

Modern Bir Sorunumuz Var: Dijital Oyun Bağımlılığı

Pelin Avcı¹

Akan Bayraktar²

Özet

Bu araştırma spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin çeşitli değişkenlere göre dijital oyun bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Üniversite İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği: Bu çalışmada Lemmens vd. (2009) tarafından geliştirilen, geçerliği ve güvenilirliği yüksek olan, daha sonra ise Hazar ve Hazar (2019) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Dijital oyun bağımlılığı ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmamızda tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya Alaaddin Keykubat üniversitesinden 255 kadın ve 145 erkek öğrenci olmak üzere toplamda 400 kişi katılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 25 paket programında değerlendirilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermedikleri kontrol edilmiştir. Araştırmamızda verilerin aritmetik ortalama, standart sapma, yüzde ve frekans analizleri verilmiştir. Cinsiyetlere göre karşılaştırmalar independent t testi ile yapılmıştır. Yaş gruplarına, oyun türüne ve oyun oynama süresine göre karşılaştırmalar tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile yapılmıştır. ANOVA sonucunda çıkan farklılıkların tespiti için Tukey HSD testi kullanılmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin tespit edilebilmesi için Korelasyon analizi yapılmıştır. Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin oyun oynama süreleri arttıkça güncel yaşantılarına adaptasyon süreleri azalmaktadır. Dijital oyun bağımlılığının öğrenciler üzerinde sosyal izolasyon, zaman yönetimini doğru kullanamama ve yaşam kalitelerinden ödün verme gibi durumların oluşmasına neden olduğu düşünülmektedir.

-
- 1 Dokuz Eylül Üniversitesi, Necat Hepkon Spor Bilimleri Fakültesi
Mail: avci.pelin@deu.edu.tr, Orcid: 0000-0002-9185-4954
 - 2 Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
akan.bayraktar@alanya.edu.tr, Orcid: 0000-0002-3217-0253

GİRİŞ

Dijital oyun oynayan bireyler giderek artan zaman, para ve enerji harcama durumuna maruz kalmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı son dönemde halk sağlığını da ilgilendiren sosyal bir sorun haline gelmiştir. Dijital oyunların olumsuz bir sonucu olan oyun bağımlılığı, genel olarak bilgisayar oyunlarının olumsuz sonuçlara ve sağlıksız günlük yaşam davranışlarına yol açan aşırı veya kompülsif kullanımını ifade eder (Jeong & Kim, 2011). Literatürde bu konu ile ilgili birçok yapılan araştırmada, oyun bağımlılıklarının psikolojik ve sosyal problemleri nedeniyle bireylerin günlük yaşantılarını yönetmekte zorlandıkları hipotezini ortaya çıkarmışlardır (Eui Jun Jeong ve ark., 2017; Griffiths & Meredith, 2009; Kuss & Griffiths, 2012).

Dijital oyun bağımlılığını tetikleyen faktörleri değerlendirmek için çeşitli bakış açıları ve yaklaşımlar kullanılmıştır. Dijital oyunlarla aşırı meşguliyetin oyun bağımlılığına yol açtığı gerçeğine rağmen, bunun aslında ağ bağlantılı çevrimiçi oyunlara aktif katılımın yol açtığına dair genel bir fikir birliği oluşmuştur (Lee ve ark., 2011). Oyun kullanıcılarının hayali bir dünya içerisinde çeşitli karakterleri seçmelerine olanak sağlanması, oyuncuların kendilerini sosyal kaygıdan uzak hissetmelerini sağlamaktadır (Mehroof ve Griffiths, 2010). Fenomenolojik açıdan bakıldığında oyun bağımlılığı temel olarak oyuna harcanan zaman veya para miktarı, yetersiz uyku ve kişilerarası ilişkilerin eksikliği ile ilişkilidir (Allison ve ark., 2006). Bahsedilen olumsuz yaşam sonuçları göz önüne alındığında, bilim adamları oyun bağımlılığını çok boyutlu bir kavram olarak değerlendirmişlerdir.

