide psikolojik sorunlar oluşmaya başlar. Bu sorunlar kişinin aşırı öfkeli olması, duygularını kontrol edememe gibi sorunları doğurur (Aslan, 2011). Sonuç olarak birey maddeyi bırakmak için madde kullanımı azalttığında ortaya çıkan sorunlara göre madde bağımlısı denmesi doğru bir eylem değildir (Taşkent, 2010).

TBMM (2016)'ye göre ise madde bağımlısı denilebilmesi için aşağıdaki sorunların son 12 ayda tespit edilmiş olması gerekmektedir.

1. Kullanılan madde miktarının, aynı etkiyi sağlamak amacıyla giderek artırılması,
2. Madde kesildiğinde ya da azaltıldığında fiziksel ve ruhsal yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması,
3. Madde kullanımını denetlemek ya da bırakmak için gösterilen çabanın sürekli boşa çıkması,
4. Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için çok fazla zaman harcanması,
5. Sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin madde kullanımı nedeni ile azaltılması ya da tamamen bırakılması,
6. Fiziksel ya da ruhsal sorunlara yol açmasına rağmen madde kullanımına devam edilmesi,
7. Kişinin tasarladığından daha fazla madde kullanması.

III.1.2. Davranışsal Bağımlılık

Davranışsal bağımlılık literatürde eylemsel bağımlılık olarak ifade edilmektedir. Maddesel bağımlılığın sürekli ön planda olması davranışsal bağımlılığın geride kalmasına sebep olmuştur. Her ne kadar geri planda tutulsa da davranışsal bağımlılığın ve problemlerin

önüne geçmemelidir. Hayvanların üzerinde yapılan çalışmalar bu alana hız katmıştır (Dinç, 2017).

Eylemsel bağımlılığın birçok alt türü sayılabilmektedir. Nitekim dijital oyun bağımlılığı da eylemsel bağımlılığın bir alt türü olarak değerlendirilmektedir. Bununla birlikte internet bağımlılığı, seks ya da alışveriş bağımlılığı da eylemsel bağımlılık arasında sayılabilmektedir. Madde bağımlılığında olduğu gibi bu tür eylem bağımlılıkları da engellenmezse sorunlu davranışlara yol açmaktadır (Özgen, 2016).

Davranışsal bağımlılık ile madde bağımlılığı arasında benzer psikolojik problemler görülebilir. Fakat bu benzerliklere rağmen ikisinin de ayrıştığı noktalar vardır. Bu ayrışma noktaları şu şekilde ifade edilebilir:

- 1.Davranışsal bağımlılıkta bağımlı olunan nesneye veya davranışa göre farklılık olabilirken madde bağımlılığında ise madde tek bir madde olsa da farklı maddelerde olabilir.
- 2.Bu yüzden madde bağımlılığı birçok maddeye karşı gösterilebilmektedir. Fakat davranışsal bağımlılık çoğu zaman tek bir eyleme veya davranışa olmaktadır. Örneğin esrar bağımlısı olan biri bonzai bağımlısı da olabilirken davranışsal bağımlılıkta pek görülemez bu durum.
- 3.Davranışsal bağımlılığı olan kişilerin psikolojik olarak saplantılı davranışlar geliştirmektedirler.
- 4.Ayrıca davranışsal bağımlılığı olan kişiler madde bağımlılarına kıyasla daha çok hasta olduğunu kabullenip tedavi olmayı isteyebilmektedirler (Has, 2015).

III.1.3. Dijital Oyun Bağımlılığı

Dijital oyun çağının keşfi ile birlikte bağımlılık kavramı bu alanda görülmeye başlamıştır. Genel olarak sosyal yapıya baktığında sokalar boşalmış neşeli çocuk sesleri

yerine durgunluk hakim olurken yerini önemli ölçüde dijital oyunlara bırakmıştır. Nitekim küçük yaşlarda bile olan çocukların kendilerine ait akıllı cihazlarının olması ve kontrollü kullanımın olmayışı dijital oyunlara onları itmektir. Çocukların oyuna karşı isteklerinin yanı sıra ailelerin çocuklarını ödüllendirmek veya onları kırmamak için tablet veya akıllı cihaz üzerinde oyun oynatabilmektedir (Köksal, 2015).

Griffiths (2005)'ne göre dijital oyunlar hangi şekilde ifade edilirse edilsin temel olarak kişi eğer uzun süreli oyun oynarsa ve bu oyun sıklığı yoğun ise bu tür oyun oynama isteği zamanla muhtemelen bağımlılığa dönüşebilir. Lemmens, Valkenburg ve Peter (2009)'ne göre ise oyun oynayan kişi oyunlar üzerinde kontrolü kaybetmesine karşın irade dışı oyun oynadığını bilse de ve bu davranışından dolayı hayatında bir takım sorunlar oluşmasına rağmen o kişi oyun oynamaya devam etmesi olarak tanımlamaktadır.

APA (2013) (Amerikan psikiyatri birliği)'de dijital oyun bağımlılığını tanımlayan birçok kurum arasında faaliyet göstermektedir. Fakat APA internet bağımlılığının altında dijital oyun bağımlılığını tanımlamaktadır. APA'nın bu tanımlaması ise DSM-5 (Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı-5)'te görülebilmektedir. Genel olarak birçok literatürde oldukça fazla kriterler vardır. Buna rağmen Griffiths (2005)'in kişilerin dijital oyun bağımlılığının belirlenebilmesi için aşağıda yer alan sorulara cevapların verilmesi gerekliliği öne çıkmaktadır.

1. Neredeyse her gün oyun oynar mı?
2. Uzun süreler video oyunu oynar mı?
3. Heyecan ve coşku duymak için mi oyun oynar?
4. Oyun oynamadığında huzursuz, rahatsız ve dengesiz olur mu?"
5. Oyun oynamak için sosyal ve sportif faaliyetlerinden fedakârlık eder mi?
6. Ödevini yapmak yerine oyun oynamayı mı tercih eder?

7. Oyun oynadığı süreleri azaltmayı deniyor fakat başaramıyor mu?

Griffiths (2005)'e göre yukarıda bulunan soruların en az dördüne cevap veren kişilerin dijital oyun bağımlısı olarak adlandırılabilir. Bunun yanı sıra Griffiths oyun bağımlılığını değerlendirmek için “patolojik kumar oynama ”ölçütleri kullanarak bağımlılık türünü patolojik kumar oynama tanı ve ölçütlerine göre tanımlamaktadır (Griffiths ve Davies, 2005).

III.1.3.1. Dijital Oyun Bağımlılığını Destekleyen Nedenler

Alan ile ilgili yapılan araştırmalar sonucunda oyun oynayan bireyler incelenmiş ve oyun oynayan kişilere dair ortak motivasyonların olduğu ifade edilmiştir. Ortak bu motivasyonlar ise sıralanırsa; stresle mücadele etmek ve hayatta var olan gerçeklerden kaçmak denilebilir (Yee, 2006; Hussain ve Griffiths, 2009; Kuss, Louws ve Wiers, 2012, Akt: Akkaya, 2020). Kontrol, başarı, heyecan, meydan okuma ve kişinin tanınırlık isteği (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016; Griffiths, King, ve Delfabbro, 2012; Yee, 2006, Akt: Akkaya, 2020), insanlar ile sosyalleşebilme ve arkadaş edinimi (Yee, 2006), kişinin sosyal olarak var olan ihtiyaçlarının elde etme isteği (Yee, 2006; Hussain ve Griffiths, 2009, Akt: Akkaya, 2020) kişilerin motivasyonları olarak ifade edilmektedir.

III.1.3.2. Dijital Oyunların Olumlu Yanları

Alan yazın ile ilgili yapılan araştırmalara göre dijital oyunların kişinin bilişsel, psikososyal ve dil edinimine olumlu katkıları olduğu görülmektedir. Oynanan her türlü oyunun genel olarak bağımlılık yapacağının düşünülmesinin yanı sıra kişilere kazandırdığı olumlu edinimlere de odaklanılmalıdır. Oldukça önemli olan dijital oyunların yararlarının belirlenmesi aşamasında bahsedilen oyunun içeriği, oyun oynayan kişinin yaşına uygun olup olmadığına bakmak, oynanan oyunun süresi titizlikle ele alınmalıdır. Oyunların

içerikleri eğer kişiler açısından şiddetten arınmış temel hedefi eğitici bir oyun olduğu takdirde dijital oyunların kişiler üzerine olumlu yönleri de bahsedilebilir (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştay, 2018). Bu olumlu etkilerinin yanı sıra eğitim öğretim akışı içerisinde dijital araç gereçlere yönelilmesi ve aktif olarak kullanılması öğrencilere oldukça olumlu etkileri olacaktır (Akday, 2015).

Eni (2017) yaptığı yüksek lisans çalışmasında lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı konusunu araştırarak bireylerin oyun oynama sebeplerinin arasında; yaşam içerisinde var olan sorunlardan uzaklaşmak için oyunlara yöneldikleri, kızların erkeklere göre daha az oyun ile zaman geçirdikleri, ailelerin eğitim düzeyine paralel olarak ergenlerin bağımlılık düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşmıştır.

Yavuz ve Tarlakazan (2018) 'a göre dijital oyun oynayan kişiler için olumlu yanlarından biride stresle başa çıkmak olarak görülmektedir. Araştırmacılar tarafından yürütülen yine aynı çalışmada 91 kişi olan örneklem grubunun olumlu yanına verdiği cevaplar neticesinde katılımcıların %23,1'i stresten uzaklaştırdığını, %8,8'i boş zaman aktivitesi olduğunu, % 7,7'si eğlenceli olduğunu, %6,6'si değişik şeyler öğrenebildiklerini ve zeka geliştirdiğini, %5,5'i düşünce becerisini desteklediğini, %4,4'ü genel kültür edinimi konusunda fayda sağladığını, %3,2'si olaylara karşı veya herhangi bir duruma karşı dikkate seviyesinin artmasına katkı sağladığına, %6,6'sı ise çeşitli cevaplar vermiştir.

Sağlık bakanlığı tarafında yürütülen dijital oyun bağımlılığı çalıştay sonucunda bireyler üzerine olumlu etkileri şu şekildedir:

1. Kişiler arası etkileşimli oyunlar sayesinde bireylerin sosyalleşme düzeyleri artabilir.
2. Kişilerin sosyal alandaki beceri ve kabiliyetlerine olumlu etkileri olabilir.

3. Bireylerin agresif davranışlarının yerine karşılıklı olarak empati kurmalarının iş birliği yapma gibi olumlu kazanımlar meydana getirebilir.
4. Bireylerin var olan sorunlara karşı çözüm yolu bulma, yaracı fikirler üretebilme, yabancı dil edinimi, olaylar karşısında sebep sonuç ilişkisi kurarak stratejiler oluşturmalarına katkılar sağlayabilir. Aynı zamanda bireylerde merak duygusunu harekete geçirerek araştırma becerisini geliştirmesine önemli etkisi vardır.
5. Normal bireylere göre öğrenme zorluğu yaşayan insanlara katkı sağlamaktadır.
6. Bireylerin birçok alana ilgisini çekerek gelişimlerine olumlu etki yapmaktadır.
7. Oyunlar sayesinde başarı duygusu ihtiyacının karşılanmasına bununla beraber özgüvenin şekillenmesine katkı sağlamaktadır.
8. Dijital oyunlar sayesinde kendini ifade edebilme yetisinin gelişmesine olumlu etkileri vardır.
9. Oyunlar sayesinde edinilen görsel zekanın geometri alanında gelişmesini sağlayacaktır.
10. Dijital oyun oynarken bireylerin el göz koordinasyonu gelişecek bununla beraber küçük yaşlardaki çocuklarında ince motor beceri kazanıma katkı sağlayacaktır.
11. Karar aşamasında hızlı düşünebilecek ve anlık karar verme yetisini geliştirecektir (Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı, 2018).

III.1.3.3. Dijital Oyunların Olumsuz Yanları

Fisher (1994) 'e göre dijital oyunların olumsuz etkilerin bakıldığında bireyler üzerinde negatif davranışların doğmasını tetiklemiştir. Günümüzde dijital oyunlar bireylerin yaşamlarında vazgeçilmez bir uğraş aracı olmuştur. Bununla beraber dijital oyunlara artan ilgi ve buna paralel olarak dijital oyunlara ulaşımında kolaylaşması git gide artmaktadır. Ekran tabanlı oyunlara ayrılan zaman artması bireylerin bir biri ile zaman

geçirmesinin önüne geçerek sosyal bağıını zayıflatarak yaşamlarını sürmesini ortaya çıkarırken bunun sonucunda hiperaktif davranışlara sebebiyet vermiştir (Granic, Lobel ve Engels, 2014).

Dijital oyunların insanlar üzerine verdikleri olumsuz etkileri üzerine yapılan çalışmalara bakıldığında; Griffiths ve Hunt'un (1998) 'un 387 ergen ile yapılan araştırma sonucunda ergenlerin oyun oynama sebeplerinde, oyunların eğlenceli olması %48, oyun dışında ilgilenecek başka bir şey olmaması %35, oyunların ilginç olması %11,5 ve oyuncular arasında rekabet oluşturmaları %10 olarak elde edilmiştir. Katılımcıların %17,2'si oynanan oyunların yaşamlarına olumlu etki ettiğini düşünürken %82,8'i ise oyunların kendilerinin kontrolünden çıkarak bağımlılık yaptığını bu bağımlılık sonucu olarak oyunlara harcanan paranın artması, bir takım sağlık sorunlarının meydana gelmesine (baş, bel ve ağrısı) sebebiyet verirken bununla beraber yaşamlarında agresif olmasına neden olmuştur. Oynanan bu oyunlar ilk aşamada eğlenceli olsa da zamanla bireylerin sosyalleşmesini, hayat başarılarını etkilediği hatta bireyleri suç işlemeye ittiği soncuna ulaşmıştır.

Genel olarak araştırma sonuçlarına göre oyun oynama sebepleri şu şekilde sıralanabilir; sosyal nedenlerden dolayı, şiddete karşı duyulan istekten veya hoşlanmaktan, oyun ile ilgili yeni hayali karakterler yaratabilme gibi sebepler bireylerin oyun oynama isteklerini oluşturmaktadır. Bu gibi nedenlerin aşırıya kaçması bağımlılığı tetiklemektedir (Griffiths, Davies ve Chappell, 2004).

Dünyayı etki altına alan bu bağımlılık temel olarak toplum için veya birey için sorun teşkil etmektedir. Bu konu ile birçok kurum ve kuruluş aktif görev alırken ailelere oldukça önemli görevler düşmektedir. Eğitim ilk başlangıç yeri ailelerdir tabi ki de devlet veya dernekler bu konu ile ilgili çalışmalar düzenleyecek eylem planları

açıklayacaktır. Hepsi bir kenara aile çocuk ile ilgilenmeli ona hayat içerisinde yapabilecek farklı fırsatlar sunmalıdır (Başkurt, 2003).

