



Küresel Bir Sorun Alanı Olarak Dijital Oyun Bağımlılığı Üzerine Çalışma: Erzincan İli Örneği

İbrahim AKKAŞ

Doçent Doktor,
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, İİBF,
Sosyal Hizmet Bölümü, ibrahimakkas191@gmail.com

Özet

Dijital oyun bağımlılığı kavramı, sosyal bilimlerde çok tartışılan kavramlardan birisidir. Dijital oyun bağımlılığı; video oyunlarının aşırı, takıntılı, kompulsif ve genel olarak sorunlu kullanımını tanımlamak için kullanılan bir kavramdır. Bu nedenle kavram halen belirsizliğini korumaktadır. Oyun bağımlılığı; Aşırı kullanım, bilgisayar ve video oyunlarının kontrol edilemeyen kullanımı şeklinde değişik şekillerde de kullanılmaktadır.

Küreselleşme süreciyle birlikte gelişen bilgi ve iletişim teknolojileri insan hayatında hem olumlu hem de olumsuz sonuçlara yol açmıştır. Bu olumsuz sonuçlar içinde en dikkat çeken yeni bağımlılık türlerinin ortaya çıkmasıdır. Yeni bağımlılık türü olan dijital oyun bağımlılığı, özellikle gençleri ve çocukları etkisi altına almaktadır. Dijital oyun bağımlılığı, gençler ve çocuklar üzerinde yaratmış olduğu risk ve tehditlerle dikkati çekmektedir. Özellikle, Lemmens ve arkadaşları tarafından belirlenen (2009) ergenler için video oyun bağımlılığı ölçeği referans alınarak literatürdeki çalışmalar değerlendirildikten sonra dijital oyun bağımlılığının belirtileri, nedenleri ve sonuçlarına yönelik hazırlanan anket formu Erzincan'da 400 öğrenciye uygulanmıştır. Anket yoluyla toplanan veriler SPSS 20.0 programında analiz edilmiştir. Güvenilirlik analizi, Faktör analizi, Regresyon ve Korelasyon analizi yoluyla teorik çerçeve açıklanmaya çalışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, Dijital Oyun Bağımlılığı, Gençlik.

Study on Digital Game Addiction as a Global Problem Area: The Case of Erzincan

Abstract

The concept of digital game addiction is one of the most discussed concepts in social sciences. Digital game addiction; It is a concept used to describe excessive, obsessive, compulsive and generally problematic use of video games. Therefore, the concept remains uncertain. Game addiction; It is also used in different ways, such as overuse, uncontrollable use of computer and video games.

The information and communication technologies developed with the globalization process have led to both positive and negative results in human life. Among these negative results, the most striking new addiction types are emerging. Digital game addiction, which is the new form of addiction, especially affects young people and children. Digital game addiction draws attention with the risks and threats it poses on young people and children. In particular, the questionnaire prepared for the symptoms, causes

and results of digital game addiction was applied to 400 students in Erzincan after reference to the video game addiction scale for adolescents determined by Lemmens et al. (2009). The data collected through the survey were analyzed in the SPSS 20.0 program. Theoretical framework is tried to be explained through reliability analysis, factor analysis, regression and correlation analysis.

Keywords: Addiction, Digital Game Addiction, Youth.

GİRİŞ

Bilgisayar kullanımı ve bilgisayar oyunları, birçok genç ve çocuğun günlük yaşamlarının giderek artan bir parçası haline gelmiştir. Bilgisayar oyunlarının bireyler için faydalı olup olmadığı konusundaki tartışmalar 1990'ların başından beri devam etmektedir.

Günlük hayatımızın bir parçası haline gelen internet, bilgisayar, tablet ve akıllı cep telefonları insanlar için bazı risk ve tehditler de taşımaktadır. Kullanım amacı ve süresine bağlı olarak insanlarda bağımlılığa yol açması belki de bu risk ve tehditlerin en önemlisidir. Genellikle serbest zamanı değerlendirme, eğlence gibi amaçlarla oynanan bilgisayar oyunları bireyler üzerinde ciddi etkiler yaratmakta adeta bireyleri büyüü altına almakta ve bireylerde bağımlılığa yol açmaktadır.

Ülkemizde oyun bağımlılığı konusunda kavram karışıklığı ya da bu bağımlılık türünün ciddiye alınmaması sorun alanını genişletmektedir. Oyun bağımlılığını açıklamak için birçok kavram kullanılmaktadır. Bu kavramlar; Bilgisayar oyun bağımlılığı, video oyun bağımlılığı veya dijital oyun bağımlılığı kavramlarıdır. Bu kavramların ortak noktası internet erişimiyle ve bir araçla oyun oynamanın mümkün olmasıdır. Bu kavramların ortak özelliklerinden yola çıkarak dijital oyun bağımlılığı kavramını çalışmamızda kullanacağız.