YÖNTEM

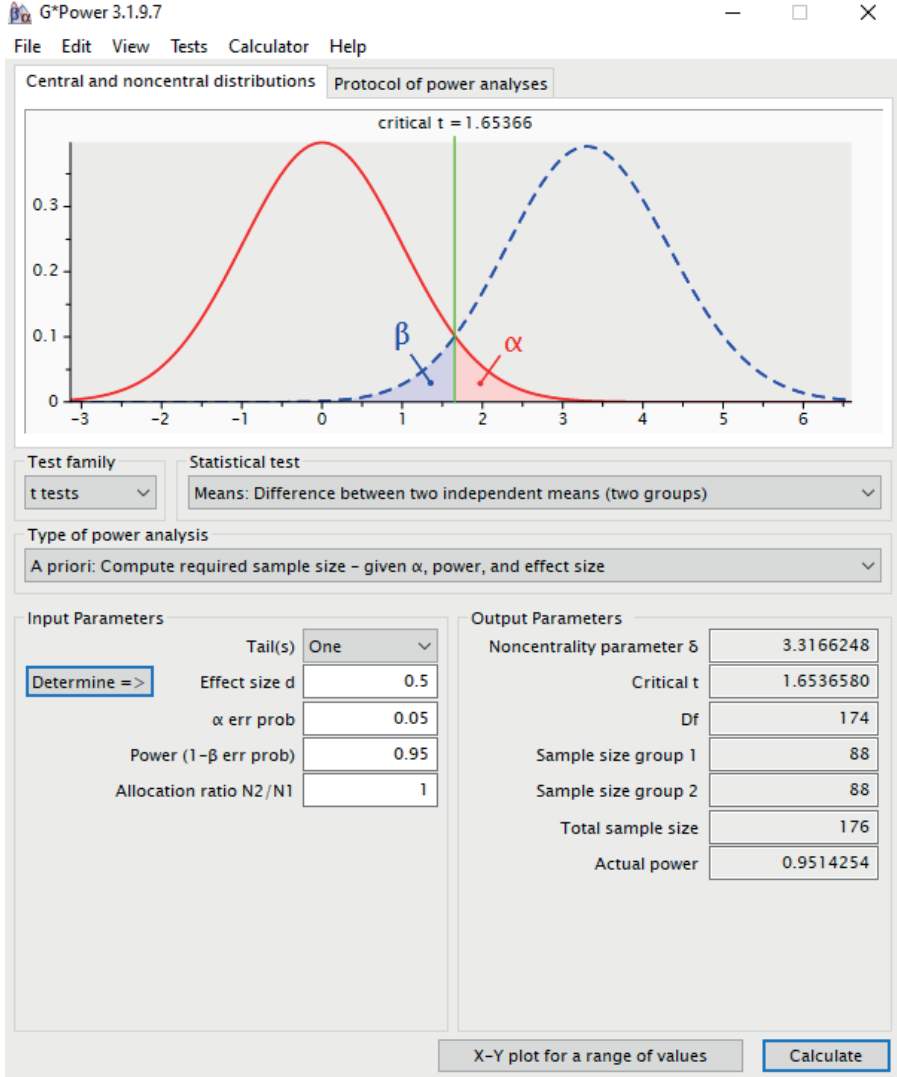
Katılımcılar ve Araştırma Modeli

Araştırmamızda tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmaya Alaaddin Keykubat üniversitesinden 255 kadın ve 145 erkek öğrenci olmak üzere toplamda 400 kişi katılmıştır.

G*power

Çalışmada örneklem sayısını belirleyebilmek için “G*power analizi yapılmıştır. G*power analizi “Spor Bilimleri fakültesi öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığının akademik başarıları üzerine etkisi: karma yöntem araştırması” tezindeki veriler baz alınarak yapılmıştır (Avcı, 2022). Yapılan güç analizinde alfa anlam düzeyi (Tip I Hata) $\alpha=0,05$, elde etmek istediğimiz güç değeri (Tip II Hata) $\beta=0,95$ olarak alınmıştır. Çalışmamızın geçerliliğinin yüksek olması için etki genişliği ise, $|p|=0,1$ olarak alınmıştır. Bunların

sonucunda çalışmaya alınacak kişi sayısı en az 176 olarak belirlenmiştir. Aşağıdaki şekilde bu sonuç detayları ile görülebilmektedir.



