

**T.C.
YILDIZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK YÜKSEK
LİSANS PROGRAMI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÇEVİRİMİÇİ OYUN BAĞIMLILIĞININ
ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE TEMEL
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARLA İLİŞKİSİ**

**EMRE YIDIRIM
15736014**

**TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. ŞERİFE GONCA ZEREN**

**İSTANBUL
2019**

**T.C.
YILDIZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK YÜKSEK
LİSANS PROGRAMI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÇEVİRİMİÇİ OYUN BAĞIMLILIĞININ
ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE TEMEL
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARLA İLİŞKİSİ**

**EMRE YILDIRIM
15736014**

**TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. ŞERİFE GONCA ZEREN**

**İSTANBUL
2019**

T.C.
YILDIZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK YÜKSEK
LİSANS PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ÇEVİRİMİÇİ OYUN BAĞIMLILIĞININ
ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE TEMEL
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARLA İLİŞKİSİ

EMRE YILDIRIM
15736014

Tezin Enstitüye Verildiği Tarih:.....

Tezin Savunulduğu Tarih:.....

Tez Oy Birliği ile Başarılı Bulunmuştur

Unvan Ad Soyad

İmza

Tez Danışmanı : Doç. Dr. Şerife Gonca ZEREN

Jüri Üyeleri : Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ

Doç. Dr. Gonca Kızılkaya CUMAOĞLU



İSTANBUL
2019

ÖZ

ÇEVİRİMİÇİ OYUN BAĞIMLILIĞININ ALGILANAN SOSYAL DESTEK VE TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARLA İLİŞKİSİ

Emre Yıldırım

Nisan, 2019

Araştırmanın amacı çeşitli lise türlerinde öğrenim gören ergenlerin çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeylerinin ailesinden, arkadaşlarından ve öğretmenlerinden gördükleri sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçları ile ilişkisinin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini İstanbul İli Bağcılar ilçesinde okuyan lise öğrencileri oluşturmaktadır. Anadolu lisesi, Meslek lisesi ve İmam Hatip liselerinden 262 kız ve 271 erkek olmak üzere toplam 533 öğrenci, tabakalı örnekleme yöntemiyle seçilerek, araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Çalışmada öğrencilerin oyun bağımlılığı düzeylerini ölçmek için Ergenler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeği , algıladıkları sosyal desteği ölçmek için Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, temel psikolojik ihtiyaçlarını ölçmek için Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Lise Formu ve araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde Bağımsız Gruplar İçin t-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi ve Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre erkeklerin çevrimiçi oyun bağımlılığı kız öğrencilere göre ve çoğunlukla çevrimiçi oyunları tercih edenlerin çevrimiçi oyun bağımlılık düzeyleri, çevrimdışı oyunları tercih edenlere göre anlamlı düzeyde yüksektir. Meslek lisesi öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı puanları Anadolu lisesi ve İmam Hatip liselerindeki öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksektir. Anadolu ve İmam Hatip lisesi arasında ise anlamlı bir fark bulunamamıştır. Çevrimiçi oyun bağımlılığı ile algılanan sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri ile aile, arkadaşlar ve öğretmenlerden algılanan sosyal desteğin arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Temel psikolojik ihtiyaçlardan yeterli ihtiyacının çevrimiçi oyun bağımlılığı ile anlamlı bir ilişkisi bulunmamaktadır. Bulgular alanyazındaki bilgiler doğrultusunda tartışılmış ve çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı, Algılanan Sosyal Destek, Temel Psikolojik İhtiyaçlar, Özerklik İhtiyacı, İlişki İhtiyacı, Yeterlik İhtiyacı

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN ONLINE GAMING ADDICTION AND PERCEIVED SOCIAL SUPPORT AND BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS

Emre Yıldırım

April, 2019

The aim of this study is to investigate the relationship between online gaming addiction level of adolescents studying in various school types and their perceived social support from family, friends, teacher and basic psychologic needs. the universe of the study consists of adolescents attending high schools in Bağcılar district of İstanbul province in 2017-2018 academic year. Total of 533 participants, 262 female and 271 male, selected by stratified sampling method from Anatolian, Vocational and İmam Hatip high schools was the sample of the study. In study Gaming Addiction Scale for adolescents, Percieved Social Support Scale, Basic Psychologic Needs Scale-High School form and Personal Information Form created by the researcher were used to collect data. In the analysis of the data, t Test for Independent Sampling, One Way Variance Analysis, Pearson Moments Multiplication Correlation Coefficient were used.

According to the findings obtained from the research, online game addiction scores of male students were significantly higher than female students and those who prefer mostly online games have higher levels of online gaming addiction than those who prefer offline games.it was observed that there was a significant negative correlation between online gaming addiction and perceived social support and basic psychological needs. Online Game addiction scores of the Vocational high school students are significantly higher than the students in Anatolian high schools and İmam Hatip high schools. No significant difference was found between Anatolian and İmam Hatip high schools. A significant negative correlation was found between online game addiction levels and perceived social support from family, friends and teachers. There is no significant relationship between online gaming addiction and competence needs of basic psychological needs. The findings were discussed in accordance with the information in the literature and some suggestions were made.

Key Words: Online Gaming Addiction, Perceived Social Support, Basic Psychologic Needs, Autonomy, Relatedness, Competence

ÖN SÖZ

Nelerle karşılaşacağımı çok da bilmeden çıktığım bu yolda yaşadığım zorlukların üstesinden gelmeme yardımcı olan, yeni şeyler keşfetmenin heyecanını paylaşabildiğim, mesleki ve akademik gelişimime hem profesyonel hem de samimiyetle destek veren tez danışmanım sevgili Doç. Dr. Şerife Gonca Zeren'e kapısını her zaman açık tuttuğu, sabırla bana yol gösterdiği, halimi hatrımı hep önemseydiği ve lisans eğitimimden bu yana değerli bir birey olduğumu her daim hissettirdiği için teşekkür ederim.

Lisans ve yüksek lisans eğitimimde bilgi ve tecrübelerini bizimle paylaştıkları için değerli hocalarım Prof. Dr. Mehmet Engin Deniz'e, Prof. Dr. Fulya Yüksel-Şahin'e ve Doç. Dr. Nermin Çiftçi Arıdağ'a teşekkürlerimi sunarım.

Tez hazırlama sürecinde sağladıkları kolaylıklar ve gösterdikleri anlayış için çalıştığım kurumdaki idareci ve öğretmen arkadaşlarıma, uygulama yaptığım okullardaki meslektaşlarıma ve başta Öğr. Gör. Emel Bulut olmak üzere sorularımı cevapsız bırakmayan yüksek lisanstaki tüm sınıf arkadaşlarıma teşekkürü bir borç bilirim.

Hayatımın her anında yanımda olan, sevgisini ve şefkatini en güzel şekilde hissettiren canım Anneme ve aldığım her kararda, cesaret edip başladığım her işte bana daima güvenen canım Babama, başta beni olduğum şekliyle yetiştirdikleri ve eğitim hayatımda uzaklarında olduğum zamanlarda dahi dualarıyla desteklerini hiç esirgemedikleri için sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Yine destekleri ve sevgileri için canım ablalarım Tuğba ve Kübra'ya, dünyanın en güzel varlıkları olan yeğenlerim Elif, Mustafa Sami ve Serra'ya bu zorlu süreçte bana neşe kattıkları için teşekkür ederim.

Tez yazım sürecinde ve hayat serüvenimde bana eşlik eden sevgili Eşime, sabırla ve anlayışla beni desteklediği, umut verdiği, cesaretlendirdiği, yol gösterdiği ve en önemlisi hep yanımda olduğu için çok teşekkür ederim.

Emre YILDIRIM

İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	iii
ABSTRACT.....	iv
ÖN SÖZ.....	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR	xi
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı	4
1.1.1. Araştırmanın Alt Problemleri.....	5
1.2. Araştırmanın Önemi	5
1.3. Araştırmanın Varsayımları (Sayıltılar).....	7
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	7
1.5. Tanımlar	7
2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	9
2.1. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı.....	9
2.1.1. Oyun Bağımlılığının Kısa Tarihi	9
2.1.2. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Tanılanması ve Tanı Kriterleri.....	13
2.1.3. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Yaygınlığı	17
2.1.4. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Risk Faktörleri	19
2.1.5. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı İle İlgili Müdahale Yöntemleri	21
2.1.6. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	22
2.2. Algılanan Sosyal Destek	28
2.2.1. Algılanan Sosyal Destek Hakkında Kuramsal Bilgiler.....	28
2.2.2. Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Araştırmalar	32
2.3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar	34
2.3.1. Özerklik İhtiyacı	35
2.3.2. Yeterlik İhtiyacı	35

2.3.3. İlişki İhtiyacı	36
2.3.4. Temel Psikolojik İhtiyaçların Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı İle İlişkisi	37
2.3.5. Temel Psikolojik İhtiyaçlarla İlgili Yapılan Çalışmalar	38
3. YÖNTEM.....	43
3.1. Araştırmanın Modeli	43
3.2. Evren ve Örneklem.....	43
3.3. Veri Toplama Araçları.....	44
3.3.1. Ergenler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeği	45
3.3.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği-Lise Formu (TPİÖ-L)	45
3.3.3. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği	46
3.4. Verilerin Analizi.....	47
4. BULGULAR.....	48
4.1. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular.....	48
4.2. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Okul Türlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular.....	49
4.3. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Sınıf Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular	50
4.4. Lise Öğrencilerinin Oynadıkları Oyunların Çevrimiçi-Çevrimdışı Olmasına Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular	50
4.5. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeyleri İle Algılanan Sosyal Destek ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular	51
5. TARTIŞMA VE YORUM.....	53
5.1. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Tartışma ve Yorum	53
5.2. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Okul Türlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Tartışma ve Yorum	54
5.3. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Sınıf Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Tartışma ve Yorum.....	55
5.4. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Oynadıkları Oyunların Çevrimiçi-Çevrimdışı Olmasına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Tartışma ve Yorum	55

5.5. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeyleri İle Algılanan Sosyal Destek ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Tartışma ve Yorum	56
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	61
6.1. Sonuçlar.....	61
6.2. Öneriler.....	61
6.2.1. Araştırmanın Sonuçlarına Dayalı Öneriler	61
6.2.2. Yeni Yapılacak Çalışmalara Yönelik Öneriler	62
KAYNAKÇA	65
EKLER.....	87
ÖZ GEÇMİŞ.....	96



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Örneklem Grubuna Ait Bilgiler	44
Tablo 2: Lise Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılıklarına Ait t Testi Sonuçları	48
Tablo 3: Okul Türüne Göre Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler	49
Tablo 4: Okul Türüne Göre lise öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları	49
Tablo 5: Sınıf Düzeyine Göre Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler	50
Tablo 6: Sınıf Düzeyine Göre lise öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları	50
Tablo 7: Lise Öğrencilerinin Oynadıkları Oyun Türüne Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait t Testi Sonuçları.....	51
Tablo 8: Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılık Düzeyleri İle Algılanan Sosyal Destek ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular	51
Tablo 9: Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılık Düzeyleri İle Algılanan Sosyal Destek ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular	52

ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 1 :** Sosyal desteğin stresli olaylar ve hastalık arasındaki varsayımsal nedensel bağlantıya müdahale edebileceği iki nokta. 30



KISALTMALAR

APA	: American Psychological Association
ASD	: Algılanan Sosyal Destek
ÇOB	: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı
DEHB	: Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu
DSM	: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
ICD	: International Classification of Diseases (Hastalıkların Uluslararası Sınıflaması)
MMORPG	: Multi-Massive Online Role Playing Game (Devasa Çok Oyunculu Çevrimiçi Rol Yapma Oyunu)
ÖBK	: Öz Belirleme Kuramı
TPI	: Temel Psikolojik İhtiyaçlar
TPIÖ-L	: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Lise Formu
WHO	: World Health Organization (Dünya Sağlık Örgütü)

1. GİRİŞ

Teknoloji alanındaki gelişmeler insan hayatının pek çok alanında olduğu gibi insanların oyun oynama davranışları üzerinde de önemli bir etkiye sebep olmuştur. Bu etki gün geçtikçe daha güçlü bir hale gelmektedir. Bilgisayarlardan sonra telefonların, tabletlerin, akıllı telefonların günümüzün vazgeçilmez eşyaları haline gelmesiyle oyunların da mobil özellik kazanması ve her an her yerde ulaşılabilir eğlence kaynakları haline gelmesi insan hayatında edindiği yeri önceki zamanlardan daha önemli bir duruma getirmiştir. Bunun yanı sıra sadece oyun oynamak için üretilen çeşitli bilgisayarlar, akıllı telefonlar ve dijital oyun konsolları da hem ekonomik anlamda hem de teknolojik kültür anlamında hayatımıza daha fazla dâhil olmaktadır.