1. Dijital Oyun Bağımlılığı Kavramı

Küreselleşmeyle birlikte oyun kavramı geleneksel anlamından uzaklaşmıştır. Bilgi ve iletişim teknolojilerindeki gelişmeler oyun kavramının içerik olarak değişmesine yol açmıştır. Bu anlamda bilgisayar, tablet, akıllı telefonlar ya da oyun konsolu aracılığıyla oynanan dijital oyunlar insanların hayatında önemli bir alana yayılmıştır. Dijital oyunlar olarak adlandırdığımız yeni nesil oyunlar insanlarda bağımlılığa yol açması ve insan davranışlarında bazı sorunlu davranışlara yol açması bakımından dikkat çekmektedir.

Dijital oyun bağımlılığı; ilişkili sosyal ve duygusal sorunlara rağmen kontrol edilemeyen bilgisayar veya video oyunlarına sürekli ve aşırı katılım olarak tanımlanmıştır (Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2009: 79). Dijital oyun bağımlılığı; “bir kişinin hayatında psikolojik, sosyal, okul ve / veya iş zorlukları yaratan aşırı oyun kullanımı” olarak tanımlanabilir (Beard ve Wolf, 2001, s. 378).

Zihinde sürekli oyunla meşgul olup, gündelik hayattaki görev ve sorumluluklarını ihmal ederek uzun süreli oyun oynamak dijital oyun bağımlılığıdır. Dijital oyun bağımlılığı, kişinin günlük hayatını ve sosyal yaşamını olumsuz etkileyen bağımlılık türüdür (Hazar, 2018: 37).

Dijital oyun bağımlılığı, bilgisayar ya da video oyunlarını uzun süre oynamak şeklinde tanımlanabilir. Bu oyunları planlanandan uzun süre oynamak, oyun oynamayı kontrol edememek şeklinde davranış bağımlılığı çerçevesinde değerlendirilmektedir (Lemmens, 2009: 78). Dijital oyun bağımlılığı, genel olarak davranış bozukluğu olarak kabul edilmektedir (Gentile, 2009: 595).

Dijital oyun bağımlılığı kavramı sosyal bilimlerde tartışmalı bir kavramdır. Dijital oyun bağımlılığı araştırmacılar arasında video oyunlarının aşırı, takıntılı, kompulsif ve genel olarak sorunlu kullanımını tanımlamak için kullanılan en yaygın terimdir (Lemmens, 2009: 80). Kavramı bağımlılık çerçevesinde değerlendirip değerlendirmeme konusunda belirsizler bulunmaktadır.

Dijital oyunları; aksiyon oyunları, macera oyunları, dövüş oyunları, bilmece oyunları, eğlence oyunları, simülasyon oyunları, spor oyunları ve strateji oyunları şeklinde sınıflandırmak mümkündür (Ögel, 2012: 51-52). Bu açıdan değerlendirildiğinde dijital oyunlar, her yaş grubundan bireyin beklentisini karşılayabilecek içeriklerle oluşturulmuştur.

Dijital oyunlar; atari oyunları, bilgisayar oyunları, konsol oyunları, mobil oyunlar ve türlerini içermektedir. Dijital oyun; yeni iletişim ortamının dijitallik, etkileşimlilik, sanallık, değişkenlik özelliklerini barındıran ve özellikleri oyun oynama davranışına dâhil eden bireysel iletişim ortamıdır. Dijital oyun; çeşitli teknolojilerle programlanan ve kullanıcılara görsel bir ortamla birlikte kullanıcı girişi yapmayı sağlayan oyunlardır (Hazar, 2018: 34). Çeşitli yazılımlarla programlanan ve çeşitli teknolojilerle kullanan bu oyunlar, kullanılan teknolojiye göre dijital konsol oyunları, bilgisayar oyunları ve çevrimiçi (online) oyunlar olarak sınıflandırılmaktadır. Teknolojideki gelişmelere paralel olarak dijital oyunlar da gelişmiştir. Önceleri televizyonlara takılan oyun konsollarıyla oynanan oyunlar, yerini bilgisayarda, tablette ve akıllı telefonda oynanan oyunlara bırakmıştır (Hazar, 2018: 35).

Bilgisayar ve video oyunlarının sorunlu kullanımı, yalnızlık, düşük benlik saygısı, düşük sosyal yeterlilik ve düşük yaşam memnuniyeti gibi psiko-sosyal refah göstergeleri ile ilişkilendirilmiştir (Kılıç, 2017: 53-54).

Son yıllardaki çalışmalar düşük psiko-sosyal refah ile bilgisayar ve video oyunlarının aşırı veya patolojik kullanımı arasında ilişki olduğunu göstermektedir. Çalışmalar oyun bağımlılarının günlük yaşamdan daha az memnun olduklarını, daha az benlik saygısına, daha az sosyal yeterliliğe sahip olduklarını ve daha fazla yalnızlık yaşadıklarını belirlemiştir (Lemmens ve diğ., 2011: 145).

Önceki araştırmalar, temeldeki yapıları yalnızlık, yaşam doyumu, benlik saygısı ve sosyal yeterliliği refah göstergeleri olarak kullanmıştır. Özellikle bu dört yapı, psiko-sosyal refah ve sorunlu bilgisayar kullanımı arasındaki ilişki üzerine araştırmalarda kullanılmıştır. Bu yapılar refah göstergeleri olduğundan birbirleriyle ilişkilidir. Örneğin, sosyal yetersizlik ve düşük benlik saygısı, sosyal etkileşimin azalmasına yol açarak bireylerde yalnızlığın yaşanmasına neden olur. Ayrıca, azalan sosyal etkileşim ve daha az tatmin edici ilişkiler yaşamdan daha az memnuniyet ile ilgilidir (Paradis ve diğ., 2006: 321).