Şekil 1. G*power analizi

Veri Toplama Araçları

Sosyo-Demografik Özellikler Anketi: Anket araştırmacılar tarafından uzman görüşleri alınarak oluşturulmuştur. Ankette; boy, vücut ağırlığı, yaş, dijital oyun türü ve dijital oyun süresi vb. sorular bulunmaktadır.

Üniversite İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği: Bu çalışmada Lemmens vd. (2009) tarafından geliştirilen, geçerliği ve güvenilirliği yüksek olan, daha sonra ise Hazar ve Hazar (2019) tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Dijital oyun bağımlılığı ölçeği” kullanılmıştır. Ölçekteki ifadelerin değerlendirilmesinde 5’li likert tipi öz bildirim yönteminden faydalanılmıştır. Kesinlikle katılmıyorum 1 puan, katılmıyorum 2 puan, kararsızım 3 puan, katılıyorum 4 puan, tamamen katılıyorum 5 puan olarak belirlenmiştir (ek-2). Ölçekten alınabilecek en düşük puan “21” en yüksek puan ise “105” tir. Dijital oyun bağımlılığı ölçeğinde puan bazında, belirlenmiş ölçek puan derecelendirmesi bulunmaktadır. “1-21 puan= normal grup, 22-42 puan=az riskli grup, 43-63 puan=riskli grup, 64-84 puan= bağımlı grup ve 85-105 puan=yüksek düzeyde bağımlı grup” olarak değerlendirilmiştir. Araştırmaya katılım sağlayan bireylerin toplam puanlarına bakılarak bağımlılık düzeylerine göre derecelendirilmeleri yapılmıştır. Akademik başarı düzeyleri ile ilgili veriler ise öğrencilerin fakültede öğrenci işleri sisteminde kayıtlı olan ortalamaları üzerinden elde edilmiştir.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS 25 paket programında değerlendirilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermedikleri kontrol edilmiştir (Tablo 1). Araştırmamızda verilerin aritmetik ortalama, standart sapma, yüzde ve frekans analizleri verilmiştir. Cinsiyetlere göre karşılaştırmalar independent t testi ile yapılmıştır. Yaş gruplarına, oyun türüne ve oyun oynama süresine göre karşılaştırmalar tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile yapılmıştır. ANOVA sonucunda çıkan farklılıkların tespiti için Tukey HSD testi kullanılmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin tespit edilebilmesi için Korelasyon analizi yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Ölçek Puanlarının Dağılımı

Değişkenler	N	Min.	Max.	Mean	Skewness	Kurtosis	C.Alpha
Aşırı odaklanma ve erteleme	400	11,00	55,00	28,60 / 10,47	,155 ,122	-,603 ,243	,92
Çatışma yoksunluk ve arayış	400	6,00	30,00	13,98 / 5,99	,409 ,122	-,477 ,243	,90
Duygu değişimi ve dalma	400	4,00	20,00	10,10 / 4,10	,219 ,122	-,700 ,244	,80
Dijital Oyun Bağımlılığı Toplan Puan	400	21,00	105,00	52,62 / 18,55	,119 ,122	-,402 ,244	,95

Araştırmada yer alan katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin “aşırı odaklanma ve erteleme” alt boyutunda 28,60, “çatışma yoksunluk ve arayış” alt boyutunda 13,98 ve “duygu değişimi ve dalma” alt boyutunda ise 10,10 ortalama puana sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık kat sayısı hesaplandığında ise 0,92 “aşırı odaklanma ve erteleme” ile 0,80 “duygu değişimi ve dalma” arasında değişim gösterdiği tespit edilmiştir. Toplam ölçeğin Cronbach Alpa iç tutarlılık kat sayısı ise 0,95 olarak hesaplanmıştır. Örneklem grubuna ait çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde hesaplanan skorların $\pm 1,5$ değer aralığında yer alması araştırma kapsamında yer alan verilerin homojen dağıldığını göstermektedir. Bu nedenle verilerin incelenmesinde normal dağılımın varsayıldığı parametrik test teknikleri kullanılmıştır.

Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyet Dağılımları

Cinsiyet	F	%
Kadın	255	63,7
Erkek	145	36,3
Toplam	400	100,0

Tabloya göre öğrencilerin 255 (%63,7)’i kadın ve 145 (%36,3)’i erkek olarak belirlenmiştir.

Tablo 3. Katılımcuların Yaş dağılımları

Yaş	F	%
20 yaş ve altı	54	13,5
21-24 yaş arası	252	63,0
25 yaş ve üstü	94	23,5
Toplam	400	100,0

Tabloya göre öğrencilerin 54 (%13,5)'ü 20 yaş ve altında, 252 (%63)'ü 21-24 yaş arası ve 94 (%23,5)'ü 25 yaş ve üstü olarak belirlenmiştir.

Tablo 4. Cinsiyetlere Göre Yaş, Boy, Vücut Ağırlığı, BKI ve GANO Aritmetik Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Değişkenler	Cinsiyet	N	A.O.	S.S.
Yaş (yıl)	Kadın	255	23,35	4,05
	Erkek	145	23,84	4,65
Boy (m)	Kadın	255	1,65	,06
	Erkek	145	1,77	,07
Vücut ağırlığı (kg)	Kadın	255	57,71	7,12
	Erkek	145	76,89	11,88
BKI (kg/m ²)	Kadın	255	21,13	2,59
	Erkek	145	24,33	3,04
Genel Akademik Not Ortalaması (GANO)	Kadın	255	2,82	,52
	Erkek	145	2,74	,59

Araştırmaya katılan deneklerin vücut ağırlığı $65,13 \pm 13,61$ kg, boy değeri $1,68 \pm 0,09$ m. ve BKI $22,71 \pm 3,63$ kg/m² olarak belirlenmiştir.

Tablo 5. Cinsiyetlere Göre Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları ve Toplam Puanın Karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	N	A.O.	S.S.	t	p
Aşırı odaklanma ve erteleme	Kadın	255	28,98	10,74	0,970	0,333
	Erkek	145	27,92	9,97		
Çatışma yoksunluk ve arayış	Kadın	255	14,42	5,87	1,990	0,047*
	Erkek	145	13,19	6,11		
Duygu değişimi ve dalma	Kadın	254	9,87	4,14	-1,420	0,156
	Erkek	145	10,48	3,99		
Dijital Oyun Bağımlılığı Toplan Puan	Kadın	254	53,19	18,42	0,827	0,409
	Erkek	145	51,60	18,78		

$p < 0,05$

Tablo 5’te cinsiyetlere göre dijital oyun bağımlılığı alt boyutları ve toplam puanı değerlendirilmiştir. Bu değerlendirmeye göre “Çatışma, Yoksunluk ve Arayış” alt boyutunda istatistiki olarak $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Anlamlı farklılığın kadın katılımcıların lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer faktörlerde ve toplam puanda istatistiki olarak anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 6. Yaş Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları ve Toplam Puanın Karşılaştırılması

Değişkenler	Gruplar	N	A.O.	S.S.	F	p
Aşırı odaklanma ve erteleme	20 yaş ve altı	54	26,77	9,33	3,081	0,047*
	21-24 yaş arası	252	29,58	10,52		
	25 yaş ve üstü	94	26,98	10,69		
Çatışma yoksunluk ve arayış	20 yaş ve altı	54	12,53	6,34	2,140	0,119
	21-24 yaş arası	252	14,36	5,85		
	25 yaş ve üstü	94	13,78	6,04		
Duygu değişimi ve dalma	20 yaş ve altı	54	9,55	4,21	1,649	0,194
	21-24 yaş arası	251	10,38	3,98		
	25 yaş ve üstü	94	9,64	4,27		
Dijital Oyun Bağımlılığı Toplan Puan	20 yaş ve altı	54	48,87	17,64	2,746	0,065
	21-24 yaş arası	251	54,24	18,27		
	25 yaş ve üstü	94	50,42	19,40		