III.1.3.4. Dijital Bağımlılık Ve Aile

Sürekli gelişim ve değişim içinde olan teknoloji insan hayatındaki iletişim biçimini büyük bir oranda etkilemiştir. Ailelerin çocuklar ile kurdukları iletişim dijital oyun bağımlılığını tetikleme veya bu bağımlılığın önüne geçme gibi önemli bir rolü üstlenebilir. Çünkü genel olarak internet ve dijital oyunlara kişilerin yönelmesi ilk olarak aile içi iletişimin kopması ardından ise sosyal hayatta dışlanması onu bu bağımlılığa itmektedir (Çalışkan ve Özbay, 2015).

Nitekim ailenin çocukları üzerindeki etkiyi ele aldığımızda aile içerisindeki iletişim kopukluğu oyun bağımlılığına onu iterken bu iletişimin bağımlılığı engelleyici bir özellik olarak ta görülebilir. Fakat ailelerin çoğu kısmi teknolojik cihazlara karşı yeterli düzeyde bilgili olmaması oynanan oyun veya oyunların çocukların üzerinde bırakacağı etkiyi tam olarak anlayamaması doğrudan net bir şekilde onları teknolojik aletlerden uzak tutamamaktadırlar. Bireylerin önemli yaş eşiklerinde ise ailelerin baskın tutumları onları dijital oyunların eline düşürebilmektedir. Genel olarak bakıldığında aileler çok önemli bir etkiye sahip olduğu görülürken iletişimde uygun şekilde kurulması gerekmektedir eğer uygun iletişim kurulamazsa dijital oyunların bağımlılık yapma seviyesine gelmesi kaçınılmazdır (Yiğit, 2017).

Hızla gelişen sanayi teknoloji zamanla kentleşmeyi getirerek sosyal aile yapılarında bireysel yaşamlar görülmüştür. Bu yaşam alarının değişimi insanların birbiri ile olan iletişimi de olumsuz etkileyerek önemli sonuçlar doğurmuştur. (Yörükoğlu, 1980).Nitekim dijital gelişmelerle beraber aile yapısındaki değişiklikler insanlar üzerine olumsuz etkiler yaratmıştır. Bu olumsuzluklara neden olan değişiklikler ise aile arasında iletişimin

azalması, aile içi zaman geçirmenin azalarak farklı uğraşlara insanlar itilmiştir (Shapiro, 1990; Yıldırım, 2006; Tarhan, 2019; Koçak ve Köse, 2014).

Aile içi iletişim kopukluğu zamanla sosyal hayatta görülmesiyle beraber insanlar kendilerine yeni arkadaş veya iletişim kurabileceği yeni nesneleri aramaya başlaması ve buna cevap niteliği taşıyan dijital oyunlar bu eksikliği gidermek için istekli görülmektedir (Bayraktutan, 2005). Ancak insanların temel olarak ihtiyacı olan duyguları istekleri dijital aygıtların veya dijital oyunların karşılaması ve aile içi kopukluğunda olması insanları dijital oyunlara iterken sosyal hayatta da olumsuz sonuçlar doğurmuştur (Şakiroğlu ve Akyol, 2018). Oluşan bu olumsuzluklardan gençlerin daha çok etkilemesi kaçınılmaz olup özellikle aile içi sorunları olanlar dijital oyun bağımlılığı açısından risk altında olduğu söylenmektedir (Taylan, Kara ve Durğun, 2017). Bir diğer risk arttıran problem ise daha küçük yaşlarda dijital oyunlarla tanışan çocuklar için oyun bağımlılığı arttıran bir etkidir (Tunç, Bülbül, 2018).

Konu ile ilgili yapılan inceleme sonucunda bu görüşü destekleyen görüşlere ulaşılmıştır. Kayri, Tanhan ve Tanrıverdi (2014) tarafından yapılan araştırma sonucunda ailesinde sosyal ilgi ve destek almayan bireylerin önemli oranda internet bağımlısı olduğu ve ailesinden dolayı oluşan boş zamanın çoğunu ise dijital ortamlara harcadığı ortaya çıkmıştır. Bu araştırma paralel olarak 2008 yılında Durmuş ve Kaya'nın yaptığı araştırmanın sonucuna göre anne ve babanın internet ve dijital oyunlarla harcadığı zaman ne kadar yüksek ise çocuklarında önemli ölçüde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu iki araştırmada da görüldüğü gibi çocuk ve aile arasında önemli bir bağ olduğu ve aralarındaki bu bağın zayıf olması çocukları ya da gençleri farklı arayışlara sokmaktadır.

Koç'a (2021) göre sigara ve alkole karşı bağımlılık potansiyeli yüksek olan Z kulağı üniversite öğrencilerinin gelişen oyun ve internet alt yapısı ile beraber dijital oyun

bağımlılığı daha fazla görülmektedir. Üniversite öğrencilerinin çoğu var olan boş zamanlarında gazete, kitap veya dergi okuyarak zamanlarını değerlendiren öğrenci azınlıktadır. Öte yandan daha çok faydalı aktivitelerin yerine oyun oynayarak, televizyon izleyerek geçirmektedirler. (Abadan 1961, Gökmen, Hülya 1985, Yurtkur 1988). Bunun sonucu olarak var olan boş zamanın verimsiz geçirimlerinden dolayı günümüzde dijital oyun bağımlılığı yoğun şekilde görülmektedir (Koç,2021)

IV. BÖLÜM (BOŞ ZAMAN)

IV.1. Zaman Kavramı

Tarihteki önemli bilim insanlarının başında gelen Platon'a göre zaman kavramı zihnin mevcut var olan tüm bilgileri ve edinimleri tamamıyla ani bir şekilde kavrayamamasının sonucu olarak yetkin idealar dünyasının yetkinlikten yoksun bir taklididir (Cevizci, 1999). İnsanların kontrolü dışında var olan olayların geçmişten geleceğe uzanan daima devam eden kesintisiz bir süreçtir (Smith, 1998). Zaman insanların var olan duygusal özelliğiyle algılanamayan felsefi ve sosyolojik birçok yönü bulunan bir kaçınılmaz bir gerçektir (Bakan, 2011).

İki olay arasında zamanın alınabilmesi Einstein'a göre gözlemcinin eylemlerine göre değişmektedir olarak ifade etmiştir (Einstein, 1997). Newton'a göre zaman kavramı iki grupta ifade edilmektedir bunlar “mutlak zaman” ve “göreceli zaman” dır. Herhangi bir etkenden bağımsız olarak mutlak ve evrensel zamanlar matematiksel olup belirli bir düzende akar. Tatbikî zamanın içinde bulunan bireyler tarafından farklı anlaşılabilir ancak zaman her zaman aynı şekilde akmaktadır. Kişilerin bireysel algılarından ve somut kavramların ortaya çıkabilmesi için saat kavramı kullanılmaktadır (Karadaş, 2015). Başka

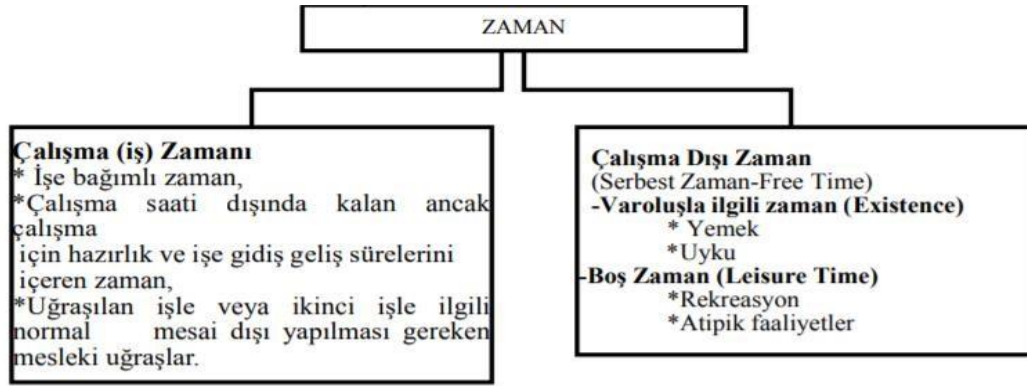
bir ifade ile zaman kişilerin yaşadıkları olayların bütünlüğünü tasarladığı başlangıcı ve bitişi olmayan soyut bir kavramdır (Sucu, 1996).

İnsan geleceğin arzusu ve geçmişin etkisi ile zamana bağlı olarak yaşar ve zamanı kendi algısına göre farklı uzunluklarda algılayabilir. Zaman tüm evrendeki insanlar için eşit olmasına karşın insanlar zamanlarının yetersiz olduğunu dile getirmektedir. Bunun sorunu ise zamanda değil zamanın nasıl değerlendirildiğidir (Karaküçük, 2008).

Zamanın kullanımı Garci 'ya göre çalışma zamanı, çalışmaya dayalı eylemler, yaşamın devamlılığı için ayrılan zaman ve serbest zaman olarak ifade edilmiştir. Megyeri ise boş zaman ile ilgili yaptığı çalışmada zamanı dört bölüme bölmüştür (Gökmen, 1985, Akt: Karaküçük, 2008). Bunlar;

1. Temel ihtiyaçların giderilmesine ayrılan zaman (Uyku, yemek, temizlik, giyinme vb.) .
2. Çalışma ve buna bağlı etkinlikler için ayrılan zaman (İş, eğitim, seyahat, ödev vb.).
3. Serbest etkinliklere ayrılan zaman (Eğlence, spor, dinlenme vb.).
4. Diğer etkinliklere ayrılan zamandır.

İnsanlar zamanlarını bölümlere ayırarak gruplara bölmesine gerek kalmamış ve artan sanayileşme ve teknolojik ilerlemeler ile insanların yoğun çalışma saatleri azalmış buna karşılıklı olarak boş zaman etkinlikleri de artmıştır (Karaküçük, 2008)



Şekil 1: Zaman Kullanım Bölümleri

Kaynak: Karaküçük ve Akgül, Ekorekreasyon Rekreasyon ve Çevre, (2016)

IV.2. Boş Zaman Kavramı

Boş zaman kavramı ve kullanımı Orta Çağ dönemine kadar uzanması ile birlikte o dönemde daha çok felsefi yoğunlukta ele alınmasından dolayı belirli bir anlayışın hakim olmaması ve bununla birlikte günümüz toplumunda da tam olarak açıklayıcı olmaması boş zaman kavramının Sanayi Devrimi ile ortaya çıkan toplumsal örgütler ve Fransız Devriminde görülen düşünsel akımlarla ilişkilendirmek daha uygundur. Bireylerin çalışma ve temel ihtiyaçları dışında kalan zaman dilimi olarak ifade edilen boş zaman daha çok zorunluluk dışı özgür irade ile değerlendirilebilen zaman dilimidir (Tuna, 2012).

Boş zaman kavramı ile ilgili alan yazın incelendiğinde birçok farklı isimlendirmelere rastlamak mümkündür. Latince de “licere” var olan sorumluluklardan biri olan iş yani çalışma hayatında özgür olmak anlamına gelmektedir, İngilizcede boş zamana verilen isim “leisure” olarak özgür olmak kavramı şeklinde ifade edilirken Yunanca “scholē” şeklinde ifade edilmektedir. Birçok şekilde ifade edilen boş zaman kavramı genel olarak özgürlük ekseninde görülmektedir (Kılbaş ve Köktaş, 2004)

Küresel olarak önemli hamlelerin atıldığı sanayi devrimi ile beraber üretim kapasitelerinin artması insanların birer işçi olarak çalıştırılmasının sonucu olarak bazı sorunlar ortaya çıkmıştır. Sanayi devrimi ile beraber insanların çalışma hayatındaki sürelerin artması en önemli sorunların başında gelmektedir. Sermaye sahiplerinin tek hedefi kazanmak olduğu için çalışma saatlerindeki uzunluğun yanı sıra denetim mekanizması kurarak var olan işin en hızlı ve verimli bir şekilde bitmesini sağlayarak kazanç elde etmeyi hedeflemektedirler. İnsanları bir makina olarak gören bu sistem az gelişmiş ülkeler haricinde kısmen çözülmüş gibi görülmektedir. Bireylerin çalışma saatlerinde esneklik ve çalışma saatlerinin azalması çalışma modellerinin şekillenmesinin sonucu olarak bireylerin geçmiş yıllara göre boş zamanları daha fazla olduğu görülmektedir. Fakat mevcut esnekliğe ve kişilerin boş zamanlarındaki olumlu artışlara karşı dikkatli olmak şüpheli yaklaşmak gerekebilir. Şüpheli olmamızın nedeni ise kapitalizmin hiçbir zaman kendiliğinden bir hakkı vermeyeceği olmasıdır. Bu nedenle boş zaman kavramını tanımlayan sınırlarını belirleyen kapitalizm kavramının her şeyde bir beklentisi olduğu gibi bunda da olacaktır (Osmanlı ve Kaya, 2014)

Boş zaman kavramının farklı bakış açılarına göre tanımları (Kocaekşi, 2012);

Klasik Görüş: Çalışma zamanı ile boş zaman kavranın çok farklı olduğunu bununla birlikte bireylerin dinlenmesi ve kendilerini yenilemesi çalışma için olmadığını savunan görüştür.

Sosyal Sınıfın Sembolü Olduğunu Savunan Görüş: Bu görüşte ise Avrupa’da Feodal Dönem, Rönesans ve Endüstri Çağında toplumun ayrıştırılması beraber boş zaman kavramının burjuva kesimin kalitesini gösterdiğini ve o dönemin elit kısmına ait bir hak olarak savunulan görüştür.

Bir Aktivite Şekli Olduğunu Savunan Görüş: İnsanlar için en önemli olan aile ve yaşamımızın vazgeçilmezi olan topluma karşı sorumluluklarımızın yanı sıra bireylerin kendileri için mutlu olabilecekleri veya rahatlayabilecekleri faaliyetleri savunan görüştür.

Yükümlülük Dışı Zaman Olduğunu Savunan Görüş: Bu görüşe göre boş zaman kavramı, bireylerin zorunlu biyolojik yeme içme çalışma gibi temel ihtiyaçları ve iş ile ilgili sorumluluklarının yerine getirilmesinden sonra geriye kalan zaman olarak ifade edilmektedir. Tüm görüşlere göre bu görüş yaygın olarak kabul gören görüştür.

Var Olma Durumu – Var Olma Mevkii Olduğunu Savunan Görüş (Bütünsel bir bakış): Bu görüş diğer görüşlere göre daha fazla kapsayıcı olup ve diğerlerini de içinde barındırmaktadır. Boş zaman bireylerin gelişimini etkileyen onun öz zenginleşmesine yardımcı olan bununla beraber özgürlüğün önemine olan psikolojik yaklaşım görüşünü savunmaktadır.

Bireysel ve toplumsal olarak önemli olduğu kadar İnsan Hakları Evrensel Bildirgesinin 24. Maddesiyle güvence altına alınmıştır. Bu bildirgeye göre “Herkesin dinlenmeye, eğlenmeye ve ücretli izne ayrılma hakkı vardır.” (İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi, 2006).