Lemmens ve arkadaşları dijital oyun bağımlılığı için yedi kriter belirlemiştir. Bu kriterler şunlardır (Lemmens ve diğerleri, 2009: 90):

Çıkma: “Bütün gün oyun oynamayı düşündün mü?”

Hoşgörü: “Oyunlara giderek daha fazla zaman harcamaya başladınız mı?”

Ruh hali değişikliği: “Gerçek hayatı unutmak için oyunlar oynadın mı?”

Tekrar: “Başkaları oyun kullanımınızı azaltmada başarısız oldular mı?”

Çekilme: “Oynayamadığın zaman kendini kötü hissettin mi?”

Çatışma: “Oyunlara harcadığınız süre boyunca başkalarıyla (örneğin, aile, arkadaşlar) kavga ettiniz mi?”

Sorunlar: “Oyun oynamak için diğer önemli etkinlikleri (ör. Okul veya iş) ihmal ettiniz mi?”

Bu sorulardan en az üç tanesine evet cevabını verenler oyun bağımlısı olarak değerlendirilmektedir.

Dijital oyunların çevrimdışı (bağımsız) oyunlardan daha sorunlu veya bağımlılık yaratabileceği yönünde görüşler vardır. Dijital oyun bağımlılığı için Griffiths yedi kriter belirlemiştir. Bu kriterlerden dört veya daha fazla maddeye evet cevabını veren bireyler oyun bağımlısı olarak açıklanabilir. Bu kriterler (Griffiths, 2009: 4-5):

- Neredeyse her gün video oyunları oynuyor mu?

- Genellikle uzun süreli video oyunları oynatın (her seferinde 3-4 saatin üzerinde)?
- Heyecan veya 'vızıltı' için video oyunları oynatılınsın mı?
- Video oyunları oynayamazsa huzursuz, sinirli ve huysuz olun?
- Video oyunları oynamak için sosyal ve sportif faaliyetlerden fedakârlık yapar mısınız?
- Ödevlerini yapmak yerine video oyunları mı oynuyorsunuz?
- Video oyunu oynatmayı azaltmaya çalışın ama yapamaz mısınız?

Çalışmalar oyun bağımlılığı kriterlerini; oyunlarda aşırı miktarda zaman harcama, çekilme, meşguliyet, kontrol kaybı ve kişilerarası veya kişiler arası çatışmalar gibi çok sayıda patolojik davranış olarak açıklamaktadır (Lemmens, 2011: 148).

2. Dijital Oyun Bağımlılığının Geçerlilik Ölçüleri

Dijital oyun bağımlılığı, bağımlı olan bireylerde bazı davranış değişikliğine yol açmaktadır.

Oyunlarda Geçirilen Zaman

Oyunlara harcanan zaman, dijital oyun bağımlılığın bir göstergesi olarak kullanılmıştır. Oyunlara harcanan zaman, bireyleri bağımlı olarak sınıflandırmak için temel bir ölçüttür. Bağımlı oyuncuların oyunlarda bağımlı olmayanlardan daha fazla zaman geçirmeleri beklenmektedir. Bu nedenle, oyunlara harcanan zaman ile oyun bağımlılığı ölçeği arasında güçlü bir korelasyon eşzamanlı geçerliliğin kanıtı olarak kabul edilmiştir (Lemmens, 2009: 81). Dijital oyun bağımlıları, oyunun zamanını ayarlayamadıkları gibi oyunda geçen zamanında farkında olmazlar.

Yaşam Memnuniyeti

Dijital oyun bağımlıları genellikle günlük yaşamdan daha düşük memnuniyet duymaktadırlar. Özellikle erkekler oyuncular günlük yaşamdan daha düşük memnuniyet duyarlar. Günlük yaşamlarından daha az memnun olan kişilerin, aşırı oyun oynama yoluyla bu gerçeklikten kaçma ihtimalleri daha yüksektir. Bu nedenle yaşam doyumu ile oyun bağımlılığı arasında negatif bir ilişki bulunmaktadır. Yaşam memnuniyeti, bir kişinin öznel iyi oluşunun genel bir bilişsel değerlendirmesini ifade eder. Günlük yaşamdan daha düşük memnuniyet duyanların çevrimiçi oyun bağımlısı olma arasında ilişki bulunmaktadır. Araştırmalar ayrıca çevrimiçi oyunlara bağımlılık ve depresyon arasında pozitif bir korelasyon olduğunu göstermiştir. Nedensellik ile ilgili olarak, online oyunların bağımlı oyunculara gerçek hayattaki memnuniyetsizliklerini gidermek için oynamaktadırlar. Yaşam memnuniyeti düşük bireylerin dijital oyunlara katılma olasılığı daha yüksektir.