Oyun; bireylerin duygularını, düşüncelerini ve hayallerini ifade eden, çevresini tanımasına ve deneyimlemesine fırsat sağlayan, her türlü gelişimini destekleyen, mutluluk verici ve genellikle toplumsal hayatın bir yansıması olarak görünen etkinliklerin tümü olarak tanımlanabilir (Özyeşer-Cinel, 2006). Ögel'e (2012) göre aslında insan için bir ihtiyaç olan oyun, sadece çocuklukta değil yetişkinlikte de insanın temel ihtiyaçlarından olan eğlenme ihtiyacını karşıladığı önemli bir araçtır. Oyunlar yapısı gereği zamana, coğrafyaya ve kültüre göre farklılaşabilir. Geçmişte oyun parklarında ve sokaklarda arkadaşlarla beraber gerçekleştirilen oyunlar; günümüzde evlerde, İnternet kafelerde, oyun salonlarında bilgisayarlar, akıllı telefonlar, oyun konsolları ve tabletler sayesinde hayatın her alanında gerçekleştirilen sanal etkinlikler haline almıştır (Yeşilyurt, 2014). Dijital oyunların insanların ciddi bir ölçüde zaman harcadıkları günlük bir rutini haline geldiği söylenebilir (Çeken ve Çiçekli, 2018). Bu oyunlarla büyüyen neslin ergenlik ve hatta yetişkinlik zamanlarında da gelişmeleri takip ettiği ve oyunları oynamaya devam ettiği gözlemlenmektedir.

Dijital oyunların tarihine bakıldığında, 1962 yılında MIT'de Steve Russell tarafından geliştirilen 'Spacewar' isimli oyunun üretilmesi, sonrasında ATARI şirketinin kurulması ve 1972 yılında PONG isimli dijital masa tenisi denilebilecek bir

oyunun oluşturulması ile dijital oyun çağının başlamasına ilham kaynağı olduğu anlaşılmaktadır (Wolf, 2007). Bu dönüm noktasından sonra teknolojinin hızla gelişmesiyle dijital oyunlar da gelişmiş; oynanış, bakış açısı, oyunun konusu, teknik özellikleri, senaryoları ve hatta müzikleri ile farklı bir dünyaya kapı aralamıştır. Bu açıdan bakıldığında, gün geçtikçe farklı türlerinin oluşması ile dijital oyunların insan hayatındaki yerini daha önemli hale getirdiği düşünülmektedir. Geline son noktada sanal gerçeklik (virtual reality), artırılmış gerçeklik (augmented reality) ve yapay zek kavramlarıyla beraber teknolojinin insan hayatına müdahalesinde sınırları zorladığı görülmektedir. Sanal Gerçeklik Teknolojisi (VR) dijital ortamın başa takılan büyük bir gzlk benzeri cihaz vasıtasıyla dijital ortamın üç boyutlu olarak algılanmasına ve sanki sanal dünyanın içinde bulunuluyormuş hissi vermesine olanak sağlayan yazılımsal ve donanımsal bir araçtır. VR cihazlarının uzun süreli kullanıma çok uygun olmaması ve fiyatlarının yüksek olması henüz oyun dünyasında çok fazla yaygınlaşmasına izin vermemektedir. Ancak sanal dünyanın giderek gerçekle i içe geçmesiyle birlikte, bu teknolojinin yapay zeknın da etkisiyle gelecekte önemli bir olgu olacağı tahmin edilmektedir (King ve Delfabbro, 2018). Nitekim bu konuların Avalon (2001), Gamer (2009), The Call Up (2016), Ready Player One (2018) gibi bilimkurgu filmlerinde yer aldığı, distopik olarak durumun gelebileceği noktaların sinemaya aktarıldığı görülmektedir.

Mobil cihazlar için geliştirilmiş *Pokmon Go* isimli artırılmış gerçeklik oyununun 2016 yılında piyasaya sürüldüğü ilk bir ay içerisinde Amerika Birleşik Devletlerinde 33 milyonun üzerinde kullanıcıya ulaştığı belirtilmektedir (YouGov, 2016). Aradan bir yıl geçtiğinde, 2017 yılında, oyunu oynamaya devam eden 65 milyon aktif kullanıcının olduğu (Tassi, 2017), toplamda ise oyunun 800 milyondan fazla kişi tarafından indirildiği ifade edilmektedir (Bloom, 2019). *Pokmon Go* oyununu diğerlerinden ayıran özelliği *Artırılmış Gerçeklik* teknolojisi ile oluşturulmuş olmasıdır. Artırılmış gerçeklik oyunları “oyuncuların dijital oyunları gerçek ortamlarla entegre olmuş şekilde oynanayabildikleri oyunlardır” (King ve Delfabbro, 2018, s.11). Oyunlar akıllı telefonların kamera GPS ve hareket sensörü özelliklerini kullanarak ekranlarına bulundukları ortamların içinde sanal bir görüntü oluşturarak diğer oyuncularla ve çevreyle etkileşimli oyun deneyimi sunmaktadır. Bu şekilde oyun, kişileri oyundaki görevleri yapmak ve yeni *Pokmonlar* bulmak için çevrelerindeki kafelere, sinema salonlarına, stadyumlara, sokaklara caddelere,

parklara, sahil kenarlarına hatta belki de ormanlık ve ıssız alanlara sürüklemektedir. Bu yönüyle *Pokémon Go* oyunu gerçek dünya ile sanal dünyanın iç içe geçmesinin önemli bir örneğini oluşturmaktadır.

Dijital oyunların insanlar üzerinde pek çok olumlu etkisinin yanı sıra bir takım olumsuz etkileri de bulunmaktadır. Günümüzde dijital oyunları oynayan kişilerin bir kısmında görülen bağımlı davranışlar, oyunların sorunlu kullanılmasıyla beraber olumsuz sonuçlara yol açabilmektedir. Araştırmacılar oyunların insan hayatına etkilerinin yanı sıra; bireyin, sorunlu ve bağımlı kullanımına yol açan, hayatındaki çeşitli etmenleri de araştırmaktadır. Ayrıca oyunlara ait farklı özelliklerin olması insanlar üzerindeki etkilerini de farklılaştırmaktadır. Bu anlamda bazı oyunların karakteristik özellikleri gereği diğerlerine göre daha fazla olumsuz sonuçlar oluşturabileceği düşünülmektedir (Carbonell, 2017). İnternet bağlantısı ile diğer oyuncularla eş zamanlı ya da sıra tabanlı oynanabilen çevrimiçi oyunları arkadaşlık, iletişim ve ilişki kurma, grup oluşturma-gruba dâhil olma gibi sosyal boyutlarıyla (Griffiths, Davies ve Chappell, 2004) insanlar tarafından daha çok tercih edilmektedir.

Kişilerin bu tercihlerinin onların temel psikolojik ihtiyaçlarından kaynaklandığı düşünülebilir. Temel psikolojik ihtiyaçlar, Öz Belirleme Kuramında yer aldığı şekliyle her insanda doğuştan var olan üç temel ihtiyacı belirtmektedir. Bunlar özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacıdır (Deci ve Ryan, 1985; Deci ve Ryan, 2000). Kişinin kendisi ve çevresiyle ilgili olan bu ihtiyaçlar karşılanmadığında patolojik durumların ortaya çıkabileceği belirtilmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Kişi bu ihtiyaçlarını karşılamaya çalışırken farklı yollar belirleyebilir. Bu belirlemeler kişiye özel olup, herkes için ihtiyaçlarını doyurması ile ihtiyaçlarının doyurulduğuna ilişkin algılama şekli değişebilmektedir (Sheldon, Eliot, Kim ve Kasser, 2001). Bu nedenle ihtiyaçları doyurulmayan bireylerde bu ihtiyaçları gidermeye yönelik sağlıklı davranışlar da gelişebilir.

Algılanan sosyal destek ise kişinin kendisine değer verildiğine ve sevildiğine, saygın olduğuna ve diğerlerine bağlı olduğuna inanmasıdır (Cobb, 1976). Ergenlerin çevresindeki sosyal destek kaynakları çoğunlukla aile, arkadaşlar ve öğretmenlerden oluşmaktadır. Bu anlamda bireyin karşılaştığı sorunlarda sosyal desteğin bir tampon rolü üstlendiği ve sorunlarla daha sağlıklı yollarla başetmesinde yardımcı olduğu bilinmektedir (Cohen ve Wills, 1985; House ve Khan, 1985). Birey sosyal çevreden

yeterince destek aldığında ve ihtiyaçları karşılandığında gelişimide o ölçüde yüksek olur (Deci ve Ryan, 2000). Oyunların zaman zaman sorunlarla başetmede kullanılan sağıksız bir yol olması sosyal desteğın oyun bağımlılığında önleyici bir rolü olduğunu düşündürmektedir. Bununla birlikte sosyal destek sosyal eşlik etmeyi de içeren geniş bir kavramdır (Cohen ve Wills, 1985). Özellikle ergenlerde dijital oyunların sosyal eşlik etmeye yani diğlerleri ile vakit geçirerek sosyal paylaşımda bulunmaya zemin hazırladığı ve bunun için bir malzeme olduğu hesaba katıldığında görünen karşılıklı olumlu bir ilişkinin varlığı sonrasında bağımlılığa yol açan davranışa dönüşebilmektedir.

Oyun endüstrisi, insanların tercihlerinden ve hatta ihtiyaçlarından yola çıkarak oyunları; yeni deneyimlere açık olacak, sınırları oldukça genişletilebilir, becerilerin test edilebildiğı ve çevrimiçi etkileşim ve iletişim fırsatlarına uygun bir biçimde geliştirmektedir (Przybylski ve diğ., 2012). Her ne kadar oyunlar insanların temel ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri alanlar olarak görölse de ihtiyaçları engellenmiş kişiler için sorunlu kullanıma yol açan aktiviteler haline gelebilmektedir. Çünkü engellenen ihtiyaçlarla beraber kişide kontrol duygusu yetersiz kalır ve tutkulu bir davranışa bağımlı hale gelebilir (Rigby ve Ryan, 2016). Przybylski ve diğlerleri (2009) tarafından yapılan bir araştırmada günlük temel ihtiyaçlarının doyumu düşük olan oyuncuların oyunlar için takıntılı bir tutku sergilemeye yatkın oldukları bulunmuştur.

Dijital oyunların gerçek bir psikolojik doyum sağılama noktasında doğrudan ve anında etkisinin olması insanların yönelebileceğı önemli bir olgu haline gelmesini sağlamaktadır. Nitekim oyunlar sırasında kişilerin kısa süreli iyi oluş deneyimleri yaşadıkları belirtilmektedir (Rigby ve Ryan, 2016). Ancak bağımlı bireylerde bu durum hayatın diğler bileşenlerinin de önüne geçebilmektedir. Bu anlamda dijital oyunların bireyler tarafından doyum sağılamaya yönelik tek kaynak olarak görülmesi bir sorundur ve bu durum, oyunları daha çok anlamaya ihtiyacımız olduğunu göstermektedir.