$p < 0,05$

Tablo 6’da Yaş Değişkenine Göre Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları ve Toplam Puanı değerlendirilmiştir. Bu değerlendirmeye göre “Aşırı Odaklanma ve Erteleme” alt boyutunda istatistiki olarak $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Anlamlı farklılığın 21-24 yaş arası katılımcıların lehine olduğu tespit edilmiştir. Diğer faktörlerde ve toplam puanda istatistiki olarak anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 7. Dijital Oyun Oynama Süresine Göre Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları ve Toplam Puanın Karşılaştırılması

Değişkenler	Gruplar	N	A.O.	S.S.	F	p	Tukey HSD
Aşırı odaklanma ve erteleme	1-2 saat	221	24,23	9,81	59,993	0,000*	1-2 saat ve 3-4 saat*
	3-4 saat	112	32,39	7,66			1-2 saat ve 5 saat üzeri*
	5 saat ve üzeri	67	36,64	9,43			3-4 saat ve 5 saat üzeri*
Çatışma yoksunluk ve arayış	1-2 saat	221	12,16	5,76	26,659	0,000*	1-2 saat ve 3-4 saat*
	3-4 saat	112	15,73	5,43			1-2 saat ve 5 saat üzeri*
	5 saat ve üzeri	67	17,02	5,53			3-4 saat ve 5 saat üzeri*
Duygu değişimi ve dalma	1-2 saat	220	8,56	3,56	42,538	0,000*	1-2 saat ve 3-4 saat*
	3-4 saat	112	11,64	3,86			1-2 saat ve 5 saat üzeri*
	5 saat ve üzeri	67	12,53	4,00			
Dijital Oyun Bağımlılığı Toplam Puan	1-2 saat	220	44,83	17,16	58,966	0,000*	1-2 saat ve 3-4 saat*
	3-4 saat	112	59,76	14,49			1-2 saat ve 5 saat üzeri*
	5 saat ve üzeri	67	66,20	16,36			3-4 saat ve 5 saat üzeri*

$p < 0,05$

Tablo 7'de Dijital oyun oynama süresine göre DOBÖ alt boyutları ve toplam puanın karşılaştırılmasında istatistiki olarak $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Katılımcıların “aşırı odaklanma ve erteleme”, “çatışma, yoksunluk ve arayış” alt boyutları ve DOBÖ toplam puanına ilişkin 5 saat üzeri oyun oynayan grubun alt boyut ve toplam puanının 1-2 saat ve 3-4 saat oyun oynayan gruptan ve 3-4 saat oyun oynayan grubun alt boyut ve toplam puanının ise 1-2 saat oynayan gruptan daha yüksek olduğu, “duygu değişimi ve dalma” alt boyut puanına ilişkin 3-4 saat ve 5 saat üzeri oyun oynayan grubun puanının 1-2 saat oyun oynayan gruptan yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 8. Dijital Oyun Türüne Göre Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları ve Toplam Puanın Karşılaştırılması