Yalnızlık

Dijital oyun bağımlısı olan kişilerin, diğer insanlara göre daha yalnız oldukları bulunmuştur. Aynı şekilde, yalnızlığın çevrimiçi oyuncular arasında oyun bağımlılığının en güçlü belirtilerinden biri olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak, oyun bağımlılığı ve yalnızlık arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır (Kılıç, 2014: 218). Yalnızlık, bir kişinin sosyal ilişkiler ağındaki önemli eksikliklerden kaynaklanan bir deneyim olarak tanımlanmıştır. Yalnızlık duyguları, arkadaş edinme arzusunun, gerçek ve istenen sosyal statü arasında bir boşluk ve duygusal bağım eksikliğinden kaynaklanabilir. Böylece yalnızlık, büyük ölçüde akran etkilerine bağımlı olan karmaşık bir duygudur. Çevrimiçi oyunlara bağımlılık arasındaki ilişki pozitif yönlüdür. Genel olarak, çevrimiçi bir oyun oynamak, yalnızlık duygularını önlemek ve sosyalleşmek için zahmetsiz, hızlı bir yoldur. Gerçek ilişkileri bozucu etkisi ile patolojik oyunlar yalnızlığı artırabilir. Bazen, patolojik çevrimiçi oyunlar yalnızlığın hem nedeni hem de sonucu olabilir.

Yalnız ve sosyal olarak yetersiz insanlar için, çevrimiçi oyunlar günlük hayatın alternatifi olabilir. Aynı zamanda, aşırı oyun, daha sonra bireylerin yalnızlıklarını, serbest zaman yoksunluklarını (Kılıç, 2019:10-11) artırabilir ve yaşam memnuniyetlerini azaltabilecek sosyal sorunlara yol açabilir.

Sosyal Yeterlilik

Birçok çalışma, dijital oyun bağımlısı olma eğilimi ne kadar yüksek olursa, bir kişinin o kadar az sosyalleşebileceğini göstermiştir. Benzer şekilde, sosyal yeterlilik ve aşırı oyun oynama arasındaki ilişki üzerine yapılan çalışmalar, bilgisayar oyunlarının yoğun kullanımının, sosyalleşme ile olumsuz ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, sosyal yeterliliğin oyun bağımlılığı ile negatif ilişkisi bulunmaktadır. Sosyal yeterlilik, sosyal çevre veya akranlarıyla ilişkili olma eğilimine işaret eder. Çevrimiçi oyunlar oynamak için harcanan sürenin daha yüksek sosyal kaygı düzeyleriyle arttığını belirtmiştir. Daha düşük sosyal yeterlilik de doğrudan patolojik oyunlarla ilişkili bulunmuştur (Lemmens ve ark. 2009: 90-92). Bazı araştırmalar, çevrimiçi oyunlardaki sosyal etkileşimin özellikle günlük hayatta sosyal olarak yetersiz kişilere hitap ettiğini öne sürmüştür. Sosyal yeterliliği olmayan bireyler, çevrimdışı yaşamlarında sosyal ilişki kuramayan ve gerçek hayattaki kişilerle ilişki kurma konusunda kendilerini endişeli hisseden bireylerdir.

Benlik Saygısı

Psiko-sosyal refahın patolojik oyun üzerindeki etkisi, sosyal olarak yetersiz, özsaygısı düşük, yalnız ve / veya genellikle yaşamlarından memnun olmayan bireylerin dijital oyun bağımlılığı belirtileri geliştirme olasılıkları daha yüksektir. Genel olarak, benlik saygısı düşük olan bireyler, gerçek hayattan kaçmak, arkadaşlık bulmak veya gerçek hayatta elde edemedikleri bir başarı hissi elde etmek için video oyunlarını oynayabilirler. Bu bağlamda oyunlar, gerçek hayattaki sosyal ilişkilerin alternatifi olmaktadır. Bu nedenle, genel olarak oyunlar ve özellikle çevrimiçi oyunlar, düşük psiko-sosyal refahı olan gençlere daha fazla cazip gelmektedir. Çünkü iyi ilişkileri kurmak için uygun becerilere sahip olamayacaklarından gerçek yüz yüze sosyal ilişkilerden kaçınma eğilimindedirler. Uzunlamasına bir çalışma, düşük refahın, özellikle yalnızlığın, patolojik oyunların öncüsü olduğu varsayımını kısmen desteklemektedir (Lemmens ve diğ., 2011: 150).

Düşük benlik saygısı, yalnızlık duygusu ve utangaçlık duygusu ile oyun bağımlılığı arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü bir ilişki vardır (Armstrong ve diğ., 2000: 540).

Benlik saygısı, kişinin büyük ölçüde yansıyan değerlendirmelere, sosyal karşılaştırmalara ve öznelitelere bağlı olan benlik kavramının bir değerlendirmesi olarak tanımlanmıştır. Video oyunları ve düşük benlik saygısı oyun oynamakla ilişkilendirilmiştir. Düşük benlik saygısı video oyunları oynayanın başarısı ile telafi edilmektedir. Düşük benlik saygısının gençler arasında oyun bağımlılığının bir sonucu olduğunu belirtmiştir.