1.1. Araştırmanın Amacı

Dijital oyunların İnternetin yaygınlaşmasıyla beraber insanların çevrimiçi olarak birlikte onayabildikleri çevrimiçi oyunları ortaya çıkarması sonrasında bu tür

oyunların da kendi içinde dinamikleri olduğunu ortaya koymuştur. Bu anlamda bu araştırmada şunlar amaçlanmıştır:

1. Lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılıklarının cinsiyet, oyun türü, lise türü ve sınıf düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığının araştırılması amaçlanmıştır.
2. Lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeylerinin algıladıkları sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçları açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

1.1.1. Araştırmanın Alt Problemleri

Yukarıdaki amaçlara bağlı olarak araştırmada şu sorulara yanıtlar aranmıştır:

1. Lise öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?
2. Lise öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı lise türüne göre farklılaşmakta mıdır?
3. Lise öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı sınıf düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?
4. Lise öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı oyun türüne göre farklılaşmakta mıdır?
5. Lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri ile algıladıkları sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasında bir ilişki var mıdır?

1.2. Araştırmanın Önemi

İnternetin günlük hayatın ayrılmaz bir parçası haline gelmesiyle insanlar günün büyük bir bölümünü İnternette ve İnternetle ilgili aktivitelerle geçirir hale gelmiştir. Ülkemizde İnternette ortalama vakit geçirme süresinin 7 saat 15 dakika olduğu belirtilmektedir (Hootsuite, [18.02.2019]). Günün yaklaşık üçte birini İnternetle geçiren insan eğlenme, sosyalleşme, dinlenme, gündemi takip etme, haberleşme, alışveriş, mesleki çalışma gibi bir takım ihtiyaç ve gerekliliklerini burada yerine getirmektedir.

Bu açıdan insanlar İnterneti oyun amaçlı da kullanabilmektedir. NewZoo şirketinin 2017 yılında yaptığı araştırmaya göre Türkiye’de 30,8 milyon insan dijital oyunları oynadığı göze çarpmaktadır. Bu sayının %30’luk kısmını 10-20 yaş arası

gençler oluştururken %46'lık pay ile en büyük oranın da 21-35 yaş arası yetişkinlerin olduğu görülmektedir (NewZoo, [28.03.2018]). Bir başka araştırmada da 24 milyonun üzerinde mobil oyuncu olduğu ortaya konmuş, 15-17 yaş arası gençlerin %90,1'inin mobil oyun oynadıkları sonucuna ulaşılmıştır (Adcolony, [28.03.2018]). Bu durum özellikle ergenlerin hayatında dijital oyunların ne kadar önemli bir yere sahip olduğunu görmemizi sağlamaktadır. Ekonomik açıdan bakıldığında ise Türkiye 778 milyon dolar ile dünya oyun pazarında 18. sırada yer almaktadır (NewZoo, 2017). Oyun başında geçirilen sürede Rusya ve Polonya'dan sonra Türkiye'nin üçüncü ülke olduğu bildirilmektedir (Kartal, 2019). Oyunların her yaş kademesinden ve her kültürden insana hitap edebilen bir çeşitlilikte olması insanlar tarafından sevilen bir uğraş haline gelmesinde önemli rol oynamaktadır.

Bilgisayarın ve akıllı telefonların içerisinde doğmuş ve büyümüş çocukların ve gençlerin oyun alışkanlıkları ve oyunlara karşı tutumları, hayatına sonradan bilgisayar ve akıllı telefon dâhil olan ebeveynleri ile benzeşmemektedir (Doğu, 2006). Ebeveynler için dijital oyunlar çoğu zaman büyük bir sorun olarak algılanmaktadır. Ergenlerin yoğun biçimde dijital oyunlara yönelmesi ve özellikle de çevrimiçi oyunları oynama istekleri, aileleri endişelendirmekte, son yıllarda aileler psikologlar, psikiyatrisiler ve psikolojik danışmanlardan sık sık çocuklarının çevrimiçi oyunlar oynaması nedeniyle destek almaktadır (Yeşilyurt, 2014). Değişen bu oyun anlayışıyla ebeveynlerin çocukları ile olan ilişkilerinde de bir takım değişikliklere gitmesi kaçınılmaz görünmektedir. Çünkü oyun oynama sadece eğlenme amacının ötesinde pek çok bileşeni de içerisinde barındırmaktadır. Bu bileşenler de oyunu sadece oyun olarak ele alınmasının yetersiz olduğunu göstermektedir. Bilgisayarda oynanan oyunlar bir zamanlar daha çok bireysel oynandıkları halde, günümüzde bireyler artık İnternet aracılığıyla farklı mekân, kültür ve yaş gruplarından birçok kişiyi aynı ortamda buluşturan çevrimiçi oyunlara da yönelmektedirler (Ögel, 2012). Bu da kişinin sosyalleşme ve iletişim kurma isteği, bir gruba ait olma, kendini toplum içerisinde değerlendirebilme, eğlenceyi paylaşma gibi pek çok kavramla ilgili bir durum olduğunu göstermektedir. Bu kavramlar da temel psikolojik ihtiyaçlar ve sosyal destek ile ilişkili görünmektedir. Uygun yollarla karşılanamayan ihtiyaçlar kişinin iyi oluşunu olumsuz etkilemekte ve patolojik durumlara sebebiyet verebilmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Bu anlamda bireylerin sosyal destek kaynaklarının, sosyal ilişki, kendi kendini yönetme ve bir konuda

yeterli olma ihtiyaçlarının oyun oynama davranışlarına etkisinin incelenmesinin, problem durumunun daha iyi anlaşılması adına alanyazına bir katkı sağlayacağı ve bağımlılığı önleyici ve zararlardan koruyucu çalışmalara fayda sağlayacağı düşünülmektedir.

1.3. Araştırmanın Varsayımları (Sayıtlar)

Bu araştırmada aşağıdaki varsayımdan hareket edilmektedir:

1. Araştırmaya gönüllü olarak katılan lise öğrencileri kendilerine verilen ölçekleri ve bilgi formunu gerçek durumlarını yansıtacak şekilde doldurmuşlardır.
2. Bu çalışma, yalnızca örneklem grubuna benzer özellikteki ergenler için genellenebilir.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma bulguları, kullanılan ölçeklerin ve hazırlanan kişisel bilgi formunun kapsadığı niteliklerle sınırlıdır ve sadece benzer özelliklere sahip lise öğrencilerine genellenebilir.
2. Bu araştırma 2017-2018 bahar döneminde İstanbul Bağcılar ilçesindeki çeşitli ortaöğretim kurumlarında öğrenimlerine devam eden öğrencilerden toplanmış verilerle sınırlıdır.

1.5. Tanımlar

Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı: Klinik olarak önemli bozulmalara ya da sıkıntılara yol açan, çoğunlukla diğer oyuncularla gerçekleştirilen, sürekli ve tekrar eden biçimde İnternetin oyunlar için kullanılması şeklinde tanımlanmaktadır (APA, 2013).

Algılanan Sosyal Destek: Bireyin, gerekli olan durumlarda, sosyal çevresinden edinebileceği ne kadar desteğe sahip olduğunu düşünmesidir (Lakey ve Cohen, 2000).

Temel Psikolojik İhtiyaçlar: İnsanların fiziksel gelişimi ve işlevselliğinde olduğu gibi kişiliklerinin ve bilişsel yapılarının gelişimi için de gerekli ihtiyaçlar bulunmaktadır. Bunlar Öz Belirleme Kuramı'nda yeterlik, ilişki ve özerklik

ihtiyaçları alt boyutları ile temel psikolojik ihtiyaçlar şeklinde adlandırılmaktadır (Deci ve Ryan, 2002, 7).

Yeterlik İhtiyacı: Kişinin fiziksel ve sosyal ortamıyla etkileşiminde, yaşamındaki önemli aktivitelerde kendini başarılı ve etkin hissetmesidir (Dehaan, Hirai ve Ryan, 2016).

İlişki ihtiyacı: İlişkili olma, kişinin sosyal hayatında başkalarıyla güvenli ve doyurucu ilişkiler geliştirmesi ve aidiyet duygusunu yaşayabilmesi ile ilgilidir (Deci ve diğ., 1991; Niemiec ve diğ., 2006).

Özerklik İhtiyacı: Kişinin davranışını kendi kendine başlatabilme ve öz düzenleme becerisine sahip olması olarak ifade edilmektedir (Deci ve diğ., 1991).



2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu başlık altında çevrimiçi oyun bağımlılığı, temel psikolojik ihtiyaçlar ve algılanan sosyal destek ile ilgili tanımlar, açıklamalar, kuramsal bilgiler ve alanyazında yer alan ilgili araştırmalar ayrıntılı olarak sunulmuştur.

2.1. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı

Oyun bağımlılığı bilgisayar ve video oyunlarının sosyal veya duygusal sorunlar ortaya çıkaran aşırı ve sorunlu kullanımı olarak tanımlanmaktadır (Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2009, s.78). Alanyazın incelendiğinde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı (ÇOB) için farklı isimlendirmeler kullanıldığı görülmektedir. Bunlar, oyun bağımlılığı (Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2009), dijital oyun bağımlılığı (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2015), çevrimiçi oyun bağımlılığı (Hyun ve diğ., 2015; Kuss, Louws ve Wiers 2012), problemli çevrimiçi oyun kullanımı (Kim ve Kim, 2010), İnternette oyun oynama bozukluğu (APA, 2013), video oyun bağımlılığı (Griffiths ve Davies, 2005), problemli video oyunu oynama (Turner ve diğ., 2012), oynama bozukluğu (WHO, 2018) şeklinde belirtilmektedir. Bu araştırmada ise problemin ifade edilmesi için çevrimiçi oyun bağımlılığı ifadesi kullanılacaktır.

Aşağıda ÇOB'a tarihsel açıdan bir bakış, ÇOB'un tanımlanmasında kullanılan yöntemler, araçlar ve tanı kriterleri ile bilgiler, ÇOB'un dünyada ve Türkiye'de yaygınlığı, ÇOB'un tedavisinde uygulanan yöntemler, ÇOB ile ilişkili risk faktörleri ve ÇOB ile ilgili yapılan çeşitli araştırmalara ilişkin bilgiler yer almaktadır.

2.1.1. Oyun Bağımlılığının Kısa Tarihi

İnternet bağımlılığının klinik olarak bir bozukluk şeklinde tanımlanması 1996 yılında gerçekleşmiş olmasına karşın, dijital oyun bağımlılığı ile ilgili ilk araştırmalar bundan daha önceye, 1970'lere dayanmaktadır (Pontes ve Griffiths, 2014; Hyun ve diğ., 2015). İlk video oyunu reklamlarının 1970'lerin başında çıkmasıyla bundan yaklaşık 10 sene sonra psikoloji ve psikiyatri alanında ilk vak'aların bildirilmeye başlandığı görülmektedir (Griffiths, Kuss ve King, 2012). Atari salonlarının

1980'lerde yaygınlaşmasıyla buralarda zamanını ve parasını harcayan çocukların sayısı giderek artmıştır. Aileler özellikle de medyanın etkisiyle, bu oyunların çocuklarında bağımlılık oluşturma olasılığı ile endişe yaşamaya başlamışlardır. Egli ve Meyers (1984) bu endişelerden yola çıkarak video oyunlarına aşırı zaman ve para harcayan çocukların okul başarıları sportif faaliyetlerdeki gelişimlerinin kısıtlanması ve sosyal becerilerindeki gelişim fırsatlarını engellenmesi ile aralarında bir ilişki olup olmadığını araştırmış ve medyanın söylediğinin aksine herhangi bir ilişki bulunmadığı sonucuna ulaşmışlardır. O döneme damgasını vuran Pac Man oyunu üzerinde yapılan bir araştırmada da bireylerin bu oyuna olan ilgilerinin sebepleri araştırılmış ve oyunda akış (flow) halinde olmalarını sağlayacak oyun sistematığının oyuna olan bağımlılığı arttırdığı belirlenmiştir (Bowman, 1982).