Değişkenler	Gruplar	N	A.O.	S.S.	F	p	Tukey HSD
Aşırı odaklanma ve erteleme	FPS	76	31,52	10,08	18,513	0,000*	FPS-Mobile oyunlar*
	Simülator	48	30,41	9,33			FPS-Diğer*
	Mobile oyunlar	172	25,31	10,00			Simülator-Mobile oyunlar*
	Hikâye oyunları	87	33,65	9,19			Simülator-Diğer*
	Diğer	17	17,70	6,82			Mobile oyunlar-Hikâye oyunları*
						Mobile oyunlar-Diğer*	
						Hikâye Oyunları-Diğer*	
Çatışma yoksunluk ve arayış	FPS	76	14,38	6,33	12,470	0,000*	FPS-Mobile oyunlar*
	Simülator	48	16,08	5,91			FPS-Diğer*
	Mobile oyunlar	172	12,47	5,53			Simülator-Mobile oyunlar*
	Hikâye oyunları	87	16,45	5,34			Simülator-Diğer*
	Diğer	17	8,82	4,69			Mobile oyunlar-Hikâye oyunları*
						Mobile oyunlar-Diğer*	
						Hikâye Oyunları-Diğer*	
Duygu değişimi ve dalma	FPS	76	11,40	3,89	12,198	0,000*	FPS-Mobile oyunlar*
	Simülator	47	10,48	3,59			FPS-Diğer*
	Mobile oyunlar	172	9,07	3,87			Simülator-Mobile oyunlar*
	Hikâye oyunları	87	11,50	4,10			Simülator-Diğer*
	Diğer	17	6,29	3,45			Mobile oyunlar-Hikâye oyunları*
						Mobile oyunlar-Diğer*	
						Hikâye Oyunları-Diğer*	

	FPS	76	57,31	18,31		FPS-Mobile oyunlar*
	Simülator	47	56,57	16,39		FPS-Diğer*
Dijital Oyun	Mobile oyunlar	172	46,86	17,66		Simülator-Mobile oyunlar*
Bağımlılığı Toplam Puan	Hikâye oyunları	87	61,62	15,66	18,677	0,000*
	Diğer	17	32,82	13,89		Simülator-Diğer* Mobile oyunlar- Hikâye oyunları* Mobile oyunlar- Diğer* Hikâye oyunları- Diğer*

$p < 0,05$

Tablo 8’de Dijital Oyun Türüne Göre Dijital Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları ve Toplam Puanın Karşılaştırılmasında istatistiki olarak $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Anlamlı farkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek amacıyla yapılan karşılaştırma testi sonuçlarına göre katılımcıların DOBÖ toplam ve tüm alt boyutlara ilişkin “diğer oyun” oynayan grubun puanları, 4 grubun ortalama puanlarından daha düşük; “mobile oyunlar” oynayan grubun puanları “FPS”, “Hikâye Oyunları” ve “Simülator” oyun oynayan grubun ortalama puanlarından daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Tablo 9. Dijital Oyun Süresine Göre Katılımcıların GANO Sonuçları

Değişkenler	Gruplar	N	A.O.	S.S.	F	p
Genel Akademik Not Ortalaması (GANO)	1-2 saat	221	2,82	0,53	0,771	0,463
	3-4 saat	112	2,76	0,60		
	5 saat ve üzeri	67	2,75	0,52		

Tablo 9’da istatistiki olarak anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 10. Değişkenler Arası Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	Dijital Oyun Oynama Süresi	Genel Akademik Not Ortalaması (GANO)	Aşırı odaklanma ve erteleme	Çatışma yoksunluk ve arayış	Duygu değişimi ve dalma	
Genel Akademik Not Ortalaması (GANO)	r	-,059				
	p	,243				
Aşırı odaklanma ve erteleme	r	,475**	-,044			
	p	,000	,381			
Çatışma yoksunluk ve arayış	r	,334**	-,016	,766**		
	p	,000	,749	,000		
Duygu değişimi ve dalma	r	,405**	,030	,648**	,633**	
	p	,000	,546	,000	,000	
Dijital Oyun Bağımlılığı Toplam Puan	r	,469**	-,024	,953**	,893**	,790**
	p	,000	,626	,000	,000	,000