Psikolojik Durum

Psikolojik durum ve dijital oyun bağımlılığı arasında ilişki bulunmaktadır. Depresyon, dikkat eksikliği yaşayanlar ile düşük benlik saygısı olan bireylerin oyun bağımlısı olma ihtimali yüksektir. Özellikle bireyler, psikolojik olarak olumsuz duyguların etkilerinden kurtulabilmek ya da etkisini hafifletebilmek için dijital oyunlar oynamaktadırlar (Bowman ve Tamborini, 2012: 1344). Dijital oyunlar, oyuncuları günlük yaşamın sorunlarından ve stresinden uzaklaştırır. Gerçek yaşamdan uzaklaşan bireyler sanal dünyaya dâhil olurlar. Sanal dünyada, yeni arkadaşlıklar, yeni sosyal çevre edinebilirler.

Saldırganlık

Şiddet içeren oyunlar oynamak ile agresif duygular ve saldırganlık arasında ilişki bulunmaktadır. Genel olarak oyun bağımlılarının daha fazla saldırganlık belirtisi göstermesi beklenmektedir. Oyun bağımlılığı ve saldırganlık arasında doğrudan bir ilişki bulunmaktadır. Oyun karakteriyle özdeşim kuran ve oyunla bütünleşen bireyler gerçek dünya ve sanal dünya arasında ayırım yapamamaktadır. Sanal dünyasını gerçeğe taşıyarak üstün özellik ve güçle donatıldığını zannederek herhangi bir sorun karşısında saldırganlaşabilmektedir.

1. Dijital Oyunların Özellikleri

Dijital oyunların özellikleri şunlardır (Hazar, 2018: 35):

- Dijital oyunlar eğlendiricidir ve zevk verir.
- Dijital oyunlar sürükleyicidir ve tutkuyla bağlanmayı sağlar.
- Oyunun bir yapısı vardır.
- Oyunlar motive edicidir.
- Oyunlar etkileşimlidir ve oyuncunun aktif katılımını sağlar.
- Oyunların zorluk derecesi vardır ve zorluk derecesi oyuncu tarafından ayarlanabilir.
- Oyunların çıktıları ve dönütleri vardır.
- Oyuncunun galip gelerek egosunu tatmin etmesini sağlar.
- Oyunlarda mücadele, yarış, meydan okuma ve rekabet vardır.
- Oyunlarda oyuncular arasında etkileşim vardır.

2. Dijital Oyun Bağımlılığının Zararları

Dijital Oyun bağımlılığının fiziksel ve psikolojik anlamda zararları bulunmaktadır (Griffiths, 2009: 8-10):

Psikolojik zararları: Oyun oynarken kendini iyi hissetme veya mutluluk hissi,

- oyun oynamayı durduramama,
- bilgisayarda oyun oynama için daha fazla zaman geçirme isteği,
- ailenin ve arkadaşların ihmal edilmesi,
- bilgisayar başında olmadığında boş, depresif, huzursuz hissetmek,
- rol ve sorumlulukları hakkında işverenlere ve aileye yalan söylemek,
- okul veya iş ile ilgili sorunlar.

Fiziksel zararları:

- karpal tünel sendromu,
- kuru gözler,
- migren baş ağrıları,
- sırt ağrıları,
- öğün atlamak gibi düzensiz yemek yeme,
- kişisel hijyeni ve bakımı ihmal etmek,
- uyku bozuklukları, uyku düzeninde değişiklik.

Dijital oyun bağımlı bağımlısı olan bireylerde bu sorunları gözlemlemek mümkündür. Aşırı ve uzun süreli oyun başında sabit kalmak fiziksel sorunlara yol açarken, bireylerin sosyal çevrelerinden kendilerini soyutlaması psikolojik sorunlara yol açmaktadır.

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Araştırmanın Amacı: Bu çalışmanın amacı, Erzincan'da ilköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinin "Dijital Oyun Bağımlılığı" düzeylerini belirlemektir. Araştırma Erzincan'da ilköğretim, lise ve

üniversitede öğrenim gören tesadüfi örneklem yoluyla seçilen 400 kişiye anket uygulanarak tamamlanmıştır.

Araştırmanın Yöntemi: Örneklem seçiminde Erzincan’da oyun bağımlılığı oranı yüksek olan yaş aralığındaki öğrenciler seçilmiştir. Oyun bağımlılığı küçük yaşlarda başlamakta yaş arttıkça oyun bağımlılığı azalmaktadır. Yaş arttıkça internet bağımlılığı artmaktadır. Sosyal medya, Youtube, alışveriş gibi bağımlılık türleri artmaktadır. Bu nedenle araştırmamızda 11-18 yaş aralığındaki öğrencilerin sayısı daha fazladır. Araştırmada demografik özellikleri belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu ile “Dijital Oyun Bağımlılığı”nı belirlemeye yönelik anket formu kullanılmıştır. Örneklem seçiminde belli duyarlılıklar için örneklem çapı 25.000 kişide 394 kişi, 50.000 kişide 398 kişidir (Yamane, 2009: 498). Erzincan merkezde tesadüfi örneklem yoluyla seçilen 400 kişiye anket uygulanmıştır. Verilerin analizinde; güvenilirlik analizi, faktör analizi, korelasyon analizi ve regresyon analizi SPSS 20.0 programı yoluyla yapılmıştır.