Oyunların olumsuz olabilecek etkilerinin incelendiği araştırmalarda video oyunları ile saldırganlık düzeyi arasında erkeklerde bir bağlantı bulunurken kızlarda bulunmadığı (Dominick, 1948), deneysel yapılan bir çalışmada ise şiddet içerikli oyunları oynayan bir grup kız çocuğun, sonrasında gözlemlenen davranışlarında saldırganlık düzeylerinin arttığı ancak erkeklerde herhangi bir değişiklik olmadığı bulunmuştur (Cooper ve Mackie, 1986). Kişilik türlerinin video oyunları oynama ile ilişkisini arayan Gibb ve diğerleri (1983) farklı kişilik tipleri ile video oyunu oynama davranışı arasında bir fark bulamadıklarını belirtmektedirler. Bireylerin oyun oynamadaki motivasyonlarının ise daha çok oyunda ustalaşmak ve diğerleri ile yarışmak olduğu görülmektedir (Griffiths, 1991; Morlock ve diğ., 1985). Bu motivasyonların o dönemin oyunlarının daha çok tek kişilik oyun modunda olduğu (Braun ve diğ.,1986) ve başka bir oyuncuyla etkileşimli veya karşılıklı oynamaya olanak tanımadığı (Braun ve Giroux, 1989) ve henüz İnternet üzerinden çevrimiçi bir platform oluşmadığı için daha sınırlı olduğu ifade edilmektedir.

Soper ve Miller (1983) klinik olarak gözlemledikleri vak'alarda diğer davranışsal bağımlılıklara benzer şekilde video oyunu bağımlılıklarının da fiziksel ve zihinsel belirtiler gösterdiğini ifade etmektedir. Aşırı ve saplantılı derecede video oyunu oynama sebebiyle 1980'li yılların sonunda tedaviye gelen vak'alar da gözlenmektedir (Keepers, 1990; Klein, 1984; Kuczmierczyk, 1987). Video oyunlarının ve atari salonlarının özellikle çocuklar ve ergenler üzerinde davranışsal bir bağımlılık oluşturduğu ile ilgili görüşler bu vak'aların da etkisiyle yayılmaktadır.

Ev tipi bilgisayarların ve oyun konsollarının yaygınlaştığı 1990'lı yıllarda, çocuklar ve gençler atari salonlarının yanı sıra evlerinde de video oyunları ile vakit geçirmeye başlamışlar ve ev ortamının rahatlığıyla bu oyunlar, yaşamlarının önemli bir parçası haline gelmeye aday olmuştur (Gupta ve Derevensky, 1996). Ev bilgisayarlarında oynanan bu oyunların, çocukların ve ergenlerin üzerindeki etkileri henüz tam bilinmemesine rağmen boş zamanı değerlendirme etkinliği olarak sosyal bir olgu haline geldiği bildirilmektedir (Griffiths, 1997). İlişkili olabileceği sosyal, gelişimsel faktörlerin yanı sıra oyunların bağımlılık riskine karşı ortak bir görüşün olduğu bildirilmektedir (Philips ve diğ., 1995). Şiddet içerikli oyunların daha çok tercih edilmesiyle birlikte de ailelerin bu konuda bilgilendirilmesi gerektiğine yönelik görüşler ifade edilmiştir (Funk, 1993). Şiddet içerikli oyunların daha çok tercih edilmesinin, oyun geliştiricilerinin savaş türündeki oyunlara daha fazla ağırlık vermesine ve bu türün yaygınlaşmasına da zemin hazırladığı düşünülebilir.

Bu dönemde bireylerin video oyunlarına gösterdikleri davranışsal tepkilerin televizyon bağımlıları ve slot makinası bağımlıları ile paralellik gösterdiği kaydedilmektedir (Griffiths, 1991). Sözü geçen araştırmada saldırganlık ve bağımlılık davranışları bakımından televizyon ve slot makinası bağımlıları ile video oyunu oynayan kişiler arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu ifade edilmekte ve bu olgunun ileride daha çok araştırılması gereken bir konu olduğu savunulmaktadır. Fisher'ın (1994) bu problemin yaygınlaşmasıyla birlikte Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabında (DSM) yer alan kumar bağımlılığı kriterlerinden yola çıkarak video oyun bağımlılığını ölçmek amacıyla dokuz maddelik tanı kriterlerini oluşturduğu görülmektedir. Yapılan diğer bir araştırmada 11-16 yaş aralığındaki 868 öğrenciden 50'sinin (%7.5) DSM III-R de bulunan kumar bağımlılığı kriterlerine göre bağımlılık gösterdikleri bildirilmektedir (Philip ve diğ., 1995). Video oyunlarının yaygınlaşmaya başlamasıyla birlikte aşırı kullanımı da artmakta, bu da bağımlılık riskini artırmaktadır.

Dijital oyunlar ile kurulan “elektronik arkadaşlık”, çocuklarda ve gençlerde sosyal hayattan uzaklaşmaya sebep olabilmektedir. Boş zamanı değerlendirmek için oynanan oyunlar, bağımlı davranışların gözlenmesiyle birlikte, bireyler tarafından sosyal olarak arkadaşlarıyla vakit geçirmek yerine tercih edilir hale gelmektedir. Bu durum dijital oyunların sosyal olarak da incelenmesi gerektiğini düşündürmektedir (Selnow,1984). Ancak 90'larda Colwell ve diğerleri (1995) ergenler üzerinde

yaptıkları araştırmada, süre olarak ortalamanın üzerinde video oyunu oynayan ergenlerin sosyal hayatlarında kurdukları arkadaşlık ilişkilerinde olumsuz bir değişimin olmadığını bulması, oyunların olumsuz sosyal etkileri konusunda daha çok araştırmaya ihtiyaç olduğunu düşündürmektedir. Gerçekten de ergenlerin okul dışında arkadaşları ile oldukça sık bir şekilde görüşmesi, video oyunlarının sosyal izolasyona sebep olmadığını ortaya koymaktadır (Colwell ve Payne, 2000). Video oyunlarının sosyal olarak bir paylaşım konusu olması ve çocukların oyunlarla tanışmasında ve oyun oynamayı sürdürmesinde arkadaşlarının etkisinin de olması (Griffiths ve Hunt, 1995) sosyo-demografik açıdan incelendiğinde erkeklerin kızlardan daha çok oyun oynaması (Buchman ve Funk, 1996; Griffiths, 1997) video oyunlarının sosyal açıdan çok yönlü olarak incelenmesi gerektiğini göstermektedir.

İnternetin 2000’li yıllarda hayatımıza dahil olmasıyla oyunlar da İnternetle entegre olmuş ve çevrimiçi oynanan oyunlar ortaya çıkmıştır. Bu yıllarda Çok Oyunculu Devasa Çevrimiçi Rol Yapma Oyunu (MMORPG Multi-Massive Online Role Playing Game) türündeki oyunların yaygınlaştığı görülmektedir. Bu oyunlar, pek çok oyuncunun aynı anda bağlanabildikleri, dijital bir evren içerisinde sahip olunan karakterlerini geliştirdikleri, savaştırdıkları, birbirleriyle iletişim kurabildikleri, üç boyutlu oyunlardır (Steinkuehler ve Williams, 2006). İnternetin de gelişmesiyle sosyal etkileşime olanak veren bu tür oyunların yaygınlaşması araştırmaların daha çok MMORPG türü oyunlara odaklanmasına sebep olmaktadır (Pontes ve Griffiths, 2014). MMORPG oynayan oyuncuların diğer çevrimiçi oyunları oynayanlardan daha fazla problemli oyun davranışı gösterdikleri ve depresyona daha fazla meyilli oldukları ifade edilmektedir (Stetina ve diğ.,2011). Müller ve diğerleri (2015) de MMORPG ve nişancı türündeki oyunların ÇOB ile daha fazla ilişkili olduğunu belirtmektedir.

MMORPG’lerin iki özelliğinden dolayı daha fazla bağımlılık yapıcı oldukları belirtilmektedir. Birincisi çevrimiçi sanal bir dünyada her oyuncunun anlık olarak avatarlarıyla oyuna katılmalarının bu oyunları, oyunda yaşanabilecek olayların ve bazı görev ve savaşların ne zaman gerçekleşeceği kesin olarak bilinemeyen süreli aktüel bir etkinlik haline getirmektedir. Bu da oyuncuyu değişen oranlı pekiştirecin olduğu edimsel bir koşullanmaya sürüklemektedir. İkinci özelliği ise oyunun çevrimiçi olarak sürekli erişilebilir olması, kişinin oyun oynamadığı zamanlarda da diğer oyuncuların oyunda birlikte etkileşimde bulunmalarının kişide o etkileşimin

içinde bulunmak istemesi noktasında sosyal bir pekiştireç yönü olmasıdır (Charlton ve Danforth, 2007). Nitekim kurulan klanlar, oluşturulan ekipler, sosyal bağlılığı arttırmaktadır. Yerine getirilen bir görev, kazanılan bir başarı, bazen tüm klan üyelerine fayda getirmesiyle, oyuncunun diğerleri tarafından takdir edilmesi ve övülmesini sağlamaktadır.

Genel olarak bakıldığında, 1980’lerde, oyunlarla ilgili araştırmalar genellikle atari salonlarında oynanan video oyunları üzerine iken 1990’larda ise evlerde bireysel olarak oynanan bilgisayarlar ve oyun konsollarının kullanıcılara etkileri ve bağımlılıkla ilişkilerine odaklandığı görülmektedir. 2000’lerde ise İnternette beraber çevrimiçi olarak oynanan oyunların yaygınlaşması araştırmaların da bu oyun türüne yoğunlaşmasını sağlamıştır (Griffiths ve diğ., 2012). Dünya genelinde araştırmaların artmasıyla beraber ÇOB Günümüzde Dünya Sağlık Örgütü’nün (WHO) Oynama Bozukluğu (Gaming Disorder) olarak ICD-11’de yer verdiği, Amerikan Psikoloji Birliği’nin (APA) DSM V’te İnternette Oyun Oynama Bozukluğu (İOOB) ismiyle hakkında daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulan bozukluklar kategorisinde yayımladığı klinik bir sorun halini almıştır.

2.1.2. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Tanılanması ve Tanı Kriterleri

Soper ve Miller (1983) video oyun bağımlılığını betimlemeye çalışırken diğer bağımlılıklara benzer şekilde, dürtüsel bir davranış geliştirme, diğer etkinliklere ilgisizlik, oyun oynamayı durdurmaya çalıştığında ortaya çıkan fiziksel ve zihinsel tepkiler içerdiğini ifade etmektedir. Brown’ın 1988 yılında bağımlılıkla ilgili ortaya koyduğu bileşenlerden faydalanan Griffiths’in (1995) teknoloji bağımlılığı adı altında slot makinası bağımlılığını açıkladığı görülmektedir. Tanımlanan bileşenler: belirginleşme (salience), öfori (euphoria), dayanıklılık (tolerance), geri çekilme (withdrawal), çatışma (conflict) ve nüksetme (relapse) olarak ifade edilmektedir. Griffiths (1995) video oyun bağımlılığının kendine has özellikleri olduğunu ve daha çok araştırmaya ihtiyaç duyulduğunu belirtmektedir. Araştırmaların artması ve problemin daha çok tanımlanmasıyla beraber Pontes ve diğerleri (2014) yaklaşık on yıl sonra geliştirmiş oldukları 20 maddelik İnternette oyun oynama bozukluğu ölçeğinde maddeleri altı kriter halinde kategorize etmişlerdir; belirginleşme (salience), durum değiştirme (mood modification), dayanıklılık (tolerance), geri çekilme (withdrawal), çatışma (conflict) ve nüksetme (relapse).