$p < 0,05$

Tablo 10 incelendiğinde katılımcıların dijital oyun oynama süresi ile aşırı odaklanma ve erteleme ($r=0,475$; $p=0,000$), çatışma yoksunluk ve arayış ($r=0,334$; $p=0,000$), “duygu değişimi ve dalma” ($r=0,405$; $p=0,000$) alt boyut ve DOBÖ toplam ($r=0,334$; $p=0,000$) puanları arasında pozitif yönde ve orta düzeyde bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların GANO puanları ile DOBÖ toplam ve tüm alt boyut puanları arasında ise anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Günümüzde internetin ve teknolojik araçların kullanımı fazlasıyla yaygındır. İçinde bulunduğumuz çağa ayak uydurmak amacıyla teknolojik gelişmelere kapalı olmamamız gerekmektedir. Dijital oyunlar dünya genelinde vakit geçirmek, eğlenmek, stresten uzaklaşmak için ideal bir seçim olarak görülmektedir ancak unutulmaması gerekir ki bu oyunlar bireylerin beyninde yapısal bir değişime sebebiyet veren deneyimlerdir (Avcı ve Zorba, 2023; Chóliz & Marco, 2012; Gentile, 2009). Video oyunlarının son

zamanlarda olumsuz etkilerine yönelik birçok araştırma bulgusu literatürde yer almaktadır. Amerika’da dijital oyunların daha çok erkek kullanıcılar tarafından tercih edildiği ve şiddet içerikli, müstehcen oyunları oynadıkları görülmektedir. Bu durum sonucunda saldırgan davranışların arttığı, empatinin ve olumlu sosyal davranışların da azaldığı gözlemlenmektedir. Video oyunlarının olumsuz etkilerine ilişkin endişeler, internet, sosyal medya ve mesajlaşma bağımlılıklarını içeren yeni teknolojilerle ilişkili bağımlılık türlerinden biri olan davranışsal bağımlılık veya patoloji oyun oynamaya odaklanmıştır (Schmitt & Livingston, 2015). Amerika (Gentile, 2009), Hollanda (Lemmens ve ark., 2011), Singapur (Gentile ve ark., 2011) ve New York’ta (Anand, 2007) yapılan çalışmalar incelendiğinde dijital oyun oynamanın düşük öz saygı, sosyal yetersizlik, akademik başarısızlık, depresyon, dikkat dağınıklığı ve kaygıya neden olduğu sonucu görülmektedir.

Değerlendirmeye göre “Çatışma, Yoksunluk ve Arayış” alt boyutunda istatistiki olarak kadın katılımcıların lehine anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde genellikle erkeklerin oyun oynamasının engellendiği durumlarda ve yoksun kaldığında çevrelerine karşı agresif tavırlar sergiledikleri görülmektedir (Arıkan ve Öztürk, 2020; Avcı ve Zorba, 2023; Karataş, 2021) ancak araştırmada bu durumun kadınlar üzerinde görülmesi üzerinde durulması gerekli olan bir konudur. Bu bulgu sonucuna göre artık kadınlar da dijital oyun oynama eğilimindedirler denilebilir.

Bulgulara göre “Aşırı Odaklanma ve Erteleme” alt boyutunda istatistiki olarak 21-24 yaş arası katılımcıların lehine anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu yaş aralığında bulunan üniversite öğrencilerinin dijital oyunlara ilgisinin yoğun olması ve günlük işlerini erteleme eğiliminde oldukları görülmektedir.

Dijital oyun oynama süresine göre DOBÖ alt boyutları ve toplam puanın karşılaştırılmasında istatistiki olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Katılımcıların “aşırı odaklanma ve erteleme, “çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma” alt boyutlarında oyun oynama süresi arttıkça oyun bağımlılıklarının da arttığı gözlemlenmektedir. Literatür incelendiğinde araştırmamızı destekleyen araştırmalar bulunmaktadır (Avcı ve Zorba, 2023; Gentile vd., 2011; Haagsma vd., 2013; Miezhaha vd., 2020). Dijital oyun türüne göre dijital oyun bağımlılığı alt boyutları ve toplam puanın karşılaştırılmasında istatistiki olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Öğrenciler oyun türlerinden daha çok FPS ve hikâye oyunlarını oynamayı tercih etmişlerdir. Literatür incelendiğinde stratejik, güncel yaşama yakın, aksiyon ve heyecanı içinde barındıran şiddet içerikli oyunlar daha fazla tercih edilmektedir (Avcı ve Zorba, 2023; Hummer ve ark., 2010; Irmak ve

Erdoğan, 2016; Quaiser-Pohl ve ark., 2006). FPS ve hikâye oyunu oynayan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı alt boyutlarına bakıldığında daha fazla işlerini erteledikleri, oyundan kopamadıkları, sosyal hayatlarında bir sınırlılık yaşadıkları gözlemlenmektedir.

Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin oyun oynama süreleri arttıkça güncel yaşantılarına adaptasyon süreleri azalmaktadır. Dijital oyun bağımlılığının öğrenciler üzerinde sosyal izolasyon, zaman yönetimini doğru kullanamama ve yaşam kalitelerinden ödün verme gibi durumların oluşmasına neden olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Allison, S. E., Von Wahlde, L., Shockley, T., & Gabbard, G. O. (2006). The development of the self in the era of the internet and role-playing fantasy games. *American Journal of Psychiatry*, 163(3), 381-385.
- Anand, V. (2007). A study of time management: The correlation between video game usage and academic performance markers. *CyberPsychology & Behavior*, 10(4), 552-559.
- Arıkan, G., & Öztürk, A. (2020). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi (Güneydoğu Anadolu Örneği). *Spor Eğitim Dergisi*, 4(3), 157-168.
- Avcı, P., Zorba, E. (2023) Dijital Oyun Bağımlılığı Hayatımızı Nasıl Etkiliyor?. DOI: <https://doi.org/10.58830/ozgur.pub158>.
- Chóliz, M., & Marco, C. (2012). *Adicción a Internet y redes sociales. Tratamiento psicológico*. Madrid: Alianza Editorial.
- Eui Jun Jeong, Dan J. Kim & Dong Min Lee (2017) Why Do Some People Become Addicted to Digital Games More Easily? A Study of Digital Game Addiction from a Psychosocial Health Perspective, *International Journal of Human-Computer Interaction*, 33:3, 199-214, DOI: 10.1080/10447318.2016.1232908
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319-e329.
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. *Psychological science*, 20(5), 594-602.
- Griffiths, M. D., & Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39 (4), 247-253.
- Haagsma, M. C., Caplan, S. E., Peters, O., & Pieterse, M. E. (2013). A cognitive-behavioral model of problematic online gaming in adolescents aged 12-22 years. *Computers in human behavior*, 29(1), 202-209.
- Hummer, T. A., Wang, Y., Kronenberger, W. G., Mosier, K. M., Kalnin, A. J., Dunn, D. W., & Mathews, V. P. (2010). Short-term violent video game play by adolescents alters prefrontal activity during cognitive inhibition. *Media Psychology*, 13(2), 136-154.
- Irmak, A. Y., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.
- Jeong, S. H., & Kim, S. T. (2011). Reviews of Science for Science Librarians: Genome-Wide Association Studies (GWAS). *Science & Technology Libraries*, 30(3), 229-243.

- Karataş, B. (2021). Pandemi Sürecinde Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılıklarının İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(2), 195-207.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10 (2), 278–296.
- Lee, K. M., Jeong, E. J., Park, N., & Ryu, S. (2011). Effects of interactivity in educational games: A mediating role of social presence on learning outcomes. *Intl. Journal of Human–Computer Interaction*, 27(7), 620-633.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Psychosocial causes and consequences of pathological gaming. *Computers in human behavior*, 27(1), 144-152.
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online gaming addiction: The role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 13(3), 313-316.
- Miezah, D., Batchelor, J., Megreya, A. M., Richard, Y., & Moustafa, A. A. (2020). Video/computer game addiction among university students in ghana: Prevalence, correlates and effects of some demographic factors. *Psychiatry and Clinical Psychopharmacology*, 30(1), 17-23.
- Quaiser-Pohl, C., Geiser, C., & Lehmann, W. (2006). The relationship between computer-game preference, gender, and mental-rotation ability. *Personality and Individual differences*, 40(3), 609-619.
- Schmitt, Z. L., & Livingston, M. G. (2015). Video game addiction and college performance among males: Results from a 1 year longitudinal study. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(1), 25-29.