Araştırmanın Güvenilirlik Analizi

Test maddelerine verilecek cevapların üç veya daha fazla seçeneğe olması durumunda Cronbach tarafından geliştirilmiş olan alfa (α) katsayısı kullanılır. Güvenilirlik kat sayısının .92 ve daha yüksek olması durumunda test puanları oldukça güvenilirdir (Büyüköztürk, 2019: 13). “Dijital Oyun Bağımlılığı” anketinin güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach Alfa değeri, .92 çıkmıştır. Bu sonuç anketin oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir.

BULGULAR VE YORUM

Katılımcıların Demografik Özelliklerine Ait Bulgular

Tablo 1: Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Tablo

Demografik Özellikler		N	%
Cinsiyet	Kadın	172	43,0
	Erkek	228	57,0
Yaş	11-18	319	79,8
	19-25	81	20,3
Öğrenim Durumu	İlköğretim	95	23,8
	Lise	104	26,0
	Fakülte- Yüksekokul	201	50,3

Araştırmaya katılan 400 bireyin demografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 1’de verilmiştir. Bu bilgilerden öne çıkan oranlara bakıldığında; katılımcıların %57,0’ı 228 kişi erkek, %43,7’si 172 kişi kadındır.

Yaş açısından değerlendirdiğimizde yüzde %79,8’lik oranla 319 kişi 11-18 yaş aralığındadır. En az katılımı %20,3’lük oranla 81 kişiyle 19-25 yaş aralığındadır.

Öğrenim durumu açısından değerlendirdiğimizde yüzde 23,8’lik oranla 95 kişiyle ilköğretim öğrencisi, yüzde 26,0’lık oranla 104 kişi lise öğrencisi, yüzde 50,3’lük oranla 201 kişi üniversite ve yüksek okul öğrencisidir.

FAKTÖR ANALİZİ

Tablo 2:Dijital Oyun Bağımlılığı Faktör Analizi Tablosu

	Faktörler					Güvenilirlik (Cronbach's Alfa)
	Benlik Saygısı	Sosyal Yeterlilik	Yalnızlık	Bağımlılık	Psikolojik	
BS1	,801					
BS2	,771					
BS3	,765					
BS4	,751					
SY1		,722				
SY2		,706				
SY3		,676				
SY4		,617				
SY5		,754				
Y1			,719			
Y2			,613			
Y3			,506			
Y4			,587			
B1				,765		
B2				,732		
B3				,701		
B4				,654		
B5				,832		
B6				,751		
B7				,725		
B8				,702		
B9				,533		
B9				,627		
P1					,820	
P2					,802	
P3					,779	
P4					,650	
P5					,581	

Faktör analizinde faktör yük değerinin 0,45 ve üzerinde olması seçim için iyi bir ölçüdür (Büyüköztürk, 2019: 134). Tablo 2’de görüldüğü gibi bağımlılık faktör analizi sonucunda beş (5) faktör ortaya çıkmıştır. Toplam varyans 59,843’dur. KMO değerinin 0,60’dan fazla olması verilerin faktör analizine uygunluğunu gösterir (Büyüköztürk, 2019: 136). Bu araştırmada KMO değerinin 0,92’nin üzerinde (0,920) olması dolayısıyla her bir sorun faktör analizine uygundur. Bu çalışmada Lemmens ve arkadaşları (2009: 77-95) tarafından belirlenen geçerlilik ölçüleri dikkate alınarak faktör ve boyutlara yönelik sorular hazırlanmıştır.

KORELASYON ANALİZİ

Korelasyon analizi; “Dijital Oyun Bağımlılığı” ile benlik saygısı, sosyal yeterlilik, yalnızlık, psikolojik faktörler ve bağımlılık kriterleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır? Şeklinde oluşturulmuştur.

Tablo 3: Dijital Oyun Bağımlılığı” ile Benlik Saygısı, Sosyal Yeterlilik, Yalnızlık, Psikolojik Faktörler ve Bağımlılık Kriterleri Arasındaki Korelasyon Analizi Tablosu

		Korelasyon Tablosu					
		Dijital oyun bağımlılık anketi	Benlik saygısı	Sosyal yeterlilik	Yalnızlık	Psikolojik boyut	Bağımlılık kriterleri
Dijital oyun bağımlılık anketi	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 400					
Benlik saygısı	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,664** 400	1 400				
Sosyal yeterlilik	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,699** 400	,476** 400	1 400			
Yalnızlık	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	,584** 400	,128* 400	,381** 400	1 400		

Psikolojik Boyut	Pearson Correlation						
		,640**	,445**	,364**	,188**	1	
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000		
	N	400	400	400	400	400	
Bağımlılık Kriterleri	Pearson Correlation						
		,774**	,281**	,393**	,454**	,486**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,000	
	N	400	400	400	400	400	400

Yukarıdaki tablo değişkenler arasındaki ilişkiyi gösteren tablodur. Değişkenlerimiz; Dijital Oyun Bağımlılığı ile Benlik Saygısı, Sosyal Yeterlilik, Yalnızlık, Psikolojik Faktörler ve Bağımlılık Kriterleridir.