Philips ve diğerkleri (1995) DSM III-R’de bulunan kumar bağımlılığı kriterlerine göre video oyun bağımlılığı düzeylerini ölçmeye çalışmışlardır. Fisher (1994) DSM IV te yer alan kumar bağımlılığı ile ilgili kriterleri, video oyun bağımlılığına uyarlayarak dokuz maddelik bir tanılama ölçütü geliştirmiştir. Bu kriterlerden dört veya daha fazlası bulunması halinde bireyin video oyun bağımlısı olduğunu ifade etmektedir. Benzer biçimde Young (1996) video oyun bağımlılığını İnternet bağımlılığının alt bir boyutu olarak ele aldığı ve İnternet bağımlılığını ölçmek adına DSM IV’te yer alan patolojik kumar oynama kriterlerinden yola çıkarak sekiz maddelik kısa bir tanı ölçeği geliştirmiştir. Bazı araştırmacılar ise yine DSM’de yer alan madde bağımlılığı kriterlerinden yola çıkarak ölçekler geliştirmişlerdir (Salguero ve Moran, 2002). Hauge ve Gentile (2003) ise yedi maddelik bireyleri “bağımlı” ya da “bağımlı değil” şeklinde ayıran bir ölçek geliştirdiği bilinmektedir. Literatür incelendiğinde oyun bağımlılığını ölçmek adına geliştirilen başka ölçeklere de rastlamak mümkündür (Charlton ve Danforth, 2007; Chou ve Ting, 2003; Hsu, Wen, ve Wu, 2009; Grüsser, Thalemann, Albrecht ve Thalemann, 2005; Ng ve Wiemer-Hastings, 2005). Genel olarak bakıldığında oyun bağımlılığının anlaşılması ve tanınması adına yapılan araştırmaların dünyanın farklı farklı yerlerinde yapılması problemin küresel bir olgu olduğunu göstermektedir.

Bu araştırmada Türkçe formu kullanılan Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği Lemmens, Valkenburg ve Peter (2009) tarafından, DSM kriterlerinden yola çıkarak geliştirilmiştir. Bu ölçek 21 maddeden oluşmaktadır ve davranışsal bağımlılıkların tanınmasında dikkat edilen bileşenlerden oyun bağımlılığına yönelik şu yedi kriteri dikkate almaktadır:

1. *Belirginlik (Salience)*: Kişinin sürekli oyunu oynamayı düşünüp (düşünce) oyun oynamaya karşı aşır istek duyması (duygu) ve sonucunda aşırı oyun oynaması (davranış) şeklinde oyun oynamanın bireyin hayatında en önemli aktivite haline gelmesidir.

2. *Dayanıklılık (Tolerance)*: Oyun oynamak için harcanan sürenin giderek artmasıdır.

3. *Durum Değiştirme (Mood modification)*: Bireylerin oyun oynamayı bir baş etme stratejisi olarak görmesi ve oyun oynarken içinde bulunduğu bir durumdan daha

sakinleştirici ve rahatlatıcı bir duruma geçmesi ve hatta aşırı neşeli bir hal (euphori) almasıdır (Griffiths, 2000).

4. *Geri Çekilme (Withdrawal)*: Oyun oynama durumu aniden azaltıldığında ya da devam ettirilemediğinde hoşça gitmeyen duyguların ve de fiziksel etkilerin ortaya çıkmasıdır (huysuzluk, asabilik, titreme vb.).

5. *Nüksetme (Relapse)*: Oyun oynama davranışının bırakılmasının veya belli bir kontrol dönemin ardından tekrar etmesi ve aşırı oynamayla ilgili davranışının hemen yeniden ortaya çıkmasıdır.

6. *Çatışma (Conflict)*: Aşırı oyun oynamanın sonucunda ortaya çıkan kişilerarası çatışmaları içermektedir. Bu çatışmalar oyun oynayan kişi ile onun etrafındakiler arasında yaşanır. Çatışmalar; tartışma, ihmal ve ilgisizliği içermekle beraber yalanlar ve kandırmalar da ihtiva eder. Çatışma aynı zamanda kişinin belirli aktiviteler arasındaki içsel çatışması da olabilir.

7. *Sorunlar (Problems)*: Aşırı oyun oynamayla birlikte ortaya çıkan sorunları kapsamaktadır. Bireyin hayatındaki okul, iş, sosyalleşme gibi diğer eylemlerin yerini bağımlı davranışın almasıdır. Sorunlar aynı zamanda içsel çatışmalar ve kontrolü kaybetme hissi gibi kişinin kendi içinde de ortaya çıkabilir.

Oyun Bağımlılığını Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) DSM V’de İnternette Oyun Oynama Bozukluğu adıyla ek araştırmalar bölümünde ele alarak standart bir hale getirmenin ilk adımını atmıştır (APA, 2013). İnternette Oyun Oynama Bozukluğunun DSM V’te yer alması sürecinde dünyanın çeşitli ülkelerinden 12 araştırmacıdan oluşan bir konsey, 250’nin üzerinde yayını inceleyerek oyun bağımlılığını geniş kapsamda değerlendirmiştir (Petry ve diğ., 2014). DSM V’te İnternette Oyun Oynama Bozukluğu’nun tanılanması için aşağıda belirtilen dokuz kriterin en az 12 ay boyunca beş veya daha fazlasının bireyde gözlenmesi ve süregelen yineleyici biçimde İnternet bağlantılı oyunları oynama davranışının olması, bunun da kişinin yaşamında önemli bir bozulmaya ve sıkıntıya yol açması beklenmektedir;

1. İnternet oyunları ile meşguliyet (birey geçmişteki oyun etkinliklerini düşünür ve oyun oynamayı hayal eder; İnternette oyun oynama bireyin günlük hayatındaki baskın aktivite haline gelir),

2. İnternette oyun oynama engellendiğinde geri çekilme belirtileri ortaya çıkar (Bu belirtiler tipik olarak sinirlilik, kaygı ya da üzüntü olarak tanımlanır ancak farmakolojik geriçekilmeye dair herhangi bir fiziksel işaret yoktur),

3. Dayanıklılık, İnternet oyunlarına daha fazla vakit ayırma isteği ile harcanan zamanın artması,

4. İnternette oyun oynama üzerindeki kontrolü ele almada başarısız girişimler,

5. Oyun oynamanın sonucu ve oyun oynamadan bağımsız olarak, geçmiş hobiler ve eğlencelere karşı ilgi kaybı,

6. Yol açtığı psikososyal sorunların farkında olunmasına rağmen aşırı oyun oynamaya devam etme,

7. Oyun oynama miktarına ilişkin aile üyelerini, terapistleri ve diğerlerini kandırma,

8. İnternet oyunlarını bir kaçış ya da olumsuz duygu durumlarından kurtulmak için oynama ve

9. İnternette oyun oynama nedeniyle önemli ilişkileri, iş, eğitim ya da kariyer fırsatlarını kaybetme ya da riske atma.

DSM V’te yer alan bu kriterlerin İnternette oyun oynama bozukluğunu ölçmek için geliştirilmiş bazı ölçeklerden (Demetrovics ve diğ., 2012; Gentile ve diğ., 2011; Huang ve diğ., 2007; Lemmens ve Valkenburg, 2009; Meerkerk, Van Den Eijnden ve Vermulst, 2009; Rehbein, Kleimann ve Mössle, 2010; Salguero ve Bersabé-Morán, 2002; Young, 1998) faydalanarak oluşturulduğu görülmektedir. Bununla birlikte bazı araştırmacılar DSM-V’te İnternette Oyun Oynama gibi bir takım davranışsal aktivitelerin bağımlılık çerçevesinde patolojik olarak nitelendirilmesinin bağımlılık konseptine uygun olmadığı için doğru olmadığını belirtmektedirler (Kardefelt-Winther ve diğ., 2017). Oyun bağımlılığına ilişkin bu tür görüş farklılıklarının aşırı oyun oynama ile oyun bağımlılığının birbirinden farklı kavramlar olduğunun net bir şekilde anlaşılmasından kaynaklandığı ifade edilmektedir (Kuss, Griffiths ve Pontes, 2017). Bu anlamda oyun bağımlılığını daha iyi anlamak adına alanyazında araştırmaların sürdüğü görülmektedir.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) 2018 yılının ortalarında yayımlanan ICD-11 el kitabında oyun bağımlılığını oyun oynama bozukluğu (*gaming disorder*) olarak,

davranışsal bağımlılıkların sebep olduğu bir bozukluk şeklinde ele almaktadır. Tanılama sürecinde oyun oynama bozukluğunun çevrimiçi ve çevrimdışı alt başlıkları bulunmaktadır (WHO, 2018). Çevrimiçi ağırlıklı oyun oynama bozukluğu sürekli ya da yineleyici biçimde İnternet vasıtasıyla yürütülen ve şu maddelerle belirginleşen dijital oyun oynama davranışdır:

1. Oyun oynama üzerinde kontrol kaybı (başlama, sıklık, yoğunluk, süre, sonlandırma, bağlam vb.),
2. Oyun oynama davranışına bireyin günlük aktivitelerinin ve yaşamındaki ilgi alanlarının üstünde öncelik vermesi,
3. Olumsuz etkilerin ortaya çıkmasına rağmen oyun oynamaya devam etme ve oynamayı arttırma.

Bu davranış kalıpları işlevselliğin kişisel, aile, sosyal, eğitim, meslek ve diğer önemli alanlarda belirli bir düzeyde bozulmasına dair yeterli ve ciddi sonuçları içermektedir. Tanı koyulabilmesi için oyun oynama davranışının ve diğer özelliklerin belirgin bir şekilde en az 12 ay boyunca devam ediyor olması gerekmesine rağmen eğer tüm tanısal gereklilikler karşılanıyor ve belirtiler şiddetli ise bu süre kısaltılabilir.

Çevrimdışı oyun oynama bozukluğunda ise oynanan oyunların İnternet üzerinden olmamasına göre tanılama yapılmaktadır (WHO, 2018). Burada görülmektedir ki İnternette oyun oynama bozukluğu ya da diğer bir ifadeyle çevrimiçi oyun bağımlılığında oyunların çoğunlukla ve baskın şekilde İnternet bağlantılı olarak oynanması vurgulanmakla beraber bireyin bunun yanında, az da olsa çevrimdışı oyunlar oynaması tanı için bir engel teşkil etmemektedir.

Sonuç itibariyle günümüzde çevrimiçi oyun bağımlılığı APA ve WHO gibi kuruluşların varlığı üzerinde görüş belirttiği ve üzerinde araştırmalarına devam ettiği, klinik gözlemler ve bir takım geçerli ve güvenilir ölçme araçları ile tanınması yapılan klinik bir bozukluk olarak kabul edilmektedir.

