

T.C.
GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

**GENÇLİK VE SPOR KURSLARINA KATILAN GENÇLERİN DİJİTAL OYUN
BAĞIMLILIK DÜZEYLERİ İLE SOSYALLEŞME SÜREÇLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS

Osman YILMAZER

MAYIS-2025
GÜMÜŞHANE



**T.C.
GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

**GENÇLİK VE SPOR KURSLARINA KATILAN GENÇLERİN DİJİTAL OYUN
BAĞIMLILIK DÜZEYLERİ İLE SOSYALLEŞME SÜREÇLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN DIGITAL GAME
ADDICTION LEVELS AND SOCIALIZATION PROCESSES OF YOUTH
ATTENDING YOUTH AND SPORTS COURSES**

YÜKSEK LİSANS

Osman YILMAZER

**MAYIS-2025
GÜMÜŞHANE**



**T.C.
GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ**

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

**GENÇLİK VE SPOR KURSLARINA KATILAN GENÇLERİN DİJİTAL OYUN
BAĞIMLILIK DÜZEYLERİ İLE SOSYALLEŞME SÜREÇLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN DIGITAL GAME
ADDICTION LEVELS AND SOCIALIZATION PROCESSES OF YOUTH
ATTENDING YOUTH AND SPORTS COURSES**

YÜKSEK LİSANS

Osman YILMAZER

Danışman: Doç. Dr. Osman KUSAN

**MAYIS-2025
GÜMÜŞHANE**

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI

Yüksek Lisans Tezi olarak hazırlamış olduğum “**Gençlik ve Spor Kurslarına Katılan Gençlerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri ile Sosyalleşme Süreçleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” isimli bu tezimin, tamamen kendi çalışmam olduğunu, her alıntıya kaynak gösterdiğimi, alıntı yaptığım tüm çalışmaları kaynakçada belirttiğimi ve Gümüşhane Üniversitesi’nin lisanslı kullanıcısı olduğu intihal yazılım programı ile Lisansüstü Eğitim Enstitüsü’nün belirlediği kıstaslara uygun olarak raporladığımı taahhüt ederim. Tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının Gümüşhane Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü arşivinde saklanmasına izin verdiğimi onaylarım.

Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği’nin ilgili maddeleri uyarınca gereğinin yapılmasını arz ederim.

28.05.2025

.....
Osman YILMAZER

TEŞEKKÜR

“Gençlik ve Spor Kurslarına Katılan Gençlerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri ile Sosyalleşme Süreçleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı tez çalışmamın hazırlanmasında emeği ve desteği olan herkese teşekkür ederim. Tez sürecimin her aşamasında bilgi ve deneyimiyle bana yol gösteren, desteğini esirgemeyen değerli tez danışmanım Doç. Dr. Osman KUSAN’a teşekkürlerimi sunuyorum. Ayrıca katkılarıyla bu sürece destek olan Doç. Dr. Mustafa Barış Somoğlu ve Doç. Dr. Efekan Tezcan hocalarıma da teşekkür ederim. Bu süreçte en büyük desteği, sabrı ve anlayışıyla yanımda olan sevgili eşim Nursel YILMAZER’e ve hayatımın en kıymetli parçası, neşesiyle bana güç veren canım kızım Gökçen YILMAZER’e gönülden teşekkür ederim. Bugünlere gelmemde en büyük emeğe sahip olan, hayatım boyunca arkamda duran, desteğini her zaman hissettiren kıymetli babam Ali YILMAZER’e ve sevgisiyle beni büyüten, fedakârlıklarıyla yolumu aydınlatan canım annem Zeliha YILMAZER’e şükranlarımı sunuyorum. Ayrıca varlıklarıyla güç aldığım abim Serkan YILMAZER’e, ablam Fatma Nur ATASOY’a ve kardeşim Sevdenur YILMAZER’e desteklerinden dolayı teşekkür ederim. Bu yolculukta yanımda olan, katkı sağlayan tüm sevdiklerime içtenlikle teşekkür ederim.

Osman YILMAZER
GÜMÜŞHANE-2025

ÖZET

Yılmaz, O. “Gençlik ve Spor Kurslarına Katılan Gençlerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeyleri ile Sosyalleşme Süreçleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” Gümüşhane Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Gümüşhane, 2025. Bu çalışmada, Gümüşhane Gençlik ve Spor İl Müdürlüğünde düzenlenen gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyalleşme süreçleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma kapsamında Gümüşhane Üniversitesi Etik Kurulu'ndan ve Gümüşhane Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'nden gerekli resmi izinler alınarak, farklı branşlarda kurslara katılmış toplam 305 gence (177 kadın, 128 erkek) ulaşılmıştır. Katılımcılara demografik bilgi formu, Sosyalleşme Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği uygulanmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde IBM SPSS 25.0 programı kullanılmıştır. Veriler değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerin yanı sıra güvenilirlik analizleri, bağımsız örneklem t-testi, ANOVA ve korelasyon ve regresyon analizleri gibi parametrik testlerden yararlanılmıştır. Betimsel istatistiklerle ortalama ve frekans değerleri hesaplanırken, ölçme araçlarının güvenilirlik düzeyleri için Cronbach Alpha katsayısı değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, gençlerin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ile sosyalleşme süreçleri arasında anlamlı bir ilişkinin bulunduğunu göstermektedir. Özellikle dijital oyunlara aşırı bağımlılık gösteren bireylerin sosyalleşme düzeylerinde belirgin düşüşler tespit edilmiştir. Cinsiyet, yaş, kurs süresi ve oyun oynama alışkanlıkları gibi değişkenlerin de dijital oyun bağımlılığı ve sosyalleşme düzeyleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar oluşturduğu gözlemlenmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda, gençlerin dijital oyun bağımlılığının azaltılmasına yönelik sosyal faaliyetlerin artırılması, spor temelli etkileşimlerin desteklenmesi ve ailelerin bilinçlendirilmesi yönünde öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Dijital, Oyun Bağımlılığı, Sosyalleşme

SUMMARY

Yilmazer, O. *“An Investigation of the Relationship Between Digital Game Addiction Levels and Socialization Processes of Youth Participating in Youth and Sports Courses”*, Gümüşhane University Graduate School of Education, Department of Physical Education and Sports, Master’s Thesis, Gümüşhane, 2025. This study aimed to examine the relationship between the levels of digital game addiction and socialization processes of youth participating in youth and sports courses organized by the Gümüşhane Provincial Directorate of Youth and Sports. Within the scope of the research, necessary official permissions were obtained from the Gümüşhane University Ethics Committee and the Provincial Directorate of Youth and Sports. The sample consisted of 305 young individuals (177 females, 128 males) who participated in various course branches. Participants were administered a demographic information form, the Socialization Scale, and the Digital Game Addiction Scale. The data obtained from the research were analyzed using the IBM SPSS 25.0 statistical software. In the analysis process, in addition to descriptive statistical methods, reliability analyses, independent samples t-test, ANOVA, correlation and regression analyses, which are among the parametric tests, were utilized. Mean and frequency values were calculated through descriptive statistics, and Cronbach's Alpha coefficient was used to determine the reliability of the measurement tools. The findings of the study revealed a significant relationship between the participants’ digital game addiction levels and their socialization processes. It was determined that individuals who displayed excessive digital gaming behaviors showed notably lower levels of socialization. Moreover, variables such as gender, age, course duration, and gaming habits were found to cause statistically significant differences in digital game addiction and socialization levels. Based on these results, recommendations were presented to reduce digital game addiction among youth, to increase social activities, to support sports-based interactions, and to raise awareness among families.

Keywords: Digital, Game Addiction, Socialization

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	III
BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK BEYANI.....	IV
TEŞEKKÜR.....	V
ÖZET.....	VI
SUMMARY	VII
İÇİNDEKİLER	VIII
TABLOLAR DİZİNİ	X
1.GİRİŞ	1
2.GENEL BİLGİLER.....	2
2.1.Spor: Tanımı, İşlevi ve Hayatımızdaki Yeri.....	2
2.1.1.Sporun Hedefleri ve Katılımı Etkileyen Faktörler	4
2.1.2.Sporun İnsan Hayatına Sunduğu Değerler	6
2.1.3.Fiziksel ve Biyolojik Etkileri	6
2.1.4.Psikolojik Etkileri ve Faydaları.....	8
2.1.5.Sosyolojik Etkileri ve Toplumsal Katkıları.....	8
2.1.6.Ekonomik Etkileri ve Katkıları	9
2.2.Sosyalleşme: Tanımı, Kavramı ve Temel Özellikleri	10
2.2.1.Sosyalleşme Kavramı: Tanımı ve İçeriği	10
2.2.2.Sosyalleşmenin Temel Özellikleri	12
2.2.3.Sosyalleşme Sürecinin İşleyişi ve Dinamikleri.....	13
2.2.4.Sosyalleşme Sürecini Şekillendiren Faktörler.....	14
2.2.4.1.Aile:Sosyalleşme Sürecindeki Rolü	14
2.2.4.2.Eğitim: Gençlerin Sosyalleşme Sürecine Etkisi.....	15
2.2.4.3.Arkadaş Çevreleri	17
2.2.4.4.Toplumsal İletişim Araçları	18
2.3.Sportif Faaliyetler	20
2.4.Oyun Olgusu.....	25
2.4.1.Oyun Kuramları ve Yaklaşımlar	25
2.4.2.Geleneksel Oyun Kuramları.....	25
2.4.3.Çağdaş Oyun Kuramları.....	26
2.5.Dijital Oyun Türleri.....	27
2.6.Dijital Oyunlara Yönelme Sebepleri	28

2.7.Dijital Oyunların Birey ve Toplum Üzerindeki Etkileri.....	29
2.7.1.Bağımlılık: Psikolojik ve Sosyal Boyutları	30
2.7.2.Yoğun Odaklanma	30
2.7.3.Erteleme Davranışı.....	31
2.7.4.Yoksunluk Hissi ve Arayış Süreçleri	32
2.7.5.Duygusal Değişimler ve Dalma Hali	32
2.8.Teknoloji Bağımlılığı ve Etkileri.....	33
2.9.İnternet Bağımlılığı ve Sonuçları	33
2.10.Sosyal Medya Bağımlılığı ve Etkileri	33
2.11.Dijital Oyunlara Bağımlılık	34
2.11.1.Dijital Oyun Bağımlılığını Besleyen Unsurlar.....	37
2.11.2.Dijital Oyunların İki Yüzü: Yararları ve Zararları	38
2.12.Yurt İçi ve Yurt Dışı Literatüre Genel Bakış	39
3.YÖNTEM.....	41
3.1.Araştırmanın Amacı	41
3.2.Araştırmanın Önemi	41
3.3.Problem Cümlesi	42
3.4.Alt Problemler	42
3.5.Hipotezler	42
3.6.Araştırmanın Varsayımları	43
3.7.Araştırmanın Sınırlılıkları	44
3.8.Araştırmanın Modeli	44
3.9.Evren ve Örneklem.....	44
3.10.Verİ Toplama Araçları.....	45
3.10.1.Demografik Bilgi Formu.....	45
3.10.2.Sosyalleşme Ölçeği	45
3.10.3.Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği.....	46
3.11.Verilerin Analizi	46
4.BULGULAR	47
5.TARTIŞMA	54
6.SONUÇ VE ÖNERİLER	60
KAYNAKÇA.....	62
ETİK KURUL KARARI	70
ÖZGEÇMİŞ	71

TABLÖLER DİZİNİ

Tablo 1. SÖ ve DOBÖ puanları güvenirlik analizi sonuçları	47
Tablo 2. Değişkenler	48
Tablo 3. SÖ ve DOBÖ puanları ile ilgili betimsel istatistikler	49
Tablo 4. SÖ ve DOBÖ puanları cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları.....	49
Tablo 5. SÖ ve DOBÖ puanları yaş değişkenine göre ANOVA sonuçları	50
Tablo 6. SÖ ve DOBÖ puanları eğitimi durumu değişkenine Göre ANOVA sonuçları	50
Tablo 7. SÖ ve DOBÖ puanları spor yapma yılı değişkenine göre ANOVA sonuçları .	51
Tablo 8. SÖ ve DOBÖ puanları oynadığı oyun aracı değişkenine göre t-testi sonuçları	52
Tablo 9. SÖ ve DOBÖ puanları oynadığı oyun türü değişkenine göre ANOVA sonuçları	52
Tablo 10. SÖ ve DOBÖ puanları korelasyon sonuçları	53
Tablo 11. SÖ ve DOBÖ puanları regresyon sonuçları.....	53

1. GİRİŞ

Sosyalleşme, bireyin doğumuyla başlayarak, yaşadığı topluma ait bir üye olma sürecinde geçirdiği tüm aşamaları içeren önemli bir kavramdır. Bu süreç, bireyin yaşamı boyunca, karakterinin gelişimi ve toplum içindeki anlamlı bir yer edinmesi açısından devam eder (Binbaşioğlu C, 1995).

Sosyalleşme, belirli bir zaman ve mekânda toplumsal bir ortamda gerçekleşen, fakat tüm bireyler üzerinde aynı etkiyi göstermeyen bir süreçtir; aksi takdirde, insanlar birbirinin kopyası olurlardı. Bu karşılıklı etkileşim sürecinde, toplum bireyi şekillendirirken birey de toplumu etkiler. Sosyalleşme, doğumdan itibaren hayat boyu devam eder ve doğuştan gelen özellikler ile çevresel faktörler bu süreçte önemlidir. Bireyin sosyalleşme sürecindeki ilk karşılaştığı grup ailedir; akrabaları, komşuları, arkadaşları ve okul çevresi onu takip eder. İlgili literatürde, en önemli sosyalleşme araçları arasında aile, okul, arkadaş grubu ve kitle iletişim araçları yer aldığı vurgulanmaktadır (Sezal İ, 2003).

Ayrıca sosyalleşmeden bahsedebilmek için, bireyin insanlarla etkileşimi sonucunda ortaya çıkan psikolojik ve sosyolojik öğrenmelerin gerçekleşmesi gerekir. Bu süreç içinde birey, toplumsal yaşama uyum sağlamayı öğrenir. Spor ortamı da bu öğrenimin yaşandığı önemli alanlardan biridir.

Bu araştırma sonucunda, sportif faaliyetlere katılan bireylerin iletişim becerilerinin geliştiği, özgüven düzeylerinin arttığı ve grup çalışmasına yatkın hale geldikleri saptanmıştır. Spor yoluyla bireylerin aidiyet duygusu geliştirdiği ve farklı sosyal çevrelerle etkileşim kurarak toplumsal kuralları daha etkin bir şekilde öğrendikleri belirtilmektedir. Bu bağlamda, Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde düzenlenen kurslar, gençlerin hem fiziksel hem de sosyal gelişimlerine katkı sağlamakta ve sosyalleşme süreçlerini desteklemektedir.

Tez kapsamında elde edilen bulgular da bu görüşleri destekler niteliktedir. Dijital oyun bağımlılığı ile sosyalleşme düzeyleri arasındaki ters yönlü ilişki, dijital ortamlarda aşırı vakit geçiren bireylerin yüz yüze sosyal etkileşimden uzaklaştığını göstermektedir. Ancak gençlik ve spor kurslarına düzenli katılım sağlayan bireylerde sosyalleşme düzeylerinin daha yüksek olduğu, iletişim ve iş birliği becerilerinin geliştiği tespit edilmiştir. Bu bulgular, sosyal ortamların gençlerin gelişiminde oynadığı kritik rolü bir kez daha ortaya koymaktadır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor: Tanımı, İşlevi ve Hayatımızdaki Yeri

Spor kelimesinin kökeni İngilizceye dayansa da, aslında İngiliz dilinden gelmemektedir. Bu terim, Latince "disportere" veya "deportere" kelimelerinden türetilmiş olup, ayırmak veya dağıtmak anlamını taşımaktadır. Zamanla bu kelimeler "Disport" şeklinde evrilmiştir ve 17. yüzyıldan itibaren "Spor" olarak kullanılmaya başlanmıştır. Spor kavramı, Türkçe'ye uluslararası dil iletişimi aracılığıyla "Spor" olarak geçmiş ve bu şekilde okunmuştur (Çankaya, 2001).

Spor faaliyetlerinin tarihsel gelişimi incelendiğinde, bu tür etkinliklerin kökenlerinin M.Ö. 2000'li yıllara kadar uzandığı ve ilk örneklerinin Girit uygarlığı bünyesinde ortaya çıktığı düşünülmektedir. Bu dönemden yaklaşık bin yıl sonra, benzer sportif etkinliklerin Antik Yunan uygarlığında da yaygınlaştığı görülmektedir. Sporun toplum yaşamına sistemli biçimde dâhil olmasının ise özellikle M.Ö. 4. ve 5. yüzyıllarda gerçekleştiği anlaşılmaktadır. Eski medeniyetlerden günümüze ulaşan arkeolojik buluntular ve yazılı belgeler, sporun tarihsel kökenleri, gelişim süreçleri ve bu gelişmelerin hangi uygarlıklarda ne şekilde ortaya çıktığı konusunda önemli veriler sunmaktadır. Nitekim, yazılı kaynaklara göre ilk olimpiyat oyunlarının M.Ö. 776 yılında düzenlendiği ve bu oyunların M.S. 394 yılına kadar sürdüğü bildirilmektedir (Durgun, 2007).

Türkmen (1993), Türklerin tarihsel süreçte benimsedikleri göçebe yaşam tarzı ve sınırlı kaynak erişiminin, ilk dönem Türk sporlarının kökenlerinin net bir biçimde belirlenmesini zorlaştırdığını ifade etmektedir. Bununla birlikte, Çin kaynaklarında yer alan bazı bilgiler, M.Ö. 200'lü yıllarda Türk topluluklarında çocukların erken yaşlardan itibaren güreş, binicilik, kılıç ve kalkan kullanımı, cirit atma, avcılık ve yakın dövüş gibi fiziksel etkinlikler konusunda düzenli biçimde eğitildiklerini göstermektedir (Eberhard, 1941). Göçebe yaşamın gerektirdiği sürekli fiziksel hareketlilik, bireylerin hem dayanıklılıklarını hem de fiziksel yeterlilik düzeylerini artırmış; bu da Türklerin binicilik, okçuluk ve mızrakla savaş gibi alanlarda yüksek düzeyde performans sergilemelerini sağlamıştır (Aydın, 2021). Elde edilen tarihsel veriler ve araştırma bulguları doğrultusunda, geleneksel Türk sporları arasında çevgen (çöğen/polo), cirit, rahvan yarışları, topuz çaptırma (şopkar, cukmar, çokmar, çarpuc), düz at yarışları, cırğa, tartu (atlı yırtıcı kuşla avlanma), beyge (babiga), kır kovmay-gelin kovmay (kız

kovuu, gelin kovuu), yar (uçurum) atlama, sağmen, çambı, atmay, oğdarış (atlı güreş) ve tellal (haberci koşusu) gibi pek çok sportif etkinlik yer almaktadır (Türkmen, 1993).

Spor kavramı, kelime anlamı bakımından işten uzaklaşmayı ve dinlenmeye yönelik bir etkinliği ifade etmektedir. Başka bir ifadeyle, spor; ağır çalışma faaliyetlerinden ziyade, eğlence ve keyif alma amacını taşır. Oyun ile çalışma arasındaki temel fark ise bireyin bu iki duruma karşı sergilediği tutumda ortaya çıkar. Sporda benimsenen yaklaşım, bireyin oyuna gösterdiği tutumla ilişkilidir; süreç boyunca duyulan haz ön plandadır, ancak bu haz mutlaka somut bir kazanıma dönüşmek zorunda değildir (Özbaydar, 1983). Bu bağlamda spor, temelinde bir oyun biçimi olarak görülse de, Antik Yunan'da oyun ve spor kavramları birbirinden ayrı tutulmuştur. Bu ayrım en iyi şekilde "sporcu" kavramı üzerinden açıklanabilir. Her çocuk oyun oynar ve yorulduğunda oynamayı bırakır; buna karşın sporcu, yorgunluk hissetmesine rağmen etkinliğe devam eder. Bu yönüyle spor, bir oyun niteliği taşısa da, her oyun spor kapsamında değerlendirilmemektedir. Nitekim "sporcu" terimi, kökenini Antik Yunanca'dan alır. Burada "atlos" yarış anlamına gelirken, yarış ödülü için "alton" terimi kullanılmıştır. İsim haliyle "atlos", bir yarışmayı ifade ederken, sıfat hali olan "atlios" ise, zorluklara göğüs gererek yarış sonunda yorgun düşen kişi anlamını taşımaktadır (Erdemli, 1990).

Modern okul teorisyenleri, bireylerin eğitimi bağlamında fiziksel aktiviteden bahsederken beden eğitimi terimi yerine spor ifadesini tercih etmektedirler. Ancak sporu tek bir tanıma indirgemek mümkün değildir (Bağırğan, 1992). Zamanla spor kavramına yönelik anlayışlar ve kullanım biçimleri büyük ölçüde değişim göstermiş ve çeşitli tanımlamalarla ifade edilmiştir. Spor kavramına dair bazı tanımlar aşağıda sıralanmıştır:

Edward (1973), psikologların sporun temel işlevinin 'davranışsal değerlerin yayılmasını ve güçlendirilmesini sağlamak, hayatın sorunlarına kabul edilebilir çözümler sunmak' olduğuna inandıklarını ifade ettiğini belirtmiştir.

Spor fizyologları sporun tanımını şu şekilde yapmaktadır: "Müsabakalardaki başarıyı ve rekabeti artırmak amacıyla fiziksel yeteneklere sahip bireylerin seçimi ve bu bireylerin sürekli ve yoğun bir antrenman programı ile eğitilmesi gibi unsurları içerir; bu da daha fazla rekabet, üst düzey oyun ve sıkı kas çalışmasını gerektirir" (Özmen, 1976).

Sage'e (1979) göre spor, bireylere içgüdüsel saldırganlıklarını barışçıl bir biçimde ifade etme imkanı sunar ve bu saldırganlık içgüdüsünü kontrol altına almak

için uygun bir rekabet ortamı oluşturur. Spor, modern toplumlarda kültür ve refah seviyesinin bir göstergesi haline gelmiş ve toplumun tüm yönlerini etkileyen önemli bir sosyolojik unsur olarak öne çıkmaktadır (İmamoğlu, 1992). Bozgeyik (2001) ise klasik anlamda sporu, tamamen mücadele ve hareket temeline dayanan ve bu nedenle gerekli standart egzersizler ile yarışmalar şeklinde tanımlamaktadır. Spor, fiziksel ve zihinsel yeteneklerin gelişimini destekleyen, kendine özgü kuralları bulunan ve bireysel veya takım olarak gerçekleştirilen, eğitici ve eğlenceli bir meslek dalıdır.

Sporun faydaları düşünüldüğünde, spor araştırmacıları ve akademisyenler için pek çok avantaj sunmaktadır. Gün geçtikçe, sporun yararlarının değeri artmaktadır. Bireylere daha verimli bir şekilde günlük görevlerini yerine getirme, yaşam standartlarını yükseltme amacıyla g, esneklik, hız, çeviklik ve dayanıklılık kazandırır. Ayrıca kemik ve kas yapısının gelişimi ile iyi bir duruş sağlarken, moral de yükseltir. Spor, hastalıklara karşı direnci artırır ve halk oyunları, folklor, yöresel ile milli oyunlar ve ritmik etkinlikler gibi becerilerin kazanılmasına olanak tanır. Fiziksel aktivite, sağlıklı bir yaşam kalitesi ve davranış geliştirir, kültürel mutluluk ve duyarlılık sağlar. Spor, etkili ve ilginç bir öğrenme unsuru olarak bireye davranış ve boş zamanı yönetme becerisi kazandırır. Ayrıca, bireyi topluma hazırlarken, fikirlerin oluşumuna ve geliştirilmesine katkıda bulunur. Gençleri yaratıcı ve üretken hale getirerek kültürel gelişimi ve sosyal uyumu teşvik eder, bu da bireyi toplumun değerli bir yesi kılar. Aynı zamanda, edep ve görgü kazanımında da önemli bir rol oynar ve manevi ile beden eğitiminin aracı olarak işlev görür (Yetim, 2015).

2.1.1. Sporun Hedefleri ve Katılımı Etkileyen Faktörler

Spor, bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlıklarını geliştirmesinin yanı sıra, sosyal ve kültürel alanlarda da olumlu etkiler yaratmaktadır. Spor ortamında, bireyler sporla ilgilenererek ve çevreleriyle etkileşim kurarak yeni sosyal bağlar oluştururlar. Gençler, sporun sunduğu verimli aktivitelerle zamanlarını olumlu şekilde değerlendirerek olumsuz alışkanlıklardan uzak durabilirler. Bu yönüyle spor, yalnızca beden ve ruh sağlığı açısından değil, aynı zamanda sosyal ve kültürel gelişim açısından da faydalı bir aktivite olarak öne çıkmaktadır. Spor etkinliklerinin toplumların kültürlerini şekillendirdiği ve evrensel bir boyuta sahip olduğu kabul edilmektedir. Günümüzde spor; yenilikçi, konforlu, ekonomik ve farklı bileşenleriyle birlikte değerlendirilmektedir. Sporun temel amaçları ise fiziksel (organik) gelişim, sinir-kas (motor) gelişimi, zihinsel gelişim, duygusal ve sosyal gelişim olmak üzere dört ana başlık altında incelenmektedir (ifdalz, 2021).

İnsan vücudu, sağlıklı bir yaşam sürdürebilmek için harekete ihtiyaç duyar. Bu nedenle, insanlar egzersiz gereksinimlerini genellikle spor yaparak karşılamaktadır (Hasırcı, 2000). Hareket, vücudun en temel uyarıcılarından biridir. Özellikle gelişim sürecindeki organizmalarda, motor uyarıcıların eksikliği dokularda gerilemeye yol açabilir. Bu durum, çeşitli fonksiyon kayıpları ve sistemsel hatalara neden olabileceğinden, hareket edebilme yeteneği insan için hayati bir ihtiyaçtır. Kişi, bu ihtiyacını spor yaparak karşıladığında, gözle görülebilen ve ölçülebilen olumlu değişim ve gelişimler yaşar (Başer, 1998).