Benlik Saygısı ile Dijital Oyun Bağımlılığı arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,664**)’dür.

Sosyal Yeterlilik ile Dijital Oyun Bağımlılığı Benlik Saygısı arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki vardır. Sosyal Yeterlilik ile Dijital Oyun Bağımlılığı arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,699**)’dur. Sosyal Yeterlilik ile Benlik Saygısı arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,476**)’dir.

Yalnızlık ile Dijital Oyun Bağımlılığı, Benlik Saygısı ve Sosyal Yeterlilik arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Yalnızlık ile Dijital Oyun Bağımlılığı arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,584**)’dür. Yalnızlık ile Benlik Saygısı arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,128**)’dir. Yalnızlık ile Sosyal Yeterlilik arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,381**)’dir.

Psikolojik Boyut ile Dijital Oyun Bağımlılığı, Benlik Saygısı, Sosyal Yeterlilik ve Yalnızlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Psikolojik Boyut ile Dijital Oyun Bağımlılığı arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,640**)’dir. Psikolojik Boyut ile Benlik Saygısı arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,445**)’dir. Psikolojik Boyut ile Sosyal Yeterlilik arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,364**)’dür. Psikolojik Boyut ile Yalnızlık arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,188**)’dir.

Bağımlılık Kriterleri ile; Dijital Oyun Bağımlılığı, Benlik Saygısı, Sosyal Yeterlilik Psikolojik Boyut ve Yalnızlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır. Bağımlılık Kriterleri Dijital Oyun Bağımlılığı arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,774**)’dür. Bağımlılık Kriterleri ile Benlik Saygısı arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,281**)’dir. Bağımlılık Kriterleri ile Sosyal Yeterlilik arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,393**)’dür. Bağımlılık Kriterleri ile Yalnızlık arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,454**)’dür. Bağımlılık Kriterleri ile Psikolojik Boyut arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Correlation=(,486**)’dir.

REGRESYON ANALİZİ

Regresyon analizi değişkenler arasındaki etkiyi açıklar. Bağımlı değişken olan dijital oyun bağımlılığı ile; bağımsız değişken olan; benlik saygısı, sosyal yeterlilik, yalnızlık, psikolojik boyut ve bağımlılık

kriterleri arasındaki ilişkiyi açıklayan tablodur. Bağımsız değişkenler arasında orta düzeyde çoklu doğrusallık problemi bulunmaktadır.

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,970 ^a	,940	,939	,13764

Benlik saygısı, sosyal yeterlilik, yalnızlık, psikolojik boyut ve bağımlılık kriterleri ile birlikte dijital oyun bağımlılığını anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır? Bu soruyu cevaplamak için regresyon analizi kullanılacaktır.

RSquare değeri (0,940)'dır. Bağımlı değişken ile bağımsız değişkenler arasında yüksek düzeyde korelasyon bulunmaktadır. Modelimizdeki bağımsız değişkenlerimiz bağımlı değişkenin ,940 açıklamaktadır.

Regresyon Analizi Anova Sonuçları

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	117,454	5	23,491	1240,037	,000 ^b
	Residual	7,464	394	,019		
	Total	124,917	399			

Modelin anlamlı olup olmadığını açıklamak için ANOVA tablosuna bakmak gerekir. ANOVA tablosunda (sig. ,000) değeri (0,05) den küçük olduğu için analiz anlamlıdır.

Tablo 4: Dijital Oyun Bağımlılığı” ile Benlik Saygısı, Sosyal Yeterlilik, Yalnızlık, Psikolojik Faktörler ve Bağımlılık Kriterleri arasındaki Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	,142	,031		4,539	,000
Benlik saygısı	,199	,009	,337	22,616	,000
Sosyal yeterlilik	,171	,011	,229	14,912	,000
Yalnızlık	,155	,009	,241	16,761	,000
Psikolojik boyut	,099	,009	,168	11,031	,000
Bağımlılık kriterleri	,300	,012	,398	25,380	,000

Bağımsız değişkenler bağımlı değişkeni pozitif yönde etkilemektedir. Bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bağımsız değişkenler arasında çoklu doğrusallık problemi bulunmaktadır.

SONUÇ

Dijital oyun bağımlılığı popülerliği her geçen gün artan bağımlılık türüdür. Bu bağımlılık türü hem çocuklar ve gençler hem de ebeveynler tarafından dikkate alınmamaktadır. Daha küçük yaşlarda ebeveynler tarafından çocuklara alınan tablet ve akıllı telefonlarda oyun oynama davranışı sergileyen bireylerin bir süre sonra farkında olmadan oyun bağımlısı olmaları kaçınılmazdır. Sunduğu içerik ve görsellerle, oyuncu karakterleriyle bireyleri gerçek yaşamdan koparacak kadar etki alanına sahip dijital oyunların her geçen gün oyuncu sayısı artmaktadır.

Dijital oyun kriterleri açısından değerlendirdiğimizde bu kriterden en az dört tanesini gösteren ve günlük ortalama 4 veya 5 saat dijital oyun oynayan öğrenciler üzerine anket yapılmıştır.