Uluslara arası bir hak olarak görülen dinleme ve eğlenme vb. Türkiye Cumhuriyeti Anayasasında da “Çalışma Şartları ve Dinlenme Hakkı” başlıklı 50/3. maddesinde” dinlenmek çalışma hakkıdır” ifadesi yer almaktadır (Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, 2001). Bu maddeye göre; “Herkesin dinlenmeye, eğlenmeye, özellikle çalışma sürelerinin makul ölçüde sınırlandırılmasına ve ücretli izne çıkmaya hakkı vardır” (İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi, 1949). Anayasamızın “Çalışma Şartları ve Dinlenme Hakkı”

başlıklı 50/3. maddesinde “Dinlenmek çalışanların hakkıdır.” ifadesi yer almaktadır (Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, 2001).

IV.2.1. Boş zaman Tarihsel Gelişimi

Tarihte biraz geçmişe yolculuk yaptığımızda avcı ve toplayıcı toplumlarında boş zaman kavramına sahip olmadıklarına ve bu konu hakkında bilim insanların da aynı görüşte olduğu aynı zaman da bugün bizlerin anladığı çalışma kavramı ile ilgili çok bir bilgiye sahip olmadıkları da görülmektedir. Alan ile ilgili yapılan araştırmalarda ortaya çıkan bulgulara göre kültür antropologlarına göre geçmiş yıllardaki avcı ve toplayıcı toplumların yaşamları içerisinde çalışma ve boş zaman kavramları arasında net bir ayrım yapamamışlardır. Bundan dolayı avcı-toplayıcı toplumlarda boş zaman ve çalışma kavramları hakkında net bilgiye sahip olmamaları bu konular gri alan olarak kalırken, tarihte boş zaman ve çalışma kavramının ilk olarak ayrımının yapıldığı medeniyet Antik Yunanda gözlemlenmiştir. Antik Yunanda ilk bulgularına rastlanan boş zaman çalışmanın zıttı olarak görülmüş ve zamanı kendi içinde organize etmeye çalışılmıştır (Hunnicut, 2006, Akt: Bahadır, 2016).

M.Ö. 5. yüzyılda boş zaman Yunanlılar için erdem olarak görülürken, zorunlu bir eylem olan çalışma ise yozlaşmaya başlamıştır. Boş zaman kavramı böylece Yunanlılarda insanın anlamı ve sonu ile ilgili soruların yer aldığı bir kültürel arena olarak keşfedilmiştir. Var olan bu boş zaman olgusunun zamanla güzel sanatlar, spor, müzik ve serbest etkinliklerin gerçekleşmesinin yanı sıra bu olgunun felsefi olarak da ele alınmasını tartışılmasını sağlamıştır. Sokratik okullar, Platon’un Akademi’si, Aristoteles’in Lise’si, Epiküros tarafından kurulan Epikürosçu okul, Kıbrıslı Zenon’un kurmuş olduğu Stoa okulu, Pyrrhon tarafından kurulan Şüphecilik okulu Antik dünyadaki boş zamanı

değerlendirme çabasının örneklerindendir. Kurulan bu okullarda insanlar bir araya gelerek insanı ve insan yaşamını adlandırma çabalarından dolayı sürekli bir arayış içinde olmuştur (Hunnicut, 2006, Akt: Bahadır, 2016).

Antik Yunan’da kurulan okullarda Platon için ‘aşırı çalışmak akılsızlıktır’ şeklinde oluşturulan bu sav akademide öğretilmesine önem verilen ilk konularında başında gelir. Ortaya konulan sav ile birlikte insanın ihtiyacı dışında daha fazla çalışması, aşırı iş endişesi, maddi beklentiler ve meşhur olma gibi hırsların olması insanı kendi özgürlüğünden çıkarıp doğaya aykırı şekilde köle olmasına neden olmuştur. Boş zaman kavramı platona göre uymakla veya faydalı eylemlerle geçirilebilecek zaman olarak görmediği gözlemlenmiştir. Platon için boş zamanı en faydalı geçirmenin yolu veya boş zamanın en mantıklı açıklaması boş zamanı en iyi kullanmanın ölçütü insanlığın en üst zirvesi olarak ifade etmiştir (Hunnicut, 2006, Akt: Bahadır,2016).

Toplumun içerisinde bulunduğu ekonomik duruma pek dikkat edilememesi antik çağda olduğu gibi orta çağda da görülmüştür (Sennet, 2011). Bununla birlikte antik çağda yaşayan toplumun çok azının sahip olduğu boş zaman genelde rasyonel ve rasyonel olmayan alanları kontrol altına alarak yaşama amacını takip etmiştir. Bu durum Ortaçağ’da ise Hristiyanlık dinine göre şekillenmiş onun çizmiş olduğu şekilde asıl amacın Tanrı’nın sevgisini kazanmak ona layık bir kul olmak amacıyla aktivelere düzenleyerek kullanılmıştır boş zaman kavramı. Antik ve Ortaçağda da boş zaman temel olarak insanın bedensel veya ruhsal gelişmesinin yanı sıra rasyonel yönü geliştirmeye daha çok eğilim olduğu görülmüştür (Juniu, 2000, Akt: Bahadır,2016).

IV.2.2 Boş Zamanları Değerlendirmenin Yararları

Günümüz şartlarında boş zamanın nasıl değerlendirildiği gün geçtikçe artmaktadır. Boş zamanların değerlendirilmesi artık bir gereklilik olarak görülmesi kaçınılmazdır. Fakat bir gereklilik olarak ele alınan bu kavramın nasıl değerlendirildiği veya değerlendirme aşamasında etkili ve verimli olan yolların nasıl tercih edileceği de oldukça önemlidir (Çöpür, 2020).

Genel olarak boş zamanları değerlendirmenin yararlarını üç temel başlıkta toplamak mümkündür. Bunlar; fiziksel, psikolojik ve sosyal yararlar olarak sıralayabiliriz (Curtis,1979, Akt: Çöpür, 2020).

IV.2.2.1. Fiziksel Yararları

Hayatın devam ettirilebilmesi için hareket gereklidir; tıpkı yemek yeme veya uyuma gibi. Bedenin sağlıklı bir şekilde gelişmesi ve yaşamı sürdürebilmesi için fiziksel egzersizler zaruri bir ihtiyaçtır. Hayatımızın vazgeçilmezlerinden olan fiziksel hareketler ile ilgili yapılan araştırmalara göre obezite, kalp, tansiyon eklem ağrıları ve dolaşım sisteminde önemli olumlu etkiler olduğu görülmektedir. Bireyler fiziksel egzersizlerle sağlıkları koruyabilmeleri bilimsel dayanakları olan bir gerçektir (Zülal, 2002).

IV.2.2.2. Psikolojik Yararları

Ruh sağlığı bireylerin kendisi ve çevresiyle yaşam içerisinde uyumlu halde olmasıdır. Ruhsal açıdan sağlıklı olan kişiler kararlarında tutarlı davranışlarında ve eylemlerinde mantıklı ve sağlıklı karar alabilen insandır (Yörükoğlu, 1980). Boş zamanların etkili ve verimli değerlendirilmesi sonucunda psikolojik faydaları şöyle sıralanabilir; fiziksel, zihinsel ve toplumsal elementlerin birleşiminden donanımlı bir kişilik elde etmektir. Boş

zaman aktivitelerine bireyler katılarak sosyal çevre edinebilir ve dışa dönük kişilik geliştirmesi daha çok kolaylaştığı söylenebilir (Gedik, 1985).

IV.2.2.3. Toplumsal Yararları

Sosyalleşme insana diğer kişilerin rol beklentilerini ve değerlerini öğretir (Kılbaş, 1994). Aile ve arkadaş çevresi sosyalleşmede en önemli faktörlerden biridir. Birden fazla katılımcının oluşturduğu grup faaliyetleri bireylerin sosyal ihtiyaçlarını karşılar. Toplumda çoğu insanlar için sosyal faaliyetlere katılmak bireylerin sosyal statüsüne olumlu yönde katkı sağlar (Karaküçük, 2005).

Sosyalleşmede aile ve arkadaş çevresi önemli bir araçtır. Grup seklide yapılan faaliyetler bireylerin bir topluma aidiyetinin oluşmasına katkı sağlar. Rekreatif faaliyetlere katılım sosyalleşme ile beraber grup içerisinde iletişimi arttırarak grup üyeleri arasında bağları güçlendirir. Ayrıca grup üyeleri ile yapılan faaliyetler zamanla arkadaşlıkların oluşmasına olanak sağlayarak toplum içerisinde yalnızlığın azalmasına önemli katkı sunar (Cordes ve İbrahim, 1996).

IV.2.3. Boş Zamanın Temel Fonksiyonları

IV.2.3.1. Dinlenme Fonksiyonu

Bu fonksiyon, boş zamanın değerlendirilmesi ile bireylere yaşam içerisindeki harcamış oldukları enerjileri, psikolojik yorgunluğu, stresi ve hayat içerisindeki olumsuzluklardan uzaklaşmayabilmeyi sağlayabilir (Akyüz, 2015). Boş zamanın temel fonksiyonlarından en önemli olanlarından biri olan dinlenme fonksiyonu bireyin kendini yeniden elde etme veya çalışma sonrası var olan stresle mücadele ederek bedensel ve

psikolojik sorunları ortadan kalkmasına yardımcı olan bir fonksiyondur (Rekreasyonist, 2018).

IV.2.3.2. Eğlenme Fonksiyonu

Bireylerin yaşam içerisindeki yoğun iş yükünden, moral bozukluğundan, psikolojik bunalımdan uzaklaştıran bu fonksiyon aktif yada pasif olarak bireylerin aktivitelere katılması sayesinde gerçekleştirilen ve dinlenme fonksiyonunun da oluşmasını sağlayan temel bir fonksiyondur (Walker ve Wang, 2009:Akt:Yıldıran,2019).

IV.2.3.3. Gelişim Fonksiyonu

Bireyler var olan boş zamanlarını etkili ve verimli bir şekilde kullandıklarında dinlenme, eğlenme ve geliştirme gibi birçok kazanımı elde edebilir. Bunun yanında bireylerin toplum içerisindeki misyon ve vizyonlarını geliştirme açısından oldukça önemlidir (Karaküçük ve Ekenci, 1995). İnsanın normal yaşamın akışında oluşan otomatizminden kurtaran, daha geniş sosyal katılımlı bireylerin kişisel gelişimini destekleyen herhangi çıkar barındırmayan faaliyetlerdir (Rekreasyonist, 2018).

V. BÖLÜM (MATERYAL YÖNTEM)

V.1. Araştırma Modeli

Araştırmanın amacıyla mevcut var olan durumu belirleyebilmek için nicel betimleme yöntemi kullanılmıştır. Bu yüzden katılımcılar tarafından verilen nicel verilerin analizi genel tarama modeline göre yürütülmektedir. Genel tarama modeli ise oldukça çok sayıdan oluşan evrende, var olan evren hakkında genel bir sonuca ulaşmak için evrenin tamamı ya da evren içerisinde alınan grupları ele alınarak örneklem üzerinde yapılan tarama modelidir (Akkaya, 2020).

V.2. Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni; Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesin de öğrenim gören 2000 yılı ve sonrasında doğanları kapsayan Z kuşağı öğrencilerinden oluşmaktadır. 2020-2021 eğitim öğretim yılında aktif kayıtlı öğrenci olan toplam 765 kişilik bir evreni oluşturan tüm öğrencilere görüşlerinin belirlenebilmesi için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği elektronik ortama aktarılarak Google anket şeklinde öğrencilere gönderilmiştir. Araştırma kapsamında gönderilen ölçeğe 90 kadın 120 erkek toplamda 210 kişi katılım sağlamıştır. Betimsel araştırma yönteminde örneklem sayısında alan yazın incelendiğinde farklı öneriler mevcuttur. Ancak genel olarak kabul edilen araştırmacılardan Nunnally (1967), Everitt (1975), Tavşancıl (2002) envanter madde sayısının 10 katı örneklem oluşturulmasının evreni temsil için yeterli olacağını belirtmişlerdir. Buna bağlı olarak çalışmamızın örneklem sayısının yeterli olduğu varsayılmaktadır.

V.3. Kullanılan Veri Toplama Araçları

Araştırma için Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulunun 02/12/2020 tarihinde " Z Kuşağının Dijital Oyun Bağımlılıklarının Boş Zaman Ve Değişkenlere Göre İncelenmesi " başlıklı tez çalışması için üniversitemiz öğrencilerine yönelik dijital ortamda uygulamasına dair izin alınmıştır. Çalışmada kullanılmak üzere seçilen ölçeğin geçerlilik ve güvenirliğini yapan araştırmacıdan, araştırmada ölçeğin uygulanabilmesi için elektronik posta yoluyla izin alınmıştır. Bu araştırmanın verileri Kişisel Bilgi Formu ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Veri toplama araçlarına ilişkin genel bilgilere başlıklar halinde yer verilmiştir. Araştırmada veriler çevrimiçi olarak Z kuşağından oluşan Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerine ulaştırılarak gönüllülük ilkesine uygun olarak toplanmıştır.

V.4. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan Z kuşağı üniversite öğrencilerin demografik özelliklerini belirleyebilmek amacıyla on sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından oluşturulan bu bilgi formu ile katılımcılara; cinsiyet, bölüm, öğrenim şekli, sınıf, günlük boş zaman süreniz, günlük boş zaman sürenizi yeterli buluyor musunuz, boş zamanlarınızı genelde kimlerle değerlendirirsiniz, boş zamanlarınızı genelde nerelerde değerlendirirsiniz, boş zamanlarınızda dijital oyun oynama nedeniniz, boş zamanlarınızda hangi tür dijital oyunları oynamaktasınız şeklinde sorular yöneltilmiştir.

V. 6. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Hazar ve Hazar (2019) tarafından uyarlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliği için açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri uygulanmıştır. Ölçeğin uyarlanma aşamasında 93'ü kadın, 202'si erkek toplam 295 örneklem toplanmıştır. Ölçekteki ifadelerin değerlendirilmesinde 5'li likert tipi (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Kararsızım, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum) değerlendirme kullanılmıştır. Yapı geçerliliği için yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda 3 faktör elde edilmiştir. Açıklanan toplam varyansın % 59,61 olduğu tespit edilmiştir. Yapılan AFA sonucunda ölçek maddelerinin faktör yüklerinin. 58 ile. 75 arasında olduğu tespit edilmiştir. AFA'dan sonra aynı örneklem grubuna yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda (DFA) ise uyum değerleri χ^2/sd (398/186): 2,14, RMSEA: 0,08, GFI=0,80, AGFI=0,76, CFI=0,89, IFI: 0,89, PGFI: 0,65 ve PNFI: 0,73 olarak tespit edilmiştir. Elde edilen bu sonuçlar ile Hazar ve Hazar (2019) ölçeğin uyarlanabilir nitelikte olduğunu kabul etmiştir. “Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” nin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu sonucuna varmıştır.

“Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” üç alt boyuttan oluşmaktadır. Orijinal formundaki alt boyutların Türkçesi 1. Alt boyut için: Aşırı Odaklanma ve Erteleme (11 Soru) 2. Alt Boyut için Yoksunluk ve Arayış (6 soru) 3. Alt boyut için Duygu Değişimi ve Dalma (4 soru) olarak isimlendirilmiştir. Aşırı odaklanma ve erteleme alt boyutunu kavramsal açıdan incelediğimizde kişilerin oynadıkları oyunlar hayatlılarının en vazgeçilmez odak noktası haline gelir. Buna bağlı olarak oyunlar kişilerin düşünce (endişe kaygı), duygu (arzu istek), ve davranışlarına (aşırı kullanım) yön veren temel güç haline gelmiştir. Kişiler için bu kadar önemli olan aşırı oyun oynama isteğinin sonucu olarak okul, iş ve sosyal hayatın gerekleri olan sorumluluklarını yerine getirme konusunda sorunlar yaşamaya başlar.

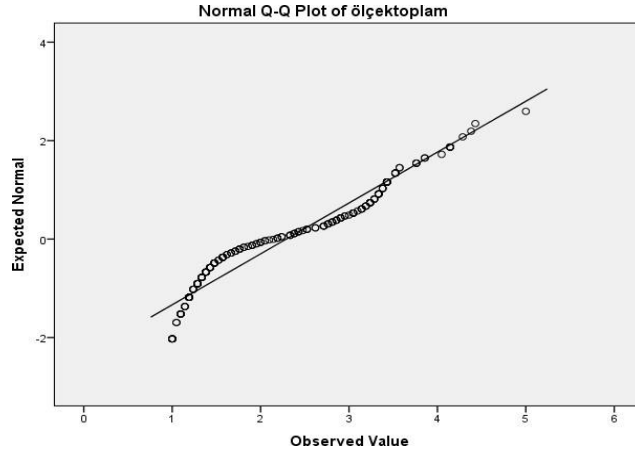
Çalışmamızın bir diğer alt boyutu olan yoksunluk ve arayış alt boyutumuz ise oyun oynayan kişilerin oyun oynama esnasında aşırı derecede sinirlenmesi ve buna bağlı olarak oyun oynama isteğini bastıramamasının sonucu olarak çevresindeki diğer kişilerle çatışma yaşar ve oyun oynamaya devam edebilmek için yalan söyleme eğilimine yönelir. Kendini kontrol edemeyen kişiler oynama davranışı kontrol edemez ve sürekli oyun oynama davranışına yönelir.

Çalışmamızın son alt boyutu olan duygu değişimi ve dalma alt boyutuna kavramsal açıdan incelendiğime ise kişiler oyun oynarken birçok duygu değişimini bireysel olarak deneyimler birçok duygu değişimini bir arda yaşayan kişiler var olan sorunlardan kurtulmak için oyun oynama davranışına yönelir. Zamanla kişilerin oyunlara ayırdıkları zaman artmaktadır.

V.7.Verilerin Analizi

Verilerin analiz edilmesinde SPSS paket programı kullanılmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda elde edilen verilerin analizinde önce üniversite öğrencilerinin kişisel özelliklerine ilişkin frekans (n), yüzde (%) kullanılmıştır. Geçerliliği ve güvenirliği Hazar ve Hazar (2019) tarafından yapılan “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” güvenirlik değerleri yeniden incelenmiştir. Güvenirlik değerlerinin yeniden tespitinde “Cronbach alfa katsayısı” uygulanmıştır.

Analizlere başlanmadan önce verilerin tasnifi yapılmıştır. Daha sonra verilerin normal dağılıp dağılmadığı kontrol edilmiştir. Verilerin normal dağılım uygunluğu basıklık ve çarpıklık değerleri ile değerlendirilmiştir. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği için çarpıklık (,354) ve basıklık (-1.073) değerleri tespit edilmiştir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 arasında olması normal dağıldığının göstergesidir (Kim, 2013). Aynı zamanda normal dağılımın değerlendirilmesinde kutu-çizgi grafiği, histogram, gövde-yaprak grafiği, p-p grafikleri gibi grafikler incelenmiştir. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği normal dağılım gösterdiği için istatistik değerlendirmelerde parametrik testler kullanılmıştır. Ölçekler ve alt boyut puan ortalamaları ile kişisel değişkenler arasındaki farklılıklar iki grup için bağımsız örneklem t testi, çoklu gruplar için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeylerin belirlenmesinde $P=0,05$ değeri ve hangi grupların birbirinden farklı olduğuna bakmak için ise Bonferroni testi kullanılmıştır. Bu testin kullanılmasının nedeni grupların eşit olmamasıdır (Miller, 1969).



Şekil 2. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Q-Q plot grafiği

VI. BÖLÜM (BULGULAR)

Araştırmaya katılan Üniversite öğrencilerinin cinsiyet, bölüm, birinci ve ikinci öğretim, sınıf, ortalama boş zaman süresi, boş zaman düzeyini yeterli bulma, kiminle boş zamanını geçirdiği, boş zamanını geçirdiği yer (açık alan, kapalı alan), dijital oyun oynama nedeni, oynadığı dijital oyun türü değişkenlerine ilişkin bulgular aşağıda Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıları Tanımlayıcı Özellikler

	Değişken	N	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	90	42,9
	Erkek	120	57,1
Bölüm	Antrenörlük	67	31,9
	Öğretmenlik	57	27,1
	Yöneticilik	86	41,0
Öğrenim	1. Öğretim	124	59,0
	2.Öğretim	86	41,0
Sınıf	1.Sınıf	76	36,2
	2.Sınıf	33	15,7
	3.Sınıf	50	23,8
	4.Sınıf	51	24,3
Boş zaman süresi	1-3 saat	84	40,0
	4-6 saat	83	39,5
	7 ve üzeri	43	20,5
Boş zaman yeterliliği	Yeterli	134	63,8
	Yetersiz	76	36,2
Kiminle boş zaman geçirdiği	Yalnız	46	21,9
	Arkadaşlarıyla	89	42,4
	Ailemle	75	35,7
Nerede boş zaman geçirdiği	Açık Alan	105	50,0
	Kapalı Alan	105	50,0
Boş zamanlarınızda dijital oyun oynama nedeniniz,	Kazanma, gelir elde etme, başarıma, takdir	39	18,6
	Eğlenmek, zevk almak	83	39,5
	Sosyalleşme	30	14,3
	Zaman geçirmek, oyalanmak	58	27,6
Boş zamanlarınızda hangi tür dijital oyunları oynamaktasınız	Taktik, strateji	61	29,0
	Saga oyunları	26	12,4
	Şans oyunları	31	14,8
	Aksiyon, macera	32	15,2
	Spor	27	12,9
	Zeka, bulmaca	33	15,7

Araştırmaya katılan Üniversite öğrencilerinin %57,1'i erkek, %42,9'u kadındır. Katılımcıların %31,9'u Antrenörlük, %27,1'i öğretmenlik, %41,0'ı Spor Yöneticiliği bölümlünde öğrenimini sürdürmektedir. 536,2'si 1. Sınıf %15,7'si 2. Sınıf, %23,8'i 3. Sınıf, %24,3'ü 4. sınıfta öğrenim gördüğü tespit edilmiştir. Katılımcıların %40'ı 1-3 saat, %39,5'i 4-6 saat, %20,5'i 7 saat ve üzeri günlük boş zamanının olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların %63,3'ü boş zamanı yeterli bulurken, %36,2'si yetersiz bulmaktadır. Katılımcıların %42,4'ü arkadaşları, %35,7'si ailesi, %21,9'u ise yalnız boş vaktini değerlendirmektedir. Katılımcıların %50'sinin boş vaktini kapalı alanlarda %50'sinin açık alanlarda geçirdiği tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan Üniversite öğrencilerinin oyun oynama nedenleri incelendiğinde %39,5'i eğlenmek, zevk almak, %27,6'si zaman geçirmek, oyalanmak, %18,6'sı kazanma, gelir elde etme, başarıma, takdir, %14,3'ü sosyalleşme amaçlı oyun oynadığı tespit edilmiştir. Oynadığı oyun türleri incelendiğinde %29,0'unun taktik ve strateji, %15,7'sinin zeka bulmaca, %15,2'sinin aksiyon ve macera, %14,8'inin şans, %12,4'ünün saga oyun türünü oynadığı tespit edilmiştir.

Tablo 2. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Alt Boyutlarının Güvenilirlikleri

Ölçek alt boyutları	Madde Sayısı	Cronbach's Alpha
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	11	.91
Yoksunluk ve Arayış	6	.93
Duygu Değişimi ve Dalma	4	.84
Toplam Dijital Oyun Bağımlılığı	21	.96

Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Alt Boyutlarının Cronbach's Alpha katsayıları incelendiğinde Aşırı Odaklanma ve Erteleme alt boyutu için .91 Yoksunluk ve Arayış boyutu için .93 Duygu Değişimi ve Dalma boyutu için .84 tespit edilmiştir. Tüm ölçek için Cronbach's Alpha katsayısı. 96 tespit edilmiştir. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Alt Boyutlarının ve toplam dijital oyun bağımlılığı Cronbach's Alpha katsayıları incelendiğinde. 70'in altında bir Alpha değeri olmadığı tespit edilmiştir. Bu değer. 70'in altında olmaması güvenilirliğin sağlandığını göstermektedir (Büyüköztürk ve ark. 2017).

Tablo 3. Dijital oyun bağımlılığı alt boyut puan ortalamalarına ait değerler

Ölçekler alt boyut	N	X	SS	Min	Mak
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	210	2,36	,96	1	5
Yoksunluk ve Arayış	210	2,02	1,15	1	5
Duygu Değişimi ve Dalma	210	2,44	1,18	1	5

Tablo 3’de dijital oyun bağımlılığı alt boyut puan ortalamalarına ait n, x, ss, minimum ve maksimum değerleri görülmektedir. Analiz bulgularına göre katılımcıların dijital oyun bağımlılığı en yüksek ortalama ($Ort=2,44 \pm 1,18$) “Duygu Değişimi ve Dalma” alt boyutunda en düşük ortalama ($Ort=2,02 \pm 1,15$) “Yoksunluk ve Arayış” alt boyutunda tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı alt boyut puan ortalamalarının ise orta seviyede olduğu söylenebilir.

Tablo 4. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının cinsiyete göre karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Cinsiyetiniz Nedir	N	Ort	SS	t	P
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	Kadın	90	2,01	0,87	-4,667	,000*
	Erkek	120	2,62	0,95		
Yoksunluk ve Arayış	Kadın	90	1,71	0,97	-4,144	,000*
	Erkek	120	2,30	1,08		
Duygu Değişimi ve Dalma	Kadın	90	2,04	1,06	-4,858	,000*
	Erkek	120	2,74	1,00		

* $p < 0,05$

Tablo 4’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen, t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark, istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$). Ortalamalar arasındaki farka göre Aşırı Odaklanma ve Erteleme ($t = -4,667$; $p < 0,05$), Yoksunluk ve Arayış ($t = -4,144$; $p < 0,05$), Duygu Değişimi ve Dalma ($t = -4,858$; $p < 0,05$), alt boyutlarında erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre dijital oyun bağımlılığı daha yüksektir.

Tablo 5. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının bölüm karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Grup	Bölümünüz	N	Ort	SS	F	P	Benferroni
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	1	Antrenörlük	67	2,00	0,83	7,401	,001	2>1 3>1
	2	Öğretmenlik	57	2,49	0,82			
	3	Yöneticilik	86	2,55	1,07			
Yoksunluk ve Arayış	1	Antrenörlük	67	1,60	0,92	9,211	,000	2>1 3>1
	2	Öğretmenlik	57	2,30	0,96			
	3	Yöneticilik	86	2,23	1,14			
Duygu Değişimi ve Dalma	1	Antrenörlük	67	2,07	1,01	6,183	,002	2>1 3>1
	2	Öğretmenlik	57	2,63	1,02			
	3	Yöneticilik	86	2,61	1,12			

* p<0,05

Tablo 5’de görüldüğü gibi dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının bölümlere göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova sonucunda dijital oyun bağımlılığına etki eden alt boyutların puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

Ortalamalar arasındaki farka göre dijital oyun oynayan “Antrenörlük ” bölümü öğrencileri “Öğretmenlik” ve “Yöneticilik” bölümü öğrencilerine göre , “Aşırı Odaklanma ve Erteleme”(F=7,401; $p < ,05$) “Yoksunluk ve Arayış” (F=9,211; $p < ,05$) “Duygu Değişimi ve Dalma” (F= 6,183; $p < ,05$) oyun bağımlılık algıları daha düşüktür.

Tablo 6. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının öğrenime göre karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Öğrenim	N	Ort	SS	t	P
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	1. Öğrenim	124	2,21	0,92	-2,674	,008*
	2. Öğrenim	86	2,57	1,00		
Yoksunluk ve Arayış	1. Öğrenim	124	1,84	0,99	-3,472	,001*
	2. Öğrenim	86	2,35	1,12		
Duygu Değişimi ve Dalma	1. Öğrenim	124	2,26	1,06	-3,022	,003*
	2. Öğrenim	86	2,71	1,07		

* $p < 0,05$

Tablo 6’da görüldüğü gibi araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının, öğrenim değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen, t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark, istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$). Ortalamalar arasındaki farka göre Aşırı Odaklanma ve Erteleme ($T = -2,674$; $p < 0,05$), Yoksunluk ve Arayış ($T = -3,472$; $p < 0,05$), Duygu Değişimi ve Dalma ($T = -3,022$; $p < 0,05$), alt boyutlarında 2. Öğretim öğrencilerinin 1. Öğretim öğrencilerine göre dijital oyun bağımlılığı daha yüksektir.

Tablo 7. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının sınıfa göre karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Grup	Sınıf	N	Ort	SS	F	P	Benferroni
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	1	1. sınıf	76	2,06	0,98	5,013	,002	4>1
	2	2. sınıf	33	2,34	0,96			
	3	3. sınıf	50	2,47	0,90			
	4	4. sınıf	51	2,70	0,89			
Yoksunluk ve Arayış	1	1. sınıf	76	1,58	0,92	9,924	,000	3>1 4>1
	2	2. sınıf	33	2,03	1,14			
	3	3. sınıf	50	2,36	1,04			
	4	4. sınıf	51	2,46	1,02			
Duygu Değişimi ve Dalma	1	1. sınıf	76	2,06	1,09	6,385	,000	3>1 4>1
	2	2. sınıf	33	2,39	1,07			
	3	3. sınıf	50	2,82	0,92			
	4	4. sınıf	51	2,68	1,07			

* $p<0,05$

Tablo 7’de görüldüğü gibi dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının sınıfa göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova sonucunda dijital oyun bağımlılığına etki eden alt boyutların puan ortalamaları sınıfa göre anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,05$).

Ortalamalar arasındaki farka göre Aşırı Odaklanma ve Erteleme ($F=5,013$; $p<,05$) alt boyutunda “4.sınıf” öğrencileri “1.sınıf” öğrencilerine göre oyun bağımlılık algıları daha yüksektir. “Yoksunluk ve Arayış” ($F=9,924$; $p<,05$) ve “Duygu Değişimi ve Dalma” ($F=6,385$; $p<,05$) alt boyutlarında “3.sınıf” ve “4.sınıf” öğrencileri “1.sınıf” öğrencilerine göre oyun bağımlılık algıları daha yüksektir.