2.1.3. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Yaygınlığı

ÇOB'un çok fazla oyun oynamaktan farklı bir durum olmasıyla (Charlton ve Danforth, 2007) bu sorunun yaygınlığının ne düzeyde olduğunu anlamak bağımlılık vak'alarını ve patolojiyi anlamada önemli görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde

ÇOB'un toplumun az bir kısmını etkilediği görülmektedir. Söz konusu oranlar %0,7 ile %15,6 arasında değişmektedir (Feng ve diğ., 2017). Asya ülkelerinde oranların Avrupa ülkelerine göre daha fazla olduğu görülmektedir (Kaess ve diğ., 2017). Kiraly ve diğerlerinin (2017) yaptıkları araştırmaya farklı yaş gruplarından 4887 çevrimiçi oyuncu katılmış ve ÇOB'un yaygınlığı %2.9 olarak bulunmuştur. Pontes ve diğerleri (2016) ise 1071 katılımcılı ulusal düzeyde temsil yeterliliği olan ergen örnekleminde yaygınlık oranının %2.5 olduğunu belirtmektedir. Yu ve Cho da (2016) ulusal düzeydeki bir ortaokul örnekleminde (N=2024) ÇOB'un DSM-V kriterlerini karşılayanların oranını %5.9 olduğunu ifade etmektedir. Wang, Cho ve Kim (2018) araştırmalarında 14-39 yaş arasında değişen 7200 kişilik bir örneklem üzerinde çalışmış ve yaygınlık oranını %10.8 bulmuşlardır. Taechoyotin, Tongro ve Piyaraj (2018) 5497 kişi üzerinde yaptıkları araştırmada Tayland'taki ortaokul öğrencilerinin ÇOB oranının %5.4 olduğunu belirtmektedir. Yapılan bir meta-analiz çalışmasında ise küresel düzeyde bu oranın %3.1 olduğu bulunmuştur (Ferguson, Coulson ve Barnett, 2011). Yaygınlıkla ilgili çalışmaların incelendiği bir bir araştırmada 1998 yılından 2016 yılına kadar ÇOB üzerine yapılan 27 araştırma incelenerek belirtilen yaygınlık oranlarının %0.7 ile %15.6 arasında değiştiği ve ortalamanın ise %4,7 olduğu belirtilmektedir (Feng ve diğ.,2017).

Ülkemizde ÇOB oranlarının %2.1 (Yalçın-Irmak ve Erdoğan, 2015), %3 (Bingöl-Karagöz, 2017), % 3.7 (Arıcak ve diğ., 2019), %11.16 (Baysak ve diğ., 2016), %15.1 (Yiğit, 2017) şeklinde değişiklik gösterdiği anlaşılmaktadır. İlkokul öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada oyun bağımlılığı düzeyinin düşük olduğu belirtilmiştir (Şahin ve Tuğrul, 2012). Karaca ve diğerleri (2015) 10-15 yaş arası ortaokul öğrencilerinde ÇOB oranını %5.6 olduğunu ifade etmektedir. Yeşilayın 2017 yılında İstanbul ili genelinde 12-19 yaş arası 6116 kişinin katılımıyla gerçekleştirdiği oyun amaçlı problemlili İnternet kullanımı çalışmasında katılımcıların %8.5'inin problemlili düzeyde dijital oyun oynama davranışı gösterdiği tespit edilmiştir (Yeşilay, 2018'den aktaran Arıcak ve diğ., 2019). ÇOB'un yaygınlığı ile ilgili bu oran farklılıklarının, tanımlanmasındaki farklılıklara ve kullanılan ölçeklerin değişmesine bağlı olduğu düşünülmektedir (Kuss ve Griffiths, 2012). Bu anlamda ÇOB'un tanınmasında ortak bir tutumun gerekliliği ve özellikle ülkemizde geniş çapta bir yaygınlık araştırmasının ihtiyacı göze çarpmaktadır.

2.1.4. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Risk Faktörleri

Yapılan araştırmalarda ÇOB'un bazı risk faktörleri arasında erkek cinsiyet, depresyon, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB), otizm spektrum bozukluğu, dürtüsellik, aile atmosferi, düşük özgüven ve yalnızlık belirtilmiştir (Bozkurt ve diğ., 2013; Dalbudak ve diğ., 2013; Hyun ve diğ., 2015; Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2011; Ko ve diğ., 2010; Rehbein ve Baier, 2013; Wölfling, Thalemann ve Grüsser, 2008; Wu ve diğ., 2013). Özellikle DEHB ve depresyon önemli risk faktörleri arasında gösterilmektedir (Cao ve diğ., 2007; Hyun ve diğ., 2015; Yoo ve diğ., 2004). Toker ve Baturay (2016) yüksek sosyo-ekonomik düzeyin bir risk faktörü olduğunu belirtmektedir. Bunlara ek olarak öz-denetim eksikliği (Haagsma ve diğ., 2013), sosyal beceri eksikliği ve yaşam doyumunun azlığı (Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2011) ÇOB için risk faktörleri arasında yer almaktadır. Park ve diğerleri (2013) bir çalışmada ergenlerde artan yaşın bir risk faktörü olduğunu belirtmektedir.

Ailenin bu noktadaki rolü oldukça önemli görülmektedir. Düşük aile desteği özellikle çocuk ve ergenlerde ÇOB için önemli bir risk faktörüdür (Baier ve Rehbein, 2009'dan aktaran Rehbein ve Baier, 2013). Boşanmış aile ya da ebeveynlerin ayrı yaşaması ve çocuğun tek ebeveynle kalması da risk faktörü olarak değerlendirilmektedir (Batthyany ve diğ., 2009). Ailenin, aile içi iletişimin ve aile ortamındaki huzurun (Hyun ve diğ., 2015) maddeye bağlı bağımlılıklarda da önemli rol oynadığı düşünüldüğünde ÇOB'un ortaya çıkmasında ya önlenmesinde ebeveynlerin önemli bir yeri olduğu düşünülmektedir.

Literatürde okul ile ilgili risk faktörlerine de rastlanmaktadır. Okul devamsızlığı fazla olan ve okula bağlı davranış sorunları gösteren öğrencilerin risk altında olduğu söylenmektedir (Baier ve Rehbein, 2009'den aktaran Rehbein ve Baier, 2013; Batthyany ve diğ., 2009; Rehbein ve diğ., 2010). Ayrıca okul fobisi olan çocukların ve sınıf tekrarına kalan öğrencilerin de risk grubunda oldukları belirtilmektedir (Rehbein ve diğ., 2010) akademik performansla bakıldığında okuldaki derslerde alınan düşük notlarında ÇOB'u yordayıcı etkisi olduğu bulunmuştur (Gentile, 2009; Rehbein ve diğ., 2010; Skoric, Teo ve Neo, 2009). Okulun sosyal yönünün ve okula devam etmenin bu anlamda koruyucu bir faktör olduğu söylenebilir.

Kişilik özelliklerinin de ÇOB'u yordayıcı etkisi olduğuna yönelik araştırmalar bulunmaktadır. Narsistik kişilik özelliklerinin ve saldırganlığın risk faktörü olarak ele alınmaktadır (Kim ve diğ., 2008). Beş faktörlü kişilik kuramından yola çıkarak Charlton ve Danforth (2010) dışadönüklük (extraversion), duygusal nevrozizm (neuroticism) ve yumuşak başlılık (agreeableness) kişilik özelliklerinin de risk faktörleri arasında yer aldığını belirtmektedir.

Bunların yanı sıra bireylerin oyuna ilişkin çeşitli motivasyonları da risk faktörü olarak değerlendirilmektedir. Bireysel motivasyonlar arasında kaçma ve baş etme (Billieux ve diğ., 2011; Cole ve Griffiths, 2007; Fuster ve diğ., 2013; Kuss, Louws ve Wiers, 2012; King ve Delfabbro, 2009; Király ve diğ., 2014; Kwon ve diğ., 2011; Yee, 2006), çevrimiçi arkadaşlık (Caplan, Williams ve Yee, 2009; King ve Delfabbro, 2009; Ng ve Wiemer-Hastings, 2005; Tsai ve Lin, 2003), eğlence ve heyecanlı aktivite arayışı, sosyal kabul ve takdir edilme (King ve Delfabbro, 2009) yer almaktadır. Sherry ve Lucas (2003) ise bireyleri oyun oynamaya bağlayan psikolojik durumları şu şekilde belirtmektedir; diğerlerini yenme deneyimi: *rekabet*, kendi çabası neticesinde başarı deneyimini hissetmesi: *meşdan okuma*, stres hissinde kaçma: *ilgisini dağıtma*, destansı ve hayali bir durumu yaşama: *fantezi*, sosyallik deneyimi: *sosyal etkileşim* ve heyecan gibi olumlu aktif duyguları hissetme: *uyarılma*.

Oyun içi motivasyonlara bakıldığında ise Yee (2006b) oyun içi motivasyonları “başarı”, “sosyalleşme” ve “oyuna dalma” başlıkları altında değerlendirmiştir. Başarı bileşeni oyunda yükselme, kademe atlama, rütbe kazanmayı içermektedir. Benzer şekilde oyun içi “rekabet”, oyuncuların anlık, günlük, haftalık, aylık ve hatta daha uzun süreli sezonluk derecelendirmelerde diğer oyuncularla bir yarış halinde olması ve üst sıralara çıkmak için oyunda daha fazla zaman geçirmesi ve emek vermesi de (King ve Delfabbro, 2009b; Kuss, 2013) çevrimiçi oyunlar için önemli bir motivasyon olmaktadır. Ayrıca Rehbein ve diğerlerinin (2010) bir risk faktörü olarak belirttiği “gerçek hayatta başarı deneyimlerinin eksikliği” de bireyin başarıma duygusunu oyunda karşılamasıyla açıklanabilir.

Sosyal bileşen ise oyunlar vasıtasıyla farklı kültür ve mekânlardan kişilerle ilişki kurmayı, sohbet etmeyi, yardımlaşmayı ve ekip kurmayı içermektedir. Bu anlamda sosyalleşmek için sanal bir ortam sağlayan çevrimiçi oyunlar diğer motivasyonların yanında arkadaşlık geliştirmeye de olanak sağlamaktadır. Oyunların sosyal

bileşeninin diğer yönü ise oyuncuların sosyal beğeni ve takdir kazanmasını da içermektedir. Oyun sistematigi içinde özellikle çevrimiçi oyunlarda yerine getirilen bir görev sonrası ya uzun uğraşlar sonucu elde edilen ve çok kişide olmayan bir eşya ya da rütbe sahibi olmak kişinin sanal bir sosyal statü kazanmasını sağlamaktadır (King ve Delfabbro, 2009b). Bu da oyuncuda sosyal kabule ve değerli hissetmeye yol açmaktadır.

Oyuna dalma bileşeni kişinin sanal bir keşfe çıkması, rol oluşturmaları ve bu role uygun hareket etmesi ve bu anlamda daha özgür ve kontrol sahibi olması kişiyi oyuna motive etmektedir (Yee, 2006b; Kuss, 2013). Oyun içindeki sanal dünyanın birtakım kurallarının oyuncu tarafından belirlenmesi oyuncuya gerçek hayatta yapamayacağı davranışları yönetme gücünü vermektedir. Bu da kişide kontrol ve özgürlük hissini doğurmaktadır (King ve Delfabbro, 2009b). Normal hayatında hissedemediği heyecanı ya da kontrolü ve belki de özgürlüğü sanalda avatarların vasıtasıyla çevrimiçi sosyal bir ortamda hissetmek kişinin günlük sorunlarından ve stres oluşturan durumlarından da uzaklaşması için kullandığı bir baş etme stratejisi olabilmektedir.

2.1.5. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı İle İlgili Müdahale Yöntemleri

ÇOB'un tedavisi için dünya çapında pek çok girişimde bulunmaktadır. Özellikle yaygınlığın daha fazla olduğu Doğu Asya ülkelerinde çalışmaların daha fazla olduğu bildirilmektedir (King ve diğ., 2017). Tedavilerin genel olarak kaçınma ve olumsuz etkileri azaltma modelinde temellendiği ifade edilmektedir (Faust ve Prochaska, 2018). ÇOB'un tedavisinde diğer maddeye bağlı bağımlılıklara yönelik tedavilerden türetilen yöntemlerin kullanılmasının doğru olduğu düşünülmektedir (Müller ve diğ., 2015). Ayrıca önceki zamanlarda kumar bağımlılığının tedavisinde kullanılan yöntemlerin kullanıldığı da görülmektedir (Griffiths, 2008). Her ne kadar İnternet bağımlılığına benzer olsa da sadece ÇOB için özelleştirilmiş tedavilere ihtiyaç olduğu düşünülmektedir (Wölfling ve diğ., 2014). Bu anlamda orijinal olarak geliştirilen tedavi çalışmaları da bulunmaktadır ancak çoğunun Çin ve Güney Kore'de yapılmış olması bu alanda uluslararası yaklaşımlara olan ihtiyacı göstermektedir (King ve diğ., 2017). Söz konusu tedavilerin farklı kuramlar ve yaklaşımlardan temellendiği görülmektedir.