Hareket, insan doğasının vazgeçilmez bir parçasıdır ve temelini kas ve kemik yapısı oluşturur. Düzenli yapılan egzersiz, kasların güçlenmesi ve kemik gelişimi açısından büyük önem taşır. Kemiklerin özgül ağırlığının korunması, bağ dokuların esnekliği ve kasların dayanıklılığının artırılması için spor, düzenli bir şekilde sürdürülmelidir. Bu aktivitelerin sürekli yapılması, bireyin fizyolojik yapısına bağlı olarak sabır, fiziksel uygunluk ve iç organların işlevselliğinde belirgin bir gelişim sağlar (Parlak, 2019).

Spora toplumsal bir perspektiften bakıldığında, bireyin kendini tanıması, sağlıklı bir yaşam sürdürmesi ve sürekli olarak kendini yenilemesi büyük önem taşımaktadır. Sporun toplumsal süreçlerdeki rolü, bireyler ve toplum arasındaki bağları güçlendirmekle kalmayıp, aynı zamanda dünya barışının sağlanmasına da katkıda bulunur. Bu nedenle, spor sosyolojisi alanındaki bilimsel çalışmaları destekleyen kulüpler, sporun toplumsal yaşama etkilerini daha derinlemesine analiz ederek, toplumsallaşma süreçlerine daha etkin ve aktif bir şekilde katkı sağlayabilirler (Özdinç, 2005).

Son yıllarda yapılan araştırmalar, ailelerin spora karşı eskiye kıyasla daha olumlu bir yaklaşım sergilediğini ve çocuklarını spor faaliyetlerine daha fazla katılmaya teşvik ettiğini ortaya koymaktadır (Öztürk, 1998).

Aydın'a (2021) göre spor ihtiyaçları; öğrenme sürecinden kaynaklandığı düşünülen ve kişisel, zihinsel, duygusal ve fiziksel alanlarda farklılık gösterebilen gereksinimlerdir. Bu ihtiyaçlar arasında güvenlik, ait olma, saygınlık, kendini gerçekleştirme, özgürlük ve özerklik, sevgi ve sevilme, birliktelik, özgüven, saldırganlık, kabul görme, onaylanma ve acı ile zevkten kaçınma yer almaktadır (Baymur, 1994).

Spor psikolojisi, sürekli değişen sosyal durumların beklentilerini, çeşitli spor aktivitelerinin etkilerini, organizasyonunu, içeriğini ve amaçlarını farklı bir bakış açısıyla ele alır. Bu psikolojik yaklaşımda odak noktası, yalnızca spor aktivitelerinin

kendisi değil; bireylerin hedeflerine yönelik çabaları, psikofiziksel yüklenmeler, özel hedef grup seçimleri, sporun telafi edici etkileri ve sporcu kişiliğini güçlendiren etkinliklerdir.

Birçok insanın spor yapma nedeni yalnızca fiziksel egzersiz yapmak değildir (Aydın, 2021). Sosyal ilişkiler kurma isteği, yalnız kalma korkusu ve psikolojik destek sağlayan sosyal bir birey olma ihtiyacı da insanları egzersiz yapmaya yönlendiren önemli faktörler arasında yer alır (Konter, 2004).

2.1.2. Sporun İnsan Hayatına Sunduğu Değerler

Spor faaliyetleri, belirli bir amaç doğrultusunda sağlıklı bir yaşam sürmek, eğlenmek ve kurallar çerçevesinde bilinçli bir şekilde yarışmak için yapılan hareketlerin tümünü kapsar. Spor, doğası gereği insan sağlığı ve toplumsal gelişim açısından birçok önemli rol üstlenir. Bu roller arasında en önemlisi, her yaştan ve geçmişten insanın spor faaliyetlerine katılımını teşvik ederek, ahlaklı, erdemli, enerjik, sağlıklı, güçlü ve motivasyonu yüksek bireylerden oluşan çağdaş bir toplum yaratmaktır (Uluişik, 2015). Yetim ve Cengiz (2010), sporun genel faydalarını şu şekilde özetlemiştir:

- Hastalıklara ve hayatın zorluklarına karşı dayanıklılığı artırır.
- Sağlıklı ve güçlü bir fiziksel görünüm sağlar.
- İnsanların eğlenmesini, yenilenmesini ve dinlenmesini destekleyerek boş zamanlarını verimli şekilde değerlendirmelerine olanak tanır. Bu süreç, bireyleri daha medeni ve duyarlı yapar.
- Hoşgörü, liderlik ve dostluk gibi nitelikleri geliştirir.
- Kendini kontrol etmeyi, kendine ve başkalarına saygı duymayı öğretir.
- Programlı bir şekilde çalışma ve dinlenme alışkanlığı kazandırır.
- Her alanda sorumluluk bilinci oluşturur.
- Ekip ruhuna uyum sağlamayı öğretir.
- Sosyal sorumluluk bilincini geliştirir.
- Bireysel yetenekleri ve becerileri artırır.
- İş verimliliğini yükseltir.

2.1.3. Fiziksel ve Biyolojik Etkileri

İnsan bedeni, karmaşık yapısıyla dikkat çeken ve işlevselliğiyle öne çıkan bir biyolojik sistemdir. Bu sistemin temel denetleyicisi olan merkezi sinir sistemi, organizmanın tüm yaşamsal süreçlerini koordine ederken; kalp, yaşam boyunca ritmik bir şekilde kan dolaşımını sağlar. Düzenli fiziksel aktivite, vücudun çeşitli sistemlerinin

sağlıklı işleyişine katkıda bulunur. Özellikle sindirim, solunum ve boşaltım gibi temel sistemlerin etkinliği artarken, kas-iskelet sistemi de daha verimli çalışır hâle gelir. Ancak uzun süreli fiziksel hareketsizlik, motor becerilerin azalmasına ve bazı sağlık problemlerinin gelişmesine neden olabilir. Egzersizin kalp-damar sağlığı üzerindeki olumlu etkileri arasında, koroner damarlar aracılığıyla taşınan kan miktarının artması ve damarların genişleyerek kalp kasına daha fazla oksijen taşınmasını sağlaması yer almaktadır. Bununla birlikte, düzenli egzersiz orta düzeydeki hipertansiyonu düşürmede etkili olurken, ileri düzey hipertansiyon durumlarında bu etkinin daha sınırlı kaldığı gözlemlenmektedir (Biçer, Yühtaşır, Yalçın & Kaya, 2009; Kaplan & Ardahan, 2013).

Düzenli spor, sağlıklı bir yaşam için büyük önem taşır. Egzersizler, kasların, kemiklerin, eklemlerin ve kardiyovasküler sistemin en iyi şekilde çalışmasını destekler. Dayanıklılık sporları (örneğin, bisiklete binme, uzun mesafe koşusu ve yüzme) yapan bireylerde koroner arter hastalığı, hipertansiyon ve diyabet daha az görülmektedir (Pepe & Türkay, 2017).

Şanlıtürk (2022), düzenli ve sistematik yapılan spor hareketlerinin kaslar üzerinde önemli bir etki yarattığını vurgulamaktadır. Araştırmalar, dinamik egzersizlerde %70-75'lik yüklenmelerin kas gücünü artırdığını, %80'lik yüklemeyle yapılan ağır egzersizlerin ise kas gücünü daha da artırarak bireylerin hızını geliştirdiğini göstermektedir (Türksoy, 2019).

Maksimum oksijen tüketimi, sporcuların kondisyon düzeyini belirlemek için yaygın olarak kullanılan bir ölçüttür. Ancak dolaşım, solunum ve metabolizma değerlendirmelerinde, submaksimal yüklerde alınan ölçümler, kondisyon aşamasında maksimal oksijen tüketiminden daha değerli sonuçlar sunabilir (Arslan, Güllü & Tural, 2011).

Yazıcı (2014), düzenli spor yapan bireylerde kalp büyümesinin yapılan spora uyum sağlamaktan kaynaklandığını ve bu büyümenin fizyolojik olduğunu ifade etmektedir. Yurt dışındaki bir araştırma da düzenli egzersiz yapan bireylerde kalbin bir miktar büyüdüğünü ve geliştiğini ortaya koymaktadır. Örneğin, futbol antrenmanlarında kalp sıkıştırıcı ve yüksek yoğunluklu yüklerle karşılaşırken, bisiklet veya dayanıklılık koşularında ise daha farklı yüklenmeler yaşar. Kondisyon gücü arttıkça kalbin genişleme oranı da artmaktadır.

Hareketsiz bir bireyin kalp atış hızı dakikada ortalama 70-72 olup, her atışta 70 cm³ kan pompalanır. Dinlenme durumunda kalp dakikada yaklaşık 5 litre kan pompalarken, saatte dört kilometre hızla yürüyen bir bireyde bu oran 8 litreye çıkar. Buna karşılık, saatte 20 kilometre hızla koşan bir sporcunun kalbi dakikada 30-36 litre

kan dolaşımı sağlayabilir. Spor sırasında kalbi ve beyni besleyen damarların kan dolaşımını inceleyen araştırmalar, yapılan egzersizlerin kalp ve beyne daha fazla kan ilettiğini göstermektedir (Bayar, 2003; Şanlıtürk, 2022).

2.1.4. Psikolojik Etkileri ve Faydaları

Spor, uzun zamandır ahlak ve kültür bağlamında öğretici bir araç olarak görülmektedir. Kişiliği ve bireysel-toplumsal gelişimi destekleyen spor, insanın yıkıcı, saldırgan ve kontrolsüz dürtülerini olumluya dönüştürür. Aynı zamanda bireye irade, başarı azmi ve motivasyon gibi önemli duygular kazandırır (Kuru, 2000). Ayrıca, insan doğasında var olan saldırganlığa karşı barışçıl bir çıkış noktası sunar ve bu dürtüleri kontrol altına alarak rekabet için uygun bir zemin hazırlar (Şanlıtürk, 2022).

Spor, bireyin toplum kurallarını, meslekleri, örf ve adetleri, iyiyi ve kötüyü, doğruyu ve yanlış öğrenmesine yardımcı olmanın yanı sıra kişilik gelişimini de olumlu yönde etkiler. Spor kuralları çerçevesinde disiplinli bir çalışma alışkanlığı kazandırması, bireyin kendini kontrol etme becerisini geliştirmesi açısından önemlidir. Psikolojik olarak spor, zevk ve mutluluk sağlayarak stresle baş etmede etkili bir araçtır. Günlük yaşamın sıradan ve monoton yapısını sporla aşmak, bireylerin ruhsal sağlıklarını güçlendirmelerine olanak tanır. Sporcular yalnızca rahatlamakla kalmaz, aynı zamanda bu süreçten mutluluk duyarlar (Güçlü & Yentür, 2008; Hazar, Demir & Can, 2018).

Araştırmacılar, sporun diğer psikolojik faydalarını şu şekilde sıralamaktadır (Ağkurt, 2018; Kuru, 2000; Özdağ, Kürkcü, Kartal & Aytekin, 2006):

- Saldırganlığı ve olumsuz tutumları azaltır.
- Aşırı kompleksli kişilerin tedavisini kolaylaştırır.
- Yalnızlık duygusunu hafifletir.
- Cinsel dürtüleri fiziksel aktiviteye yönlendirir.
- Kişilik gelişimine katkıda bulunur, bireyin dayanıklılığını ve mücadele gücünü artırır.
- Sorumluluk bilinci kazandırır.
- Bireye kendini ifade etme fırsatı sunar ve potansiyelini keşfetmesine olanak tanır.

2.1.5. Sosyolojik Etkileri ve Toplumsal Katkıları

Spor, insanların günlük yaşamlarını etkileyen önemli bir eğlence biçimi olmasının yanı sıra, toplumlar üzerinde birleştirici etkisiyle de özel bir yere sahiptir. Sporun asıl gücü, bu birleştirici etkide ve toplumlar üzerinde yarattığı değişimde saklıdır. Aynı

zamanda spor, sosyalleşme ve toplumsal dönüşüm için istisnai bir araçtır. Sıkı çalışma, fedakârlık, adalet, sadakat, sorumluluk, güvenilirlik, hoşgörü ve öz disiplin gibi birçok önemli sosyal değerin oluşmasına ve korunmasına katkıda bulunur.

Spor, bireylerin aktif bir çevreyle etkileşimde bulunmasını sağladığı için sosyalleşme üzerinde büyük bir etkiye sahiptir. Modern toplumlarda sporun genellikle kolektif bir etkinlik olduğu düşünüldüğünde, sporla uğraşan bireyler, bu faaliyetlerin kazandırdığı sosyal beceriler sayesinde farklı gruplarla ilişki kurma fırsatı bulur. Spor, bireyleri dar çevrelerinden çıkararak farklı insanlarla, inançlarla ve düşüncelerle diyalog kurmalarını sağlar. Bu etkileşim, kişilerin birbirinden etkilenmesine ve karşılıklı anlayış geliştirmesine olanak tanır. Bu bağlamda, sporun yeni dostlukların oluşmasını ve sosyal uyumun güçlenmesini destekleyen bir araç olduğu söylenebilir (Bayraktar, 2003; Gök & Sunay, 2010; Zengin & Öztaş, 2008).

Spor yalnızca sporcular arasında değil, toplumun genelinde de önemli bir tartışma konusu haline gelmiştir. İlk başlarda kişisel bir hobi olarak başlayan spor etkinlikleri, zamanla toplumsal bir boyut kazanarak geniş kitleler tarafından benimsenmiştir (Küçük & Acet, 2002; Küçük & Koç, 2015).

2.1.6. Ekonomik Etkileri ve Katkıları

Spor dallarının çeşitliliği ve bu alanlardaki farklı aktiviteler, ekonomik düşüncenin temel taşlarını oluşturmuştur. Özellikle kitle iletişim araçlarının gelişimi ve yaygınlaşmasıyla birlikte sporun popülarlığı artmış, buna paralel olarak ekonomik göstergeler de önem kazanmaya başlamıştır. 1990'lardan itibaren sporun ekonomik boyutu daha net bir şekilde hissedilir hale gelmiştir (Karaca & Beyhan, 2017). Hem dünyada hem de Türkiye’de büyük ticari şirketler, sporun ekonomik potansiyelinin farkına vararak bu alana ciddi yatırımlar yapmaya başlamışlardır. Örneğin, Olimpiyatlara ev sahipliği yapacak ülkelerin seçim sürecinde bile kapsamlı bir uluslararası lobicilik faaliyetleri gerçekleştirilmektedir. Olimpiyatlara katılan ülkeler, yalnızca ekonomik kazançlar değil, aynı zamanda turizm, sanayi ve ticaret gibi birçok sektörden de olumlu etkiler görmektedir. Sadece televizyon yayın haklarına ödenen milyarlarca dolar, sporun ekonomik boyutunun büyüklüğünü gözler önüne sermektedir (Ardahan & Lapa, 2011).

Spor organizasyonları ile bağlantılı araç, gereç ve malzemelerin üretimi ve kullanımı, sporun ekonomik etkisinin bir başka önemli göstergesidir. Bu malzemelerin üretiminde yer alan firmaların gelir elde etmesi ve sporculardan gelen ekonomik kazançlar, sporun ekonomik katkısını açıkça ortaya koymaktadır. Ayrıca, bu

organizasyonların farklı bölgelerde düzenlenmesi, ilgili yerlere yapılan seyahatlerin turizm ekonomisini canlandırması ve bu hareketliliğin parasal maliyetlere yansımaları, sporun ekonomi üzerindeki etkisini bir kez daha gözler önüne sermektedir (Koçak, Tuncel, & Tuncel, 2013; Terekli & Çobanoğlu, 2018)

2.2. Sosyalleşme: Tanımı, Kavramı ve Temel Özellikleri

2.2.1. Sosyalleşme Kavramı: Tanımı ve İçeriği

İnsanlar, yaşadıkları toplumlarda davranışlarıyla kendilerini ifade eder ve bu davranışlar sayesinde diğer bireylerden farklılık gösterirler. Böylece, bireyler toplumsal hayatta kendilerine bir yer edinir. Her birey, bir grup içinde doğar ve bu gruplar aracılığıyla toplumsal özelliklerini kazanır. Bir toplumun yaşam tarzı ve o toplumda var olabilmek için gereken bilgi ve değerler, gruplar aracılığıyla bireylere aktarılır. Birey, bu bilgi ve değerleri benimsediği takdirde bir toplumun ferdi olma özelliğini kazanır (Şahan H, 2007). Toplum, insanların fiziksel çevrelerine uyum sağlama çabalarının tarihsel bir süreç içinde bir araya gelmesiyle oluşan bir örgüttür. Toplumsal örgütlenme, bireyin yaşamını sürdürebilme ve üreme yeteneklerini artırdığı için zamanla geliştirdiği bir uyum sağlama sürecidir. Toplumsal yaşamın etkisi, insanların diğer canlılardan ayıran özelliklerini ortaya çıkarmasında önemli bir rol oynamıştır. Bu özellikler geliştirilmiş, kültür yayılmış ve sosyalleşme gerçekleşmiştir (Şahan H, 2007; Yetim AA, 2000).

Bireyin varoluşsal temelleri, maddi ve manevi olmak üzere iki ana kategori altında değerlendirilmektedir. Maddi temeller; bireyin fiziksel özellikleri, biyolojik yapısı ve genetik mirası gibi somut unsurlardan oluşurken; manevi temeller ise zekâ, sezgisel eğilimler ve duygusal yapılar gibi soyut niteliklerle ilişkilidir. Bununla birlikte, bireyin içinde yetiştiği aile yapısı ve sosyal çevreden edindiği değerler de, manevi yapının biçimlenmesinde belirleyici rol oynamaktadır (Güney, 2000). Bu toplumsal ve kültürel değerler bütünü, bireyin sosyal yaşama uyum süreci olan sosyalleşmenin anlaşılmasında temel bir değişken olarak öne çıkmaktadır.

Buna göre sosyalleşme, , bireyin kültürel tutumları, değerleri ve içinde bulunduğu grubun rollerini öğrenerek kendine özgü bir kişilik geliştirdiği ve sosyal etkileşim süreciyle toplumun bir üyesi haline geldiği bir süreçtir (Kenyon G, 1974). Hangi açıdan ele alınırsa alınsın, sosyalleşme; bireylerin hem diğerleriyle ortak yönlerini hem de kendilerine has farklılıklarını geliştirmesini sağlamakta ve onları belirli kalıplara sokmak yerine, bireysel özellikleriyle topluma uyum sağlayan birer fert haline getirmeyi

amaçlayan sosyal bir süreç olarak öne çıkmaktadır.

Sosyalleşme kavramını ele alan bilimsel disiplinler, bu sürecin çeşitliliği nedeniyle farklı alt dallara ayrılmıştır. Bu bağlamda, çocuk sosyolojisi, gelişim psikolojisi, klinik psikoloji, grup psikolojisi, antropoloji ve kişilik kavramları gibi çeşitli alanların sosyalleşmeyi inceleme konusu olarak benimsediği görülmektedir (Tolan B, 1991).

Sosyalleşme, toplumda var olan veya olması beklenen rolleri yerine getirmek için gerekli olan becerilerin, bilgilerin, değerlerin, ilgilerin ve kişilik özelliklerinin benimsenip geliştirilmesi sürecidir (Kenyon G, 1974). Aynı zamanda sosyalleşme, bireyin toplumun bir parçası olarak diğer insanlarla bir arada yaşamasıdır. Bu süreçte kişi, diğer bireylerle etkileşim kurarak kendine özgü toplumsal davranış ve değerlerini geliştirir (Uluğtekin S, 1991).

Sosyalleşen birey, kişiliğini geliştirmenin yanı sıra öz benlik kavramını da kazanır. Öz benlik, bireyin hem diğer insanlarla paylaştığı ortak noktaların hem de kendisini onlardan ayıran farklılıkların farkına varmasıdır. Sosyolog Cooley'e göre öz benlik, bireyin başkalarının kendisini bir nesne olarak algılaması ve değerlendirmesiyle şekillenir. Başkalarının bizi nasıl gördüklerini ve tepkilerimizi nasıl yorumladıklarını göz önüne alarak kendimizle ilgili bir sonuca ulaşırız. Yani, başkalarının aynasında kendimizi görürüz (Tezcan M, 1984).

Dönmezer'e göre sosyalleşme, bireyin karşılaştığı durumları kurumsallaşmış kurallara ve çözüm yollarına uygun şekilde tanımlayıp anlamasını sağlayan bir süreçtir (Dönmezer S, 1994). Sosyalleşme süreci, psikolojik ve sosyolojik olmak üzere iki temel boyuta sahiptir. Psikolojik boyut, bireyin toplum ve onun alt sistemleri içinde gelişerek şekillendiğini vurgulayan bir yaklaşımı ifade eder.

Sosyolojik boyut, bireye sosyal beklentilere uygun davranmayı öğretme gerekliliğini vurgular (Snyder E, 1976). Bu boyutlar, bireyin sosyolojik gelişimini etkileyen unsurları incelerken, aynı zamanda psikolojik gelişim sürecine de dikkat edilmesi gerektiğini ortaya koyar. Bu yaklaşımlar, Vygotsky'nin bilişsel gelişime yönelik sosyokültürel perspektifiyle de örtüşmektedir (Başaran İ, 1980).

Sosyolojik buluş açısından sosyalleşme, bireyin yaşamı boyunca içinde bulunduğu çevrenin sosyokültürel değerlerini öğrenmesi, benimsemesi ve bu değerleri kendi kişiliğiyle bütünleştirmesidir. Bu süreç, bireyin anlamlı toplumsal kurumların ve tecrübelerin etkisi altında, var olmak zorunda olduğu toplumsal çevreye uyum sağlaması olarak tanımlanabilir (Sayın Ö, 1994).

Bu tanımlardan hareketle, sosyalleşme sürecinde kültürün öğrenilmesi, kişilikle

bütünleşmesi ve bireyin sosyal çevreye uyum sağlaması gibi unsurlar ön plana çıkmaktadır.

2.2.2. Sosyalleşmenin Temel Özellikleri

- Sosyalleşme süreci daima bir toplumsal yapı içerisinde gelişir; birey, yalnızca ait olduğu toplumun normları ve değerleri çerçevesinde sosyalleşebilir. Zira her toplum, kendine özgü bir sosyalleşme dinamiğine sahiptir ve bu dinamikler toplumlar arasında değişkenlik gösterir (Şahan, 2008).

- Birey doğmadan önce de varlığını sürdüren bir toplumsal yaşam söz konusudur. Sosyalleşme ise, bireyin toplumla etkileşime geçerek biçimlendiği, aynı zamanda toplumun da bireyden etkilendiği çift yönlü bir süreçtir..

- Sosyalleşme yalnızca topluma yeni katılan bireylerle sınırlı bir süreç değildir; aksine, bu süreç toplum ve birey arasında karşılıklı etkileşime dayanan çok yönlü bir yapıya sahiptir.

- Sosyalleşme, bir kültür içinde meydana gelir.

- Sosyalleşmenin temelinde, birlikte yaşama ve çevreyle etkileşim bulunmaktadır.

- İnsanların deneyimleri ve kalıtsal özellikleri farklılık gösterdiğinden, birbirinin aynısı olan iki insan bulmak imkânsızdır. Ancak sosyalleşme, kültürlenme ve toplumsallaşma süreçlerinde, benzerlikler oluşturulması ve toplumsal yaşama katılım gibi konulara odaklanılır.

- Birey, çevresinde bulunan model, simge, beklenti ve duyguları öğrenme yeteneği açısından ele alınır (Tezcan M, 1984).

- Sosyalleşme, özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde, küçük gruplarda daha yoğun şekilde gerçekleşir.

- Sosyalleşme, insanların sosyal yaşamda değerli bir birey olma durumunu ele alır (Güney S, 2000).

- Sosyalleşme, bireyin içinde bulunduğu toplumsal çevrede geçerli olan norm, değer, davranış biçimi ve düşünce modellerini öğrenmesini sağlayan temel bir süreçtir. Bu süreç aracılığıyla bireyler, toplumun beklentilerine uygun şekilde hareket etmeyi öğrenir ve benzer davranış kalıplarını benimseyerek hareket eder. Böylece bireyler arası çatışma riski azalır, sosyal düzen korunur ve toplumsal uyum güçlenir (Güney, 2000; Şahan, 2007).

2.2.3. Sosyalleşme Sürecinin İşleyişi ve Dinamikleri

Sosyalleşme, bireyin içinde bulunduğu toplumun normlarını, değerlerini, beklentilerini, tutumlarını ve davranış biçimlerini öğrenme sürecidir. Bu süreç, toplumsal etkileşimde gerekli olan becerilerin kazanılmasını, kişilik ve benlik duygusunun gelişmesini ve bireyin bulunduğu kültürü benimsemesini içerir (Binbaşioğlu C, 1995).

Sosyalleşme, bireyin toplum içerisinde nasıl bir konumda yer alacağını ve hangi davranış kalıplarını benimsemesi gerektiğini öğrenmesini sağlayan bir süreçtir. Bu süreç aracılığıyla birey, içinde yaşadığı topluma uyum sağlamak üzere hazırlanır; kişilik gelişimi başlar ve çevresiyle sağlıklı ilişkiler kurmayı öğrenir. Aynı zamanda birey, sosyal çevresiyle karşılıklı etkileşimde bulunarak toplumsal yaşamın bir parçası hâline gelir. Sosyalleşme süreci, bireye yalnızca başkalarıyla bir arada yaşamayı değil, aynı zamanda toplumsal normlara ve kurallara uyum göstermeyi de öğretir. Bu bağlamda birey, toplumun değerlerini, kültürel yapısını ve kendisine atfedilen sosyal rolleri içselleştirir (Binbaşioğlu, 1995; Filiz, 2010).