Tablo 8. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının günlük ortalama boş zaman süresine göre karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Grup	Günlük ort. Boş süre	N	Ort	SS	F	P	Benferroni
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	1	1-3 saat	84	2,40	0,99	,698	,49	-
	2	4-6 sat	83	2,40	0,92			
	3	7 ve üzeri	43	2,20	1,01			
Yoksunluk ve Arayış	1	1-3 saat	84	2,25	1,08	3,154	,04	1>3
	2	4-6 sat	83	2,00	1,07			
	3	7 ve üzeri	43	1,76	0,99			
Duygu Değişimi ve Dalma	1	1-3 saat	84	2,51	1,15	1,569	,21	-
	2	4-6 sat	83	2,51	0,99			
	3	7 ve üzeri	43	2,18	1,11			

* $p<0,05$

Tablo 8’de görüldüğü dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının günlük ortalama boş zamana göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan anova sonucunda dijital oyun bağımlılığına etki eden alt boyutların puan ortalamaları günlük ortalama boş zamana göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Ortalamalar arasındaki farka göre Yoksunluk ve Arayış ($F=3,154$; $p<,05$) alt boyunda 1-3 saat arası boş zamana sahip öğrencilerin 7 ve üzeri boş zamana sahip olan öğrencilere göre oyun bağımlılık algıları daha yüksektir.

Tablo 9. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının boş zaman yeterliliğine göre karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Boş zaman yeterliliği	N	Ort	SS	t	P
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	Yeterli	134	2,23	0,91	-2,513	,01*
	Yetersiz	76	2,58	1,03		
Yoksunluk ve Arayış	Yeterli	134	1,87	0,98	-3,297	,00*
	Yetersiz	76	2,37	1,15		
Duygu Değişimi ve Dalma	Yeterli	134	2,33	1,03	-1,956	,05*
	Yetersiz	76	2,64	1,16		

* p<0,05

Tablo 9’da görüldüğü gibi araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının, boş zaman yeterliliği değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen, t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark, istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$).

Ortalamalar arasındaki farka göre Aşırı Odaklanma ve Erteleme ($T = -2,513$; $p < 0,05$), Yoksunluk ve Arayış ($T = -3,297$; $p < 0,05$), Duygu Değişimi ve Dalma ($T = -1,956$; $p < 0,05$), alt boyutlarında boş zamanını yetersiz bulanların yeterli bulanlara göre dijital oyun bağımlılığı daha yüksektir.

Tablo 10. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının boş zamanını kiminle değerlendirdiğine göre karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Grup	Boş zamanını kiminle değerlendirirsin	N	Ort.	SS	F	P	Benferroni
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	1	Yalnız	46	2,33	1,11	6,860	,001	1>3
	2	Arkadaşlarımla	89	2,62	0,93			
	3	Ailemle	75	2,07	0,83			
Yoksunluk ve Arayış	1	Yalnız	46	1,94	1,16	5,787	,004	2>3
	2	Arkadaşlarımla	89	2,33	1,04			
	3	Ailemle	75	1,78	0,98			
Duygu Değişimi ve Dalma	1	Yalnız	46	2,40	1,22	3,745	,025	2>3
	2	Arkadaşlarımla	89	2,66	1,04			
	3	Ailemle	75	2,21	1,01			

* $p<0,05$

Tablo 10'da görüldüğü gibi araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının, boş zamanı kiminle değerlendirdiği değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen anova sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark, istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p<0,05$).

Ortalamalar arasındaki farka göre Aşırı Odaklanma ve Erteleme ($F=6,860$; $p<,05$) alt boyunda boş vaktini yalnız değerlendirenlerin aileleri ile değerlendirenlere göre dijital oyun bağımlılık algıları daha yüksektir. Aynı zamanda Yoksunluk ve Arayış ($F=5,787$; $p<,05$) ve Duygu Değişimi ve Dalma ($F=3,745$; $p<,05$) alt boyutlarında arkadaşları ile boş zamanını değerlendirenlerin aileleri ile değerlendirenlere göre dijital oyun bağımlılık algıları daha yüksektir.

Tablo 11. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının boş zamanını nerede geçirdiğine göre karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Boş zamanını nerede geçiriyor	N	Mean	SS	t	P
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	Açık alan	105	2,31	0,95	-,730	,46
	Kapalı alan	105	2,41	0,98		
Yoksunluk ve Arayış	Açık alan	105	2,03	1,05	-,181	,85
	Kapalı alan	105	2,06	1,09		
Duygu Değişimi ve Dalma	Açık alan	105	2,44	1,08	-,063	,95
	Kapalı alan	105	2,45	1,09		

Tablo 11’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının, boş zamanını nerede değerlendirdiği değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen, t testi sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark, istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 12. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının dijital oyun oynama nedenlerine göre karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Grup	Oyun oynama nedeni	N	Ort	SS	F	P	Benferroni
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	1	Kazanma, gelir elde etme, başarıma, takdir	39	2,98	0,81			
	2	Eğlenmek, zevk almak	83	2,27	0,95	8,144	,00	1>2,3,4
	3	Sosyalleşme	30	1,97	0,97			
	4	Zaman geçirmek, oylanmak	58	2,26	0,92			
Yoksunluk ve Arayış	1	Kazanma, gelir elde etme, başarıma, takdir	39	2,85	0,92			
	2	Eğlenmek, zevk almak	83	1,80	1,00	10,143	,00	1>2,3,4
	3	Sosyalleşme	30	1,95	1,04			
	4	Zaman geçirmek, oylanmak	58	1,91	1,05			
Duygu Değişimi ve Dalma	1	Kazanma, gelir elde etme, başarıma, takdir	39	3,07	0,89			
	2	Eğlenmek, zevk almak	83	2,39	1,00	6,455	,00	1>2,3,4
	3	Sosyalleşme	30	2,06	1,15			
	4	Zaman geçirmek, oylanmak	58	2,30	1,14			

* p<0,05

Tablo 12’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının, oyun oynama nedeni değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen, anova sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark, istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$).

Ortalamalar arasındaki farka göre Aşırı Odaklanma ve Erteleme ($F=8,144$; $p<,05$), Yoksunluk ve Arayış ($F=10,143$; $p<,05$) ve Duygu Değişimi ve Dalma ($F=6,455$; $p<,05$) alt boyutlarında “Kazanma, Gelir elde etme, Başarma, Takdir” nedeni le oyun oynayanların “Eğlenmek, zevk almak”, “Sosyalleşmek” “Zaman geçirmek, oyalanmak” nedeniyle oyun oynayanlara göre dijital oyun bağıllık algıları daha yüksektir.

Tablo 13. Dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının hangi tür dijital oyun oynadığı değişkenine göre karşılaştırılması

Ölçek ve Boyutlar	Grup	Hangi tür dijital oyun oynarsınız	N	Ort	SS	F	P	Benferroni
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	1	Taktik, strateji	61	2,59	1,05	2.00	,08	-
	2	Saga oyunları	26	2,38	0,88			
	3	Şans oyunları	31	2,45	0,91			
	4	Aksiyon, macera	32	2,25	0,89			
	5	Spor	27	2,34	0,97			
	6	Zeka, bulmaca	33	1,95	0,90			
Yoksunluk ve Arayış	1	Taktik, strateji	61	2,25	1,16	1.455	,20	-
	2	Saga oyunları	26	2,19	1,03			
	3	Şans oyunları	31	2,13	1,13			
	4	Aksiyon, macera	32	1,93	1,01			
	5	Spor	27	1,95	1,08			
	6	Zeka, bulmaca	33	1,68	0,85			
Duygu Değişimi ve Dalma	1	Taktik, strateji	61	2,72	1,12	2.246	,05	-
	2	Saga oyunları	26	2,28	0,94			
	3	Şans oyunları	31	2,34	1,13			
	4	Aksiyon, macera	32	2,66	1,07			
	5	Spor	27	2,32	0,99			
	6	Zeka, bulmaca	33	2,04	1,05			

Tablo 13’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlerine göre alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının, oyun oynama türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen, anova sonucunda, grupların aritmetik ortalamaları arasındaki fark, istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p> 0,05$).

VII. BÖLÜM (TARTIŞMA VE SONUÇ)

Araştırmaya katılan bireylerin demografik özelliklerine ilişkin Tablo 1'e bakıldığında, toplam 210 katılımcının cinsiyet değişkeni bakımından 90'nı kadın, 120'si erkek, bölüm değişkeni bakımından katılımcıların 67'si antrenörlük, 57'si öğretmenlik, 86'sı yöneticilik bölümünden oluşmaktadır. Öğrenim türü değişkeni bakımından katılımcıların 124'ü birinci öğretim ve 86'sı ikinci öğretim üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Sınıf değişkeni bakımından katılımcıların 76'sı birinci sınıf, 33'ü ikinci sınıf, 50'si üçüncü sınıf ve 51'i ise dördüncü sınıf üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Boş zaman süresi bakımından incelendiğinde katılımcıların 84'ü 1-3 saat, 83'ü 4-6 saat, 43'nün ise 7 saat ve üzeri boş zamanı olduğu tespit edilmiştir. Boş zaman yeterliliği bakımından katılımcıların 134'ü yeterli iken 76 kişinin ise boş zamanları yetersiz olarak bulunmuştur. Öğrencilerin boş zamanlarını kiminle geçirdiği incelendiğinde katılımcıların 46'sı yalnız 89'u arkadaşlarıyla 75'i ise ailesi ile geçirmektedir. Boş zamanının nerede geçirdiği incelendiğinde katılımcıların 105'i açık alan, 105'i ise kapalı alan olarak tespit edilmiştir. Oyun oynama nedenine bakıldığında katılımcıların 39'u kazanma, gelir elde etme, başarıma ve takdir etmek, 83'ü eğlenmek, zevk almak, 30'u sosyalleşme ve 58'nin ise zaman geçirmek oylanmak olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların oynadığı oyun türü bakımından incelendiğinde 61'i taktik ve strateji, 26'sı saga oyunları, 31'i şans oyunları, 32'si aksiyon macera, 27'si spor oyunları ve 33'ü ise zeka ve bulmaca oyunlarını oynamaktadır.

Tablo 2 incelendiğinde; Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Alt Boyutlarının Cronbach's Alpha katsayıları sonuçlarına göre aşırı odaklanma ve erteleme alt boyutu için .91 yoksunluk ve arayış boyutu için .93 duygu değişimi ve dalma boyutu için .84 tespit

edilmiştir. Tüm ölçek için Cronbach's Alpha katsayısı. 96 tespit edilmiştir. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Alt Boyutlarının ve toplam dijital oyun bağımlılığı Cronbach's Alpha katsayıları incelendiğinde. 70'in altında bir alpha değeri olmadığı tespit edilmiştir. Bu değerin 70'in altında olmaması güvenilirliğin sağlandığını göstermektedir (Büyüköztürk ve ark. 2017). Cronbach alfa değerinin 0.70 ile 0.90 aralığında olması ölçeğin yüksek bir güvenirlik değerine sahip olduğunu göstermektedir (Özdamar, 2016).

Tablo 3 incelendiğinde dijital oyun bağımlılığı alt boyut puan ortalamaları analiz bulgularına göre katılımcıların dijital oyun bağımlılığı en yüksek ortalaması “Duygu Değişimi ve Dalma” alt boyutunda en düşük ortalaması ise “Yoksunluk ve Arayış” alt boyutunda tespit edilmiştir. Duygu değişimi ve dalma alt boyutunda dijital oyun bağımlılığının yüksek bulunmasının nedeni ise üniversite öğrencilerinin yaşlarının da vermiş olduğu etki ile birçok duygu durumunu oyunlarda yaşamaktadırlar. Ayrıca üniversite hayatına başlayan öğrencilerin ekonomik, sosyal ve kültürel sorunlarından kaynaklı daha fazla oyunlara yönelmesinden dolayı duygu değişimi ve dalma alt boyutunda bağımlılık düzeyleri yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı alt boyut puan ortalamalarının ise orta seviyede olduğu söylenebilir.

Tablo 4'de demografik özelliklerden cinsiyet değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde tüm alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının, cinsiyet değişkenine göre fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur. ”Aşırı odaklanma ve erteleme”, “yoksunluk ve arayış”, “duygu değişimi ve dalma” alt boyutları incelendiğinde erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre dijital oyun bağımlılığı daha yüksektir. Erkek katılımcıların dijital oyunlara daha fazla ilgi göstermesinin nedeni olarak dijital oyunlara karşı daha pratik olmaları ve kadınlara oranla piyasaya sürülen oyunların genellikle erkekler tarafından üretiliyor ve hitap edilen kitlenin yine erkeklerin olmasından

kaynaklanıyor olabilir. Bir başka sebep ise dijital oyunların genellikle daha çok şiddet, mücadele ve saldırganlık içermesinden dolayı kadınların bu tür oyunlara karşı ilgisiz oldukları ve oyunlardan puan elde etmeye karşı daha az istekli oldukları düşünülmektedir. Alan yazın ile yapılan çalışmalara bakıldığında da Bülbül, Tunç ve Aydil (2018) tarafından 446 üniversite öğrencileri ile yapılmış olan çalışmada erkek öğrencilerin dijital oyun bağımlılığının kadın öğrencilere göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Benzer şekilde Pala ve Erdem (2011) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu araştırmada dijital oyun oynamadaki tercih nedenleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulmuş olduğu görülmektedir. Ko, Yen ve Chen (2005) 'nin yapmış oldukları araştırmaya göre erkeklerin dijital oyunları kadınlara oranla daha yoğun oynadıkları ve erkeklerin kadınlara göre daha fazla oyun bağımlısı olduğu söylenebilmektedir. Tüm bu araştırma sonuçları çalışmamızla paralellik göstererek bulgularımızı desteklenmektedir.

Tablo 5’de demografik özelliklerden bölüm değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde tüm alt boyutların puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ortalamalar arasındaki farka göre dijital oyun oynayan “Antrenörlük ” bölümü öğrencileri “Öğretmenlik” ve “Yöneticilik” bölümü öğrencilerine göre, tüm alt boyutlarda oyun bağımlılık algıları daha düşüktür. Antrenörlük bölümünün lehine çıkan bu sonucunun temel nedeni antrenörlük bölümü öğrencilerinin diğer bölümlere göre daha aktif katılım sağlayarak sportif faaliyetlerde bulunması ve sporu hayatlarının merkezi konumuna getirdiklerinden kaynaklandığı söylenebilir. Arıkan ve Öztürk (2020) tarafından yapılan araştırma sonucunda çalışmamıza zıt sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmacılar tarafından yapılan çalışmada aşırı odaklanma erteleme, çatışma yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma boyutlarında bölüm değişkenine göre anlamlı fark bulunamamıştır. Çalışmamıza zıt bir başka çalışmaya bakacak olursak; Bozkurt, Arı ve Dursun tarafından 141 üniversite

öğrencisi üzerine yapılan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin dijital oyun oynamaya yönelik tutumların incelenmesi adlı çalışma sonuçlarına göre dijital oyun oynama tutumları ile bölüm değişkenini arasında anlamlı fark bulunamadığı görülmektedir.