Uygulanan yöntemlere bakıldığında bilişsel davranışçı bireysel ve grup terapileri (Cao ve diğ., 2007; Du, Jiang ve Vance, 2010; Ge ve diğ., 2011; Jing, Weiping ve Yong, 2010; Lee ve Son, 2008; Li ve Dai, 2009; Li ve Wang, 2013; Wölfling ve diğ., 2014; Young, 2007; Young, 2013), Gerçeklik Terapisi grup uygulaması (Kim ve diğ., 2008), grupla psikolojik danışma (Jeong, 2012), yapılandırılmış psikoterapi programı (Torres-Rodríguez ve diğ., 2018), aile terapisi (Han ve diğ., 2012; Liu ve diğ., 2015) ve çeşitli ilaç tedavileri (Han ve diğ., 2009; Kim ve diğ., 2012) görülmektedir. Genel olarak incelendiğinde Bilişsel-Davranışçı Terapilerin yoğun olarak kullanıldığı ve kullanılan diğer yöntemlere ve ilaç tedavilerine göre daha olumlu sonuçlar gösterdiği konusunda bir fikirbirliği vardır (King ve Delfabbro, 2014; King ve diğ., 2017). Oyuna ilişkin olumsuz bilişlerin (Li ve Wang, 2013) ve davranışsal bir bağımlılık (Griffiths, 2000) olarak ele alınmasının bu etkide önemi olduğu ifade edilebilir.

Yapılan tedavilerin bir kısmında İnternet bağımlılığı altında ÇOB tanısı olan kişilere ulaşılmıştır. Bu anlamda ÇOB'un kendine has karakteristik özellikleri araştırmalarla ortaya kondukça ÇOB'a eşlik eden diğer psikolojik sorunlar da göz önünde bulundurularak bütüncül bir yaklaşımda bulunulması (Müller ve diğ., 2015) ve daha spesifik tedavi uygulamalarının geliştirilmesi gerektiği önerilmektedir.

2.1.6. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Bu başlıkta çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalara yer verilmiştir. Araştırmalar lise ve ortaokul örnekleminde yürütülen araştırmalar ve üniversite ve yetişkin örnekleminde yürütülen araştırmalar olmak üzere iki başlıkta incelenmiştir.

2.1.6.1. Lise ve Ortaokul Öğrencileri İle Yürütülen Araştırmalar

Hauge ve Gentile (2003) yaptığı araştırmada 607 lise öğrencisinde 85 kişinin bağımlılık kriterlerini karşıladığını bulmuştur. Tüm örneklemin %15'ini oluşturan çevrimiçi oyun bağımlısı, sekizinci ve dokuzuncu sınıf ergenlerin düşük akademik başarı gösterdiği, arkadaşları ve öğretmenleri ile daha çok tartıştığı, son bir yılda daha çok fiziksel kavgaya karıştığı ve daha saldırganca davranışlar sergilediğini ifade etmektedir. Gentile (2009) de yaşları 8- 18 arasındaki 1178 amerikalı genç arasında patolojik oyun oynayanların oranını %8 olarak bulmuştur. Patolojik oyuncuların normal oyunculardan iki kat daha fazla oyun için zaman harcadıkları okuldaki

notlarının daha düşük olduğunu belirtmektedir. Ayrıca patolojik oyun oynamanın dikkat problemleri ile ilgili olduğunu da ifade etmektedir.

Lemmens, Valkenburg ve Peter (2011) tarafından yapılan araştırmada oyun oynayan 11-17 yaş arasındaki 543 kişi arasında yaptıkları araştırmada patolojik oyun oynamayı yordayan etmenler incelenmiş ve sosyal yetkinlik, öz saygı, yalnızlık önemli yordayıcılar olduğu bulunmuştur. Yalnızlık aynı zamanda oyun bağımlılığın bir sonucu olarak da ortaya çıktığı ifade edilmektedir.

Hong Kong'ta yapılan bir araştırmada sınıfları 8-11 arasında değişen 503 öğrencinin %94'ünün dijital oyunlar oynadığı, her altı oyuncudan birinin ise (%15.6) bağımlılık kriterlerini karşıladığı bildirilmektedir (Wang ve diğ., 2014). Aynı araştırmada Oyun bağımlılığının düşük akademik başarıya sahip ve başkalarıyla beraber oynanan oyunları tercih eden erkek öğrencilerde daha fazla olduğu bildirilmektedir. Oyun bağımlılığının haftalık oyun oynama süresi, oyun için harcanan paranın sıklığı ve algılanan aile içi uyumsuzlukla ilişkili olduğu ortaya konulmaktadır.

Gentile ve diğerlerinin (2010) Singapurda yürüttüğü iki yıllık boylamsal bir araştırmada, 3034 ilkokul ve ortaokul öğrencilerinden toplanan verilerle ÇOB'un önemli risk faktörlerinin aşırı oyun oynama, depresyon, yüksek oranda dürtüsellik ve düşük sosyal yeterlilik olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada, depresyonun aynı zamanda ÇOB'un sonucu olarak da ortaya çıktığı belirtilmektedir. Bunun yanı sıra kaygı, sosyalfobi ve düşük okul performansı da ÇOB sebebiyle ortaya çıkan olumsuz etkiler olarak bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin daha çok video oyunu oynadıkları ve daha çok semptom gösterdikleri de araştırmada ortaya konmuştur.

Van Rooij ve diğerleri (2014) tarafından okullarda yapılan araştırmada 8478 ergene ulaşılmış ve çevrimiçi oyun oynayanlarda problemli oyun oynamanın daha fazla olduğunu tespit edilmiştir. Aynı araştırmada erkeklerin kızlardan daha çok oyun oynadığı ve problemli oyun oynamanın erkeklerde kızlardan beş kat daha fazla olduğu ortaya konmuştur. Problemli oyun oynayan ergenlerin depresif duygu durumları, yalnızlıkları ve sosyal kaygı puanları yüksek çıkarken, özsaygıları ve kendilerinin belirtmiş olduğu okul başarıları ise düşük bulunmuştur. Bunların yanı sıra araştırmacılar madde kullanımının problemli oyun oynama ile ilişkisini de incelemiş, sonucunda problemli oyun oynayan erkek ergenlerde esrar, nikotin ve

alkol kullanımının oyun oynamayanlara göre iki kat daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Tayland'ta yapılan bir araştırmada 5497 ortaokul öğrencisinde ÇOB oranı %5.4 olarak hesaplanmıştır. Araştırmada ÇOB'un ilişkili olduğu faktörler incelenmiş ve erkek cinsiyetin, iki ebeveynle birlikte yaşamamanın, okulda zorbalığa maruz kalmanın, depresyonun, anksiyetenin ve stresin pozitif yönde ilişkili olduğu bulgulanmıştır (Taechoyotin, Tongro ve Piyaraj, 2018)

Ayas (2012) 365 lise öğrencisinin ÇOB düzeyleri ile utangaçlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulmuştur. Ayrıca kurduğu yapısal eşitlik modelinde İnternet bağımlılığının %58'ini ÇOB'un ve utangaçlığın açıkladığı sonucuna ulaşmıştır

Karaca ve diğerleri (2016) ortaokul öğrencilerinde yaptıkları araştırmada 1019 öğrenciye ulaşmıştır. Öğrencilerin %98.3'ünün her zaman çevrimiçi oyunlar oynadığını belirtilmektedir. Araştırmacılar ÇOB puanları ile sosyal anksiyete puanları arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Araştırmanın bulgularına göre araştırmaya katılan öğrencilerin yarısının problemlili bilgisayar oyunu kullanıcısı olduğu söylenmektedir.

Balıkçı'nın (2018) bildirdiğine göre 625 katılımcının olduğu, ortaokul ve lise öğrencilerinde yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinin ÇOB düzeylerinin daha fazla olduğu görülmektedir. Ayrıca çevrimiçi oyun oynayan bireylerde çevrimdışı oyunlar oynayanlara göre daha fazla agresif davranışlar gösterdiği ifade edilmektedir

Yiğit (2017) yaptığı araştırmada ÇOB olan ortaokul öğrencisinin aileleri (N=10) ve ÇOB olmayan öğrencilerin aileleri (N=10) ile yarı yapılandırılmış görüşme yöntemiyle nitel veriler toplamıştır. Elde edilen bulgularda ÇOB olan çocukların aileleri diğer gruba göre kendilerini teknolojinin olumsuz taraflarına karşı daha çaresiz hissettikleri, çocuklarına daha az ilgi gösterdikleri belirtilmektedir. Ayrıca ÇOB olan öğrencilerin ailelerinin çocuklarıyla olan iletişimlerinde sorunlar olduğu ve bazen şiddete başvurdukları ifade edilmektedir.

Çakıcı (2018) lise öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada 333 öğrencinin ÇOB düzeyleri ile öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. ÇOB ile Öfkenin dışı vurumu arasında düşük düzeyde pozitif bir ilişki bulunmuştur. ÇOB puanları yüksek olan öğrencilerin öfkelerini ifade ederken olumsuz davranışlar sergilediği

belirtilmektedir. Bu bulgu ÇOB'un saldırganlık düzeyleri ile ilişkili olduğu bulgularıyla desteklenmektedir.

Eni (2017) lise öğrencilerinin ÇOB düzeylerinin algıladıkları ebeveyn tutumlarıyla olan ilişkisini incelemiştir. Araştırmanın bulgularına bakıldığında, ÇOB'un otoriter ve koruyucu anne baba tutumlarıyla negatif yönlü düşük düzeyde ilişkili olduğu buna karşın demokratik anne-baba tutumlarıyla negatif yönlü bir ilişkisi olduğu görülmektedir. Dolayısıyla demokratik anne-baba tutumunun ÇOB'un koruyucu bir faktörü olduğu düşünülmektedir.

2.1.6.2. Üniversite Öğrencileri ve Yetişkinlerin Yer Aldığı Çalışmalar

Çakır, Ayas ve Horzum (2011) üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada bilgisayar ve İnternet bağlantısına sahip olanların oyun bağımlılığı puanlarının yüksek olduğunu bulmuşlardır. Öğrencilerin tercih ettikleri oyun türlerine göre birlikte ya da bireysel oynamalarının oyun bağımlılığı düzeyleri ile bir ilişkisinin olmadığını ifade etmişlerdir. Ayrıca sınıf düzeylerine göre de herhangi bir farklılığın olmadığını belirtmişlerdir.

Toker ve Baturay (2016) 159 üniversite öğrencisinde yaptıkları araştırmada Sosyo-ekonomik düzeyin, cinsiyetin ve çevrimiçi oyun oynamanın yüksek düzeyde, sigara kullanımının ve annenin çalışıyor olmasının ise düşük düzeyde Oyun bağımlılığını arttırdığını bunun yanında annenin eğitim seviyesinin arttıkça oyun bağımlılığının da azaldığını bulmuşlardır. Doğan (2013) da çalışan anneye sahip bireylerin İnternet bağımlılığının daha fazla olduğunu belirtmektedir.