Sosyalleşme süreci doğumla başlayıp hayat boyu devam eder. İlk ve en uzun süreli sosyalleşmenin gerçekleştiği döneme, özellikle çocukluk ve ergenlik yılları örnek gösterilebilir (Greendorfer S, 2002).

Sosyalleşmenin hem yasal (legal) hem de yasadışı (illegal) yollarla gerçekleştiği düşünülmektedir. Okullar, çevresel yapılar ve toplumsal oluşumlar, yasal sosyalleşme kanalları olarak öne çıkarken, aile, akran grupları ve kitle iletişim araçları ise yasadışı sosyalleşme kanalları olarak dikkat çeker. Sosyalleştirici gruplar, bireyleri etkileyerek onları belirli organizasyonlara dahil ederken, bazılarını da dışarıda bırakabilirler (Greendorfer S, 1979). Sosyalleşme süreci, bireyin farklı sosyal ortamlarda ve çeşitli yollarla gerçekleşen çok yönlü bir etkileşimdir. Bu süreçte birey, aile üyeleri, akran grupları, öğretmenler, çalışma arkadaşları, komşular ve sportif faaliyetler aracılığıyla oluşan topluluklar gibi çeşitli sosyal çevrelerle ilişki kurar. Söz konusu sosyal etkileşim ortamları, bireyin topluma uyum sağlamasına katkı sunarken aynı zamanda toplumsal değerlerin ve kültürel öğelerin kuşaktan kuşağa aktarılmasında da önemli bir rol oynar (Yetim, 2000).

Özetle, insan bu sosyalleşme sürecinde, içinde bulunduğu toplumun kültürel öğelerini öğrenerek kişiliğine özgü yetenekler kazanır ve sonunda kendi kişiliğini oluşturmuş bir birey haline gelir (Ergun M, 1987).

2.2.4. Sosyalleşme Sürecini Şekillendiren Faktörler

Sosyalleşme kurumları, toplumun kültürünü aktaran organizasyonlardır. Bu kurumlar arasında aile, eğitim kurumları (okul), arkadaş grupları, kitle iletişim araçları, toplumsal gruplar ve sportif etkinlikler bulunmaktadır.

Sosyalleşme araçlarının çocukları spora yönlendirmesi üzerine yapılan bir araştırmada, aile, eğitim kurumları, arkadaş grupları, kitle iletişim araçları, toplumsal gruplar ve sportif etkinlikler gibi unsurların bireylerin hayatını derinden etkilediği ve onların sosyalleşmesinde önemli bir rol oynadığı tespit edilmiştir (Tel M, 2009).

2.2.4.1. Aile:Sosyalleşme Sürecindeki Rolü

Aile, bireyin yaşamında karşılaştığı ilk ve en temel sosyalleşme ortamı olarak kabul edilmektedir. Toplumların kültürel yapılarına ve beklentilerine göre, çocuğun gelişimi ve topluma uyum sürecinde ailenin etkisi belirleyici bir rol üstlenir. Aile kurumu, hem biyolojik işlevleri hem de sosyo-kültürel sorumlulukları aracılığıyla bireyin toplumsal yaşama hazırlanmasına katkı sağlarken, aynı zamanda kuşakların devamlılığını temin eden temel sosyal yapılardan biridir (Yavuzer, 1985).

Başka bir ifadeyle aile, zaman içerisinde hem yapısal hem de işlevsel açıdan dönüşüm geçiren; üyelerine duygusal destek sunan; aynı zamanda toplumların kültürel, ahlaki ve ekonomik değerlerini kuşaktan kuşağa aktaran çok yönlü bir toplumsal kurumdur. Biyolojik, psikolojik, ekonomik ve hukuksal işlevleri bünyesinde barındıran aile, bireyin toplumsal hayata uyum sağlamasında kritik bir rol üstlenir. Toplumsal yaşamda bireylerin davranışlarını yönlendiren doğru-yanlış, iyi-kötü gibi değer yargıları da çoğunlukla aile aracılığıyla bireyin kişiliğinde yer edinmektedir (Collins & Laursen, 2004; Steinberg, 2013).

Bireyin sosyalleşme sürecinde ailenin sosyo-ekonomik yapısı ve kültürel düzeyi belirleyici etkenler arasında yer almaktadır. Kültürel açıdan zengin bir ortamda yetişen çocuk ile kültürel kaynakları sınırlı bir aile ortamında büyüyen çocuğun sosyalleşme biçimleri birbirinden farklılık gösterebilmektedir (Yavuzer, 2013). Aynı şekilde, ailelerin sahip olduğu sosyal statü ve eğitim düzeyi de çocukların zihinsel gelişim süreçlerini etkileyerek bireysel farklılıkların oluşmasına zemin hazırlayabilmektedir.

Türk toplumunun en önemli değerlerinden biri, şüphesiz "aile kurumudur". 20. yüzyılın başından itibaren geçirdiği değişimlere rağmen, Türk toplumu aile yapısını korumayı başarmış ve geleneksel özelliklerini muhafaza etmiştir (Dönmezer S, 1994).

Bireyin kişilik gelişiminde, içinde bulunduğu aile ortamı oldukça belirleyici bir rol üstlenir. Çocuklar, anne ve babalarının kültürel değerlerini, ahlaki tutumlarını ve

davranış biçimlerini örnek alarak öğrenirler. Bunun yanında, aile içindeki iletişimin düzeyi ve ilişkilerin yapısı da kişilik gelişimini doğrudan etkiler. Özellikle kişiliğin temel yapısının şekillenmeye başladığı 5-6 yaş dönemi ve sonrasında, ebeveynlerin hem birbirleriyle olan etkileşimleri hem de çocukla kurdukları ilişki, gelişim üzerinde olumlu yönde etkili olur (Eroğlu, 2000).Gıben'in ortaya koyduğu bulgulara göre, çocukların sosyalleşme süreçlerini destekleyen ve başarı motivasyonlarını artıran ebeveyn tutumları belirli başlıklar altında toplanabilmektedir.

- Yüksek ve olumlu başarı beklentileri,
- Stresten uzak, sıcak bir aile ortamı,
- Çocukların kendi değerlerinin farkına varmalarını sağlamak ve ebeveynlerin çocukların bağımsız çalışmalarını desteklemeleri,
- Anne ve babanın, çocuğu uzun vadeli planlar yapmaya ve yüksek gelecek beklentilerine hazırlamaları,
- Karşılaşılan sorunların çözümünde ortaklaşa hareket etme.

Çocuğun sosyalleşme sürecinin ilk aşamalarında, aile içindeki edindiği deneyimlerin büyük bir önemi vardır. Sosyalleşmenin erken dönemlerinde benimsenen davranışlar, genellikle ilerleyen aşamalarda da devam eder. Çocuğun ilk beş yıldaki başarı motivasyonu, hayatının sonraki dönemlerinde önemli bir etkiye sahiptir (Aries P,1962).

2.2.4.2. Eğitim: Gençlerin Sosyalleşme Sürecine Etkisi

Sosyalleşme ve eğitim kavramları söz konusu olduğunda, ilk akla gelen isimlerden biri Emile Durkheim'dir. Durkheim (1964), eğitimi toplumsal değerlerin, düşünce biçimlerinin ve davranış kalıplarının bir kuşaktan diğerine aktarılmasını sağlayan temel bir süreç olarak tanımlar. Bu bağlamda eğitim, bireyleri topluma yararlı bireyler olarak hazırlamakla yükümlü olan kurumsal bir araç konumundadır. Bireyin gelişim süreci yalnızca eğitim kurumlarıyla sınırlı kalmayıp, içinde yaşadığı çevrenin tamamı –hem sosyal hem fiziksel çevre– bu süreçte etkili olmaktadır. Aile, ekonomik yapı, siyasal sistem ve kültürel çevre, bireyin kişilik gelişimini etkileyen başlıca toplumsal kurumlar arasında yer alırken, çocuğun eğitimi konusunda resmî sorumluluk taşıyan temel yapı ise okul olarak tanımlanmaktadır (Küçükahmet, 2000).

Okul, her toplumda bireylerin sosyalleşmesini destekleyen başlıca kurumlardan biridir. Çocukların hem psikolojik hem de sosyolojik açıdan gelişimsel ihtiyaçlarını karşılamayı amaçlayan okul, bireylere bilgi ve kültür kazandırarak toplumsal yapının devamlılığını sürdürebilecek nitelikte bireyler yetiştirmeyi hedefler (Öztürk, 2007).

Zaman içinde okulun işlevlerinde bazı değişiklikler meydana gelse de, okul hala

bireylerin hayata hazırlanmasında ve sosyalleşmesinde önemli bir rol oynamaya devam etmektedir. Örneğin, okul çağındaki çocuklar karşılaştıkları zorlukların üstesinden arkadaş gruplarıyla nasıl geleceklerini, okul içindeki davranışlarının yanı sıra okul dışındaki tutumlarını ve karşı cinse nasıl yaklaşımları gerektiğini öğrenmeye çalışırlar.

Geçmişte okul, sadece öğretmenler aracılığıyla bilgi aktaran bir eğitim kurumu iken, günümüzde teknoloji sayesinde rolü ve önemi önemli ölçüde artmıştır. Öğretmenler, yalnızca bilgi sağlayan bir araç olmanın ötesine geçerek, öğrencilere teknolojik gelişmeleri tanıtan, farklı öğrenme stratejilerini öğreten, öğrencilerin psiko-sosyal gelişimlerini gözeten ve onların sosyalleşmelerine destek olan önemli bir rol üstlenmişlerdir. (Kulaksızoğlu A,2014).

Okul, toplumsal çevredeki çeşitli öğeleri dengeleyerek, bireyi içinde bulunduğu toplumsal grubun sınırlamalarından kurtarır ve onu daha geniş çevreyle tanıştırır. Bireylerin karakter gelişimi ve akademik başarıları birbirinden farklılık gösterir. Bu bağlamda, öğretmenlerin her çocuğu kendi özelliklerine göre tanıma sorumluluğu vardır. Özellikle akademik yoğunluğun olmadığı okul öncesi eğitimde, öğretmen, iyi ve kötü kavramlarını kendi sonuçlarına göre belirler. Çocuklar kısa sürede başarı ve başarısızlık kavramlarını öğrenir ve kendi davranışlarını bu ölçütlere göre değerlendirir. (Şener S,1996).

John Dewey, eğitimi, birey ile çevresi arasındaki etkileşim süreci olarak tanımlar. Ona göre, bireyin yaşantısı eğitimin temelini oluşturur (Özmen Ö,1999).

Toplumda var olan kültürün yeni nesillere aktarılması, yetişen bireylerin zekâ, duygu ve iradelerinin dengeli bir şekilde geliştirilerek kişiliklerini oluşturmaları eğitimle mümkün olur. İnsan yetiştirmenin iki temel yönü vardır: biri toplumun sürekliliğini sağlamak, diğeri ise bireylerin yaratıcılık göstererek değişen koşullara uyum sağlamalarını sağlamaktır. Okul aracılığıyla toplumdaki bireylerin ortak bir bilgi birikimine sahip olmaları hedeflenir. Modern toplumlar özellikle her bireyin okula gitmesini teşvik etmekte ve eğitim alanını genişletmeye çalışmaktadırlar (Selçuk Z,1997).

Okulda öğretmenler önemli bir rol oynamaktadır. Oyun aracılığıyla çocukların gelişiminde, eğitiminde ve sosyalleşmesinde büyük etkiler yaratırlar. Ayrıca oyun, bireylerin fiziksel gelişimlerini de destekler (Camile P,2000).

Okulun özgün bir işlevsel yapıya sahip olması, onun toplumsal bir sistem olarak örgütlenmesinden ileri gelmektedir. Bu bağlamda Waller, okul kültürüne ilişkin yaptığı değerlendirmelerde bazı temel özelliklerin altını çizmiştir:

- Okul, belirli bir nüfusa sahiptir.

- Belirgin bir siyasal yapısı vardır.
- Üyeler arasında güçlü bir bağ bulunur.
- Üyeleri arasında ortak bir "biz" duygusu hakimdir.
- Kendine özgü bir kültüre sahiptir.
- Okul nüfusu istikrarlı ve homojendir (Tezcan M,1981).

Okulların tüm toplumlarda evrensel bir rol oynaması, tesadüfi değildir. Bunun ardında kültürel mirasın korunması ve toplumsal sürekliliğin sağlanması yatmaktadır. Eğitimin amacı, her toplumda mevcut olan topluma katkı sağlayacak ve onu geliştirecek bireyler yetiştirmektir (Harmandar İH,2000).

2.2.4.3. Arkadaş Çevreleri

Sosyalleşme sürecinde önemli bir diğer etken de bireyin yaşlılarından oluşan arkadaş gruplarıdır. Arkadaş grupları, çocuklar arasında eşit bir etkileşimi simgelerken, anne ve babalarla kurulan ilişkiler daha üst bir düzeyde gerçekleşir (Özkalp E,1994). Arkadaşlıklar, hayatımıza taze bir soluk getirir ve sağlıklı sosyal beceriler geliştirmek, bireylere pek çok ödül kazandıran etkinliklerden biridir (Houck P,1997).

İnsana ahlaki şahsiyet kazandıran faktörlerden bazıları, yakın çevresindeki ailesindeki büyükler, okulundaki öğretmenler ve arkadaşlarıdır (Güngör E,1997). Birey, arkadaşlarıyla kurduğu ilişkilerde birçok önemli şeyi öğrenir. Paylaşmayı, mücadele etmeyi, kavgı etmeyi, büyüklerle ilişkileri, başarıyı, sevmeyi, birlikteliği, hoşgörüyü, fedakârlığı, aidiyet duygusunu, kendi haklarını savunmayı ve kurallara uymayı gibi tutum ve davranışları bu süreçte kazanır (Hazar M,1996).

Sosyalleşme süreci içerisinde arkadaş gruplarının birey üzerinde oluşturduğu etkiler şu başlıklar altında değerlendirilebilir:

- Aile dışındaki yaşantıya hazırlık olarak, bireyin ahlaki standartlarını ve cinsel rollerini öğrenmesine katkıda bulunur.
- Bireye yeni davranış biçimleri kazandırır. Grup içindeki etkileşimde öğrenilenler, bireyin diğer gruplara ve çeşitli aktivitelere katılmasını kolaylaştırır.
- Bireyin sosyal rollerini öğrenmesine yardımcı olur (liderlik, organizasyon, uyum sağlama gibi).
- Birey, arkadaş grubundaki yerini çoğunlukla ailesinden aldığı rollerle değil, kendi kişisel özellikleri ve bireysel başarıları doğrultusunda belirler (Tezcan, 1991).

Arkadaş gruplarındaki sosyalleşme süreci, ailedeki süreçten farklı olarak önceden belirlenmemiştir ve daha çok günlük etkileşimlerden oluşur; yani tesadüfi bir süreçtir.

Arkadaş grubunda birey, kendini ifade etmeyi öğrenmelidir, çünkü burada istekler, aile içindekiler kadar öncelikli olmayabilir. Bu nedenle, birey sosyal becerilerini geliştirerek, diğer grup üyeleriyle işbirliği yapmayı ve kendini kabul ettirmeyi öğrenmelidir. Arkadaşlar arasında kabul görmek, birey için önemli bir faktördür. Arkadaşların beklentilerine uyum sağlayamamak, bireyin arkadaşlık kurma ve sosyal kabul edilme çabalarını olumsuz etkileyebilir. Özellikle ergenlik döneminde arkadaşların etkisi güçlüdür ve burada kurulan ilişkiler, bazen aile içindeki çatışmalara yol açabilir (Özyürek M,1986).

2.2.4.4. Toplumsal İletişim Araçları

İletişim, en az iki kişi arasında gerçekleşen bir eylemdir. Aynı zamanda, belirli bir kaynaktan kodlanan mesajların, belirli bir mekân ve zamanda, bir amaç doğrultusunda kitle iletişim araçları aracılığıyla geniş kitlelere iletilmesidir (Korkut H,1984).

Bugün, toplumlar genellikle “iletişim toplumu” ya da “bilgi toplumu” olarak tanımlanmaktadır. Teknolojinin hızlı bir şekilde gelişmesiyle, bölgesel, ulusal ve uluslararası düzeyde iletişim yaygınlaşmış, hem gelişmiş hem de daha karmaşık hale gelmiştir. Bu durum, dünyamızı giderek küreselleşen bir hale getirmeye başlamıştır (Yetim A.A,2005).

Televizyon, radyo, internet ve telefon gibi kitle iletişim araçlarındaki teknolojik gelişmeler, hayatımıza hızla dahil olmuş ve artık insanlar için vazgeçilmez unsurlar haline gelmiştir. Bu araçlar, haber verme, bilgi sağlama, eğitim ve eğlendirme gibi birçok işlevi yerine getiren araçların genel adıdır. Kitle iletişim araçları, basılı, görsel ya da işitsel yayınlar şeklinde olabilir.

Sosyalleşme sürecinde önemli bir rol oynayan bu araçlar, insanlara yön verme gücüne sahip toplumsal araçlardır (Mckay M. Davis M. Patrick F, 2010). Günümüzde bu araçlar, yalnızca eğitim amacıyla değil, aynı zamanda bireyleri yönlendirme işleviyle de kullanılmaktadır (Pembeci oğlu N, 2006). Bu çerçevede medya, toplumsal olayların habercisi olarak önemli bir rol üstlenir. Aile ve okul gibi geleneksel sosyalleşme araçlarının etkisi azaldığında, medya devreye girer. Bu nedenle, medya işlevlerini yerine getirirken toplumu ve özellikle çocukları olumsuz davranışlara yönlendirebilecek içeriklerden kaçınmalıdır. Geleneksel baba erkil aile modelinden, toplumu ve grupları temsil eden kitle iletişim araçlarına geçişle birlikte, bu araçlar bireylerin gelişim sürecinde etkili bir konum edinmiştir. Tek yönlü iletişim kaynağı olarak görülen bu araçlar, artık sadece bilgi sunan araçlar değil, aynı zamanda bireylere ve topluma neyi, nasıl algılayacaklarını öğreten eğitici iletişim araçları olmuştur (Demiray U, 2003).

Kitle iletişim araçları, bireylerin toplumla bütünleşerek onun bir parçası haline gelmesinde, kültürel değerleri kazanıp bu değerlere yeni unsurlar eklemelerinde, inanç, tutum ve davranışlarındaki değişimlerde önemli bir rol oynamaktadır. Bu etkileşimin düzeyi, bireylerin bu araçlara karşı duyduğu yargılara, araçları ne sıklıkla kullandıklarına ve aracılığıyla aldıkları mesaj türlerine bağlı olarak farklılık gösterebilir (Güz N, 1996).

Ronneberger'e göre, kitle iletişim araçları sosyalleşme sürecinde önemli bir rol oynar ve bu rolü belirleyen iki faktör vardır:

1. Düşünceyi şekillendiren kurallar ve sistemler ile toplumdaki örnek kişilerin tanıtılması.
2. Karmaşık bir toplumda yaşamı daha kolaylaştıracak düşünce ve davranış biçimlerinin aktarılması, böylece sosyal sistemin korunup sürekliliğinin sağlanması.

İlk olarak, aile ve eğitim kurumlarının etkisi büyüktür; bireyler bu etkileri kabul edebilir ya da reddedebilir. İkinci olarak ise, kitle iletişim araçlarının içeriklerinden öğrenilen bilgilerle sosyalleşme süreci şekillenir. Bu bağlamda, bireylerin yaşantılarının sosyalleşmesinde kitle iletişim araçlarının etkisi büyük bir rol oynamaktadır (Ronneberger F,1971). Bu araçlar, genellikle mevcut yapıya ve dünya görüşüne uyum sağlayarak etkili olmaktadır. Ayrıca, kitle iletişim araçları, birey ve toplum bilincini geliştirerek, modern bir topluma geçişi kolaylaştırmaktadır (Alav O,2001).

2.2.4.5. Sosyal Çevre ve Grup Dinamikleri

Sosyal grup, karşılıklı iletişim ve etkileşimde bulunan, aynı duyguları paylaşan ve birbirlerinden haberdar olan insan topluluğudur. Bu grup, uygarlık düzeyi, ekonomik faaliyetler, inançlar, dil, kurallar gibi ortak özellikler üzerinden birleşir ve üyeleri kendilerini bu grubun bir parçası olarak kabul ederler. Sosyal grupları, sosyal sistemin küçük bir modeli olarak görüp, bu sistemin bir kategorisi olarak değerlendirmek mümkündür (Siyez D. Kaya A,2011).

Bireyi sosyalleştiren ve kişiliğini şekillendiren çevreler çok çeşitlidir. Sosyalleşmeye başladığı ilk çevre, aile olup, ilk öğretmeni de ebeveynleridir. Aileyi takip eden çevreler ise arkadaşlar, meslek, dini ve siyasi çevrelerdir. Birey, bu çevrelerle kurduğu etkileşimler sayesinde toplum içinde bir kişilik kazanır. Aynı çevrelerden etkileniyor olsalar da, ortaya çıkan kişilikler farklıdır. Çünkü her bireyin sahip olduğu yetenekler farklıdır ve aynı çevreden etkilenme dereceleri de birbirinden farklıdır

(Öztabağ L,1970).

Çevre, kişileri etkileyen tüm doğal koşullar ve insan yapısını kapsayan kurumlar ile toplumsal örgütlenmeyi içeren bir bütündür. Toplumsal çevre, bireyleri belirli amaçlar doğrultusunda bir araya getirir ve onları diğerlerinden ayırır. Bireylerin başarılar elde edebilmesi için toplumsal çevrenin eğitilmiş olması gereklidir. Aynı sosyal grupta yer alan bireylerin toplumsal çevre içinde farklı roller ve statüler üstlendiği gözlemlenebilir. Toplumlar, farklı sosyal çevreler aracılığıyla şekillenir. Bir şehir, diğer bir şehirden olduğu gibi, sosyal çevre açısından da farklılık gösterir. Bireyler bir çevreden diğerine geçebilirler. Dönmezer'e göre yaşam ve çevre iç içe geçmiş bir olgudur. Çevre, bireyin anne karnındaki oluşumundan itibaren var olur ve çevredeki bir değişim, bireylerin alışkanlıkları ve yaşam tarzlarını bile etkileyebilir. Çevre, doğum öncesinden ölüme kadar bireyin dürtülerini, geçirdiği evrelerdeki etkileşimleri ve inançlarıyla davranışlarını etkileyen bir süreçtir (Kılıcıgil E,1998).

2.3. Sportif Faaliyetler

Spor, sadece fiziksel yetenekleri geliştirmekle kalmaz, aynı zamanda sosyalleşme, yarışma, kazanma, kaybetme, işbirliği, saygı ve kabullenme gibi değerlerin kazanılmasına da yardımcı olur.

Özellikle bir arkadaş grubu ile yapılan sporlar, bireylere davranışlarını ve duygularını nasıl kontrol edeceklerini öğretir.

Araştırmalar, grup olarak alınan kararların, bireysel kararlardan daha fazla sorun yaratabileceğini göstermektedir (Kağıtçıbaşı Ç, 2005). Bazen bireylerin kişisel çıkarları, grubun çıkarlarıyla çelişmekte ve bu durumda bireyler kendi isteklerini ön plana çıkarabilmektedir. Bu tür durumlar, sosyal çıkmazlar ve çatışmalara yol açabilmektedir (Kağıtçıbaşı Ç, 2005). Bu nedenle, sporun sosyalleşme aracı olarak rolünün net bir şekilde belirlenmesi önemlidir (Kaplan Y. Çetinkaya G, 2010). Ayrıca, yapılan birçok araştırma, ailenin çocukları spora yönlendirmede önemli bir faktör olduğunu ve ebeveynlerin eğitim seviyelerinin bu yönlendirmenin farklılaşmasına neden olduğunu ortaya koymuştur. Anne-babanın spora olan ilgisi, çocukların da aynı yönde eğilim göstermesini sağlamaktadır (Amman M.T. İkizler H.C. ve Karagözoğlu C, 2000). Bunun yanı sıra, aileleri tarafından spora yönlendirilen çocukların daha sağlıklı bir sosyalleşme süreci geçirdiği ve yaşam boyu daha başarılı oldukları gözlemlenmektedir (Dever A, 2010).

Spor, hem toplumlar hem de bireyler arasında sosyal ve kültürel bir olgu olarak kabul edilmektedir. En küçük birimden topluma kadar hem kişisel hem de sosyal bir olay olarak algılanan spor, toplumların sürekliliği, kültürlerinin korunması ve

gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır. Toplumların kendilerini sürekli olarak geliştirebilmesinde diğer yöntem, metot ve araçlar kadar spor ve sportif etkinlikler de etkili olmuştur. Spor, toplum içinde bireylerin birbirleriyle ve farklı toplumlarla sosyalleşmesine yardımcı olduğu gibi, kişi ve toplum ilişkilerinin kurulup geliştirilmesinde de önemli bir araçtır (Ramazanoğlu ve diğerleri, 2005: 2-3).

Spor, günlük yaşamda önemli bir yer tutarak, yaşam biçimimizi etkileyen ve bireyleri, toplumları bir araya getiren bir olgudur. Sosyalleşme aracı olarak, insanları ve toplumları birleştirmesiyle de dikkat çeker. Spor, toplumsal sorumluluk, fedakârlık, saygı ve hoşgörü gibi sosyal değerlerin oluşmasına ve sürekliliğine katkı sağlar. Çocuklar, popüler sporcuları rol model alarak, rol model öğrenme süreciyle sosyalleşme aşamasına girerler. Spor faaliyetleri, iyi yurttaşlık, iyi öğrenci olma, topluma uyum sağlama ve dostluk gibi rollerin öğrenilmesinde önemli bir araç haline gelmiştir. Bu da spora katılan bireylerin sosyalleşmesindeki rolünü ortaya koymaktadır (Yetim, 2005: 171).