Tablo 6’da demografik özelliklerden öğrenim değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde tüm alt boyutların puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Ortalamalar arasındaki farka göre “aşırı odaklanma ve erteleme”, “yoksunluk ve arayış”, “duygu değişimi ve dalma” alt boyutlarında ikinci öğretim öğrencilerinin birinci öğretim öğrencilerine göre dijital oyun bağımlılığı daha yüksektir. 1. öğretim öğrencilerinin lehine çıkan sonucunun nedenleri arasında ikinci öğretime devam eden öğrencilerin birinci öğretime göre daha fazla boş zamanlarının olması, ders saatlerinin birinci öğretime göre daha geç saatlerde başlamasının önemli bir şekilde etki ettiği söylenebilir. Öğrenim şekli değişkenine göre literatür araştırması sonucunda araştırmamıza paralel ya da zıt çalışmalara ulaşamamıştır.

Tablo 7’de demografik özelliklerden sınıf değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde tüm alt boyutların puan ortalamaları sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık göstermektedir. Ortalamalar arasındaki farka göre “aşırı odaklanma ve erteleme” alt boyutunda “4.sınıf” öğrencileri “1.sınıf” öğrencilerine göre oyun bağımlılık algıları daha yüksektir. “yoksunluk ve arayış” ve “duygu değişimi ve dalma” alt boyutlarında “3.sınıf” ve “4.sınıf” öğrencileri “1.sınıf” öğrencilerine göre oyun bağımlılık algıları daha yüksektir. 4 ve 3 sınıf katılımcılarının yoksunluk ve arayış düzeyinin anlamlı düzeyde yüksek olmasının nedeni ise üniversite öğrencilerinin öğrencilik hayatlarının bitecek olması iş hayatına atılacak olma düşüncesinden kaynaklandığı söylenebilir. Alan yazın ile yapılan çalışmalara bakıldığında bu çalışmaya benzer nitelikte Küçük ve Çakır (2020) tarafından 333 ortaokul öğrencisinin katılımı ile gerçekleştirilen araştırma da 8. sınıf öğrencilerin

ortalamalarının 7 ve 6'lardan yüksek olduğu ve bu farkın anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Hazar, Demir, Namlı ve Türkeli (2017) tarafından yapılan araştırmada, 13 ve 14 yaş aralığındaki öğrencilerde yaşı artmasıyla birlikte oyun bağımlılığının da arttığı sonucuna varılmıştır. Öncel ve Tekin'in (2015) ve Aktaş'ın (2018) yaptığı araştırmalarda diğer çalışmalarla ve araştırmamızla paralel sonuçlara ulaşılmıştır. Tüm bu araştırma sonuçları çalışmamızla paralellik göstererek bulgularımızı destekler niteliktedir.

Tablo 8' de demografik özelliklerden boş zaman süresi değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde tüm alt boyutların puan ortalamaları günlük ortalama boş zamana göre anlamlı farklılık göstermektedir. Ortalamalar arasındaki farka göre yoksunluk ve arayış alt boyunda 1-3 saat arası boş zamana sahip öğrencilerin 7 ve üzeri boş zamana sahip olan katılımcılara göre oyun bağımlılık algıları daha yüksektir. 1-3 saat arası boş zamanı bulunan katılımcıların zamanlarının çok yoğun geçmesinden ve yoğunluktan dolayı oluşan stresin de etkisi ile var olan zamanın kısıtlı olması onları oyun oynamaya sürüklüyor olabilir. Alan yazın ile yapılan çalışmalara bakıldığında da çalışmamıza zıt sonuçlara ulaşılmıştır. Gökçearslan ve Durakoğlu (2014) tarafından yapılan araştırmada dijital oyun oynama süresine göre bağımlılık düzeylerinin farklılaştığı tespit edilmiştir. Buna göre 3 saatten fazla dijital oyun oynayanların diğer oyuncularla karşılaştırıldığında bağımlılık düzeylerinde yüksek artış olduğu bulunmuştur.

Tablo 9'da demografik özelliklerden boş zaman yeterliliği değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde tüm alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamaları boş zaman yeterliliği değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Ortalamalar arasındaki farka göre "aşırı odaklanma ve erteleme", "yoksunluk ve arayış", "duygu değişimi ve dalma" alt boyutlarında boş zamanını yetersiz bulanların yeterli bulanlara göre dijital oyun bağımlılığı daha yüksektir. Alan yazın ile yapılan çalışmalara bakıldığında da bu

çalışmaya benzer nitelikte Kılınç (2020) tarafından okul sporlarına katılan 263 lise öğrencisinin dijital oyun bağımlılıklarını belirleyebilmek amacı ile gerçekleştirilen çalışma sonucunda gün içerisinde 3 saat ve daha fazla dijital oyun oynayan bireylerin daha az oyun oynayan kişilere göre dijital oyun bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Bağcı (2019) tarafından 383 meslek yüksekokulu öğrenci üzerinde yürütülen araştırmaya göre günde 4 saatten fazla dijital oyun oynayarak zaman geçiren bireylerin 1 saatten az oyun oynayanlara kıyasla daha fazla dijital oyun oynamaya istekli olduğu tespit edilmiştir. Aksel (2018) tarafından 1185 ortaokul öğrencisi ile yapılan çalışmaya göre 1 saatten az dijital oyun oynayan öğrencilerin bağımlılık düzeyleri 2 saatten fazla oyun oynayanlara göre dijital oyun bağımlılığı saha düşük olarak bulunmuştur. Tüm bu araştırma sonuçları çalışmamızla paralellik göstererek bulgularımızı destekler niteliktedir.

Tablo 10’ da demografik özelliklerden boş zamanını kiminle değerlendirdiği değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde, alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının, boş zamanını kiminle değerlendirdiği değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Ortalamalar arasındaki farka göre aşırı odaklanma ve erteleme alt boyunda boş vaktini yalnız değerlendirenlerin aileleri ile değerlendirenlere göre dijital oyun bağımlılık algıları daha yüksektir. Aynı zamanda yoksunluk ve arayış ve duygu değişimi ve dalma alt boyutlarında arkadaşları ile boş zamanını değerlendirenlerin aileleri ile değerlendirenlere göre dijital oyun bağımlılık algıları daha yüksektir. Çalışmamızın bulgularından elde edilen sonuçlara bakıldığında aile ile zaman geçiren katılımcıların bağımlılık düzeylerinin düşük olması ailenin önemini ortaya koymaktadır. Ayrıca ebeveynler tarafından çocukların doğru yönlendirmesi de sosyal gelişimine olumlu etkilere sahiptir. Alan yazın ile yapılan çalışmalara bakıldığında da Kurar ve Baltacı (2014) tarafından yapılan çalışma sonucuna göre insanların rekreatif faaliyetlere katılma şekline

bakıldığında katılımcıların 54'ü arkadaşlarıyla, 19'u yalnız, 56'sı ise ailesi ile değerlendikleri sonucuna ulaşmıştır.

Tablo 11'de demografik özelliklerden boş zamanını nerede geçirdiği değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde, alt boyutlardan elde edilen puan ortalamaları, boş zamanını nerede değerlendirdiği değişkenine göre anlamlı bulunmamıştır. Bireylerin günlük hayatta sosyal aktivitelerini gerçekleştirmek için tercihleri açık alanlar olurken salgın hastalığın ortaya çıkması ve sokağa çıkma yasaklarının da etkisi ile beraber kapalı alanları daha fazla tercih ettikleri söylenebilir. Alan yazın ile yapılan çalışmalara bakıldığında da çalışmamıza zıt sonuçlara ulaşılmıştır. Kurar ve Baltacı (2014) tarafından 116 kişi ile yapılan çalışma sonucuna göre boş zamanlarını değerlendirme alanlarına bakıldığında 73 kişi boş zamanlarını açık alanda 43'ü ise kapalı alanda değerlendikleri sonucuna ulaşmıştır.

Tablo 12'de demografik özelliklerden dijital oyun oynama nedenleri değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde tüm alt boyutlardan elde edilen puan ortalamalarının, oyun oynama nedeni değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ortalamalar arasındaki farka göre “aşırı odaklanma ve erteleme”, “yoksunluk ve arayış” “duygu değişimi ve dalma” alt boyutlarında “kazanma, gelir elde etme, başarma, takdir” nedeni ile oyun oynayanların dijital oyun bağımlılık algıları daha yüksektir. “Kazanma, gelir elde etme”, “başarma ve takdir edilme” nedenleri ile oyun oynayanların, “eğlenmek ve zevk almak”, “sosyalleşmek”, “zaman geçirmek ve oyalanmak” nedeniyle oyun oynayanlara göre dijital oyun bağımlılık algıları daha yüksek olarak tespit edilmiştir. Bunun nedeni ise toplum içerisinde bireysel yaşamaktan yöne tutumlara sahip olmaları ve normal hayat içerisinde genellikle başarı elde edemeyen kişilerin sosyal oyun alanlarında bu duyguları yaşama isteklerinden kaynaklanıyor olabilir. Alan yazın literatür taramasında

dijital oyun nedenlerine yönelik yapılan çalışmalara bakıldığında çalışmamızda paralellik göstermeyen çalışmalara ulaşılmıştır. Bu çalışmalar ise; Durdu, Hotomaroğlu ve Çağıltay (2004) tarafından üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada dijital oyun oynama nedenlerinin stres atmaya yönelik olduğu bulunurken, Çavuş, Ayhan ve Tuncer (2016) tarafından üniversite öğrencileri ile yapılan bir diğer çalışmada ise oyun oynama nedenleri olarak rahatlama ihtiyacını karşılamak ve stres atmak amaçlı oynadıkları tespit edilmiştir. Uluyol, Demiralay, Şahin ve Eryılmaz (2014) tarafından öğretmen adayları ile yapmış olduğu çalışmada ise çalışma sonucunda öğretmen adaylarının dijital oyun oynama nedenleri daha çok eğlenmek amaçlı olduğu bulunurken bu çalışmaya benzer Tutgun, İnan ve Kaya (2013) tarafından yapılan çalışmada ise dijital oyun oynama nedenleri daha çok eğlence ve zevk olarak bulunmuştur.

Tablo 13’de demografik özelliklerden hangi tür dijital oyun oynandığı değişkenine göre dijital oyun bağımlılığı incelendiğinde alt boyutlardan elde edilen puanların ortalamalarının, oyun oynama türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Sonucun bu şekilde olmasında teknolojik gelişmelerle oyun çeşitliliğinin artması ve dijital aygıtlara ulaşmadaki kolaylıklarla beraber farklı kişisel ilgi alanlarının oluşması gösterilebilir. Alan yazın literatür taramasında hangi tür dijital oyun oynandığı değişkenine yönelik yapılan çalışmalara bakıldığında çalışmamızla paralellik göstermeyen çalışmalara ulaşılmıştır. Bu çalışmalar ise; Akkaya (2020) tarafından toplamda Y kuşağından 497 öğrenci ile yapılan çalışmada en çok taktik-strateji oyun türünü oynadıkları daha sonra ise aksiyon-macera oyun türünü oynadıkları bulunmuştur.

Sonuç olarak, Z kuşağının dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlere göre incelenmesi amacı ile yapılan bu çalışmada aşırı odaklanma ve erteleme, yoksunluk ve arayış ve duygu değişimi ve dalma alt boyutların demografik özelliklerden, cinsiyet, bölüm, öğrenim şekli, sınıf, günlük ortalama boş zaman süresi, boş zaman yeterliliği, boş

zamanını kiminle değerlendirdiği ve dijital oyun oynama nedenleri gibi değişkenlere bakıldığında anlamlı bir fark bulunurken, buna karşın boş zamanını nerede geçirdiği ve hangi tür dijital oyun oynadığı değişkenine göre anlamlı bir fark bulunamadığı tespit edilmiştir. Analiz bulgularına göre katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeyine ilişkin en yüksek ortalama ise “duygu değişimi ve dalma” alt boyutunda en düşük ortalama “yoksunluk ve arayış” alt boyutunda tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin alt boyut puan ortalamalarına göre ise orta seviyede olduğu söylenebilir.

ÖNERİLER

1. Cinsiyet değişkenine göre karşılaştırıldığında dijital oyun bağımlılığı daha yüksek olan erkek katılımcılardır. Var olan bu bağımlılık düzeylerinin riskli olduğundan dolayı sosyal yaşamlarında zamanla olumsuz etkileneceklerini belirterek daha çok kişisel gelişimine yararlı olan rekreatif faaliyetlerle ilgilenilmesi için öğrenim gördükleri üniversite yönetimi tarafından sosyal faaliyetler düzenlenebilir.
2. Üniversite öğrencileri üzerine yapılan Z kuşağının dijital oyun bağımlılıklarının boş zaman ve değişkenlere göre incelenmesi adlı çalışmanın farklı öğretim kademeleri içinde yapılabilir.
3. Pandemi şartlarının tamamen ortadan kalkması ile beraber bu çalışmanın daha fazla örneklem grubu oluşturarak çalışma yapılabilir.
4. Araştırma belirli bir üniversite ile sınırlandırılmayıp daha fazla sayıda üniversite öğrencisine ulaşarak çalışmanın kapsamı genişletilebilir.

5. Araştırmanın örneklem grubunu oluşturan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yanı sıra farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilere de ulaşılarak çalışmanın örneklem kapsamı genişletilebilir.
6. Araştırmanın daha faydalı olabilmesi için çalışmanın farklı bölgelerde de uygulanması gerçekleştirilebilir.
7. Dijital oyun bağımlılığının diğer madde bağımlılıkları kadar tehlikeli olduğu bilincini öğrencilerde oluşturabilmek için farklı kurum ve kuruluşlarla da işbirliği içerisinde olunabilir.