Günlük yaşamdan daha az memnun olan bireyler dijital oyun bağımlılık oranları yüksektir. Yalnızlık açısından değerlendirdiğimizde; sosyalleşme sorunu yaşayan ve diğer insanlarla iletişim kurmayı başaramayan bireyler daha fazla dijital oyun oynamaktadırlar. Buna ilave olarak dijital oyun bağımlılarının bağımlı olmaları nedeniyle kendilerini sosyal çevrelerinden soyutlamaktadırlar.

Sosyal yeterliliği olmayan bireyler, çevrimdışı yaşamlarında sosyal ilişki kuramayan ve gerçek hayattaki kişilerle ilişki kurma konusunda kendilerini endişeli hisseden bireylerdir. Sosyal olarak yetersiz, özsaygısı düşük, yalnız ve / veya genellikle yaşamlarından memnun olmayan bireylerin dijital oyun bağımlılığı belirtileri geliştirme olasılıkları daha yüksektir. Genel olarak, benlik saygısı düşük olan bireyler, gerçek hayattan kaçmak, arkadaşlık bulmak veya gerçek hayatta elde edemedikleri bir başarı hissi elde etmek için video oyunlarını oynayabilirler.

Çalışmada teorik çerçevede sunulan bilgileri desteklemek amacıyla faktör analizi, korelasyon analizi ve regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizlerde, teorik çerçeveyi destekleyecek şekilde sonuçlara ulaşılmıştır. Çalışmanın güvenilirlik analiz sonucu, 94 çıkmıştır. Faktör analizi sonucunda beş (5) faktör ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada KMO değerinin 0,92'nin üzerinde (0,92) olması dolayısıyla her bir sorun faktör analizine uygundur.

Korelasyon analizi sonucunda; dijital oyun bağımlılığı ile benlik Saygısı, sosyal yeterlilik, yalnızlık, psikolojik faktörler ve bağımlılık kriterleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Regresyon analiz sonucunda, bağımlı değişken ile bağımsız değişkenler arasında yüksek düzeyde korelasyon bulunmaktadır. Modelimizdeki bağımsız değişkenlerimiz bağımlı değişkenin, 940'ını açıklamaktadır. Dijital oyun bağımlılığı küçük yaşlarda başlamakta yaş ilerledikçe internet bağımlılığı artmaktadır. Çalışmamızda teorik çerçeve desteklenmiştir. Farklı yaş grupları ile oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Yaş seviyesi arttıkça oyun bağımlılığı azalmakta; internet bağımlılığı artmaktadır.

KAYNAKÇA

Armstrong, L., Phillips, J. G., & Salng, L. L. (2000). Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 53(4), 537–550. doi:10.1006/ijhc.2000.0400.

Beard, K.W., Wolf, E.M.(2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction, *Cyberpsychology and Behavior*, 4 (2001), pp. 377-383.

Bowman, N. D., ve Tamborini, R. (2012). Task demand and mood repair: The intervention potential of computer games. *New Media & Society*, 14(8), 1339–1357. doi:10.1177/1461444812450426.

Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı İstatistik Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum*, Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

- Gentile, D. A. (2009). Pathological video game use among youth 8 to 18: A national study. *Psychological Science*, 20, 594–602.
- Griffiths, M. D., Davies, M. N., ve Chappell, D. (2004). Demographic factors and playing variables in online computer gaming. *Cyberpsychology and Behavior*, 7, 479–487.
- Griffiths, Mark D. ve Meredith, Alex (2009). Videogame Addiction and its Treatment, *Journal of Contemporary Psychotherapy*, volume 39, pages 247–253.
- Hazar, Z. (2018). *Çağın Vebası Dijital Oyun Bağımlılığı ve Başa Çıkma Yöntemleri*, Ankara: Gazi Kitabevi.
- Kılıç, M. (2014). Gençliğin Şiddet Algısı: Düzce İli Örneği. A. Ertuğrul (Ed.), *Düzce’de Tarih ve Kültür*. (ss.216-224), Bursa: Gaye Kitabevi.
- Kılıç, M. (2017). *Gençlik Şiddet ve Serbest Zaman*, Genişletilmiş 2. Baskı, Düzce: Düzce Üniversitesi Yayınları.
- Kılıç, M. (2019). Leisure Time Deprivation. *Modern Leisure Studies*, 1(1):1-12.
- Lemmens, Jeroen S., Valkenburg, Patti M. ve Peter, Jochen (2009) Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents, *Media Psychology*, 12:1, 2009, sh.77-95.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., ve Peter, J. (2011). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 144–152. doi:10.1016/j.chb.2010.07.015.
- Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak*, İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları.
- Paradıs, A. D., Reinherz, H. Z., Giaconia, R. M., ve Fitzmaurice, G. (2006). Major depression in the transition to adulthood: The impact of active and past depression on young adult functioning. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 194, 318–323.
- Yamane, T. (2009). *Temel Örnekleme Yöntemleri*, (Çev. Alptekin Esin, Celal Aydın, M. Akif Bakır, Esen Gürbüzsel), İstanbul: Literatür Yayıncılık.