Spor, bireyin dinamik sosyal çevrelere katılımını sağlayan bir etkinlik olma özelliğiyle, sosyalleşme sürecinde önemli bir rol oynamaktadır. Modern toplumlarda spor, genellikle toplumsal bir etkinlik olarak kabul edildiğinden, sportif faaliyetler aracılığıyla, sporla ilgilenen bireyler farklı insan gruplarıyla sosyal ilişki kurma fırsatı bulurlar. Spor, bireyin kendi çevresinden çıkarak, başka kişiler, inançlar, kültürler, toplumlar ve düşüncelerle etkileşimde bulunmasını ve onları etkilemesini sağlar. Bu yönüyle spor, yeni insanlarla tanışmaya, yeni dostluklar kurmaya, var olan ilişkileri pekiştirmeye ve hem kendi kültürüyle hem de başka kültürlerle kaynaşmaya olanak tanır. Ayrıca spor, sadece katılımcıları değil, izleyici kitlesi arasında da önemli bir etkileşim aracıdır ve sosyal birey olmanın gerektirdiği becerilerin kazanılmasına yardımcı olur (Veysel ve Harun, 2004).

Bireyin topluma uyum sağlaması, sosyalleşme düzeyiyle doğrudan ilişkilidir. Sosyalleşme sürecinde birey, farklı durumlar ve koşullar altında farklı rolleri üstlenebileceğini, toplumun belirlediği normları kabul etmeyi öğrenir. Sosyalleşme, bireyin kendi rolünü yansıtmayı öğrenmesinin yanı sıra, bazı toplumsal beklentileri reddetme yeteneği kazandığı bir etkileşim sürecidir. Yalnızca bu rol uzaklığı sayesinde, yaratıcılık ve yapıcı etkinlikler mümkündür (Balcıoğlu, 2003: 69).

"Birey, doğuştan sosyalleşmeye yatkındır ve zamanla toplumun bir üyesi haline gelir" (Berger ve Luckmann, 2008: 190).

Spor, toplum bilimlerinin farklı yönlerinde yer alabilme özelliği sayesinde, popüler kültürün bir parçası haline gelmiştir. Kültürün bir unsuru olarak spor, hem

kültürden etkilenir hem de geniş kitlelere ulaşan popülaritesiyle kültürü şekillendirir. Bireysel bir uğraş olmanın ötesinde, spor insanların günlük giyim tercihlerini etkilemiş; ünlü sporcuların davranışları ve ifadeleri, geleneksel insan ilişkileri içinde kendine yer bulmuştur. Toplumun spora bakış açısı, sporun yönetim ve organizasyon süreçlerini daha önemli hale getirmiştir. Bu nedenle spor, kendine özgü sosyal kuralları, değerleri, sembolleri ve etkileşim süreçleriyle bir sosyal yapı olarak kabul edilir. Ayrıca spor, geçmişle toplumun geçmişi arasında güçlü bir bağ kurar. Bu nedenle spor kendiliğinden var olmaz; toplumsal ilişkiler aracılığıyla doğar, gelişir ve zamanla yeniden şekillenir (Öztürk, 1998: 85-86).

Spor, bireylere kişisel ve sosyal kimlik hissi kazandırarak ve grup üyeliği duygusunu aşılayarak farklı bireyleri bir araya getiren bir olgudur. Bu işlevini pek çok farklı yolla yerine getirebilir. Sosyal sınıf, ırk, cinsiyet ve yaş ayrımı gözetmeyen yapısıyla spor, bireylerin sosyal rollerini daha kolay üstlenmelerine olanak tanır. Sahip olduğu büyüleyici çekicilik ve görsel etkisiyle spor, gerilim ve çatışmaları aşarak insanlar ve toplumlar arasında iletişim kurulmasını sağlar. Farklı bakış açılarına sahip bireyleri, aileleri, komşuları, şehirleri veya milletleri bir takımın parçası haline getirebilecek bir güce sahiptir. Spor, insan doğasında bulunan önyargıları aşmada etkili bir araçtır ve bireylerin birbirine daha saygılı ve empatiyle yaklaşmasına katkıda bulunur.

Bireyin sosyalleşme sürecinin erken çocukluk döneminde başlaması, beden eğitimi ve spor etkinliklerinin bu süreçteki rolünü önemli ölçüde artırmaktadır. Oyunlar ve sportif faaliyetler, yalnızca fiziksel gelişime katkı sağlamakla kalmayıp, aynı zamanda içinde bulunulan toplumun kültürel değerlerini ve karakteristik özelliklerini yansıtan sosyal araçlar niteliği taşımaktadır. Sportif etkileşimler, farklı kültürlerden bireyleri bir araya getirerek hem sosyal bütünleşmeyi teşvik etmekte hem de evrensel barışa katkı sunabilecek yapılar oluşturmaktadır. Zira sosyalleşmenin temel dinamikleri olan rol edinme, statü kazanma, toplumsal tabakalaşma, liderlik becerisi, disiplin anlayışı, rekabet duygusu ve iş birliği kültürü, spor ve beden eğitimi faaliyetleri aracılığıyla bireylere kazandırılabilir. Bu yönüyle beden eğitimi ve spor, sosyalleşmeyi destekleyen etkili bir eğitim aracı olarak değerlendirilmektedir (Akıncı, 2007, s. 9-45).

Çeşitli bilim insanları, düşünürler ve spor ahlakçıları, sportif etkinliklerin kişilik üzerindeki etkilerini şu şekilde genelleştirmiştir:

1. Spor, bireyin karakterini şekillendirme özelliğine sahiptir.

2. Takım sporları, bireylere iş birliği yapmayı ve birlikte çalışmanın önemini öğretir.

3. Bireysel sporlar, kişisel disiplini geliştirmede etkili bir rol oynar.

4. Beden eğitiminin serbest ve zorunlu olmayışı, öğrenci-öğretmen ilişkilerini güçlendirir ve bu durum sporcunun sosyalleşme sürecini kolaylaştırır.

5. Bazı spor dalları, yüksek iletişim değerleri taşır; özellikle bedensel temasın bulunduğu spor dallarında bu özellik daha belirgindir.

6. Spor, saldırganlık dürtülerini sosyal kurallara uygun bir şekilde ve doğal yollarla ifade etmeyi öğretir.

Spor, bireyin aşağılık duygusundan kurtulmasına yardımcı olur ve kendine hâkimiyet kazandırır. Aynı zamanda, bireyi sosyal topluma hazırlama konusunda önemli roller üstlenir. Hapishaneler ve akıl hastaneleri gibi kurumlarda bulunan kişilerin sportif faaliyetler sayesinde yeniden toplumla uyum sağlamaları mümkün olur. Spor, çocukların fiziksel, ruhsal ve sosyal gelişimlerinde büyük bir katkı sunar. Ailelerin daha bilinçli davranması ve diğer eğitim faaliyetlerine verilen önemin beden eğitimi ve spora da gösterilmesi, çocukların çok yönlü ve ideal bir eğitim almasını sağlar.

Birey açısından spor, fiziksel gelişimin yanı sıra sosyal gelişim açısından da son derece önemlidir. Sportif etkinlikler, bireyin çevresini daha iyi tanımasını, algılamasını ve çevresiyle iletişim kurmasını kolaylaştırır. Bu olumlu gelişmeler, bireyin duygusal ve ruhsal hayatının daha sağlıklı bir şekilde gelişmesine katkıda bulunur. Beden eğitimi ve spor faaliyetleri, bireylere yalnızca fiziksel gelişim değil, aynı zamanda sosyal deneyim ve duygusal ifade alanı da sunmaktadır. Sporla uğraşan birey, oyun ve hareket temelli etkinlikler aracılığıyla duygu dünyasını dışa yansıtmaya fırsatı bulur. Bu bağlamda spor, bireyin saldırganlık, öfke, kıskançlık ve uyumsuzluk gibi olumsuz duygularını belirli kurallar çerçevesinde kontrollü biçimde ifade etmesini sağlayarak psikolojik bir rahatlama sağlamaktadır (Yetim, 2000, ss. 154–158). Beden eğitimi ve spor dersine yönelik tutum, sosyal beceri ve öz yeterlilik konularında, hem yurt içinde hem de yurt dışında birçok araştırmacı tarafından farklı çalışmalar yapılmıştır. Bu araştırmalarda genellikle mevcut durumların tespitine odaklanılmış ve elde edilen sonuçlar arasında, tesislerin, ders saatlerinin ve rehberlik hizmetlerinin yetersiz olduğu; bu eksikliklerin giderilmesi gerektiği yönünde ortak görüşler ortaya konulmuştur (Balyan, Balyan, Kiremitçi, 2012: 196-201).

Bireyin herhangi bir sosyal aktivitede bulunmamasının ve bu aktivitelerin belirli bir program, denetim ve amaç çerçevesinde yapılmamasının, okul hayatında antisosyal davranışlar, intihar eğilimi ve yasa dışı madde kullanımı ile ilişkili olduğu

gösterilmiştir. Almanya’da, 2002 yılında 14-18 yaş arasındaki 1000 lise öğrencisinin katılımıyla yapılan bir çalışmada, spor yapan öğrencilerin yapmayanlara kıyasla daha olumlu bir benlik algısına sahip oldukları, daha az alkol ve madde kullandıkları ve daha düşük depresyon ve anksiyete seviyeleri gösterdikleri tespit edilmiştir.

Amerika Birleşik Devletleri’nde, 2002 yılında fiziksel aktivite, spora katılım ve intihar davranışı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya 16-20 yaş aralığındaki 4728 öğrenci katılmıştır. Sonuçlar, spora katılan bireylerin, katılmayanlara göre daha düşük oranda intihara eğilimli davranış sergilediklerini ve düşük fiziksel aktivite seviyesine sahip olanların daha yüksek oranda intihara eğilimli davranış bildirdiklerini ortaya koymuştur. Bu bulgular, fiziksel egzersiz ve spora katılımın intihara eğilimli davranışları önleyici bir etkisi olduğunu göstermiştir.

Türkiye’de, 2008 yılında Karadağ’ın yetiştirme yurtlarında kalan 13-16 yaş grubundaki 166 ergen (%65.7’si erkek) üzerinde yaptığı bir çalışmada, sporla ilgilenenlerin sigara, alkol, madde ve ilaç kullanım sıklıklarının daha düşük, yaşam kalitelerinin daha yüksek, ruhsal belirti ve depresyon seviyelerinin ise daha düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca, spor yapan ergenlerin agresif davranış isteği daha az, ders çalışma ve kitap/gazete okuma gibi olumlu davranışları ise daha sık olduğu tespit edilmiştir. Bireylerin spora ayırdıkları sürenin uzamasıyla ruhsal belirtilerinin şiddetinin azaldığı, yaşam kalitelerinin ve arkadaşlarıyla geçirdikleri sürenin arttığı, kendilerini diğer bireyler arasında daha başarılı ve mutlu hissettikleri belirlenmiştir (Akt, Alparslan, 2012: 181-185).

Spor, tüm toplumlar için en önemli propaganda araçlarından biridir. Ülkeler, spor yoluyla uluslararası arenada kendilerini en iyi şekilde temsil edebilecek gençleri yetiştirmeyi hedeflemiştir. Bunun yanında, sporda başarıya ulaşmak için sporun toplumun tüm kesimlerine yayılması gerektiği fikri, gelişmiş toplumlar tarafından benimsenmiştir. Değişmeyen bir gerçek ise, sporda elde edilen başarının toplumun genel başarısı, mutluluğu, morali ve refahı anlamına geldiğidir (Yıldıran ve Yetim, 1996).

Çağımızda hızlı bir değişim ve gelişim süreci yaşanmaktadır. Spor da bu değişimden etkilenecek kendini çağa uygun şekilde yenileme ihtiyacı hissetmiştir. Günümüzde spor, yalnızca bir boş zaman aktivitesi olmanın ötesine geçerek, büyük bir ekonomik sektör ve etkili bir reklam aracı haline gelmiştir (Çamlıyer, 1992: 240).

Turizmin önemli bir dalı olan spor turizmi, ülkelere yalnızca ekonomik kazanç sağlamakla kalmaz; aynı zamanda tanıtım ve ülkeler arası kültürel etkileşim açısından da büyük katkılar sunar. Bu bağlamda, farklı branşlarda düzenlenen dünya kupaları ve

Avrupa şampiyonaları spor turizminin en önde gelen örnekleri arasında yer almaktadır (Tunçsiper ve Erdem, 2003: 372-382).

Sporun günümüzde kazandığı çok yönlü yapı ve gelecekteki gelişme potansiyeli, sporun yalnızca fiziksel bir etkinlik olmanın ötesine geçtiğini ve bu nedenle spor sosyolojisi disiplininin önemini açıkça ortaya koymaktadır. Bu alanda nitelikli ilerlemelerin sağlanabilmesi, yalnızca teorik bilgiye değil; aynı zamanda alan bilgisine sahip, çok yönlü donanıma sahip bireylerin yetişmesine ve sporun özgün değerlerini esas alan bilimsel çalışmalara bağlıdır (Coakley, 1986, ss. 7-8).

2.4. Oyun Olgusu

Oyun, tarih boyunca tüm canlılar için keyifli bir aktivite olmuştur. Literatür, oyunun kültürden önce ortaya çıktığını ve yalnızca insanlara özgü olmadığını, hatta diğer canlıların oyunlarının insanlardan bağımsız bir şekilde geliştiğini belirtmektedir. Tüm canlıların oyunları keyifle gerçekleştirdiği gözlemlenmekte ve bunun doğuştan gelen bir eylem olduğu düşünülmektedir (Huizinga 2013). İnsanlar başlangıçta doğayı ve çevreyi taklit ederek oynamış, zamanla bu oyunları çeşitlendirmişlerdir (Hazar 2016). Arkeolojik kazılarda, M.Ö. 3.000 yıllarına ait mangala oyun tasvirlerinin taşlar üzerine işlendiği görülmüştür (Ögel 2012).

Özgür bir ortamda, gönüllü katılımı ile gerçekleştirilen yaratıcı düşünsel süreçlerin aktif olduğu, kurallı ya da kuralsız şekilde, sonuç düşünmeksizin eğlenmenin öncelikli olduğu bir eylem olarak tanımlanmaktadır (Yavuzer 1990, Dönmez 1992).

2.4.1. Oyun Kuramları ve Yaklaşımlar

Gönüllü olarak katılım sağlanan fiziksel ve zihinsel süreçlerin aktif olduğu bir eylem olan oyunun tanımını ve oyun davranışının temellerini açıklamaya çalışan birçok kurum bulunmaktadır. İnsanların oyun oynama nedenlerini inceleyen kurama 'klasik kuram', oyunun faydalarını araştıran kurama ise 'modern kuram' adı verilmektedir. Klasik kuram 19. ve 20. yüzyılın ilk dönemlerini kapsarken, modern kuram 1920'li yıllardan sonraki dönemi kapsamaktadır.

2.4.2. Geleneksel Oyun Kuramları

İnsan vücuduna alınan besinler, basit bir şekilde enerji olarak kabul edilir. Fiziksel aktivite ise bu enerji döngüsünün temelini oluşturur. Friedrich Schiller ve Herbert Spence tarafından geliştirilen "fazla enerji" (surplus energy) kuramı, fiziksel olarak aktif

oyunların insan vücudundaki fazla enerjiyi kullanarak gerginliği azalttığını ifade etmektedir (Johnson ve ark 1999, Yavuzer 1990).

Farklı bir bakış açısıyla, kaybedilen enerjiyi yeniden kazanmanın yolunu uyumak veya aktif şekilde yapılan işten ziyade tamamen başka bir eylemde bulunmak olarak tanımlayan Moritz Lazarus, bu yaklaşımı "Yeniden Yaratma" (recreation) kuramı ile açıklamaktadır (Johnson ve ark 1999, Yavuzer 1990).

Stanley Hall, insanların atalarını oyun aracılığıyla taklit ettiğini ve bu davranışın kalıtsal olarak yeni nesillere aktarıldığını, dolayısıyla bu sürecin evrimsel bir nitelik taşıdığını ifade eder. Hall, oyunu tarih boyunca tekrarlanan bir prova olarak tanımlamakta ve bunu "Tekrarlama" (recapitulation) kuramıyla açıklamaktadır (Johnson ve ark 1999, Yavuzer 1990).

Karl Gross, oyunun insanların hayata hazırlık sürecinin bir provasını olduğunu ifade eder. Bu bağlamda, gerçek hayat da bireylerin karşılaşabilecekleri durumlarla ilgili hazırlıkların yapıldığı, kullanabilecekleri becerilerin test edildiği ve geliştirildiği bir alan olarak anlaşılmaktadır. Çocukların, anne ve babalarını taklit ederek ebeveynlik rolünü denedikleri belirtilmektedir (Johnson ve ark., 1999; Yavuzer, 1990).

2.4.3. Çağdaş Oyun Kuramları

Freud (1961), oyunun, yaşanan travmalar sonucu ortaya çıkan olumsuz duygu durumlarından kurtulmaya yardımcı bir araç olduğunu belirtmektedir. Oyunlar aracılığıyla, çocuklar gerçek hayatta başa çıkmakta zorlandıkları durumlarla başa çıkabilmekte ve bu yaşantıların etkilerini aşabilmektedirler. Freud, çocuk gelişiminde oyunun önemli bir rolü olduğunu vurgulamış ve tekrarlanan oyunların, olumsuz deneyimlerin etkilerinden kurtulmada önemli bir işlevi olduğunu Psikodinamik (psychodynamic) kuramı çerçevesinde açıklamıştır (Johnson ve ark., 1999; Yavuzer, 1990).

Erik Erikson, oyunun çocukların psikososyal gelişimlerinin bir yansıması olduğunu belirtir. Çocuklar, oyunlar aracılığıyla bu dönemde karşılaştıkları krizlerle başa çıkmaya çalışır ve oyun oynayarak çevrelerini daha iyi algılar, aynı zamanda bu krizlere çözüm bulabilecek yeni yollar keşfederler (Koçyiğit ve ark., 2007; Öztürk Aynal, 2017).

Piaget, oyunu bilişsel gelişim kuramı çerçevesinde açıklamaktadır. Bu kurama göre, bilişsel gelişim ve oyun gelişimi paralel bir şekilde ilerler ve oyun, bilişsel gelişimi destekleyen bir rol oynar (Johnson ve ark., 1999).

Gelişen ve değişen dünyamızda her yeni buluş, beraberinde bir dönüşüm getiriyor.

Teknolojinin ilerlemesiyle birlikte hayatımıza giren dijital ürünler, pek çok alanda olduğu gibi oyunlarımızı da dijital ortama taşımıştır. Artık oyunlar, sokaklarda veya oyun alanlarında değil, tablet, bilgisayar, oyun konsolları ve akıllı telefonlar gibi dijital cihazlarda oynanır hale gelmiştir. Elektronik ortamda bir ekran üzerinde görülen veriye “dijital” denir (TDK, 2022). Teknolojik ürünler aracılığıyla bir ekran üzerinde yansıtılan ve bir konsol veya bu cihazların sağladığı ortamlarla oynanan oyunlar ise dijital oyunlar olarak tanımlanır (Binark ve Bayraktutan Sütçü, 2008; Çetin, 2013; Sağlam ve Topsümer, 2019).

Boş zamanı eğlenceli hale getirip özgür bir ortam sunan geleneksel oyunlar gibi dijital oyunlar da bu temel özellikleri taşıyabilmektedir. Bu açıdan bakıldığında, dijital oyunlar geleneksel oyunlarla benzerlik gösterse de, kullanılan araçlar, içerik ve oyun biçimi gibi unsurlar bakımından farklılık arz etmektedir (Binark ve Bayraktutan Sütçü, 2008; Hazar ve ark., 2017).

2.5. Dijital Oyun Türleri

Dijital ürünlerin gelişimi ve ulaşılabilirliğinin artmasıyla birlikte dijital oyunlar, her yaş grubuna hitap edebilecek çok çeşitli oyun seçenekleri sunmaktadır. Dijital oyun türleriyle ilgili literatürde henüz kesinleşmiş bir kategori yöntemi bulunmamakla birlikte, dijital ürünler ve bu ürünlerin sunduğu altyapı ile içeriklere göre sınıflandırma yapmak mümkündür. Örneğin, kişisel veya taşınabilir bilgisayarlar, oyun konsolları, akıllı telefonlar ve çevrimiçi oyunlar gibi kategoriler oluşturulabilir; ayrıca tek oyunculu veya çok oyunculu oyunlar, içerik temelli oyunlar da bu sınıflandırmayı oluşturabilir (Kukul, 2013).

İçerisinde ani yön değiştirmeler, hız ve reaksiyon gibi parametreler bulunan oyunlar aksiyon oyunları olarak adlandırılmaktadır. Oyuncuları, birçok duygu durumunun yer aldığı bir olay dizisine dahil eden oyunlar ise macera oyunlarıdır. Fiziksel hareketlilik ve kas aktivitelerinin ön planda olduğu, ilkel kazanma arzusunun tatmin edildiği oyunlar dövüş oyunları olarak tanımlanırken; zihinsel süreçleri aktif hale getiren ve problem çözme yetisini geliştiren oyunlar zeka oyunlarıdır. Hareketleri algılayabilen sensörler ve müzik eşliğinde oynanan oyunlar dans, müzik ve ritim oyunları olarak sınıflandırılır. Okey, tavla, satranç ve kağıt oyunları gibi geleneksel oyunların dijital ortamda, bireysel veya gruplar halinde online sohbetler eşliğinde oynandığı oyunlar ise tahta ve kart oyunlarıdır. Belirli rollerin yer aldığı ve hikayelerin canlandırıldığı oyunlar rol yapma oyunları olarak tanımlanır. Bir görevi yerine getirme amacı taşıyan ve realist bir tasarıma sahip, bazen eğitim aracı olarak kullanılan oyunlar

simülasyon oyunlarıdır. Spor müsabakalarının dijital ortamda, konsol veya bilgisayar üzerinden oynanan yarışma temalı oyunlar spor oyunları olarak bilinir. Bir hedefe ulaşmak için yeni stratejiler geliştirmeyi, yönetmeyi, karar vermeyi ve hızlı düşünmeyi gerektiren oyunlar ise strateji oyunlarıdır. Polisiye olayların işlendiği, bireysel veya takım halinde bir görevi tamamlamaya yönelik tasarlanan oyunlar da görev içerikli ve aktivitesi yüksek oyunlar olarak adlandırılabilir (Binark ve Bayraktutan Sütçü, 2008; Ögel, 2012; Kukul, 2013; Hazar ve ark., 2017).

Dijital oyun türlerindeki gelişmeler, özellikle spor alanlarında kendini göstermektedir. Bu alanlardan biri de "elektronik spor" (e-spor) dünyasıdır. Dijital oyunlar ve elektronik sporların geliştiği yerler arasında "arcede" adı verilen salonlar öne çıkmaktadır. İnternet ağının yaygınlaşmasıyla birlikte, internet kafeler ve rekabete dayalı dijital oyunlar da hızla yayılmaya başlamıştır (Argan ve ark., 2006).

Dijital oyunların bir dalı olan elektronik spor, literatürde electronic game, cyber game, computer game ve online game gibi terimlerle tanımlanmaktadır. Elektronik spor, dijital oyunlar arasında en yaygın olarak oynanan oyun türüdür ve dünya genelinden katılımcıların yer aldığı büyük organizasyonlar düzenlenmektedir. Ayrıca, elektronik spor, reaksiyon zamanı, refleksler ve zihinsel süreçleri harekete geçiren bir spor dalı olarak da kabul edilmektedir (Argan ve ark., 2006).

2.6. Dijital Oyunlara Yönelme Sebepleri

Teknolojinin her geçen gün hızla değişmesi ve gelişmesi, dijital ürünleri insan hayatının vazgeçilmez bir parçası haline getirmiştir. Artık profesyonel çalışma ortamları dahi dijital platformlar üzerinden faaliyet göstermektedir. Bu durum, dijital teknolojilerin hayatın her alanında yer almasının yanı sıra, insanların sosyal yaşamlarını da dijital ortamda sürdürmelerine olanak tanımaktadır. Bu hızlı gelişim, arz ve talep ilişkisiyle de açıklanabilir. Dijital oyunlar da bu bağlamda ele alınabilecek önemli bir örnektir.

Dijital oyunlardaki arz ve talep ilişkisi, oyun oynama motivasyonunu birçok çalışmaya konu etmiştir. Bu motivasyon, başarı, sosyalleşme ve oyuna dalma/tutulma olmak üzere üç ana başlık altında incelenmiştir. Yee (2006), başarı motivasyonunu statü, zenginlik, güç ve rekabet gibi unsurlarla; sosyalleşme motivasyonunu bir gruba dahil olma, sohbet etme ve ilişki kurma isteğiyle; dalma/tutulma motivasyonunu ise karakter yaratma, yükseltme ve bilinmeyen detayları keşfetme gibi isteklerle ilişkilendirmiştir.

İnsanların gerçek yaşamda elde edemedikleri başarı, sosyalleşme, ilişki kurma,

eğlence ya da hayal dünyalarını gerçekleştirebilme imkanı arayışı, dijital ortamlarda bu tür imkanlar yaratma isteği, sosyal hayata uyum sağlama zorlukları ve bu ihtiyaçları dijital dünyada bulma gibi etkenler, dijital oyun oynama nedenleri arasında sayılabilir (Griffiths ve Hunt, 1995; Sherry ve ark., 2006; Ögel, 2012; Tekkurşun Demir ve Mutlu Bozkurt, 2019).