KAYNAKÇA

- Abadan, N. (1961). Üniversite Öğrencilerinin Serbest zaman Faaliyetleri. *Ankara Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları*,3.
- Acılioğlu, İ. (2015). İşte *Y Kuşağı* (1. Baskı). Ankara: Elma Yayınevi,25-35.
- Adıgüzel, O., Batur, H. Z., ve Ekşili, N. (2014). Kuşakların Değişen Yüzü ve Y Kuşağı İle Ortaya Çıkan Yeni Çalışma Tarzı: Mobil Yakalılar. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (19), 165-182.
- Akar, F. (2015) *Yetenek Yönetimi*, İstanbul: İmge Yayınevi,39.
- Akbay, M. (2015). *Kurmacılık Yaklaşımı ile Dijital Oyun Ortamında Tasarım Yapmanın, Lise Öğrencilerinin Geometri Başarı, Özyeterlilik ve Uzamsal Becerilerine Etkisi*. Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.140.
- Akkaya, F. H., (2020). *Y Kuşağının Dijital Oyun Bağımlılığının İncelenmesi*, Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Yeni Medya ve Gazetecilik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi,61.
- Aksel, N., (2018). *Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ile Öz Denetim ve Sosyal Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim bilimler Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi,65.
- Aksoy, A.B., ve Cifci, H.D. (2019). *Erken Çocukluk Döneminde Oyun*. Peğem Akademi. Ankara,13.
- Aktaş, B. (2018). *Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlamlık ve Saldırganlıkla İlişkisi*. Kafkas Üniversitesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

- Akyüz, H. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Faaliyetlerine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi Bartın Üniversitesi Örneği*. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,21.
- Alwin, D. F., (2002). *Generations X, Y And Z: Are They Changing America*, American Sociological Association, Contexts, 42(1), 42- 51.
- Ankara Kalkınma Ajansı, (2016). *Dijital Oyun Sektörü Raporu*. Erişim Tarihi: 14.Ocak.2021, <https://www.ankaraka.org.tr/archive/files/yayinlar/ankaraka-dijital-oyun-sektoru.pdf>.
- Arar, T., ve Yüksel. İ. (2015). How to Manage Generation Z in Business Life?. *Journal of Global Economics, Management and Business Research*.195-202.
- Arıkan, G., ve Öztürk, A,. (2020). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi (Güneydoğu Anadolu Örneği), 4(3), 157.
- Arslan, A., Kırık, A. M., Karaman, M., ve Çetinkaya, A. (2015). Lise ve üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık. *İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 8, 34-58.
- Aslan, S. (2011). *Akademisyenlerde İnternet Bağımlılık Düzeyleri ve Buna Bağlı Oluşabilecek Sağlık Sorunları Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi*. İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi,22.
- Aydın, G., ve Başol, O. (2014). X ve Y Kuşağı: Çalışmanın Anlamında Bir Değişme Var mı? *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 1-15.
- Aygenoğlu, K. (2015). *X ve Y Kuşaklarının Kurumsal İş Hayatında İnsan Kaynağı Açısından Stratejik Yönetimi*. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul,21.

- Aygenoğlu, K. (2015). *X ve Y Kuşaklarının Kurumsal İş Hayatında İnsan Kaynağı Açısından Stratejik Yönetimi*. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul,21.
- Ayhün, S. E., (2013). Kuşaklar Arasındaki Farklılıklar ve Örgütsel Yansımaları. *Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 93-112.
- Bağcı. H., (2019). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Dijital Oyun Oynama Alışkanlıklarının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversite Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(4),1107.
- Bahadır, M., (2016). *Antikçağ'dan Günümüze Boş Zaman Üzerine Bir Değerlendirme*. ETÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,104-106.
- Bakan, İ. (Ed.). (2011). *Çağdaş Yönetim Yaklaşımları İlkeler, Kavramlar Ve Yaklaşımlar*. İstanbul: Beta, 60.
- Batı, U., ve Ünal G, (2011). *Dijital Oyunlar, Sekizinci sanatın İnşası: Dijital Oyunlar Kesişimin de Postmodernizm, Tüketim Kültürü, Üst Gerçeklik, Kimlik ve Olağan Şiddet*, Derin Yayınları, İstanbul, 9-12.
- Bauman, Z. (2012). *Küreselleşme*. çev. Yılmaz, A. (8.Baskı). Ayrıntı Yayınları. İstanbul, 83.
- Bilgin, H. (2015). *Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılık Düzeyleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişki*. Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 31.
- Binark, M., ve Bayraktutan, S.G., (2008). *Kültür Endüstrisi Ürünü olarak Dijital Oyun*. İstanbul: Kalkedon Yayınları, 48-49.
- Binark, M., ve Sütçü, G., *Dijital Oyun*, Kalkedon Yayınları, İstanbul, 2008,41-42.

- Boş zamanın temel fonksiyonları, Erişim Tarihi: 7.Temmuz.2021, <https://www.rekreasyonist.com/bos-zamanin-temel-fonksiyonlari/>).
- Bülbül, H., Tunç, T. ve Aydil, F. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Oyun Bağımlılığı: Kişisel Özellikler ve Başarı İle İlişkisi. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(3), 97-111.
- Bülbül, H., Tunç, T., ve Aydil, F., (2018). Üniversite Öğrencilerinde Oyun Bağımlılığı: Kişisel Özellikler ve Başarı İle İlişkisi, *Research Article*, 11(3), 97.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2017). Bilimsel araştırma yöntemleri. *Pegem Atıf İndeksi*, 1-360.
- Cevizci, A. (1999). *Felsefe sözlüğü*. İstanbul: Paradigma, 943.
- Cordes, K. A., ve İbrahim, H. M. (1996). Applications in Recreation&Leisure, *Mosby-Year Book, Inc.* Chapter 3. USA, 39, 47-50.
- Crawford, C., (1982). *The Art of Computer Game Design*. Glencoe: McGraw-Hill.
- Çalışkan, Ö. ve Özbay, F. (2015). 12-14 Yaş Aralığındaki İlköğretim Öğrencilerinde Teknoloji Kullanımı Eksenli Yabancılaşma Ve Anne Baba Tutumları: Düzce İli Örneği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8 (39), 441-458.
- Çamsarı, M. (2016). Teknoloji, Toplum Ve Bağımlılık. *İstanbul Teknik Üniversitesi Vakfı Dergisi*, 73, 35-36.
- Çatalkaya, C. (2014). *Kariyer 2.0*. (1.Baskı) Optimist Yayınları. İstanbul, 18.
- Çavuş, S., Ayhan, B., ve Tuncer, M. (2016). Bilgisayar Oyunları ve Bağımlılık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Alan Araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (43), 265-289.

- Çöpür, H. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Ve Boş Zamanın Anlamı İlişkisinin İncelenmesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, 25.
- Dinç, M., (2017). *Lise Öğrencilerinde Özgül İnternet Bağımlılığının Bağlanma Stilleri ve Mizaç Özellikleri Açısından İncelenmesi*. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İstanbul, 24.
- Durdu, P.O., Hotomaroğlu, A. ve Çağıltay, K. (2004). *Türkiye’deki Öğrencilerin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları ve Oyun Tercihleri: Odtü ve Gazi Ünivesitesi Öğrencileri Arası Bir Karşılaştırma*. Bilişim Teknolojileri Işığında Eğitim Konferansı, 5.
- Durmuş, A., ve Kaya, S. (2008). *İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Kullanım Alışkanlıkları İle Velilerin Bilgisayar Kullanım Alışkanlıkları Arasındaki İlişki*. **VIII.** Uluslararası Eğitim Teknolojileri Konferansı, 121-126.
- Durualp, E., ve Aral, N. (2010). Altı Yaşındaki Çocukların Sosyal Becerilerine Oyun Temelli Sosyal Beceri Eğitiminin Etkisinin İncelenmesi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39),160-172.
- Einstein, A. (1997). *Özel ve genel görelilik kuramı üzerine* (A. Yardımlı, Çev.). İstanbul: İdea,168-173.
- Eker, Ö. (2016). *Lise öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılıkları ile öznel iyi oluşlarının incelenmesi*. İstanbul Nişantaşı Üniversitesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,29-30.
- Eni, B. (2017). *Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ve Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi*. Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul, 13.

- European Research Council, (2011). Annual Reports. Erişim Tarihi:7.Nisan.2021,
<https://erc.europa.eu/content/annual-report-erc-activities-and-achievements-2011-0>.
- Everitt, B. S. (1975). Multivariate Analysis: The Need For Data, And Other Problems. *The British Journal of Psychiatry*, 126(3), 237-240.
- Fisher, S. (1994). *Identifying Video Game Addiction in Children and Adolescents*. *Addictive Behaviors*, 19(5), 545-553.
- Gedik, N. (1985). Gençliğin Boş Zamanları Değerlendirme Sorunları. *Türk Hemşireler Dergisi*, XXXV, 33-38
- Gentile, D. (2009). *Pathological Video Game Use among Youth 8 to 18: A National Study*. *Psychological Science*, 594–602.
- Gentile, D.A. (2009). pathological video game use among youth 8 to 18: *a national study*. *Psychol Science* 20:594-602.
- Gökçearslan, Ş., ve Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(419-435),419-435.
- Gökmen, H., (1985). Yüksek Öğrenim Öğrencilerinin Serbest Zaman Etkinlikleri Ve Kendilerini Gerçekleştirme Düzeyleri,16.
- Granic, I., Lobel, A., Engels, R. C. (2014). *The benefits of playing video games*. *American Psychologist*, 69(1), 66–78.
- Green, C.S., Bavelier, D. (2003). Action Video Game Modifies Visual Selective Attention. *Nature*, 423,534–537.

- Griffiths , M., ve Davies, M. (2005). *Videogame Addiction: Does it Exist?* J. Goldstein, J. (Eds) Raessens içinde, Handbook of Computer Game Studies. Boston: MIT Pres. 359-368.
- Griffiths MD, Davies MNO, Chappell D (2004) *Demographic factors and playing variables in online computer gaming*. Cyberpsychol Behav, 7(479)-487.
- Griffiths, M. (2005). Video games and health: Video gaming is safe for most players and can be useful in health care. *BMJ: British Medical Journal*, 331(7509), 122.
- Griffiths, M. D., ve Hunt, N. (1998). *Dependence on Computer Games by Adolescents*. Psychological Reports, 82(2), 475-480.
- Griffiths, M., Davies, M. N., ve Chappell, D. (2004). Online Computer Gaming: A Comparison of Adolescent and Adult Gamers. *Journal of Adolescence*, 27(1), 87–96.
- Güngör, N. (2009). *Türkiye’de Kitle İletişimi, Dün, Bugün, Yarın. Gazeteciliğin Geleceği*. Gazeteciler Cemiyeti Yayınları. Cilt I. Ankara. 557-566.
- Has, Z. (2015). *Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Yaşam Kalitesine Etkisi: Sakarya İli Örneği*. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul, 26.
- Hazar Z., Demir G.T., Namlı S. ve Türkeli A. (2017). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 320-332.
- Hazar, E., ve Hazar, Z. (2019). Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (Uyarlama Çalışması). *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 308-322.

- Hazar, K. (2014). *Lise Öğrencilerinde İnternet ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığının Spora Katılım Düzeyi ve Bazı Değişkenlerle İlişkisinin Araştırılması*. Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Niğde, 18.
- Hazar, Z. (2016). *Fiziksel Hareketlilik İçeren Oyunların 11-14 Yaş Grubu Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığına Etkisi*. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Doktora Tezi, 46.
- <https://www.tbmm.gov.tr/anayasa.htm> internet.
- İzmirlioğlu, K. (2008) *Konumlandırımda Kuşak Analizi Yardımıyla Tüketici Algılarının Tespiti: Türk Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama*, Muğla Üniversitesi SBE Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 43.
- Jaleniauskiene, E., Juceviciene, P. (2015). Reconsidering University Educational Environment For The Learners Of Generation Z. *Social Sciences*, 88(2), 38-53.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2016). “Yeni İnsan Ve Yeni İnsanlar”, Evrim Yayınevi, İstanbul, 382.
- Karadaş, N. (2015). *Zaman kavramına kuramsal yaklaşımlar ve İnternet’te şimdiki zaman olgusu*. *Folklor/ Edebiyat*, 21(83), 325-341.
- Karahisar, T. (2013). *Türkiye’de Dijital Oyun Sektörünün Durumu*. İstanbul Gelişim Üniversitesi Güzel Sanatlar Fakültesi, 107-113.
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon – Boş Zaman Değerlendirme*, Gazi Kitapevi, “5.Basım”, Ankara, 3–59 89.
- Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme*. Ankara: Gazi,s.11-19.
- Karaküçük, S., Ekenci, G. (1995). Okulların boş zamanları değerlendirme (rekreasyon) eğitimindeki rolleri. *Milli Eğitim Dergisi*, (128), 62–66.
- Karaküçük, S., ve Akgül, B. M. (2016). *Ekorekreasyon Rekreasyon ve Çevre* (Birinci Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi, 12.

- Kavalcı, Kübra, Ünal, Sevtap (2016). “Y ve Z Kuşaklarının Öğrenme Stilleri Ve Tüketici Karar Verme Tarzları Açısından Karşılaştırılması”, *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20 (3), 1033-1050.
- Kayrı, M., Tanhan, F. ve Tanrıverdi, S. (2014). Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, (1), 33-59.
- Keleş, H. N. (2011). Y Kuşağı Çalışanlarının Motivasyon Profillerinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 129- 139.
- Kılbaş Köktaş, Ş. (2004). *Rekreasyon. Boş Zamanı Değerlendirme*. Ankara: Nobel,23.
- Kılbaş, S. (1994). *Gençlik ve Boş Zamanı Değerlendirme*, Adana, Çukurova Ünivesitesi Basımevi.41.
- Kılınç, M.A., (2020) *15-18 Yaş Arası Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığı İle Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, 63.
- Kim, H. Y. (2013). Statistical notes for clinical researchers: assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Restorative dentistry & endodontics*, 38(1), 52-54.
- King DL, Gradisar M, Drummond A ve ark. (2013) *The Impact Of Prolonged Violent Video-Gaming On Adolescent Sleep: An experimental study*. J Sleep Res 2:137–143.
- Ko, C.H., Yen, J.Y., Chen, C.C., Chen, S.H. and Yen, C.F. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *Journal of Nervousand Mental Disease*, 193(4), 273-277.

- Kocaekşi, S. (Ed.). (2012). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, 5.
- Koçak, H., ve Köse, Z. (2014). Ergenlerin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları ve Sosyalleşme Süreçleri Üzerine Bir Araştırma. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21-32.
- Kodaman, U., ve Dinç, M. (2016). *Teknolojiye Bağımlı Yaşama!*. Kültür Sanat Basımevi. İstanbul, 2.
- Kovid-19 sürecinde bireylerin dijital yaşamlarının incelenmesi. Erişim Tarihi: 7.Nisan.2021
<https://www.hurriyet.com.tr/teknoloji/kovid-19-surecindebireylerin-dijital-yasami-incelendi-41517378> .
- Köksal, B. (2015). *Ortaöğretim Kurumlarında Okuyan Öğrencilerde Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri, İnternet Bağımlılık Düzeyleri ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul, 27.
- Köse, Z. (2013). *13-14 Yaş Grubu Ergenlerin Bilgisayar Oyunlarını Oynama Alışkanlıklarının ve Sosyalleşme Durumlarının Araştırılması (Kütahya İli Örneği)*. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi. Afyonkarahisar, 51.
- Kurar, İ., ve Baltacı, F., (2014). Halkın Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları: Alanya Örneği. *International Journal of Science Culture and Sport*, 49.
- Küçük, Y., Çakır, R., (2020). Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Turkish Journal of Primary Education*, 5(2),133.

- Lemmens, J., Valkenburg, P., ve Peter, J. (2012). *Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. Media Psychology*, 12(1), 77-95.
- Lemmens, J.S., Valkenburg, P.M., Peter. J. (2009). *Development and validation of a game addiction scale for adolescents. Media Psychology*, 12(1),77-95.
- Männikkö, N., Mendes, L., Barbosa, F., & Reis, L. P (2014). Health determinants related to digital game playing: *a systematic review. Journal of HealthScience*, 4(3), 53-63.
- McCrindle, M. ve Wolfinger, E. (2009). The ABC of XYZ: Understanding the global generations, 12.
- Mccrindle, M., ve Wolfinger, E. (2010). *Generations Defined. Ethos*, 18(11), 8-13.
- Miller, R. G. (1969). *Simultaneous statistical inference*. New York: McGraw-Hill.
- Nunnally, J. C. (1967). *Psychometrictheory*. New York: McGraw-Hill.
- O'Hagan, M., ve Mangiron. C., (2013). *Game Localization: Translating for the global digital entertainment industry*. Amsterdam & Philadelphia: John Benjamins Publishing Company, 46-63.
- Osmanlı, U., ve Kaya, S., (2014). *Püritanizm' Den Hedonizm'e Değişen Boş Zaman Kavramı*, Anadolu Üniversitesi, 2.
- Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, İstanbul, 47-60.
- Öncel, M., ve Tekin, A. (2015). Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Yalnızlık Durumlarının İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(4), 7-17.

- Özgen, F. (2016). *Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ile Kişilik İlişkisinin İncelenmesi*. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 19.
- Özdamar, K. (2016). *Eğitim, sağlık ve davranış bilimlerinde ölçek ve test geliştirme yapısal eşitlik modellemesi*. Eskişehir, 231.
- Pala, F.K., ve Erdem, M. (2011). Dijital oyun tercihi ve oyun tercih nedeni ile cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenme stili arasındaki ilişkiler üzerine bir çalışma. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(2), 53-71.
- Rideout V.J, Foehr U.G, Roberts D,F., (2010). *Generation M2: Media in the lives of 8- to 18- year olds*. Kaiser Family Foundation. Erişim Tarihi:7.Mart.2021 www.kff.org/entmedia/entmedia012010nr.com .
- Schiller, “*İnsanın Estetik Eğitimi Üzerine Bir Dizi Mektup*”, Çeviren: Melahat Özgü, Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları, 1990, İstanbul, 76.
- Sennet, Richard. (2011). *Ten ve Taş* (4. Baskı), çev. Tuncay Birkan, İstanbul: Metis Yayınları,137.
- Seymen F., *Y ve Z Kuşak İnsanı Özelliklerinin Milli Eğitim Bakanlığı 2014-2019 Stratejik Programı ve TÜBİTAK Vizyon 2023 Öngörülleri ile İlişkilendirilmesi*, Erişim Tarihi: 09.05.2021,<http://dergipark.gov.tr/download/articlefile/409590>.
- Shapiro, L. E. (1999). *Yüksek EQ’lu Bir Çocuk Yetiştirmek* (4.baskı.). (Kartal, Ü. Çev.). Varlık/Özel Yayınları. İstanbul.
- Smith, H. W. (1998). *Hayatı ve zamanı yönetmenin 10 doğal yasası* (A.C. Çelik, Çev.). İstanbul: Rota, 24.
- Sucu, Y. (1996). *Yönetsel zamanın etkin kullanılması*. Bolu: El Kitabı, 3.

- Sulak, Ş. (2015). *Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi*. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sosyal Bilimler Fakültesi, Yüksek Lisans Tezi, 29.
- Süer, S. Sezgin, K. ve Oral, B. (2017). Z Kuşağındaki Öğrencilerin İnternete İlişkin Algılarının Belirlenmesi, Bir Metafor Çalışması, *Electronic Journal Of Education Sciences*, 191.
- Şahin, C. Tuğrul, V. M. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Journal of World of Turks*, 4(3), 115-130.
- Şahin, C., Tuğrul, M. (2012). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Zeitschrift für die Welt der Türken-Journal of World of Turks* 4(3), 15-30.
- Şalap. K. (2016). *Çalışma Yaşamında Kuşaklar: Kuşakların İş ve Özel Yaşam Dengesine İlişkin Yaklaşımları*, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi SBE, 33.
- Şengül, C. Büber, A. (2016). Dijital Oyun Bağımlılığında Tanı Ve Tedavi. *Türk Psikiyatri Derneği Sürekli Eğitim/Sürekli Mesleki Gelişim Dergisi*, 6 (3), 175-182.
- Tarhan, K. N. (2019). *Bilinçli Aile Olmak: Ailede Fırsat Eğitimi*. 7 th Edition, Timaş Publishing: İstanbul, Turkey.
- Tas H. Y., Demirdöğmez M., Küçüköğlü M., (2017). Geleceğimiz Olan Z Kuşağının Çalışma Hayatına Muhtemel Etkileri. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*. 13,1036-1040.
- Taşkent, A. (2010). *Alkol ve/veya Madde Bağımlılıkları ile Bağımlılığı Olmayan Bireylerin Savunma Mekanizmaları Açısından Karşılaştırılması, Çocukluk Çağı Travmaları, Disosiyatif Yaşantılar ve Bağımlılık Şiddetinin Savunma Mekanizmaları*

Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi,13.

Tavşancıl, E. (2002). Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi, Ankara:Nobel Yayıncılık.

Taylan, H., Kara, Z., ve Durğun, A. (2017). Ortaokul ve Lise Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları ve Oyun Tercihleri Üzerine Bir Araştırma. *Pesa Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(3), 78- 87.

TBMM İnsan Hakları İnceleme Komisyonu. İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi, Erişim Tarihi:24.Mayıs.2021,<http://www.tbmm.gov.tr/komisyon/insanhaklari/pdf01/203-208.pdfinternet> .

TBMM Türkiye Cumhuriyeti Anayasası, Erişim Tarihi: 22. Mart.2021. <https://www.tbmm.gov.tr/>.

TBMM, 2016, Türkiye Bağımlılıklarla Mücadele Eğitim Programı, Erişim Tarihi: 11.Mayıs.2021.http://tbm.org.tr/media/1164/05_yetiskin_tutun.pdf .

Topşar, A. (2015). *Ortaokul 7. Sınıf Öğrencilerinde Duygusal Zekâ ile Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.* Fatih Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 47.

Tuna, B., (2002), ‘Sadakatsiz Z Kuşağı Geliyor’, Erişim Tarihi: 6. Aralık.2021), <http://hurarsiv.hurriyet.com.tr/goster/haber.aspx?viewid=182307> (06.12.2007).

Tuna. M. (Ed.). (2012). *Turizm sosyolojisi.* Eskişehir: Anadolu Üniversitesi,45.

Tutgun, Ü,A., İnan, F., Kaya, M.T., Fırat, M., Güzelbaba, Z., ve Bahadır, A. (2013). Öğretmen Adaylarının Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları, Amaçları ve Oyun Tercihlerinin İncelenmesi, Maltepe Üniversitesi

Örneği. *Online Academic Journal of Information Technology*, (4(12) 29-52,1309-1581.

Türkiye Sağlık Bakanlığı, (2018). *Dijital Oyun Çalıştay Raporu*. Erişim Tarihi:07.Nisan.2021,<https://www.guvenliweb.org.tr/dokuman-detay/dijital-oyun-bagimlilik-calistayi-sonuc-raporu-2018>.

Uluyol, Ç., Demiralay, R., Şahin, S., ve Eryılmaz, S. (2014). Öğretmen Adaylarının Oyun Tercihleri ve Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıklarının İncelenmesi: Gazi Üniversitesi Örneği. *Journal of Instructional Technologies Teacher Education*, 3(2), 1-7.

Ülker, Ü., Acar, S., ve Bülbül, H. İ. (2017). Lisansüstü Öğrencilerin Eğitsel Dijital Oyunların Eğitim Amaçlı Kullanılmasına Yönelik Görüşleri.11. Uluslararası Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Sempozyumu. İnönü Üniversitesi,111-118.

Walker, G. J. Wang, X. (2009). The meaning of leisure for Chinese/Canadians. *Leisure Sciences*, 31(1), 1–18.

Yağız, E., (2007). *Oyun Tabanlı Öğrenme Ortamlarının İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Dersindeki Başarıları ve Öz yeterlilik Algıları Üzerindeki Etkileri*. Fen Bilimleri Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi,51.

Yalçın Irmak, A., ve Erdoğan, S., (2016). Dıgıtıl Game Addıctıon Among Adolescents and Younger Adults: A Current Overview. *Turkish Journal of Psychiatry*, 27(2), 128-137.

Yalçın-Irmak, A. ve Erdoğan, S. (2016). Ergen Ve Genç Erişkinlerde Dijital Oyun Bağımlılığı: Güncel Bir Bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27, 1–1

- Yavuz, E., Tarlakazan, E. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Mobil Oyun Profili ve Oynama Alışkanlıkları, *ACU International Journal of Social Sciences*, 4, (2),149-163.
- Yelkıkalan, N., ve Altın E. (2010).*Farklı kuşakların Yönetimi, Yönetim Bilimleri Dergisi*, 8(2), 13-17.
- Yeni Nesil Müşterinizle Tanışın: Z Jenerasyonu. (Erişim tarihi 22.05.2021).
Socialbusinessstr.Com[Http://Www.Socialbusinessstr.Com/2015/03/30/Yeni-Nesil-Musteri-Z-Jenerasyonu/](http://www.socialbusinessstr.com/2015/03/30/Yeni-Nesil-Musteri-Z-Jenerasyonu/) .
- Yıldırım, İ. (2006). *Ana Baba Desteği ve Başarı*. (1.Baskı) Anı Yayıncılık. Ankara
- Yıldırım, M.K., (2019) Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Tutum Düzeylerinin Boş Zamanda Sıkılma Algısının Belirlemedeki Rolünün İncelenmesi, Yüksek lisans tezi. Kırıkkale Üniversitesi, 11.
- Yiğit, E., (2017). *Çocukların Dijital Oyun Bağımlılığında Ailelerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi,28.
- Young. K.S., (2009). *Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents*. Am J Fam Ther, 355-372.
- Yörükoğlu, A. (1980). *Çocuk Ruh Sağlığı*, 3.Baskı. Ankara, TGB Kültür.
- Yüksek Öğrenim Kredi Ve Yurtlar Kurumu Genel Müdürlüğü (1988) Yurtkur Yurtlarında Barınan Öğrencilerin Beklenti ve Problemleri. Ankara.
- Yüksekbilgili, Z., (2013). Türk Tipi Y Kuşağı, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*,12(45) 342-353.
- Zülal, A. (2002). Sağlık İçin Hareket Edin. *Bilim ve Teknik Dergisi*, 72–75.

EKLER

Ek.1. Kişisel Bilgi Formu

Sayın Katılımcı,

Bu anket çalışması, katılımcıların “ Z Kuşağının Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Boş Zamanlara Etkisine” yönelik algılarını belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Anketten elde edilen veriler, bilimsel araştırma dışında hiçbir amaçla kullanılmayacaktır. Ankete katılanlardan kimlikleri ile ilgili herhangi bir bilgi istenmemektedir. Ankete katıldığınız ve soruları içtenlikle cevapladığınız için teşekkür ederim.

Yusuf ŞAHİN

1. Cinsiyetiniz: ☐ Kadın ☐ Erkek
2. Bölümünüz: ☐ Antrenörlük ☐ Öğretmenlik ☐ Yöneticilik
3. Öğrenim Şekliniz: ☐ I.Öğretim ☐ II.Öğretim
4. Sınıfınız: ☐ 1.Sınıf ☐ 2.Sınıf ☐ 3.Sınıf ☐ 4.Sınıf
5. Günlük ortalama boş zaman süreniz?
☐ 1 saatten az ☐ 1-3 saat arası ☐ 4-6 saat arası ☐ 7 saatten daha fazla
6. Günlük boş zaman sürenizi yeterli buluyor musunuz?
☐ Yeterli ☐ Yetersiz ☐ Kısmen
7. Boş zamanlarınızı genelde kimlerle değerlendirirsiniz?
☐ Yalnız ☐ Arkadaşlarımla ☐ Ailemle

8. Boş zamanlarınızı genelde nerelerde değerlendirmeye özen gösterirsiniz?

() Açık alan () Kapalı alan

9. Boş zamanlarınızda dijital oyun oynama nedeniniz nedir?

- () Kazanma/başarma ihtiyacı
 () Takdir edilmek
 () Eğlenmek/zevk almak
 () Sosyalleşme ihtiyacı
 () Zaman geçirmek/oynanmak
 () Gelir elde etmeyi düşünmek
 () Diğer Yazınız

10.Boş zamanlarınızda hangi tür dijital oyunları oynamaktasınız?

- () Taktik/Strateji (Satranç, Dune 2, Age of Empires, Starcraft vb.)
 () Saga Oyunları (Angry Birds, Diamond Crush, Candy Crush, Frozen Bubble vb.)
 () Şans oyunları (Çanak okey, poker vb.)
 () Aksiyon/Macera (Pac-Man, Far Cry, Dragon Age:Inquisition,The Longest Journey vb.)
 () Spor (FIFA, NBA, Championship Manager vb.)
 () Rol Yapma (Dungeons& Dragons, Ever-Quest, Diablo vb.)
 () Simülasyon (Sim City, The Sims, Uçak Simülatörleri vb.)
 () Zeka/Bulmaca (Kim milyoner olmak ister, tetris vb.)

Ek.2. Hazar ve Hazar (2019) Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Dijital Oyun Oynama Alışkanlıkları		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Aşağıdaki ifadelere katılma düzeyinizi belirten sütuna (X) işareti koyunuz.						
	Dijital oyunlar hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır. (Benim için çok önemlidir.)	1	2	3	4	5
	Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir.	1	2	3	4	5
	Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir.	1	2	3	4	5

	Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.	1	2	3	4	5
	Bilgisayar, akıllı telefon, tablet ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı istemem.	1	2	3	4	5
	Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
	Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
	Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur.	1	2	3	4	5
	Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik vb.) zamanım kalmaz.	1	2	3	4	5
	Dijital oyun oynamak için derslerimi aksattığım zamanlar olur.	1	2	3	4	5
	Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm.	1	2	3	4	5
	İstediğim zaman dijital oyun oynayamazsam sinirlenirim, öfkelenirim.	1	2	3	4	5
	Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçar.	1	2	3	4	5
	Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissedirim.	1	2	3	4	5
	Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim.	1	2	3	4	5
	Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, akıllı telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakınırım.	1	2	3	4	5
	Bilgisayar, akıllı telefon, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur.	1	2	3	4	5
	Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır.	1	2	3	4	5
	Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim.	1	2	3	4	5
	Dijital oyun oynarken acıktığımı farkına varmam.	1	2	3	4	5
	Gün içerisinde birden bire/aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur.	1	2	3	4	5

Ek 3: Etik Kurul İzin Onayı

Evrak Tarih ve Sayısı: 04.12.2020-E.26372	Birlikte aç ▼
	T.C. KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu
Sayı :E-95728670-044- Konu :Etik İzin Hk.	

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 02.12.2020 tarihli ve 26164 sayılı yazı.

Enstitünüz Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı 1904481110 numaralı öğrencisi olduğu belirtilen Yusuf ŞAHİN'in, *"Z Kuşağının Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Boş Zamanlarına Etkisi"* başlıklı tez çalışması için Üniversitemiz öğrencilerine yönelik dijital ortamda uygulamak istediği anket çalışmasını uygulanması uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Birol ÜNER
Başkan