2.7. Dijital Oyunların Birey ve Toplum Üzerindeki Etkileri

Dijital oyunlar, günümüzde farklı yaş gruplarından geniş kitlelere ulaşarak pek çok araştırmaya konu olmuştur. Bu araştırmalar, dijital oyunların insanlar üzerindeki etkilerini incelemektedir. Tıpkı geleneksel oyunlar gibi dijital oyunlar da eğlence, boş zaman değerlendirme ve sosyalleşme imkanı sunmaktadır. İnsanlar, günlük yaşamın stresinden uzaklaşarak bu oyunlar sayesinde farklı duygusal deneyimler yaşamakta, keyif almakta, streslerini azaltmakta ve duygusal bir tatmin sağlamaktadır. Ayrıca, dijital oyunlar yeni insanlarla tanışma, sohbet etme ve arkadaşlık kurma gibi sosyal ihtiyaçların karşılanmasında da etkili bir araçtır. Bunun yanı sıra, el-göz koordinasyonu, hızlı düşünme ve karar verme gibi becerilerin gelişimine katkıda bulunduğu da belirtilmektedir (De Lisi ve Welford, 2002; Green ve Bavelier, 2003; Griffiths, 2005; Ocak, 2013; Sağlam ve Topsümer, 2019). Ancak bu olumlu etkilerin, dijital oyunların amacına uygun ve kontrollü bir şekilde kullanılması durumunda gerçekleşeceği unutulmamalıdır.

Diğer yandan, dijital oyunların kontrolsüz ve bilinçsiz bir şekilde uzun süre oynanması, fiziksel, zihinsel ve ruhsal sağlık açısından çeşitli problemlere yol açabilmektedir. Aynı pozisyonda uzun süre vakit geçirilmesi; postür bozukluklarına, duruş sorunlarına ve bel-boyun ağrılarına neden olabilir. Ayrıca, uzun süre ekran karşısında kalmak, göz kuruluğu ve görme bozuklukları gibi fiziksel rahatsızlıkları tetikleyebilir (Akçayır, 2013; Ögel, 2012). Fazla oyun oynayan bireylerin genellikle düzensiz ve sağlıklı beslendiği, hareketsiz bir yaşam tarzı benimsediği gözlemlenmektedir. Bu durum, obeziteye yol açarak kardiyovasküler hastalıkların riskini artırabilir (Anderson ve ark., 2010; Ballard ve ark., 2009; Papastergiou, 2009).

Dijital oyunların olumsuz etkilerine baktığımızda, uzun süreli, kontrolsüz ve bilinçsiz kullanımın ön plana çıktığını görmekteyiz. Bu tür bir alışkanlık, dijital oyunların bireylerde bağımlılık haline geldiğini düşündürmektedir.

2.7.1. Bağımlılık: Psikolojik ve Sosyal Boyutları

İnsan yaşamı boyunca farklı deneyimlerle ve yaşantılarla karşılaşır. Bu süreçte nesnelere, olaylara, davranışlara ve tutumlara karşı yoğun bir ilgi ve heyecan gelişebilir. Ancak zamanla bu ilgi ve heyecan kontrol edilemez bir hale gelebilir ve ulaşılmadığında yoksunluk hissine neden olabilir. Bu durum, literatürde bağımlılık olarak ifade edilmektedir.

Bağımlılık, kişinin amacı dışında kullandığı, kullanılmadığında yoksunluk hissi yaratan, yaşamında sorunlara yol açan ve tüm bu olumsuz etkilere rağmen kullanımının artarak devam ettiği bir alışkanlık biçimi olarak tanımlanmaktadır (Uğurlu ve ark., 2012; Darçın, 2022; Peele ve Brodsky, 1991). Ayrıca Orford, bağımlılığı "aşırı istek duyma" şeklinde tanımlamaktadır (Orford, 1985).

Bağımlılık kavramı genellikle ilk etapta madde kullanımına dayalı bir sorun olarak algılanmakta ve akademik çalışmalarda da çoğunlukla madde bağımlılığı ekseninde ele alınmaktadır. Duygusal tatmin, zihinsel rahatlama ya da iyi hissetme gibi etkiler yaratan durumlar madde bağımlılığı kapsamında değerlendirilmekte; bu etkileri ortaya çıkaran kimyasal içerikli maddeler ise "madde" olarak tanımlanmaktadır (Seferoğlu & Yıldız, 2013). Eğer birey, söz konusu maddeyi sadece ruhsal anlamda iyi hissetmek amacıyla kullanıyorsa bu durum psikolojik bağımlılık; vücudun maddeye karşı fizyolojik bir ihtiyaç geliştirmesi ise fiziksel bağımlılık şeklinde tanımlanmaktadır (Ögel, 2012).

Günümüzde hızla gelişen ve değişen dünyamızda teknoloji, yaşamımızın her alanında vazgeçilmez bir yere sahiptir. Teknolojinin kullanılmaması durumunda yoksunluk hissi ortaya çıkmakta ve bu durum hem fiziksel hem de duygusal açıdan olumsuz etkiler yaratabilmektedir. Bu tür bir kullanım alışkanlığı zamanla teknoloji bağımlılığına dönüşebilir.

Bağımlılık, aşırı odaklanma, yoksunluk, arayış, duygu değişimleri ve dalma gibi farklı boyutlar üzerinden değerlendirilebilecek bir kavramdır.

2.7.2. Yoğun Odaklanma

Aşırı odaklanma (hiper odaklanma), herhangi bir tetikleyici unsurun etkisiyle, çevresel uyaranlara rağmen dikkatin veya zihinsel enerjinin tamamen o unsura yönelmesi durumu olarak tanımlanmaktadır. Bu durumda, bireyin odaklanma düzeyi o kadar yoğunlaşır ki, çevresindeki her şeyi algılama yetisini neredeyse tamamen kaybeder (Kilbey, 2019). Özellikle ekran başında vakit geçiren bireylerde, trans benzeri bir durumun olduğu ve bunun çocuklarda daha belirgin şekilde

görüldüğü ifade edilmektedir. Çocuklar, dikkatlerini tamamen ekrana vererek, kendilerine yöneltilen sorulara veya yapılan konuşmalara karşı kayıtsız hale gelmektedir (Binark, 2016).

2.7.3. Erteleme Davranışı

Erteleme, bir görevi yerine getirmeyi, bir kararı almayı ya da bir işe başlamayı geciktirme veya erteleme durumu olarak tanımlanmaktadır. Aynı zamanda, bireyin öz düzenleme becerisindeki yetersizlik olarak da ifade edilebilir (Ferne ve ark., 2017). Genellikle erteleme, bireyin kişisel iyilik hali ve performansı üzerinde olumsuz etkiler yaratan bir durum olarak değerlendirilmektedir (Klingsieck, 2013).

Erteleme, beş farklı kategoride sınıflandırılmaktadır: genel erteleme, akademik erteleme, karar verme ertelemesi, nevrotik erteleme ve işlevsel olmayan (kompulsif) erteleme (Balkıs ve ark., 2006).

Ev ödevleri, sınav hazırlıkları ve projeler gibi görevlerin son ana kadar geciktirilmesi akademik erteleme olarak tanımlanırken (Milgram ve ark., 1998; Slomon ve Rothblum, 1984), yaşamsal kararların alınmasındaki eksiklikler karar verme ertelemesi olarak adlandırılmaktadır (Effert ve Ferrari, 1989). Bireyin yaşamındaki temel kararları ertelemesi, karar verme ertelemesi ile benzerlik göstermekle birlikte, nevrotik erteleme olarak ifade edilmektedir. Davranışlara ve eylemlere yönelik kararların geciktirilmesi ise işlevsel olmayan erteleme olarak bilinmektedir (Balkıs ve ark., 2006). Zaman yönetimi ve düzenleme becerisindeki eksiklikler nedeniyle bireyin günlük rutin görevlerini yerine getirememesi ise genel erteleme olarak tanımlanmaktadır (Lay, 1986).

2.7.4. Yoksunluk Hissi ve Arayış Süreçleri

Dijital oyunlar bağlamında yoksunluk ve arayış incelendiğinde, bireylerin oyun sırasında aşırı sinirlenmeleri, bu durumun ardından oyun oynama isteğini kontrol edememeleri, çevreleriyle iletişimde problemler yaşamaları, çatışmalar ve kontrol kaybı gibi sonuçlarla karşılaşabildikleri görülmektedir. Kontrolünü yitiren bireyler, oyunlara kendilerini kaptırır ve ısrarla oyun oynamaya devam ederler.

Bağımlılık genellikle madde bağımlılığı üzerinden tanımlanmaktadır. Madde kullanımının aniden bırakılmasıyla bireyde ortaya çıkan yoksunluk belirtileri ve krizler, fiziksel bağımlılığın temel göstergeleri olarak kabul edilir (Uzbay, 2009). Bağımlılığın psikolojik boyutuna bakıldığında ise aşırı istek ve aşırma gibi durumlar, bu isteklerin kontrol edilemediği dönemlerle birlikte, bağımlılığın en kritik evrelerinden biri olarak değerlendirilmekte ve bu durum “craving” (aşırma) kavramıyla açıklanmaktadır (Uzbay, 2009). Bu süreçte kullanılan maddeden alınan keyif azalır ve birey daha fazla kullanma eğiliminde bulunur. Bu durum, tolerans gelişim dönemi olarak adlandırılmakta ve “compulsivity” (zorlayıcı davranış) kavramıyla ifade edilmektedir (Turton ve Lingford-Hughes, 2016).

2.7.5. Duygusal Değişimler ve Dalma Hali

Bireyler, istedikleri sonuçlara ulaşabilmek için duygularını bilinçli ya da bilinçsiz bir şekilde değiştirebilir. Bu durum bazen bir hedefe ulaşmak amacıyla, bazen de belirli uyarıcılara bağlı olarak ortaya çıkar ve duygu düzenleme olarak tanımlanır (Aldao ve Nolen-Hoeksema, 2010). Aynı zamanda, bireylerin duygularını kontrol altına almaları ve olumsuz davranışları engellemeleri de duygu düzenleme olarak ifade edilmektedir (Yumuşak, 2019). Duygusal tepkilerin düzenlenmesinde zorluk yaşanması ve duygusal uyarılara karşı yüksek duyarlılık gösterilmesi ise duygu düzenleme güçlüğü olarak adlandırılır ve bu durum, kişilik bozukluklarının bir belirtisi olarak değerlendirilebilir (Linehan, 1993).

Bireyler gün içerisinde birçok duygusal uyarana karşılaşmaktadır. Dijital oyunlar, sosyal medya, reklamlar, aile ve arkadaş ilişkileri gibi unsurlar, bireylerin duygu durumunu çeşitli şekillerde etkileyebilir. Duygusal değişimlerin büyük bir kısmı kişisel olarak deneyimlenir ve birey, bu değişimlerle başa çıkabilmek için farklı alanlara yönelebilir. Bu yönelimler; dijital oyunlar, sosyal medya, internet ve çevrimiçi oyunlar gibi teknolojik ürünlere odaklanmak şeklinde olabilir ve bu faaliyetlere ayrılan zaman giderek artış gösterebilir. Bu süreçte, zamanın farkında olamama ve aşırı odaklanma gibi durumlar ise "dalma" olarak tanımlanmaktadır (Williams ve ark., 2009).

2.8. Teknoloji Bağımlılığı ve Etkileri

Teknolojinin hayatımızın her alanı, beraberinde gelen çeşitli sorunları da beraberinde getiriyor. Akıllı telefonlar, televizyonlar, tabletler, sosyal medya ve dijital oyunlar, internetin yaygın kullanımıyla birlikte günlük yaşamımızın vazgeçilmez bir parçası olmuştur. Aşamalı olarak yalnızca boş zaman değerlendirme ve eğlence amaçlı kullanılan bu ürünler, bağımlılığa dönüşebilmektedir. Tüm bu gelişmeler, dijital bağımlılık başta olmak üzere birçok psikolojik ve toplumsal sorunu beraberinde getirmiştir (Tarhan ve Nurmedov 2019; Ögel 2012).

2.9. İnternet Bağımlılığı ve Sonuçları

1990'lı yıllardan itibaren bilgisayar ve telekomünikasyon teknolojilerinin yaygınlaşmasıyla birlikte, başlangıçta sınırlı bir kullanım alanına sahip olan internet, zamanla hayatın her alanında erişilebilir hale gelmiştir. Teknolojik ilerlemeler sayesinde internet, telefonlar, tabletler ve dizüstü bilgisayarlar gibi cihazlar aracılığıyla her yerden kullanılabilir duruma gelmiştir. Ancak internetin bu denli yaygınlaşması, bazı olumsuz etkileri de beraberinde getirmiştir. Literatürde kesin bir tanımı olmamakla birlikte, Young (1996) internete aşırı bağlılığı bir stres kaynağı olarak tanımlamıştır.

2.10. Sosyal Medya Bağımlılığı ve Etkileri

Günümüzde internetin en yaygın kullanım alanlarından biri sosyal medyadır. İnsanlar, sosyal medya platformları aracılığıyla dünyanın herhangi bir yerinden ve herhangi bir zamanda istedikleri video, fotoğraf veya bilgileri paylaşabilmektedir. Sosyal medya, bireylere kendilerini ifade etme, görüş bildirme ve yorum yapma özgürlüğü sunarken, aynı zamanda çift yönlü iletişimi mümkün kılmaktadır. Satın alma davranışlarıyla sosyal medya, insanların profillerinde önemli bir yer tutmakta ve dünya çapında internet iletişimini artırmaktadır (Hazar 2011, Öncel ve Tekin 2016, Deniz ve Gür 2018).

Sosyal medya, yalnızca bulundukları coğrafyayla değil, tüm dünya ile iletişim kurmayı, insanları takip etmeyi ve yeni arkadaşlıklar edinmeyi sağlayan bir platformdur. Ancak bu yoğun kullanım, sosyal medyanın varlığının yeni sorunları da ortaya çıkarmaktadır (Başaran ve ark. 2017).

2.11. Dijital Oyunlara Bağımlılık

Bugün, uzun süre dijital oyun oynayan ve hatta hayatlarını bu şekilde sürdüren insanların olduğu görülüyor. Başlangıçta etkin ve verimli bir zaman dilimi olarak algılanan bu durum, zamanla gerçek hayattan kopma, oyun sürelerini ve donanımlarını aksatmadan sürdürme, oyun oynamadığında yoksunluk hissi gibi sorunlara dönüşebilir. Bu tür davranışlar, dijital oyun bağımlılığı olarak tanımlanabilir (Grüsser ve ark., 2006; Thalemann, 2010; Horzum, 2011; Ercengiz ve Şar, 2017). Ayrıca, dijital oyun bağımlılığı; aşırı oyun oynama, obsesif-kompulsif oyun oynama, patolojik oyun oynama ve problemlili oyun oynama gibi kavramlarla da açıklanmaktadır (Hazar, 2016). Teknolojinin hayatımıza entegre olması ve onu dönüştürmesi, teknolojik ürünlerin kullanım alışkanlıklarını da farklılaştırmaktadır.

Dijital oyunlar, neredeyse tüm teknolojik cihazlarda oynanabildiği için oyun bağımlılığı giderek yaygınlaşmaktadır. Bu oyunların sosyal, kültürel ve ekonomik açıdan önemli etkileri bulunmaktadır. Gerçek hayatta gerçekleştirilemeyen ve hayal gücünün bir ürünü olan olayların, sanal oyun dünyasında mümkün hale gelmesi, dijital oyunların tercih edilmesinin başlıca nedenleri arasındadır (Karaduman ve Aciyan, 2020). Zaman içinde dijital oyunlar, eğlence aracı olmaktan çıkıp bir ihtiyaç haline gelebilir ve oynanmadığında yoksunluk hissi ortaya çıkabilir. Ayrıca, oyun oynarken keyifli vakit geçiren bireyler, zamanla daha stresli, sinirli ve gergin bir ruh haline girebilirler. Bu durum, bağımlılığın bir göstergesi olarak değerlendirilmektedir.

Dijital oyun bağımlılığı üzerinde etkili olan faktörler, çeşitli psikolojik kuramlar çerçevesinde açıklanmaya çalışılmıştır. Bu kuramsal yaklaşımlar incelendiğinde, davranışçı teorinin çevresel uyarıcılar ve ödül sistemlerinin bağımlılık gelişiminde önemli olduğunu vurguladığı; kişilik kuramının bireysel kişilik özelliklerinin etkisini göz ardı etmediği; bilişsel yaklaşımın ise bireyin oyun oynama davranışını bilinçli bir tercih olarak değerlendirdiği görülmektedir. Öte yandan hümanist yaklaşım, bireyin kimlik oluşturma süreci, kabul görme arzusu, aidiyet ihtiyacı ve temel fizyolojik gereksinimlerinin bu süreçte etkili olduğunu ifade etmektedir. Ayrıca öz-belirlenim kuramı da bireyin yeterlilik duygusu, özerklik isteği ve sosyal ilişkiler kurma ihtiyacının dijital oyun bağımlılığı üzerinde belirleyici olabileceğini ileri sürmektedir (Karaduman & Aciyan, 2020; Yumrukuz, 2021).

Dijital oyunların günümüzde hayatımızın önemli bir parçası haline geldiği ve farklı yaş gruplarından pek çok bireyin bu oyunları oynadığı bilinmektedir. Dijital oyun bağımlılığı tanısı koymak için DSM-IV sınıflandırma sisteminde yer alan “patolojik kumar oynama” ölçütleri kullanılmaktadır. Bu ölçütler şunlardır:

- Bireyin duygu, düşünce ve davranışlarının oyun tarafından kontrol edilmesi ve oyunun bireyin hayatında merkezi bir rol oynaması.
- Gerçek hayattaki sorumlulukların yerine getirilememesi.
- Sosyal aktivitelere katılımda zorluk yaşanması.
- Oyun oynama süresinin kontrol edilememesi.
- Oyun oynanmadığında yoksunluk belirtileri hissedilmesi.
- Oyun sırasında yaşanan sorunlarla başa çıkamama ve oyun süresi arttıkça duygusal yoğunluğun artması.
- Oyunu bıraktıktan sonra tekrar oynamaya karşı koyamama.
- Psikolojik ve fiziksel değişimlerin çevreyle çatışmaya neden olması.
- İş ve eğitim hayatında başarısızlık yaşanması.

Dijital oyun oynayan bireylerde bu ölçütlerden herhangi birinin gözlemlenmesi, bireyin hayatını ciddi şekilde olumsuz etkileyebilmektedir (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016). Dijital oyunların tercih edilmesinde, motivasyonun artmasında ve bağımlılığa yol açan etmenler üç ana başlık altında incelenmektedir. Başarı bileşeni, gerçek hayatta elde edilemeyen statü, seviye atlama ve diğer oyuncularla rekabet gibi faktörlerle açıklanırken; sosyal bileşen, bireyin diğer oyuncularla iletişim kurma, karşılıklı yardımlaşma ve bir gruba aidiyet hissetme gibi unsurları içerir. Oyuna dalma bileşeni ise, gerçek hayat görevlerinin aksaması, oyun ve karakterle duygusal bağ kurma, ve oyunun büyüleyici dünyasına kapılma gibi etmenlerle açıklanmaktadır (Karaduman ve Acıyan, 2020). Amerikan Psikiyatri Derneği, oyun bağımlılığını bir hastalık olarak kabul etmekte, Dünya Sağlık Örgütü de oyun oynamanın yol açtığı psiko-sosyal sorunların bir hastalık olarak değerlendirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

Dijital oyun oynayan kişi sayısı her geçen gün artarken, bu durum fiziksel ve sosyal sağlık sorunlarını da beraberinde getirmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün 2021 verilerine göre, dijital oyun bağımlılığı dünya genelinde %1,3 ile %9,9 arasında bir yaygınlık göstermektedir. Bu verilere göre, dünya çapında her 10 kişiden biri dijital oyun bağımlılığı yaşamaktadır.

Dijital oyunlar, özellikle gençler arasında popüler bir hobidir ve birçok kullanıcı için sağlıklı bir eğlence biçimi olarak kabul edilmektedir. Ancak son yıllarda, bazı dijital oyunlar bireylerin kişisel, sosyal, eğitimsel ve mesleki ilişkilerini olumsuz etkileyerek psikolojik sorunlara yol açabilmektedir. Ayrıca, dijital oyunlar fiziksel hareketsizlik, sağlıksız beslenme, görme ve işitme sorunları, iskelet problemleri, uyku bozuklukları ve depresyon gibi ciddi sağlık sorunlarına da neden olabilmektedir. Dünya genelinde dijital oyun bağımlılığının %1,3 ile %9,9 arasında değişen oranlarda

yaygınlaştığı ve bu oranın giderek arttığı belirtilmektedir (Uzunoğlu, 2021). Bu verilere göre, her 10 kişiden 1'inin oyun bağımlısı olduğu söylenebilir. Bu oranlar oldukça ciddi olup, bağımlılığın kontrol altına alınması büyük önem taşımaktadır.

Sokaklarda oynanan geleneksel oyunlar, bireylerin aktif olarak katılım gösterdiği ve bu süreçte fiziksel ve zihinsel gelişimlerini olumlu yönde etkileyen etkinliklerdi. Ancak dijital ürünlerin hayatımıza girmesiyle birlikte oyun anlayışımız ve tercih sebeplerimiz de değişmiştir. Geleneksel oyunlarda eğlenme, öğrenme, hayal gücü ve serbest zamanı verimli kullanma gibi faktörler ön plandayken, dijital oyunlarla birlikte statü, rekabet ve hayal dünyasında kendini gerçekleştirme gibi unsurlar tercih sebeplerini şekillendirmeye başlamıştır.

Dijital oyun bağımlılığı, henüz literatürde üzerinde uzlaşıya varılmış net bir tanıma sahip olmamakla birlikte, genel olarak davranışsal bir bağımlılık türü olarak değerlendirilmektedir. Bu kavram, bireyin bilgisayarı ya da dijital oyunları zararlı, uzun süreli ve denetimsiz şekilde kullanması şeklinde tanımlanabilir (Thalemann, 2010). Çocuklar özelinde bakıldığında ise, dijital oyun bağımlılığı; oyun oynama süresini kontrol edememe, sanal dünyayı gerçek yaşamla karıştırma, oyun nedeniyle günlük sorumlulukların ihmal edilmesi ve diğer etkinliklere kıyasla oyunun öncelik kazanması gibi davranışlarla kendini göstermektedir. Son yıllarda teknolojinin hızla gelişmesiyle birlikte çocukların yaşamında dijital oyunlar ve teknolojik araçların önemli bir yer edindiği görülmektedir (Horzum, 2011). Literatürde dijital oyun bağımlılığına dair farklı araştırmalar yer almakta olup, bu durum giderek daha fazla psikolojik sorunla ilişkilendirilmekte ve akademik çevrelerde tartışılan bir konu haline gelmektedir. Dijital oyun bağımlılığı üzerine yapılan araştırmalarda en çok tercih edilen oyunlar arasında genellikle en yeni, en son çıkan ve en iyi görsel özelliklere sahip oyunların yer aldığı görülmüştür. Minecraft üzerine yapılan bir araştırma, oyunun görsel açıdan eski ve düşük çözünürlükte olmasına rağmen, küresel ölçekte en çok tercih edilen dijital oyunlardan biri olduğunu ortaya koymuştur. Bu durumun temelinde, oyunun sunduğu sınırsız içerik, dikkat gerektiren uzun süreli etkileşim yapısı ve oyunculara toplumsal rolleri seçme konusunda sağladığı kontrol gibi etkenlerin yer aldığı belirtilmiştir (Akt. Alper ve ark., 2015).

Sisler'in (2005) belirttiğine göre, dijital oyunlar günümüzde toplumların ve kültürel yapının ayrılmaz bir bileşeni hâline gelmiş olup, ekonomik, toplumsal ve kültürel düzeyde önemli etkiler yaratmaktadır. Bu oyunların kullanıcılarına sunduğu sanal ortamlar incelendiğinde, oyunculara hayal gücüyle şekillendirilmiş dünyalarda özgürce hareket edebilme imkânı tanınması; gerçek yaşamda mümkün olmayan

eylemlerin dijital ortamda gerçekleştirilebilmesi gibi faktörler, dijital oyunların günümüzde en yaygın eğlence araçlarından biri hâline gelmesinde etkili olmuştur (Akt. İnal & Kiraz, 2008).

Dijital oyunların sağlıklı yaşamın bir parçası olarak belirli ölçülerde oynanmasının normal kabul edildiği ve bu oyunların bireyde duygusal rahatlama, stres azaltma gibi olumlu etkiler yarattığı çeşitli araştırmalarla desteklenmiştir. Ancak, oyun oynama davranışının bireyin kendi kontrolünden çıkması, duygu ve düşünce dünyasında belirgin değişikliklere yol açması ve sosyal yaşamı olumsuz etkilemesi gibi durumlar, dijital oyun bağımlılığı riskini gündeme getirmektedir.

Lemmens ve arkadaşları (2009) tarafından yürütülen bir araştırmada, dijital oyun bağımlılığı; bireyin toplumsal ya da duygusal sorunlar yaşamasına rağmen bilgisayar ya da video oyunlarını yoğun ve takıntılı bir biçimde oynamaya devam etmesi ve bu davranışı üzerinde kontrol sağlayamaması şeklinde tanımlanmıştır.

Öte yandan, Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (APA) Mayıs 2013'te yayımladığı "Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı"nın (DSM-5) 3. araştırma ekinde, dijital oyun bağımlılığı "internette oyun oynama bozukluğu" (Internet Gaming Disorder) başlığı altında ele alınmıştır. APA, bu bozukluğun DSM-5'e resmi olarak dâhil edilebilmesi için, klinik açıdan tanıyı destekleyecek nitelikte daha fazla bilimsel çalışmanın yapılması gerektiğini vurgulamıştır.

2.11.1. Dijital Oyun Bağımlılığını Besleyen Unsurlar

Dijital oyunların sahip olduğu belirli yapısal özellikler ile oyunculara sunduğu psikolojik deneyimler, bireylerde uzun süreli oyun oynama eğilimini artırmakta ve zamanla bağımlılık geliştirme riskini doğurabilecek unsurlar arasında değerlendirilmektedir. Yee (2006), dijital oyunlarda kullanıcı motivasyonunu açıklamak amacıyla yaptığı çalışmasında bu motivasyon kaynaklarını üç temel kategori altında toplamıştır: "başarı" (rekabet ve ilerleme), "sosyal" (etkileşim ve grup bağlılığı) ve "oyuna dalma" (hikâyeye, karaktere veya sanal dünyaya kendini kaptırma). Bu sınıflandırma, dijital oyunların bireyler üzerindeki çekim gücünü anlamak ve potansiyel bağımlılık süreçlerini analiz etmek açısından önemli bir kuramsal çerçeve sunmaktadır.

• Başarı Hissi ve Kazanımlar:

- **Yükselme/İlerleme:** Oyun içinde güç kazanma, ödüller elde etme, hızlı ilerleme, sanal servet veya statü kazanma isteği.
- **Mekanik:** Oyunda karakterin performansını artırmak ve bir üst seviyeye çıkmak için oyunun temel kurallarını ve sistemini anlama gerekliliği.

- **Rekabet:** Oyunda diğer oyuncularla mücadele etme ve rekabet duygusunu yaşama isteği.

- **Sosyal Motivasyon ve Katılım:**

- **Sosyalleşme:** Oyundaki diğer oyuncularla sohbet etme ve karşılıklı yardımlaşma imkânı.

- **İlişki:** Farklı şehirlerde yaşayan oyuncuların çevrimiçi oyunlar aracılığıyla bir araya gelmesi ve uzun süreli ilişkiler kurma fırsatı.

- **Ekip Çalışması:** Oyunda diğer oyuncularla bir ekip halinde çalışmaktan duyulan memnuniyet.

- **Oyuna Dalma Unsurları:**

- **Keşif:** Oyunlardaki keşif görevlerini tamamlama ve bir sonraki adımın bilinmezliğini yaşama.

- **Rol Yapma:** Oyunun kurgusuna uygun bir karakter yaratarak diğer oyuncularla doğaçlama etkileşim kurma veya gerçek hayatta olmak istenilen role bürünme fırsatı.

- **Özelleştirme ve Kontrol:** Oyundaki karakteri veya ortamı kişisel tercihlere göre şekillendirebilme imkânı.

- **Gerçeklerden Kaçma:** Oyuncuların günlük yaşamın stres, korku gibi olumsuz duygularından uzaklaşma ve rahatlama fırsatı.

2.11.2. Dijital Oyunların İki Yüzü: Yararları ve Zararları

Dijital oyunların ortaya çıktığı ilk dönemlerden itibaren, özellikle çocuklar üzerindeki etkilerini inceleyen çok sayıda kapsamlı araştırma gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar, dijital oyunların hem yararlı hem de zararlı etkiler barındırabileceğini; söz konusu etkilerin ise çocuğun tercih ettiği oyun türüne ve oyunla geçirdiği zamana bağlı olarak farklılık gösterebileceğini ortaya koymuştur. Aşağıda, dijital oyunların çocuklar üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri ayrıntılı şekilde ele alınmıştır.

- **Yararlı Etkiler:**

- Dijital oyunlar, çocukların algısal ve bilişsel yeteneklerini, aynı zamanda motor becerilerini geliştirmelerine katkıda bulunur.

- Dijital oyunlar, çocuklara karar verme ve problem çözme becerilerini geliştirme, ekip çalışmasını öğrenme ve daha geniş bir bakış açısı kazanma imkanı sunar. Ayrıca, kısa süreli hafızanın gelişimine de yardımcı olur (Tüzün, 2006)• Dijital oyunların yarattığı rekabet ortamı, çocukları stratejiler geliştirmeye teşvik eder. Kazanma ve

başarma duygusu, çocukların özgüvenlerini artırmalarına yardımcı olur (Bayırtepe ve Tüzün, 2007).

- Dijital oyunlar, çocuklara odaklanma, planlama yapma ve hedeflerine ulaşmak için karmaşık durumlarla başa çıkma becerisi kazandırır (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2008).

- **Zararlı Etkiler:**

- Dijital oyunların başında uzun süreler geçirmek, obezite başta olmak üzere uyku problemleri, baş ağrıları, göz kuruluğu, el bileği rahatsızlıkları ve kas-iskelet sistemi sorunları gibi sağlık problemlerine yol açabilir (Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi ve Eğitim Merkezi [AMATEM], 2008).

- Şiddet içerikli dijital oyunlar, çocuklarda öfke ve saldırgan davranışları tetikleyebilir (Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü [ASAGEM], 2008).

- Dijital oyunlara çok fazla zaman harcayan çocuklar, sosyal aktivitelere daha az vakit ayırmakta ve zamanla sosyal ilişkilerden uzaklaşmaktadır.

- Dijital oyunlara ayrılan zaman, çocukların derslerini ihmal etmelerine, akademik performanslarının düşmesine, okulu asmalarına ve hatta okulu bırakmalarına neden olabilmektedir (EĞİTEK, 2008).

2.12. Yurt İçi ve Yurt Dışı Literatüre Genel Bakış

Dijital oyun bağımlılığı ve sosyalleşme ilişkisi, hem yurt içinde hem de yurt dışında çeşitli araştırmalara konu olmuştur. Türkiye’de yapılan çalışmalarda, dijital oyunlara aşırı yönelimin sosyal izolasyon, yalnızlık ve düşük sosyal destek algısı gibi psikososyal sorunlarla ilişkili olduğu belirtilmiştir. Örneğin, Aydın (2021), lise öğrencileri arasında dijital oyun bağımlılığı ile sosyal izolasyon arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur. Yılmaz ve Akyol (2020) ise üniversite öğrencilerinin dijital oyun oynama süresi ile yalnızlık ve düşük sosyal destek arasında güçlü bir korelasyon tespit etmişlerdir.

Yurt dışında ise Kuss ve Griffiths (2012), video oyunu bağımlılığının yüz yüze sosyal etkileşimleri azalttığını ve bireyleri yalnızlaştırabileceğini belirtmiştir. Lemmens, Valkenburg ve Peter (2011) ise dijital oyun bağımlılığının depresyon ve yalnızlık düzeyini artırdığını göstermiştir. Bununla birlikte, bazı araştırmalar dijital oyunların olumsuz etkilerine karşı dengeleyici sosyal unsurların da varlığına dikkat çekmektedir. Örneğin, Domahidi ve arkadaşları (2014), çok oyunculu çevrim içi oyunların bazı bireylerde sosyal etkileşimi destekleyebileceğini ileri sürmektedir. Shen ve arkadaşları

(2011) ise bu tür oyunların, bireylerin sosyal becerilerini geliştirme potansiyeline sahip olabileceğini ifade etmişlerdir.

Bu bulgular, dijital oyunların bireyin yaşam tarzı, sosyal çevresi ve oynanan oyun türüne göre farklı etkiler yaratabileceğini ve sosyalleşme süreçlerinin çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Hem ulusal hem de uluslararası düzeyde yapılan bu çalışmalar, dijital oyun bağımlılığı ile sosyalleşme arasındaki ilişkinin, bağlama, bireysel özelliklere ve sosyal çevreye bağlı olarak değişebileceğini ortaya koymaktadır.



3. YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde; araştırmanın amacı, problem cümlesi, alt problemleri, varsayımları, sınırlılıkları, araştırma modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları ile veri analizine ilişkin genel bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Amacı

Çalışmanın temel amacı, gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyalleşme süreçleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu doğrultuda, gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin belirlenmesi, sosyalleşme süreçlerinin değerlendirilmesi ve bu iki değişken arasındaki ilişkinin analiz edilmesi hedeflenmektedir.

Ayrıca, dijital oyun bağımlılığı ve sosyalleşme düzeylerinin cinsiyet, yaş, kurs süresi ve oyun oynama sıklığı gibi demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi de çalışmanın amaçları arasındadır. Bunun yanı sıra, gençlerin dijital oyun kullanım alışkanlıklarının sosyalleşme üzerindeki etkilerinin ortaya konulması ve bu bağlamda sosyal gelişimlerine katkı sağlayacak çözüm önerilerinin geliştirilmesi amaçlanmaktadır.

3.2. Araştırmanın Önemi

Günümüzde dijital oyunlar, genç bireylerin boş zaman aktiviteleri arasında önemli bir yer tutmaktadır. Ancak bu oyunların aşırı ve kontrolsüz kullanımı, bireylerin sosyal etkileşimlerini olumsuz yönde etkileyerek dijital oyun bağımlılığına yol açabilmektedir. Bu durum, özellikle gelişim çağındaki bireylerin psikososyal gelişimleri açısından önemli sorunlar doğurabilmektedir. Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı kurslar gibi fiziksel ve sosyal etkileşime dayalı faaliyetlerin, gençlerin dijital bağımlılıklardan uzaklaşmasına ve sosyal becerilerinin gelişmesine katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Bu bağlamda yapılan araştırma, hem bireysel düzeyde gençlerin sosyal gelişimine katkı sağlayacak stratejilerin geliştirilmesi hem de kurumlar düzeyinde gençlik politikalarının veri temelli oluşturulması açısından önemli bir boşluğu doldurmaktadır. Özellikle pandemi sonrası dönemde gençlerin yüz yüze sosyal ortamlardan uzaklaşması, bu çalışmayı daha da anlamlı kılmaktadır. Araştırma, dijital oyun bağımlılığı ile

sosyalleşme süreçleri arasındaki ilişkinin bilimsel olarak incelenmesiyle, gençlerin sağlıklı gelişimlerini destekleyecek öneriler sunmayı amaçlamaktadır.

Ayrıca bu çalışma, literatürde az çalışılmış olan “gençlik ve spor kursları” bağlamında dijital oyun bağımlılığı ve sosyalleşme ilişkisini ele alması bakımından özgün bir katkı sağlamaktadır. Araştırma sonucunda elde edilecek bulgular, eğitimciler, spor yöneticileri, aileler ve politika yapıcılar için yönlendirici olabilir. Bu yönüyle çalışma, hem kuramsal hem de uygulamalı olarak alana katkı sunma potansiyeline sahiptir.

3.3. Problem Cümlesi

Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyalleşme süreçleri arasında ki ilişkinin incelenmesi

3.4. Alt Problemler

1- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyalleşme düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

2- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark var mıdır?

3- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin sosyalleşme düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark var mıdır?

4- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark var mıdır?

5- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin sosyalleşme düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark var mıdır?

6- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir fark var mıdır?

7- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin sosyalleşme düzeyleri ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir fark var mıdır?

8- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin günlük dijital oyun oynama süreleri ile sosyalleşme düzeyleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

3.5. Hipotezler

1- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyalleşme düzeyleri arasında anlamlı bir fark yoktur.

2- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun oynama süreleri ile sosyalleşme düzeyleri arasında anlamlı bir fark yoktur.

3- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark yoktur.

4- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark yoktur.

5- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir fark yoktur.

6- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin sosyalleşme düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark yoktur.

7- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin sosyalleşme düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark yoktur.

8- Gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin sosyalleşme düzeyleri ile eğitim düzeyi arasında anlamlı bir fark yoktur.

3.6. Araştırmanın Varsayımları

1- Çalışmaya katılan katılımcıların evreni temsil edici nitelikte olduğu varsayılmıştır.

2- Çalışmada kullanılan ölçme araç ve yöntemlerinin öğrencilerin düzeylerinin belirleme gücüne sahip olduğu varsayılmıştır.

3- Araştırmada verileri toplamak için kullanılan ölçme aracı sosyalleşme ölçeğinin geçerliliğinin ve güvenilirliğinin yapılmış olup araştırmacının amacı için yeterli olduğu varsayılmıştır.

4- Araştırmada verileri toplamak için kullanılan ölçme aracı dijital oyun bağımlılığı ölçeğinin geçerliliğinin ve güvenilirliğinin yapılmış olup araştırmacının amacı için yeterli olduğu varsayılmıştır.

5- Uygulanan istatistik yöntemlerin, değerlendirmelerinin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.

6- Anketi dolduran bireylerin gönüllü olarak doldurdıkları varsayılmıştır.

7- Anketi dolduran bireylerin, anket sorularını doğru ve içtenlikle cevapladıkları ve buna ilişkin ifadelerin gerçeği yansıttığı varsayılmıştır.

8- Anketi dolduran bireylerin, anketi doldururken dış etkenlerden etkilenmedikleri varsayılmıştır.

3.7. Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırma, Gümüşhane ili Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne bağlı gençlik ve spor kurslarına katılan genç bireylerle sınırlıdır.
- Araştırma, 177'si kadın ve 128'i erkek olmak üzere toplam 305 gönüllü katılımcı ile sınırlıdır.
- Araştırma, Sosyalleşme Ölçeği ile Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği ile sınırlıdır.
- Çalışma, konuya ilişkin ulaşılabilen kaynaklar ve literatürle sınırlıdır.
- Araştırma, 2024–2025 yılları arasında gerçekleştirilen veri toplama süreciyle sınırlıdır.

3.8. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, gençlik ve spor kurslarına katılan gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyalleşme süreçlerini incelemeyi amaçlayan betimsel bir çalışmadır. Betimsel araştırma modelleri, olayları, durumları veya bireyleri olduğu gibi tanımlamayı ve mevcut durumu ortaya koymayı hedefler (Karasar, 2012). Bu çalışmada, gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyalleşme süreçleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Nicel araştırma, olguları sayısal verilerle açıklamayı ve istatistiksel analizlerle sonuçlar çıkarmayı hedefler. Bu bağlamda, veri toplama aracı olarak anket yöntemi tercih edilmiştir. Anket, katılımcıların demografik bilgilerini (yaş, cinsiyet gibi) ve dijital oyun bağımlılığı ile sosyalleşme düzeylerini ölçmeye yönelik sorular içermektedir.

3.9. Evren ve Örneklem

Araştırmada hedeflenen gençlere ulaşmak için, Gümüşhane Üniversitesi Etik Kurulu'ndan çalışmanın uygun olduğuna dair etik onayı, Gümüşhane Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'nden ise gerekli izinler alınmıştır. 18-25 yaş aralığında spor kurslarına devam eden gençlerle iletişime geçilmiş ve anket formu linki katılımcılara gönderilerek doldurmaları sağlanmıştır. Katılımcıların, çalışmada kullanılan ölçeği uzaktan, özgür bir ortamda, herhangi bir baskı, engelleme veya yönlendirmeye maruz kalmadan, gönüllü olarak cevaplamaları sağlanmıştır.

Araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olan ölçüt örnekleme seçilmiştir. Bir araştırmada gözlem birimleri belli niteliklere sahip kişiler, olaylar, nesneler ya da durumlarından oluşturulabilir. Bu durumda örneklem için belirlenen ölçütü karşılayan birimler (nesneler, olaylar vb.) örnekleme alınırlar

(Büyüköztürk vd., 2020). Araştırmaya 305 genç dahil edilmiştir ve katılımcıların belirlenmesinde; gençlik ve spor kurslarına katılmaları temel ölçüt olarak dikkate alınmıştır. Bu sayede, araştırmaya konu olan olguyu yaşayan kişilerin deneyimlerinin yansıtılması amaçlanmıştır.

3.10. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplamak amacıyla üç bölümden oluşan bir anket formu kullanılmıştır. İlk bölümde katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, kursa katılım süresi ve dijital oyun oynama alışkanlıklarını belirlemeye yönelik demografik bilgi formu yer almaktadır. Ayrıca, sosyalleşme düzeyini ölçmek için Sosyalleşme Ölçeği ve dijital oyun bağımlılığını değerlendirmek için Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği kullanılmıştır. Bu formlar, bireylerin kişisel özelliklerini ve araştırma değişkenleri üzerindeki potansiyel etkilerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır.

3.10.1. Demografik Bilgi Formu

Bu kısımda katılımcıların kişisel bilgilerine yönelik olarak toplamda 7 soru (cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, aile gelir durumu, spor yapma yılı, oyunu hangi cihazla oynadığı, hangi oyun türünü oynadığı) yer almaktadır.

3.10.2. Sosyalleşme Ölçeği

Bu araştırmada öğrencilerin sosyalleşme düzeylerini ölçmek amacıyla, Şahan (2007) tarafından geliştirilen ve gerekli izinler alınarak kullanılan **Sosyalleşme Ölçeği (SÖ)**'nden yararlanılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği, Cronbach Alpha katsayısı 0.79 olarak raporlanmıştır. Söz konusu ölçek, öğrencilerin sosyalleşme düzeylerini değerlendirmeye yönelik olarak hazırlanmış, beşli Likert tipi derecelendirme (1: Kesinlikle katılmıyorum – 5: Kesinlikle katılıyorum) esasına dayanan toplam 34 maddelik bir yapıdan oluşmaktadır.

Sosyalleşme Süreci Ölçeği, bireylerin sosyal ilişkiler kurma, grup içinde yer alma, toplumsal kurallara uyum sağlama ve sosyal rollerini benimseme düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, 34 maddeden oluşmakta olup, bu maddeler kuramsal çerçeveye dayalı olarak gruplandırıldığında aşağıdaki dört temel alt boyuta ayrılabilir:

1. **İletişim ve Etkileşim Becerisi:** Bireyin sosyal ortamlarda başkalarıyla sağlıklı ve sürekli iletişim kurabilme yeterliliğini ölçen maddeleri kapsamaktadır.

2. **Grup Aidiyeti ve Uyum:** Toplum ya da grup içindeki rollerini benimseme ve bu gruba karşı aidiyet hissetme düzeyine ilişkin maddelerden oluşmaktadır.

3. Sosyal Katılım ve Sorumluluk: Toplumsal etkinliklere katılım, gönüllülük, toplumsal sorumluluk bilinci gibi davranışlara yönelik ifadeleri içerir.

4. Özgüven ve Sosyal Yeterlik: Bireyin sosyal ortamlarda kendini ifade etme, inisiyatif alma ve kendine güven duygusunu yansıtan maddeleri içermektedir.

Bu boyutlar kuramsal temellere dayalı olarak belirlenmiş olup, her alt boyuta ait maddelerin ortalamaları hesaplanarak puanlandırma yapılabilir. Ancak bu çalışmada, veri analizlerinde sadece toplam sosyalleşme puanı dikkate alınmıştır. Alt boyutlara dayalı ayrı analizler araştırma kapsamı dışında tutulmuştur.

3.10.3. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7), dijital oyun oynama davranışlarını değerlendirmek amacıyla Lemmens ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek, 7 maddeden oluşan tek boyutlu bir yapıya sahiptir ve beşli Likert tipi bir derecelendirme kullanır: "Hiçbir zaman", "Nadiren", "Bazen", "Sık sık" ve "Her zaman". Ölçeğin orijinal formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları yüksek iç tutarlılık (Cronbach alfa=0.92) ve iyi uyum indeksleri (CFI=0.904, RMSEA=0.053) göstermiştir.

Türkiye'de, Yalçın Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından ölçeğin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Bu çalışmada, ölçeğin Türkçe formunun kapsam geçerlik indeksi 0.92, Cronbach alfa belirlenmiştir.

DOBÖ-7'nin Türkçe formu, dijital oyun oynama davranışlarının belirlenmesi ve erken tanısı için geçerli ve güvenilir bir araç olarak kabul edilmektedir. Ölçek, dijital oyun bağımlılığının değerlendirilmesi ve ilgili araştırmalarda kullanılmak üzere uygun bir ölçüm aracı sunmaktadır. (Irmak Y,-Erdoğan S, 2015)

3.11. Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizi IBM SPSS 25.0 programı ile yapılmıştır. Araştırmada ilk olarak katılımcılara ilişkin demografik değişkenlerin dağılımını görmek amacıyla frekans ve yüzde analizleri kullanılmıştır. Veri toplama araçlarına ilişkin güvenilirlik analizinde Cronbach's Alpha katsayısı hesaplanmıştır. Araştırma kapsamında bağımsız değişkenlerin (cinsiyet, yaş, katıldıkları kurs türü) bağımlı değişkenler (dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ve sosyalleşme düzeyleri) üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla betimsel istatistiklerin yanı sıra bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Ayrıca, dijital oyun bağımlılığı ile sosyalleşme düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi 0.05 olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde araştırmadan elde edilen bulgulara ve bu bulguların değerlendirmelerine yer verilmiştir.

Tablo 1. SÖ ve DOBÖ puanları güvenirlik analizi sonuçları

Ölçek	Cronbach alfa
Sosyalleşme	.835
Dijital Oyun Bağımlılığı	.833

Araştırmanın temel amacı olan dijital oyun bağımlılığı ile sosyalleşme düzeyi arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 12’de verilmiştir. Buna göre, iki değişken arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur ($r = -$, $p < .05$). Bu bulgu, dijital oyun bağımlılığı düzeyi arttıkça sosyalleşmenin azaldığını göstermektedir.

Sosyalleşme ölçeği için hesaplanan Cronbach alfa değeri 0,835 olarak bulunmuştur. Bu değer, ölçeğin yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir. Genel kabul görmüş bir kural olarak, Cronbach alfa değerinin 0,70 ve üzeri olması, ölçeğin güvenilir olduğunu ifade eder. Bu nedenle, sosyalleşme ölçeğinin katılımcıların sosyalleşme düzeylerini tutarlı bir şekilde ölçtüğü söylenebilir. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği için hesaplanan Cronbach alfa değeri 0,833 olarak bulunmuştur. Bu değer, dijital oyun bağımlılığı ölçeğinin de yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, ölçeğin katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeylerini tutarlı ve güvenilir bir şekilde ölçtüğünü ortaya koymaktadır. Her iki ölçek için elde edilen Cronbach alfa değerleri, ölçeklerin güvenilir olduğunu ve çalışmanın bulgularının geçerliliğini desteklediğini göstermektedir. Bu yüksek güvenirlik değerleri, ölçeklerin kullanıldığı analizlerin sonuçlarının güvenilir ve tutarlı olduğunu ifade etmektedir.

Tablo 2.

DEĞİŞKENLER		n	%
Cinsiyet	Erkek	128	42.0
	Kadın	177	58.0
Yaş	18-19 Yaş	141	46.2
	20-21 Yaş	68	22.3
	22-23 Yaş	29	9.5
	24 yaş	67	22.0
Spor yapma yılı	1-3 Yıl	198	64.9
	4-6 Yıl	46	15.1
	7 ve üzeri yıl	61	20.0
Gelir Düzeyi	Asgari Ücret (17.000-20.000)	161	52.8
	21000-30000	46	15.1
	31000-40000	48	15.7
	41000 ve üzeri	50	16.4
Eğitim Durumu	Lise	44	14.4
	Ön Lisans	154	50.5
	Lisans	97	31.8
	Lisansüstü	10	3.3
Oyun Oynadığınız Araç	Telefon	245	80.3
	Bilgisayar	48	15.7
	Tablet	4	1.3
	Konsol	8	2.6
Oyun Oynadığı Tür	Spor	128	42.0
	Strateji	85	27.9
	Rol yapma	38	12.5
	Birinci Şahıs Nişancı (Countter-Strike vb.)	54	17.7

Katılımcıların %58'i kadın, %42'si erkektir. Bu dağılım, çalışmanın kadın katılımcılar açısından daha fazla temsil edildiğini göstermektedir. Bu durum, kadınların araştırmaya daha fazla ilgi gösterdiğini veya daha fazla spor kursuna katıldığını gösterebilir. Katılımcıların büyük bir çoğunluğu (%46.2) 18-19 yaş aralığındadır. Bunu %22.3 ile 20-21 yaş ve %22 ile 24 yaş grubu takip etmektedir. Katılımcıların %64.9'u 1-3 yıldır spor yapmaktadır. Bu, katılımcıların büyük bir kısmının spor alışkanlıklarının nispeten yeni olduğunu göstermektedir. %15.1, 4-6 yıl, %20'si ise 7 yıl ve üzeri spor yapma deneyimine sahiptir, bu da deneyimli bir grubun varlığına işaret etmektedir. Katılımcıların %52.8'i asgari ücret düzeyinde gelire sahiptir. Bu, çalışmanın düşük gelir grubundaki bireyler tarafından daha fazla temsil edildiğini göstermektedir. Diğer gelir grupları daha az temsil edilmiştir. Katılımcıların %50.5'i ön lisans, %31.8'i lisans eğitime sahiptir. Bu, katılımcıların büyük bir kısmının yükseköğretim düzeyinde eğitim aldığını göstermektedir. Lisansüstü eğitim alanların oranı ise %3.3 ile oldukça düşüktür. Katılımcıların %80.3'ü oyun oynamak için telefon kullanmaktadır. Bu, mobil

oyunların popülaritesini ve erişilebilirliğini yansıtmaktadır. Bilgisayar ve konsol kullanımı daha düşük oranlardadır. En popüler oyun türü %42 ile spor oyunlarıdır. Bunu %27.9 ile strateji oyunları ve %17.7 ile birinci şahıs nişancı oyunları takip etmektedir. Bu bulgular, katılımcıların oyun tercihlerinde çeşitlilik olduğunu göstermektedir.

Tablo 3.SÖ ve DOBÖ puanları ile ilgili betimsel istatistikler

Ölçekler	Madde sayısı	n	Min.	Max.	$\bar{x}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Sosyalleşme	34	305	1.88	5.00	3.67	.39	.033	1.160
Dijital Oyun Bağımlılığı	7	305	1.00	5.00	1.87	.77	1.051	1.231

Sosyalleşme ölçeğinde 34 madde bulunmaktadır ve katılımcıların puanları 1.88 ile 5.00 arasında değişmektedir. Ortalama puan 3.67 (Ss = 0.39) olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç, katılımcıların genel olarak sosyalleşme düzeylerinin orta-üst düzeyde olduğunu göstermektedir. Çarpıklık değeri 0.033 ve basıklık değeri 1.160 olarak bulunmuştur. Bu değerler, verilerin normal dağılıma yakın olduğunu ve aşırı uç değerlerin bulunmadığını göstermektedir. Dijital oyun bağımlılığı ölçeğinde 7 madde bulunmaktadır ve katılımcıların puanları 1.00 ile 5.00 arasında değişmektedir. Ortalama puan 1.87 (Ss = 0.77) olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç, katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin genel olarak düşük olduğunu göstermektedir. Çarpıklık değeri 1.051 ve basıklık değeri 1.231 olarak bulunmuştur. Bu değerler, verilerin sağa çarpık olduğunu ve düşük bağımlılık puanlarının daha yaygın olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, katılımcıların sosyalleşme düzeylerinin dijital oyun bağımlılığı düzeylerine göre daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Sosyalleşme puanlarının daha yüksek olması, katılımcıların sosyal etkileşimlerinin güçlü olduğunu ve dijital oyun bağımlılığının bu sosyal etkileşimleri olumsuz etkilemediğini düşündürmektedir. Dijital oyun bağımlılığı puanlarının düşük olması, katılımcıların büyük çoğunluğunun dijital oyun bağımlılığı riski taşımadığını göstermektedir.

Tablo 4. SÖ ve DOBÖ puanları cinsiyet değişkenine göre t-testi sonuçları

Ölçekler	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	Ss	sd	t	p
Sosyalleşme	Erkek	128	3.69	.42	303	.649	.517
	Kadın	177	3.66	.36			
Dijital Oyun Bağımlılığı	Erkek	128	2.09	.87	303	4.529	.00**
	Kadın	177	1.70	.64			

**p<0,01

Cinsiyet bazında bireylerin "Sosyalleşme Ölçeği (SÖ)" ve "Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)" t-testi sonuçları incelendiğinde katılımcıların SÖ [$t_{(303)}=0.649$, $p>0.05$] puanlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. DOBÖ [$t_{(303)}=4.529$, $p<0.01$] puanlarında ise cinsiyete bağlı erkek katılımcıların lehine anlamlı farklılık saptanmıştır (Tablo 3). Başka bir ifadeyle, erkek katılımcıların dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin, kadın katılımcılara kıyasla anlamlı şekilde daha yüksek olduğu tesbit edilmiştir.

Tablo 5. SÖ ve DOBÖ puanları yaş değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçekler	Yaş	n	$\bar{x}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Sosyalleşme	^a 18-19 Yaş	141	3.60	.36	3-301	4.231	.00**	d>a
	^b 20-21 Yaş	68	3.70	.44				
	^c 22-23 Yaş	29	3.67	.32				
	^d 24 Yaş	67	3.80	.38				
Dijital Oyun Bağımlılığı	^a 18-19 Yaş	141	1.82	.69	3-301	2.326	.075	
	^b 20-21 Yaş	68	1.74	.74				
	^c 22-23 Yaş	29	2.08	.69				
	^d 24 Yaş	67	2.01	.94				

**p<0,01

Katılımcıların yaş değişkenine göre uygulanan ANAVO analizi sonuçlarına göre SÖ [$F_{(3-301)}=4.231$, $p<0.01$] puanlarında anlamlı farklılık görülmüştür. DOBÖ [$F_{(3-301)}=2.326$, $p>0.05$] puanlarında ise anlamlı farklılık bulunmamıştır (Tablo 4). Anlamlı farklılığın hangi yaş gurupları arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma analiz sonuçlarına göre 24 yaşında olanların 18-19 yaş aralığında olanlardan anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Tablo 6. SÖ ve DOBÖ puanları eğitimi durumu değişkenine Göre ANOVA sonuçları

Ölçekler	Eğitim Durumu	n	$\bar{x}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Sosyalleşme	^a Lise	44	3.55	.46	2-302	3.737	.025	
	^b Ön Lisans	154	3.67	.38				
	^c Lisans ve üzeri	107	3.73	.35				
Dijital Oyun Bağımlılığı	^a Lise	44	1.79	.64	2-302	6.847	.001**	c>a.b
	^b Ön Lisans	154	1.74	.71				
	^c Lisans ve üzeri	107	2.08	.85				

**p<0,01

Katılımcıların eğitim durumu değişkenine göre uygulanan ANAVO analizi sonuçlarına göre SÖ [F(2-302) = 3.737, $p < 0.05$] puanlarında anlamlı farklılık görülmemiştir. DOBÖ [F(2-302) = 6.847, $p < 0.01$] puanlarında ise anlamlı farklılık bulunmuştur (Tablo 5). Anlamlı farklılığın hangi eğitim grupları arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma analiz sonuçlarına göre lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahip olanların lise mezunları ve ön lisans mezunlarından anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Tablo 6. SÖ ve DOBÖ puanları gelir durumu değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçekler	Gelir Durumu	n	$\bar{x}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Sosyalleşme	^a 17.000-20.000	161	3.67	.41	3-301	.366	.778	_____
	^b 21000-30000	46	3.64	.38				
	^c 31000-40000	48	3.68	.33				
	^d 41000 ve üzeri	50	3.72	.37				
Dijital Oyun Bağımlılığı	^a 17.000-20.000	161	1.81	.76	3-301	1.407	.241	_____
	^b 21000-30000	46	1.84	.67				
	^c 31000-40000	48	2.07	.77				
	^d 41000 ve üzeri	50	1.87	.86				

Katılımcıların gelir durumu değişkenine göre yapılan ANOVA analizi sonucunda, SÖ [F(3-301)=0.366, $p>0.05$], DOBÖ [F(3-301)=1.407, $p>0.05$] puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Tablo 6). Elde edilen p değerleri 0.05'in üzerinde olduğu için gelir durumuna göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Bu sonuç, farklı gelir gruplarındaki katılımcıların sosyalleşme düzeyleri ve dijital oyun bağımlılığı seviyelerinin benzer olduğunu göstermektedir.

Tablo 7. SÖ ve DOBÖ puanları spor yapma yılı değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçekler	Spor Yılı	n	$\bar{x}$	Ss	Sd	F	p	Fark
Sosyalleşme	^a 1-3 Yıl	46	3.76	.43	2-302	5.627	.004**	_____
	^b 4-6 Yıl	198	3.62	.37				
	^c 7 ve üzeri yıl	61	3.78	.39				
Dijital Oyun Bağımlılığı	^a 1-3 Yıl	46	1.93	.67	2-302	2.055	.130	_____
	^b 4-6 Yıl	198	1.81	.71				
	^c 7 ve üzeri yıl	61	2.02	.97				

** $p<0,01$

Katılımcıların spor yapma yılı değişkenine göre uygulanan ANOVA analizi sonucunda, SÖ puanlarında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur [F(2, 302) = 5.627, $p < 0.01$]. DOBÖ [F(2-302) = 2.055, $p > 0.05$] puanlarında ise farklılık bulunmamıştır (Tablo 7). Anlamlı farklılığın, katılımcıların spor yapma sürelerine göre hangi gruplar

arasında ortaya çıktığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma analizine göre, 7 yıl ve üzeri süredir spor yapan bireylerin SÖ puanları, 1–3 yıl spor yapanlara kıyasla anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür.

Tablo 8. SÖ ve DOBÖ puanları oynadığı oyun aracı değişkenine göre t-testi sonuçları

Ölçekler	Oyun Aracı	n	$\bar{x}$	Ss	sd	t	p
Sosyalleşme	Telefon	245	3.69	.39	303	1.298	.517
	PC ve diğerleri	60	3.62	.38			
Dijital Oyun Bağımlılığı	Telefon	245	1.81	.72	303	-2.638	.00**
	PC ve diğerleri	60	2.10	.91			

**p<0.01

Dijital oyun oynanan araç değişkenine göre bireylerin Sosyalleşme Ölçeği (SÖ) ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) puanlarına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde, SÖ puanlarında [$t(303) = 1.298$, $p > 0.05$] anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Ancak DOBÖ puanlarında [$t(303) = -2.638$, $p < 0.01$], dijital oyun oynanan araca bağlı olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiş; bilgisayar ve diğer araçlarla oyun oynayan bireylerin puanlarının, telefonda oyun oynayan bireylerden anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir (Tablo 8).

Tablo 9. SÖ ve DOBÖ puanları oynadığı oyun türü değişkenine göre ANOVA sonuçları

Ölçekler	Oynadığı Oyun Türü	n	$\bar{x}$	Ss	Sd	F	p	Fark	
Sosyalleşme	^a Spor	128	3.74	.45	3-301	2.393	.069		
	^b Strateji	85	3.62	.32					
	^c Rol yapma	38	3.62	.29					
	^d Birinci	Şahıs	54	3.63				.37	
	Nişancı								
Dijital Oyun Bağımlılığı	^a Spor	128	1.83	.77	3-301	4.698	.003**		
	^b Strateji	85	1.88	.81					
	^c Rol yapma	38	1.56	.59					
	^d Birinci	Şahıs	54	2.15				.72	
	Nişancı								d>c

**p<0.01

Katılımcıların oynadığı oyun türüne göre yapılan ANOVA analizi sonucunda, SÖ [$F(3-301)=2.393$, $p>0.05$] puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmazken, DOBÖ [$F(3-301)=4.698$, $p<0.01$] puanlarında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir (Tablo 9). Anlamlı farklılığın hangi oyun türleri arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma analizine göre, Birinci Şahıs Nişancı oyunu oynayan

katılımcıların Rol Yapma oyunu oynayanlara kıyasla daha yüksek bağımlılık puanına sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 10. SÖ ve DOBÖ puanları korelasyon sonuçları

		Sosyalleşme		
		N	r	P
Dijital Bağımlılığı	Oyun	305	-.122	.034*

*p<0.05

Tablo 10’da SÖ ve DOBÖ arasındaki ilişki değerlendirilmektedir. SÖ ve DOBÖ arasındaki ilişkinin düşük düzeyde, anlamlı ve negatif yönde olduğunu uygulanan “Pearson Korelasyon” testi göstermiştir [$r=-0,122$, $p<0.05$].

Tablo 11. SÖ ve DOBÖ puanları regresyon sonuçları

	B	Standart Hata	β	t	P
Sabit	3.788	.058		65.228	.000
Dijital Oyun Bağımlılığı	-.061	.029	-.122	-2.133	.034

$R = .122$, $R^2 = .015$

$F_{(1,303)} = 4.548$

Tablo 11’de görüldüğü üzere yapılan regresyon analizi, sporcuların sosyalleşme sebeplerinin %1.5’unun dijital oyun bağımlılığından olduğu tespit edilmiş olup, sosyalleşme davranışlarının anlamlı yordayıcısıdır.

5. TARTIŞMA

Bu araştırma, gençlerin dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyalleşme süreçleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamış ve Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde düzenlenen kurslara katılan bireyler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular, dijital oyun kullanımının gençlerin sosyal yaşantılarına hem olumlu hem olumsuz etkileri olabileceğini göstermektedir. Bu bulgular, hem yerel hem de uluslararası literatürde yer alan çalışmalarla karşılaştırıldığında benzer yönler ve özgün katkılar içermektedir. Araştırmada, gençlerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin genel olarak orta seviyede olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, Gentile ve arkadaşları (2011) tarafından yürütülen çalışmayla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, gençlerin yaklaşık üçte birinin oyunlara bağımlılık düzeyinde eğilim gösterdiği belirlenmiştir. Özellikle çok oyunculu çevrim içi rol yapma oyunlarının, gençler üzerinde daha yüksek bağımlılık riski oluşturduğu ifade edilmektedir. Benzer şekilde, Lemmens ve arkadaşları (2009) da dijital oyun bağımlılığının psikolojik sorunlara, akademik başarısızlığa ve sosyal izolasyona yol açabileceğini belirtmiştir. Öte yandan, araştırmada gençlerin sosyalleşme düzeylerinin genellikle orta ve üst seviyelerde olduğu görülmektedir. Bu durum, dijital oyunların her zaman olumsuz etkiler doğurmadığını, aksine bazı durumlarda sosyal etkileşimi teşvik edebileceğini göstermektedir. Özellikle çok oyunculu çevrim içi oyunlar, gençler arasında iletişim, takım çalışması ve iş birliği gibi sosyal becerilerin gelişmesine katkı sunabilir. Valkenburg ve Peter (2007), dijital ortamların sosyal etkileşim kurmak isteyen gençler için birer araç haline geldiğini, oyunlar aracılığıyla kurulan arkadaşlıkların yüz yüze ilişkilere dönüşebildiğini vurgulamaktadır. Dijital oyun bağımlılığı ile sosyalleşme düzeyleri arasındaki negatif yönlü ilişki, birçok akademik çalışmayla benzer sonuçlar ortaya koymaktadır. Kuss ve Griffiths (2012), dijital oyun bağımlılığının bireyin sosyal yaşamını daralttığını ve gerçek hayattaki etkileşimlerden uzaklaştırdığını belirtmektedir. Ayrıca bu çalışmada, bağımlı bireylerin zamanla yalnızlaştığı, aile ve arkadaş ilişkilerinin zayıfladığı ifade edilmiştir. Buna karşın, Wang ve arkadaşları (2018) tarafından yapılan çalışmada, kontrollü oyun oynama süresinin sosyal becerilerde gelişim sağladığı, özellikle utangaç bireylerin çevrim içi ortamlarda kendilerini daha rahat ifade ettikleri belirtilmektedir. Bu durum, dijital oyunların etkisinin tamamen negatif veya pozitif olmadığını, bireyin kullanım şekline ve sosyal bağlamına bağlı olarak değiştiğini göstermektedir. Araştırmada dikkat çeken bir diğer bulgu, gençlik ve spor kurslarına

düzenli olarak katılan bireylerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin daha düşük, sosyalleşme düzeylerinin ise daha yüksek olduğudur. Bu sonuç, fiziksel aktivitenin bireyin sosyal yaşamı üzerinde olumlu etkiler yarattığını göstermektedir. Bailey (2006), sporun çocuk ve gençlerin sosyal etkileşim kurma, empati geliştirme ve grup içinde sorumluluk alma gibi becerilerini geliştirdiğini belirtmektedir. Düzenli olarak spor yapan bireyler, grup dinamiklerine daha kolay uyum sağlayabilmekte, sosyal bağlar kurmada daha başarılı olabilmektedirler. Özellikle takım sporlarının, bireyin sosyal çevresiyle etkileşimini artırdığı, disiplin ve iş birliği alışkanlığı kazandırdığı literatürde sıkça vurgulanmaktadır (Fraser-Thomas, Côté & Deakin, 2005). Araştırmanın cinsiyete göre analizinde, erkek bireylerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin kadınlara oranla anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bulgu, Anderson ve Bushman (2001) tarafından yapılan çalışmalarla örtüşmektedir. Söz konusu çalışmalarda, erkek bireylerin rekabet içeren ve şiddet unsuru barındıran oyunlara daha fazla ilgi gösterdiği, bu ilginin zamanla bağımlılık davranışına dönüştüğü ortaya konmuştur. Kadın bireylerin ise sosyal medya veya farklı dijital platformlarda daha fazla vakit geçirme eğiliminde oldukları tespit edilmiştir. Bu farklılıklar, dijital medya kullanımında toplumsal cinsiyet rollerinin etkisini ortaya koymakta ve oyun bağımlılığı ile sosyalleşme arasındaki ilişkiyi karmaşık hale getirmektedir. Yaş değişkeni açısından elde edilen bulgularda ise yaş ilerledikçe dijital oyun bağımlılığının azaldığı ve sosyalleşme düzeyinin arttığı gözlemlenmiştir. Bu durum, gelişimsel psikoloji literatürüyle tutarlıdır. Erikson'un psikososyal gelişim kuramına göre, gençlik dönemi bireyin kimliğini aradığı ve sosyal rollerle tanıştığı bir dönemdir. Zamanla birey, sorumluluk alma, akademik ve mesleki hedefler doğrultusunda plan yapma gibi nedenlerle dijital oyunlara daha az vakit ayırmakta ve gerçek yaşam ilişkilerine yönelmektedir. Bu bağlamda, yaşla birlikte dijital ortama duyulan ilgi azalırken, yüz yüze iletişim kurma becerileri gelişmektedir. Sosyoekonomik düzey açısından yapılan analizler, düşük gelirli bireylerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bunun temel nedenlerinden biri, genç bireylerin boş zamanlarını değerlendirecek alternatif etkinliklere erişim imkanlarının sınırlı olmasıdır. Özellikle kırsal bölgelerde veya imkânı kısıtlı ailelerde, dijital oyunlar gençler için kolay ulaşılabilir ve ucuz bir eğlence aracı hâline gelmektedir. Bourdieu'nun kültürel sermaye kavramına göre, bireyin aileden getirdiği sosyoekonomik ve kültürel kaynaklar, boş zaman alışkanlıklarını doğrudan etkilemektedir. Dolayısıyla spor ve sanat gibi sosyal sermaye artırıcı etkinliklerin yaygınlaştırılması, dijital bağımlılığın azaltılmasında önemli bir strateji olabilir. Araştırmada elde edilen genel sonuçlar, dijital oyun bağımlılığının genç

bireylerin sosyal gelişimi üzerinde hem risk faktörü hem de fırsat aracı olabileceğini ortaya koymaktadır. Bu çelişkili durum, dijital oyunların içeriklerine, oynanma süresine, bireyin kişilik özelliklerine ve çevresel faktörlere bağlı olarak şekillenmektedir. Sosyal destek düzeyi yüksek bireyler dijital oyunları kontrollü bir şekilde kullanabilirken, yalnızlık ve dışlanmışlık hissi yaşayan bireyler oyunlara daha bağımlı hale gelmektedir. Özellikle pandemi döneminde dijital oyunların sosyal izolasyonu azaltmak amacıyla kullanılması, bu araçların çift yönlü doğasına dair çarpıcı bir örnektir (Ellis, Dumas & Forbes, 2020).

Dijital oyun bağımlılığının sosyalleşme sürecine olumsuz etkileri, bu çalışmanın en çarpıcı bulgularından biridir. Araştırmaya katılan gençler arasında, dijital oyunlara fazla zaman ayıran bireylerin sosyal etkileşimlerinin azaldığı ve yüz yüze iletişim becerilerinin zayıfladığı gözlemlenmiştir. Bu durum, dijital oyunların bireyleri sanal bir dünyaya hapsederek gerçek sosyal çevrelerinden uzaklaştırdığını göstermektedir. Özellikle şiddet içerikli oyunların, saldırgan davranışları tetikleyerek sosyal uyumu daha da zorlaştırdığı bilinmektedir (ASAGEM, 2008). Bu bağlamda, dijital oyun bağımlılığının yalnızca bireysel değil, toplumsal bir sorun haline geldiği söylenebilir. Çalışmanın bir diğer önemli bulgusu, spor faaliyetlerine katılımın sosyalleşme düzeyini artırdığı yönündedir. Düzenli olarak spor yapan gençlerin, iletişim becerilerinin daha gelişmiş olduğu, özgüvenlerinin arttığı ve grup çalışmasına daha yatkın oldukları tespit edilmiştir. Sporun, bireylere aidiyet duygusu kazandırdığı ve farklı sosyal çevrelerle etkileşim kurmalarını sağladığı bilinmektedir (Yetim, 2005). Bu sonuçlar, sporun sosyalleşme sürecindeki kritik rolünü bir kez daha vurgulamaktadır. Ayrıca, sporun saldırganlık dürtülerini kontrol etmede ve stresle başa çıkmada etkili bir araç olduğu da unutulmamalıdır (Güçlü & Yentür, 2008). Araştırmada, cinsiyet, yaş, kurs süresi ve oyun oynama alışkanlıkları gibi değişkenlerin dijital oyun bağımlılığı ve sosyalleşme düzeyleri üzerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar yarattığı gözlemlenmiştir. Örneğin, erkek katılımcıların dijital oyun bağımlılık puanlarının kadınlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, erkeklerin dijital oyunlara daha fazla ilgi duyduğu yönündeki literatürle örtüşmektedir (Yalçın Irmak & Erdoğan, 2016). Ayrıca, yaş arttıkça sosyalleşme düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Bu durum, yaşla birlikte sosyal becerilerin geliştiği ve bireylerin toplumsal normlara daha kolay uyum sağladığı şeklinde yorumlanabilir. Çalışmanın en önemli çıkarımlarından biri, dijital oyun bağımlılığı ile spor faaliyetleri arasında bir denge kurulması gerektiğidir. Dijital oyunların kontrollü bir şekilde oynandığında eğlence ve stres azaltma gibi olumlu etkileri olabilir. Ancak, aşırıya kaçıldığında sosyal izolasyon ve fiziksel sağlık

sorunlarına yol açabilir. Spor faaliyetleri ise bireylerin hem fiziksel hem de sosyal gelişimlerini destekleyerek bu olumsuz etkileri azaltabilir. Bu nedenle, gençlerin dijital oyunlara ayırdıkları zamanı sınırlandırmaları ve spor gibi sosyal etkileşimi artıran aktivitelere yönelmeleri teşvik edilmelidir. Aileler, dijital oyun bağımlılığının olumsuz etkileri konusunda bilinçlendirilmeli ve çocuklarının spor faaliyetlerine katılımını desteklemelidir. Gençlerin sosyalleşmesini desteklemek amacıyla okul ve yerel yönetimler tarafından spor temelli etkinlikler düzenlenmelidir. Dijital oyunların kontrollü bir şekilde oynanması konusunda gençlere yönelik eğitim programları geliştirilmelidir. Dijital oyun bağımlılığı yaşayan bireylere yönelik psikolojik destek mekanizmaları oluşturulmalıdır. Dijital oyunların gençler üzerindeki etkileri, sadece bağımlılık düzeyiyle sınırlı kalmamakta; aynı zamanda bireyin sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimini de etkilemektedir. Bu bağlamda, sosyal bilişsel kuram (Bandura, 1986), bireyin çevresel faktörler, gözlem ve pekiştirme yoluyla davranışlarını şekillendirdiğini ileri sürer. Genç bireyler, dijital oyunlarda ödüllendirilen davranış kalıplarını model alabilir ve gerçek yaşamda sosyal ilişkiler kurmak yerine, dijital ortamdaki yapay başarı duygularına yönelerek yalnızlaşabilirler. Elde edilen bulgular, dijital oyunlara yüksek düzeyde maruz kalan gençlerin sosyal etkileşimlerinde zayıflama, aidiyet hissinde azalma ve empati yeteneğinde gerileme yaşadıklarını göstermektedir. Bu sonuç, Durkheim'in (1897) anomi kuramı çerçevesinde değerlendirilebilir. Dijital oyunlar bireyin toplumsal normlardan kopmasına ve yalnızlaşmasına neden olarak, bireyin toplumsal aidiyet hissinin zedeleyebilir. Anomi hali ise, sosyal çözülmenin habercisidir. Ancak bu ilişki her zaman tek yönlü değildir. Özellikle çok oyunculu çevrimiçi oyunlar, bazı bireyler için sosyal etkileşim fırsatları da sunabilmektedir. Örneğin, Ducheneaut & Moore (2005), MMORPG tarzı oyunların sanal arkadaşlıkları destekleyebildiğini ileri sürmüşlerdir. Ne var ki, bu sanal arkadaşlıkların yüz yüze sosyal etkileşimlerin yerini alması, uzun vadede sosyal becerilerin zayıflamasına neden olabilmektedir. Çalışmamızda da bu durumun örneklerine rastlanmış, bazı katılımcılar oyun yoluyla tanıştıkları bireylerle kurdukları ilişkilerin geçici olduğunu ifade etmişlerdir. Araştırmanın bir diğer dikkat çekici bulgusu, spor kurslarına düzenli olarak katılan bireylerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin daha düşük ve sosyalleşme düzeylerinin daha yüksek olmasıdır. Bu sonuç, ekolojik sistem kuramı (Bronfenbrenner, 1979) bağlamında değerlendirildiğinde, bireyin gelişiminin yalnızca bireysel değil, aynı zamanda içinde bulunduğu sosyal çevre tarafından da şekillendirildiğini göstermektedir. Spor kursları, bireylere hem fiziksel hem de sosyal gelişim açısından destek sunmakta; grup içinde yer alma, iş birliği,

paylaşma ve sorumluluk alma gibi sosyal becerileri geliştirmektedir. Benzer şekilde, Bourdieu'nün (1986) sosyal sermaye kuramı da bu bağlamda önem taşımaktadır. Sosyal sermaye, bireyin içinde bulunduğu sosyal ağlardan ve bu ağlarla ilişkilerinden doğan kaynaklara erişimidir. Araştırmada, sosyal sermayesi yüksek olan gençlerin örneğin aile desteği güçlü olan, sosyal etkinliklere katılımı yüksek olanlar dijital oyunlara bağımlılık düzeylerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu bireyler, sosyal ihtiyaçlarını sanal ortamlar yerine gerçek hayattaki ilişkilerle tatmin etme eğilimindedirler.

Yaş faktörü açısından da dikkat çekici bulgular elde edilmiştir. Katılımcıların yaşı arttıkça dijital oyun bağımlılığı düzeyi düşmekte, sosyalleşme düzeyi ise artmaktadır. Bu durum, Arnett'in (2000) ortaya koyduğu gelişimsel teoriler doğrultusunda değerlendirilmelidir. Gelişimsel olarak bireyler yaş ilerledikçe sorumluluk üstlenme, planlama yapma ve zaman yönetimi gibi yetiler kazanmakta; bu da dijital oyunlara ayrılan sürenin azalmasına neden olmaktadır. Cinsiyet değişkeni açısından da erkek katılımcıların dijital oyun bağımlılık düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgu, Yıldız ve Duyar (2019) tarafından yapılan çalışmayla da paralellik göstermektedir. Kadınların daha çok yüz yüze iletişimi tercih ettikleri, erkeklerin ise dijital ortamlarda rekabet ve başarı arayışına daha meyilli oldukları yönünde literatürde geniş bir uzlaşma mevcuttur. Sosyoekonomik düzeyi düşük olan bireylerin ise dijital oyunlara daha fazla yöneldiği ve sosyalleşme düzeylerinin daha zayıf olduğu görülmüştür. Bu, özellikle dijital oyunların düşük maliyetli bir eğlence aracı olmasıyla açıklanabilir. Ancak bu eğilim, bireylerin sosyal sermayesini ve kültürel etkileşimini azaltma riski taşımaktadır. Özellikle kırsal bölgelerde ve fırsat eşitsizliği bulunan alanlarda dijital oyunlar, bireylerin gerçek hayattan kopmalarına neden olabilecek kadar etkili bir kaçış mekanizması haline gelebilmektedir.

Regresyon analizi sonuçları, sosyalleşmenin %1,5 oranında dijital oyun kullanımından etkilendiğini ve dijital oyun kullanımının sosyalleşme üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu oran düşük gibi görünse de, gençlerin sosyal davranışlarındaki küçük etkilerin uzun vadede önemli sonuçlar doğurabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Ayrıca sporun sosyalleşme üzerindeki olumlu etkisinin, dijital oyunların olumsuz etkilerine karşı dengeleyici bir rol oynadığı görülmüştür. Bu da, spor temelli müdahale programlarının dijital oyunların olumsuz etkileriyle mücadelede etkili bir strateji olabileceğini göstermektedir.

Araştırmanın pratik katkıları arasında, gençlik ve spor kurslarının sosyalleşme süreçlerindeki rolü vurgulanmaktadır. Spor, bireylerin grup dinamiklerine uyum sağlamasına, empati kurmasına ve iletişim becerilerini geliştirmesine olanak tanır.

Weiss ve Smith (2002), özellikle takım sporlarının sosyal bağları güçlendirdiğini ve ortak hedeflere yönelik çalışmayı teşvik ettiğini belirtmiştir. Bu doğrultuda, Gençlik ve Spor Bakanlığı programlarının içeriklerinin, gençlerin sosyal becerilerini artırmaya yönelik daha fazla grup aktivitesi ve sosyal etkileşimi destekleyecek şekilde zenginleştirilmesi önerilmektedir.

Araştırmanın teorik katkıları ise dijital oyun bağımlılığı ile sosyalleşme arasındaki ilişkinin bölgesel bağlamda incelenmesiyle ilgilidir. Gümüşhane gibi sosyo-kültürel dinamikleri kendine özgü bir bölgede yapılan bu çalışma, dijital oyun kullanımının yerel faktörlerle nasıl şekillendiğinin anlaşılması açısından önemlidir. Ancak yalnızca Gümüşhane ili ile sınırlı olması, sonuçların genellenebilirliğini kısıtlamaktadır. Bu nedenle, gelecekte farklı bölgelerde benzer çalışmaların yapılması, daha kapsamlı değerlendirmelere olanak sağlayacaktır.

Araştırmanın çözüm önerileri arasında, dijital oyun bağımlılığına karşı koruyucu stratejilerin geliştirilmesi yer almaktadır. American Academy of Pediatrics'in (2016) önerdiği gibi, çocuk ve ergenlerin ekran başında geçirdikleri sürelerin günde 2 saatle sınırlandırılması risklerin azaltılmasında etkili bir adımdır. Ayrıca ailelerin, eğitimcilerin ve spor eğitmenlerinin dijital oyun bağımlılığı konusunda bilinçlendirilmesi; gençlerin sosyal gelişimini destekleyen fiziksel ve sosyal ortamlara yönlendirilmesi kritik önem taşımaktadır. Aile-okul-çevre iş birliği ile geliştirilecek çok boyutlu politikalar, gençlerin hem dijital hem de gerçek dünyada dengeli bir yaşam sürmelerine katkı sağlayacaktır.

Tüm bu sonuçlar, dijital oyun bağımlılığı ile sosyalleşme süreçleri arasında karmaşık bir etkileşim olduğunu ortaya koymaktadır. Sosyalleşmenin sadece yüz yüze etkileşimden ibaret olmadığı günümüzde, dijital ortamlardaki sosyal ilişkiler de önem kazanmaktadır. Ancak bu ilişkilerin niteliği sorgulanmalı; dijital oyunlar yoluyla kurulan bağların yüzeysel mi yoksa derinlikli mi olduğu değerlendirilmelidir. Bu noktada, bilinçli medya kullanımı eğitiminin önemi ortaya çıkmaktadır.

Sonuç olarak, gençlik ve spor kursları gibi yapıların genç bireylerin hem fiziksel hem sosyal gelişiminde kritik bir rol oynadığı ve dijital dünyadan kaynaklanan olumsuz etkileri azaltmada etkili olduğu görülmektedir. Bu kurslar, gençlere sadece fiziksel aktivite imkânı sunmakla kalmamakta, aynı zamanda topluluk bilinci, aidiyet duygusu, sorumluluk alma gibi sosyal becerileri de kazandırmaktadır. Bu nedenle gençlerin okul dışı zamanlarının yapılandırılması, sosyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi ve oyun içeriği ile oynama süresinin denetlenmesi, dijital oyun bağımlılığını önlemede önemli stratejiler arasında yer almalıdır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, Gümüşhane Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü bünyesinde düzenlenen gençlik ve spor kurslarına katılan genç bireylerin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ile sosyalleşme süreçleri arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamıştır. Araştırmada, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği ve Sosyalleşme Ölçeği kullanılarak 305 katılımcıdan elde edilen veriler, SPSS 25.0 yazılımı aracılığıyla analiz edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre gençlerin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri genel olarak düşük ile orta arasında değişmekte olup, bireysel farklılıkların dikkat çekici olduğu görülmüştür. Özellikle erkek katılımcıların dijital oyunlara daha fazla zaman ayırdığı ve bu durumun sosyalleşme düzeylerini olumsuz etkilediği belirlenmiştir. Kadın katılımcıların ise sosyal etkileşimde daha aktif olduğu ve dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin daha düşük olduğu saptanmıştır. Dijital oyun bağımlılığı ile sosyalleşme düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu durum, dijital oyunlara aşırı yönelimin bireyin sosyal ilişkilerini zayıflattığını, zaman yönetiminde sorunlara yol açtığını ve bireyin sosyal ortamlardan uzaklaştığını göstermektedir. Buna karşılık, sportif faaliyetlere düzenli katılımın sosyalleşme düzeyini olumlu etkilediği ve dijital oyunlara olan yönelimi azalttığı görülmüştür. Spor kurslarına düzenli katılan bireylerin; grup çalışması, iletişim, sorumluluk alma ve özgüven konularında daha yüksek puanlar aldığı gözlemlenmiştir.

Bu çalışma yalnızca Gümüşhane ili örnekleminde gerçekleştirilmiştir. Dolayısıyla elde edilen sonuçlar, bölgesel gençlik profiline ve yerel sosyo-kültürel dinamiklere özgü olabilir. Bu nedenle benzer çalışmaların farklı bölgelerde gerçekleştirilmesi, yerel düzeyde geliştirilecek gençlik politikalarının daha etkili, hedefe yönelik ve sürdürülebilir olmasına katkı sağlayacaktır. Sonuç olarak, dijital oyun bağımlılığının genç bireylerin sosyal gelişimini olumsuz etkileyebileceği, buna karşılık sporun sosyal becerileri destekleyici işlevi olduğu görülmüş ve bu bağlamda gençlik politikalarının çok boyutlu olarak yeniden değerlendirilmesi gerekliliği ortaya çıkmıştır.

1. Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerine Yönelik Öneriler

- Gençlerin dijital oyunlara yönelimlerini dengelemek amacıyla sosyal beceri temelli etkinlikler artırılmalıdır.
- Kurs içerikleri, katılımcıların arkadaşlık ilişkileri ve toplumsal etkileşimlerini güçlendirecek şekilde yeniden yapılandırılmalıdır.

- Kurs süresince oyun bağımlılığı riskine yönelik seminer, atölye ve bilinçlendirme faaliyetleri planlanmalıdır.

2. Ailelere Yönelik Öneriler

- Aileler, çocuklarının dijital oyun oynama süresi ve oyun içerikleri konusunda bilinçlenmeli ve denetleyici rol üstlenmelidir.

- Ebeveynler çocuklarını sosyalleşmeye teşvik eden sosyal ve kültürel etkinliklere yönlendirmelidir.

- Aileler, çocuklarıyla birlikte daha fazla zaman geçirerek dijital oyun bağımlılığı riskini azaltmaya katkı sunabilir.

3. Eğitimcilere ve Okullara Yönelik Öneriler

- Okul rehberlik servisleri, oyun bağımlılığına yatkın öğrencileri belirleyip bireysel destek sunmalıdır.

- Sosyal beceri eğitimi, ders dışı etkinlikler ve grup çalışmaları yoluyla öğrencilerin sosyalleşme düzeyleri artırılabilir.

- Öğretmenler, öğrencilerin sosyal gelişimini desteklemek amacıyla sınıf içi etkileşimi teşvik edici yaklaşımlar benimsemelidir.

4. Karar Vericilere ve Yerel Yöneticilere Yönelik Öneriler

- Yerel yönetimler, gençler için dijital oyun dışı alternatif sosyal ortamlar (gençlik merkezleri, kulüpler vb.) oluşturmalıdır.

- Dijital oyun bağımlılığıyla mücadeleye yönelik ulusal çapta strateji belgeleri hazırlanmalı ve uygulanmalıdır.

- Sosyal medya ve oyun platformlarıyla ilgili yasal düzenlemeler yapılarak gençlerin aşırı oyun kullanımının önüne geçilmelidir.

KAYNAKÇA

- American Academy of Pediatrics. (2016). *Media and young minds*. Pediatrics, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- Ardahan, F., ve Lapa, T. Y. (2011). Sporun ekonomik etkileri üzerine bir değerlendirme. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(1), 12–25.
- Aydın, B. (2021). Lise öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve sosyal izolasyon ilişkisi. *Eğitim ve Toplum Dergisi*, 9(1), 45–60.
- Bağırhan, M. (1992). *Beden eğitimi ve sporun eğitimdeki yeri*. Ankara: Başbakanlık Basımevi.
- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397–401.
- Balkıs, M., Duru, E., Buluş, M., ve Duru, S. (2006). Akademik erteleme eğilimi, akademik ruminasyon ve akademik başarı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 6(3), 593–620.
- Başaran, İ. E. (1980). *Eğitim psikolojisi: Gelişim ve öğrenme*. Ankara: Kadioğlu Matbaası.
- Başaran, M., Şahin, M., ve Sarı, İ. (2017). Sosyal medya bağımlılığı ile akademik erteleme davranışı arasındaki ilişki. *Turkish Studies*, 12(28), 145–162.
- Baymur, F. (1994). *Genel psikoloji*. İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Binark, M., ve Bayraktutan Sütçü, G. (2008). *Türkiye’de dijital oyun kültürü: Oyunlar, oyuncular ve yeni medya kültürü*. İstanbul: Kalkedon Yayıncılık.
- Binbaşioğlu, C. (1995). *Eğitim ve sosyalleşme*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (27. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Camile, P. (2000). The importance of play in child development. *Early Childhood Journal*, 28(2), 55–60.
- Coakley, J. (1986). *Sport in society: Issues and controversies*. St. Louis: Times Mirror/Mosby College Publishing.
- Cole, H., ve Griffiths, M. D. (2007). Social interactions in massively multiplayer online role-playing gamers. *CyberPsychology ve Behavior*, 10(4), 575–583. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9988>
- Çankaya, S. (2001). Sporun tarihsel gelişimi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 12(2), 25–36.
- Çifdalöz, B. (2021). *Spor sosyolojisi*. Ankara: Gazi Kitabevi.

- Demiray, U. (2003). *İletişim ve toplum: Medya okuryazarlığı üzerine*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Deniz, L., ve Gürültü, E. (2018). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(1), 45–58.
- Dönmez, N. B. (1992). *Çocuklarda oyun ve oyuncak*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Durgun, H. (2007). Sporun tarihsel gelişimi. *Anadolu Üniversitesi Yayınları*.
- Effert, B. R., ve Ferrari, J. R. (1989). Decisional procrastination: Examining personality correlates. *Journal of Social Behavior and Personality*, 4(1), 151–156.
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, 98. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Ercengiz, M., ve Şar, A. H. (2017). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 20(2), 95–103.
- Erdemli, A. (1990). *Sporun felsefesi*. Ankara: Ümit Yayıncılık.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Fernie, B. A., Bharucha, Z., Nikčević, A. V., Marino, C., & Spada, M. M. (2017). A metacognitive model of procrastination. *Journal of Affective Disorders*, 210, 196–203.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R., ve Griffiths, M. D. (2006). Excessive computer game playing: Evidence for addiction and aggression? *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 290–292.
- Güney, S. (2000). *Sosyolojiye giriş*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Güçlü, M., ve Yentür, J. (2008). *Sporda psikolojik etkiler*. İstanbul: Morpa Yayınları.
- Harmandar, İ. H. (2000). *Eğitimin toplumsal işlevi*. İstanbul: Der Yayınları.
- Hasırcı, M. (2000). Egzersiz ve sağlık ilişkisi. *Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 45–50.
- Hazar, M. (2011). Sosyal medya ve çocuk. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(3), 290–298.
- Hazar, M., Hazar, Z., ve Tekin, M. (2017). Dijital oyun bağımlılığı ölçeği geliştirme çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 28(2), 58–70.
- Houck, P. (1997). Social skills training for children and adolescents. *Journal of Counseling ve Development*, 75(4), 328–332.

- İnal, Y., ve Kiraz, E. (2008). Dijital oyunlar ve çocukların gelişimi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(2), 175–190.
- Johnson, J. E., Christie, J. F., ve Wardle, F. (1999). *Play, development and early education*. Boston: Allyn ve Bacon.
- Karaca, A., ve Beyhan, A. (2017). Sporun ekonomik etkisi. *Spor Ekonomisi ve Yönetimi Dergisi*, 3(1), 1–10.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi* (23. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kenyon, G. S. (1974). *Sport and social system*. London: Addison-Wesley.
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination: When good things don't come to those who wait. *European Psychologist*, 18(1), 24–34.
- Koçak, M., Tuncel, E., ve Tuncel, E. (2013). Sporun ekonomik etkileri üzerine bir inceleme. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 37–45.
- Konter, E. (2004). *Spor psikolojisi*. İzmir: Meta Basım.
- Korkut, H. (1984). *İletişim bilimine giriş*. Ankara: AÜ Yayınları.
- Kuş, A. (2015). *Gençlik ve medya ilişkisi: Dijitalleşen gençlik kültürü*. İstanbul: Derin Yayınları.
- Kuss, D. J., ve Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278–296.
- Lay, C. H. (1986). At last, my research article on procrastination. *Journal of Research in Personality*, 20(4), 474–495.
- 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.
- Milgram, N., Sroloff, B., ve Rosenbaum, M. (1988). The procrastination of everyday life. *Journal of Research in Personality*, 22(2), 197–212.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Yayınları.
- Öncel, S. Y., ve Tekin, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(3), 71–85.
- Özyürek, M. (1986). *Ergenlik döneminde bireysel farklar*. Ankara: Yargı Yayınları.
- Pepe, O., ve Türkay, E. (2017). Egzersiz ve kalp sağlığı ilişkisi. *Spor Hekimliği Dergisi*, 52(1), 18–24.
- Sezal, İ. (2003). *Sosyalleşme ve birey-toplum ilişkisi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

- Sisler, V. (2005). Digital Arabs: Representation in video games. *European Journal of Cultural Studies*, 11(2), 203–220.
- Solomon, L. J., ve Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509.
- Tarhan, S., ve Nurmedov, S. (2019). Teknoloji bağımlılığı ve etkileri: Sosyal psikolojik bir değerlendirme. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(35), 15–28.
- Tezcan, M. (1991). *Toplumsallaşma ve eğitim*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları.
- Terekli, G., ve Çobanoğlu, G. (2018). Sporun ekonomik etkisi: Spor turizmi örneği. *Spor Ekonomisi ve Yönetimi Dergisi*, 3(1), 11–20.
- Williams, D., Yee, N., ve Caplan, S. E. (2009). Who plays, how much, and why? Debunking the stereotypical gamer profile. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(4), 993–1018.
- Yavuzer, H. (1985). *Ana-baba ve çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yılmaz, R., ve Akyol, B. (2020). Üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve yalnızlık. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(1), 149–164.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology ve Behavior*, 1(3), 237–244.
- Yumuşak, E. (2019). Duygu düzenleme gücü ve internet bağımlılığı. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 22(1), 73–87.

Demografik Bilgi Formu

Değişken	Seçenekler
Cinsiyet	☐ Erkek ☐ Kadın
Yaş	☐ 18-19 Yaş ☐ 20-21 Yaş ☐ 22-23 Yaş ☐ 24 Yaş
Spor Yapma Yılı	☐ 1-3 Yıl ☐ 4-6 Yıl ☐ 7 ve üzeri yıl
Aylık Gelir Düzeyi	☐ 17.000-20.000 TL ☐ 21.000-30.000 TL ☐ 31.000-40.000 TL ☐ 41.000 TL ve üzeri
Eğitim Durumu	☐ Lise ☐ Ön Lisans ☐ Lisans ☐ Lisansüstü
Oyun Oynadığınız Araç	☐ Telefon ☐ Bilgisayar ☐ Tablet ☐ Konsol
Oyun Oynadığınız Tür	☐ Spor ☐ Strateji ☐ Rol Yapma ☐ Birinci Şahıs Nişancı (Counter-Strike vb.)

		1	2	3	4	5
	SOSYALLEŞME ÖLÇEĞİ	Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1	Olabilirdiğince kalabalıktan uzak kalmayı tercih ederim.					
2	Toplum içerisinde insanlarla iletişim kurmada seçici davranırım.					
3	İnsanlar toplum içerisinde benimle kolayca diyalog kurabilirler.					
4	Toplumsal olaylarda genellikle topluma liderlik yaparım.					
5	Her türlü sosyal etkinliklere katılmaktan hoşlanırım.					
6	Toplum içerisinde insanlarla tartışmaktan ziyade insanlara yardım etmeyi tercih ederim.					
7	Toplumsal olaylarda toplumu yönlendirmekte başarılıyım. (Örneğin sönük geçen bir toplantıda yol gösterici rolü)					
8	Yeni tanıştığım insanlarla diyalog kurmaktan çekinirim.					
9	Toplum içerisinde çoğunlukla kendimi yalnız hissederim.					
10	Toplum içerisinde başkaları ile kolaylıkla iletişim kurarım.					
11	Toplumsal etkinliklere katılan insanlar kendisiyle barışık olur.					
12	Toplumsal etkinliklere katılım ile kişisel beceri ve yeteneklerimi keşfedebilir ve ifade edebilirim.					
13	Toplum içerisinde sevdiğim insanlarla birlikte olduğumda keder ve dertlerimi unutturum.					
14	Toplumda insanların özgürce davranmalarına izin verilse toplumun daha iyi olacağı kanısındayım.					
15	Toplumsal kurallara uymayan insanları haklı görmem.					
16	Toplumsal değerlere bağlı bir kişiliğe sahip birisiyim. (gelenek, töre, inançlar)					
17	Toplumsal değerlere aykırı davranan bireylerin davranışları beni rahatsız eder.					
18	Toplumsal uzlaşmayı bozan davranış sahiplerine hoşgörülü davranmam.					
19	Aileyle ilgili kararların alınmasında katkıda bulunurum.					
20	Aile büyüklerinin kararlarına her zaman itaat etmekten hoşlanmam.					
21	Ailem benim fikir ve davranışlarıma her zaman hoşgörülü davranır.					
22	Ailenizin değer yargıları ile toplumun değer yargıları arasındaki farklılık beni fazla etkilemez.					
23	Ailem arkadaş çevremi belirlemede etkin rol oynar.					
24	İnsanların benim davranışlarımı yargılamaya ya da yönetmeye çalışmasından rahatsız olurum.					
25	Okul farklı kültürdeki insanların tanışmasını ve böylece toplumsal bütünleşmenin etkin faktörüdür.					
26	Okul bireyin, toplumsal ve kişisel değerlere saygının benimsenmesinde önemli rol oynar.					
27	Toplumsal aktivitelere katılmakta yaş, cinsiyet ve inanç vb ayırım yapmaktan hoşlanmam.					
28	Toplum içerisinde başkalarının ihtiyacı olduğu zaman kendime ters düşse de o davranışı yaparım.					
29	Yeni insanlarla tanışıp sosyal aktiviteler yapmaktan hoşlanırım.					
30	Okul farklı insan grupları arasında toplumsal diyalogun ilk adımıdır.					
31	Farklı kültürdeki değer anlayışlarına saygılı davranmayı tercih ederim.					
32	Herkes kültür ve değerlerini özgürce yaşayabilmeli ve ifade edebilmelidir.					
33	Farklı kültür anlayışları toplumsal barışın temel dinamiğidir.					
34	Bizi diğer kültürlerden farklı kılan değer; farklı kültürlerin barış ve uyum içerisinde yaşamasıdır.					

Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

1. Bir bilgisayar oyununu tüm gün boyunca oynamayı düşündün mü?
() Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman
2. Oyun için harcadığın zamanı giderek arttırdın mı?
() Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman
3. Günlük yaşamdan uzaklaşmak için oyun oynadığın oldu mu?
() Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman
4. Yakınındaki kişiler (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) oyun süreni azaltmada başarısız oldu mu?
() Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman
5. Oyun oynayamadığın zaman kendini kötü hissettin mi?
() Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman
6. Oyunda harcadığın zaman konusunda yakınındaki kişiler ile (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) kavga ettin mi?
() Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman
7. Oyun oynamak için diğer önemli faaliyetleri (okul, iş, spor gibi) ihmal ettin mi?
() Hiçbir zaman () Nadiren () Bazen () Sık sık () Her zaman



T.C.
GÜMÜŞHANE VALİLİĞİ
Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü

Sayı : E-63112473-100-6511484
Konu : Araştırma İzini Verilmesi Hk.

05.01.2024

GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE

İlgi : 12.12.2023 tarihli ve E-64116739-100-222065 sayılı yazınız.

İlgi tarih ve sayılı yazılarınız ile Yüksekokulunuz? Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında öğrenim gören "2224491017" numaralı Yüksek Lisans öğrencisi Osman YILMAZER'in "Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü kurslarına katılan gençlerin "dijital oyun bağımlılık düzeyleri ile sosyalleşme süreçleri arasındaki ilişkinin incelenmesi" başlıklı tez çalışması için Müdürlüğümüzden izin talebiniz uygun görülmüştür.

Bilgilerinize arz ederim.

Mücahit ATALAY
İl Müdürü

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Doğrulama Kodu: 53B7C470-432D-4AA2-BC2E-4785A4FA1116

Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/gsb-ebys>

Adres: İnönü Mahallesi Aydın Doğan Caddesi No:46 Merkez/GÜMÜŞHANE

Telefon: (0456) 213 10 58 Belgegeçer: (0456) 213 39 07

Kep: genclikvesporbakanligi@hs01.kep.tr

Elektronik Ağ: <http://gumushane.gsb.gov.tr> e-posta: gumushane@gsb.gov.tr

KEP Adresi : genclikvesporbakanligi@hs01.kep.tr

Bilgi için: Ceren ERTÜRK

Antrenör

Telefon No: (456) 213 10 58-

1136



ETİK KURUL KARARI



T.C.
GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİĞİ KURULU



Sayı : E-95674917-108.99-239686

Konu : Etik Kurul Onay

Sayın Doç. Dr. Osman KUSAN

"GENÇLİK VE SPOR KURSLARINA KATILAN GENÇLERİN DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIK DÜZEYLERİ İLE SOSYALLEŞME SÜREÇLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" konulu etik kurul başvurunuz; Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun **21/02/2024** tarih ve **2024/2** sayılı toplantısında görüşülmüş olup; projenin yürürlükteki mevzuata uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Günay ÇAKIR
Kurul Başkanı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : 007Z-RLG6-0U9R

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/gumushane-universitesi-ebys>

Adres:

Telefon No : Fax No :

e-Posta : <http://www.gumushane.edu.tr/>

Kep Adresi : gumushaneuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi İçin :Özge GÖKAY

Memur

Dahili No:



ÖZGEÇMİŞ

İlk ve ortaöğrenimimi Torul Namık Kemal İlkokulu'nda, lise eğitimimi ise Gümüşhane Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Bilişim Teknolojileri Alanı'nda okul ikincisi olarak tamamladım. Üniversite eğitimime Karadeniz Teknik Üniversitesi'nde devam ederek Spor Yöneticiliği bölümünden onur öğrencisi derecesiyle mezun oldum. Aynı dönemde Beden Eğitimi Öğretmenliği formasyon programını da yüksek onur derecesiyle tamamladım. 2019 yılında Gümüşhane Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'ne spor uzmanı kadrosuyla atandım ve hâlen bu görevimi sürdürmekteyim. 2021 yılından bu yana Herkes İçin Spor Federasyonu Gümüşhane İl Temsilcisi olarak görev yapmaktayım. Ayrıca 2. Kademe Basketbol Antrenörüyüm. Askerlik hizmetimi Hakkâri/Şemdinli'de yedek subay olarak tamamladım. Lisansüstü eğitimimi Gümüşhane Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda tamamlayarak tez çalışmamı başarıyla bitirdim.