Wan ve Chiou (2006) oyun bağımlısı olan 10 kişi ile yaptıkları görüşme ergenlerin neden oyuna bağımlı olduklarını araştırmıştır. Yapılan görüşme sonuçlarında oyun oynamadaki psikolojik etmenlerin eğlence ve boş zamanı değerlendirme, duygusal başatma stratejisi, gerçeklikten kaçış, heyecan ve rekabet arayışı şeklinde kategorize edilmiştir. Çevrimiçi oyunların oyunculara kişiler arası ilişki ihtiyaçlarını karşılayabileceği alternatif bir toplanma kanalı sağladığı belirtilmektedir. Ayrıca ergenlerin çoğunlukla rol yapma oyunları oynadıkları, buradaki anonim çevrenin ve takma isimlerin gerçek hayatta yapamadıkları davranışları yapma cesareti verdiği ifade edilmektedir.

Seay ve Kraut (2007) yaptıkları araştırmada çevrimiçi oyun bağımlılığını depresyon, yalnızlık, öz düzenleme (self-regulation) ile ilişkili olduğunu

belirmektedir. Öz düzenlemenin oyun bağımlılığını önemli ölçüde yordayıcı etkisi olduğunun ifade edildiği araştırmada oyun oynama davranışını zamanlamada ve oyuna ayırdığı zamanı düzenlemede kendi kendine başarılı olabilen kişilerin gelecekte bağımlılık geliştirme ihtimallerinin düştüğü ifade edilmektedir. Bu anlamda aktif bir öz düzenlemenin bağımlılıktan korunmada önemli bir etkiye sahip olduğu söylenmektedir.

Parson (2005) İnternet üzerinden yaptığı bir araştırmada MMORPG türünde oyun oynayanlara ulaşmış ve ergenlerin örnekleminin %13.7'sini oluturduğunu belirtmiştir. MMORPG oyunları oynayan kişilerde İnternet bağımlılığı gelişme ihtimalini yalnızlığın ve İnternette hissettiği sosyal güven duygusunun önemli düzeyde yordadığını ifade etmiştir. Çevrimiçi oyunlarda kişilerin gerçek hayattaki kimliklerinden farklı bir kimlik ile oyuna bağlanmaları kendilerini sosyal açıdan daha rahat ve güvende hissetmelerini sağlamaktadır. Bu güven duygusu da sosyal hayatta yalnızlık duygusu hisseden ve kişiler arası ilişkilerde rahat olamayan kişilerin bağımlı olma riskini arttırmaktadır.

Stetina ve diğerleri (2011) araştırmasında 468 çevrimiçi oyuncudan depresif eğilimleri olanların daha çok MMORPG türünde oyun oynayanlar olduklarını bulmuştur. Oyuncuların daha çok gerçek hayattaki problemlerden uzaklaşmak için oyun oynadıklarını belirtmiştir. Ayrıca bu araştırmada problemleri oyun oynama ve duygusal sorunların kişilerin çok fazla oyun oynamaları (günde 8 saatten fazla) ile ilişkili olmadığı tespit edilmiştir. Çok oyun oynamanın oyun bağımlılığından farkını ortaya koyan başka araştırmalar da mevcuttur (Kuss, 2013; Kuss, Griffiths ve Pontes, 2017).

Han, Lyoo ve Renshaw (2012) oyun bağımlılığı tanısını karşılayan 20 kişi ile e-sport müsabakalarına katılan Güney Kore'nin StarCraft takımının profesyonel yuncularından (Pro-gamer) 17 kişi ve sağlıklı 18 kişiye yapılan Manyetik Rezonans Görüntüleme (MRI) neticesinde bağımlı grup ve profesyonel oyuncuların beyinlerinin aynı bölgelerinin benzer morfometrik anormallikler gösterdiği bulunmuştur. Her ne kadar profesyonel oyuncular günde ortalama 7-10 saat arası antrenman amaçlı oyun oynuyor olsalar da bağımlılık kriterlerini karşılamadıkları bildirilmiştir. Yine de beyinleri iki grubun da aynı şekilde etkilenmektedir. Kuss ve Griffiths (2012b) alanyazındaki beyin görüntüleme araştırmalarını inceledikleri gözden geçirmesinde ÇOB'un beyne olan etkisinin diğer madde bağımlılıklarıyla çok

benzer biçimde olduğuna dair ortak kanıtlar olduğunu belirtmektedir. Beynin ÇOB'dan etkilenirliğinin ise kızlarda daha fazla olduğu bildirilmektedir (Wang ve diğ., 2018).

Bir araştırmada yaşları ortalaması 21.30 olan 1471 çevrimiçi oyuncunun çevrimiçi oyun bağımlılıkları ile saldırganlıkları, öz-kontrolleri, narsistik kişilik özellikleri ve sosyal ilişkileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Saldırganlık ve narsistik kişilik özelliği pozitif yönde öz kontrol ise negatif yönde ÇOB ile ilişkili bulunmuştur. Ayrıca sosyal ilişkiler de negatif yönlü olarak düşük düzeyde ilişkili çıkmıştır. Gerçek hayattaki kişiler arası zorlukların ve yaşanan stresin, narsistik kişilik özelliğinin ve öz kontrol eksikliğinin oyun bağımlılığını yordayıcı etkisi olduğu ifade edilmektedir (Kim ve diğ., 2008).

3041 yetişkinin katıldığı bir çalışmada ÇOB'un psikiyatrik bir takım semptomlarla ilişkisi incelenmiş ve bağımlı grubun sağlıklı olan gruba göre somatizasyon, obsesyon-kompulsiyon, kişilerarası duyarlılık, depresyon, fobik kaygı, paronoyak düşünme, psikotizm gibi semptomlar açısından ile anlamlı düzeyde yüksek puanlara sahip olduğu bulunmuştur (Kim ve diğ., 2016)

Wang, Cho ve Kim (2018) 7200 katılımcının olduğu bir İnternet araştırmasında yaşları 14-39 arasında değişen kişilerin depresyonun eşlik ettiği ÇOB'u olan kişilerin çoğunlukla kadın ve ileri yaştaki kişiler olduğunu belirtmektedir. Ayrıca bu grubun İnternet bağımlılığı puanlarının, alkol kullanım bozukluğu puanlarının, nikotin kullanımının, genel kaygı puanlarının ve dürtüselliklerinin daha fazla olduğu ifade edilmektedir. Depresyon ve ÇOB'un beraber bulunduğu katılımcılar için kadın cinsiyet faktörünün, problemlili alkol kullanımının, kaygının ve geçmişinde ÇOB için psikiyatrik destek ve tedavi görmesinin önemli yordayıcılar olduğu belirtilmektedir.

Yapılan bir meta-analiz çalışmasında 20 ülkeyi kapsayan 84 örneklemden toplam 58834 kişinin katılımıyla ÇOB'un psikolojik problemlerle olan ilişkisinin evrenselliği test edilmiş, ülkeler genelinde ÇOB semptomları ile psikolojik problemler arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Cheng, Cheung ve Wang, 2018).

Hsu ve Lu (2004) yaptıkları araştırmada oyun bağımlılığını sosyal motivasyonların ne kadar etkilediğini araştırmıştır. Çevrimiçi oyunlar oynayan 233 kişinin katıldığı araştırmada, kişinin kendi sosyal çevresinin oyun oynaması ve toplumda kritik bir çoğunluğun (critical mass) oyun oynadığını düşünmesi, oyunların

kullanışlılığı ve kolay kullanım özellikleriyle beraber, kişinin oyun oynarken akış (flow) hissetmesi oyun bağımlılığının %80'i açıkladığı bulunmuştur.

Dönmez (2018) 12-55 yaş aralığındaki 1107 kişinin katılımcı olduğu araştırmada yaşam doyumunun ve bilinçli farkındalığın ÇOB'u negatif yordadığını bulmuştur. Ayrıca bilinçli farkındalığın yaşam doyumu ile ÇOB arasındaki ilişkide kısmi aracı rolü olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada aynı zamanda çevrimiçi oyun oynayanların oranı %81.5 olarak bulunmuştur. Katılımcıların %35.2'si oyunda edindiği arkadaşlarla gerçek hayatta da buluşup tanıştığını belirtmiştir.

Odabaşı (2016) yaptığı araştırmada 327 üniversite öğrencisinin ÇOB düzeyleri ile öznel mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Aralarındaki ilişki negatif yönlü anlamlı olarak çıkmıştır. Ayrıca erkeklerin ÇOB düzeylerinin kızlardan daha yüksek olduğunu da belirtmektedir.

2.2. Algılanan Sosyal Destek

Bu başlık altında algılanan sosyal destek hakkında kuramsal bilgilere ve yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

2.2.1. Algılanan Sosyal Destek Hakkında Kuramsal Bilgiler

Sosyal destek, kişinin diğerleri tarafından sevildiğini, önemsendiğini bildiği ve güvendiği insanların hayatında yer alması ve bu kişilerin bireye yardım sağlaması, onlar tarafından kabul edildiği ve değer gördüğü bir ağa bağlama ve bağlılık duygusu geliştirmesine olanak sağlaması olarak tanımlanabilir (Lepore, Evans ve Schneider, 1991; Sarason, Levine, Basham ve Sarason, 1983). Cobb (1976, 300) sosyal desteği, “Kişinin kendisine değer verildiğine ve sevildiğine, saygın olduğuna ve karşılıklı sorumluluklar ile diğerlerine bağlı olduğuna inanmasına yol açan bilgiler” olarak tanımlamakta ve bu desteğin üç boyutunu şu şekilde açıklamaktadır: *duygusal destek* yani kişinin değer görmesi ve sevilmesi, *saygı desteği* yani kişinin toplumda saygın biri olarak bilinmesi, *Aitlik-bağlılık* yani bireyin bir topluluğun üyesi olduğunu, bir bütünün anlamlı bir parçasını temsil ettiğini bilmesidir (Cobb, 1976). Sosyal destek bu bağlamda sosyal ilişkilerin birkaç farklı boyutuyla ilgili bir kavramdır. Bu kavramın boyutları belirli bir sosyal ilişkinin varlığı (evlilik, arkadaşlık gibi), ilişkinin yapısı ve işlevsel içeriğinden oluşmaktadır (House ve Khan, 1985). Rosenfeld ve Richman (1997) sosyal desteği somut, bilgisel ve duygusal olarak üçe

ayırmıştır. Her biri sosyal olarak iletişimde bulunan kişinin eylemlerinden yola çıkarak bireyin algıladığı destek formlarıdır.

Cohen ve Wills (1985, 313) bireylerin dört farklı türde sosyal desteğe sahip olabileceğini belirtmişlerdir. Bu sosyal destek türleri saygı desteği, bilgi alma desteği, sosyal eşlik etme desteği ve araçsal destek olarak sıralanmaktadır.

1. *Saygı desteği*: kişi için saygı gördüğünü ve kabul edildiğini bilmesidir. Bireyin kişisel hatalarına ve zorluklara rağmen değerlerinin saygı gördüğü ve kabul edildiğini hissettiği bir ilişkide olduğunu düşünmesidir.

2. *Bilgi alma desteği*: Sorun oluşturan olayların tanımlanması, anlaşılması ve onunla baş edilmesi adına yapılan yardımlardır. Bilgi alma desteğinin aynı zamanda öğüt verme, değerlendirme desteği ve bilişsel rehberlik gibi bileşenleri vardır.

3. *Sosyal eşlik etme desteği*: Bireyin boş zamanlarında ve aktivitelerinde başkalarıyla geçirdiği zamandır. Bu durum bireyin başkalarıyla yakınlaşma ve bağlantıda olma ihtiyacını karşılarken aynı zamanda sorunları için endişelenmekten bir süre kurtulmasını ya da olumlu ve etkili bir duygu duruma geçmesini sağlamaktadır.

4. *Araçsal destek*: Maddi yardım, araçsal temin ve ihtiyaç duyulan hizmetlerin karşılanmasıdır. Bu destek daha çok somut bir desteği ifade etmektedir.

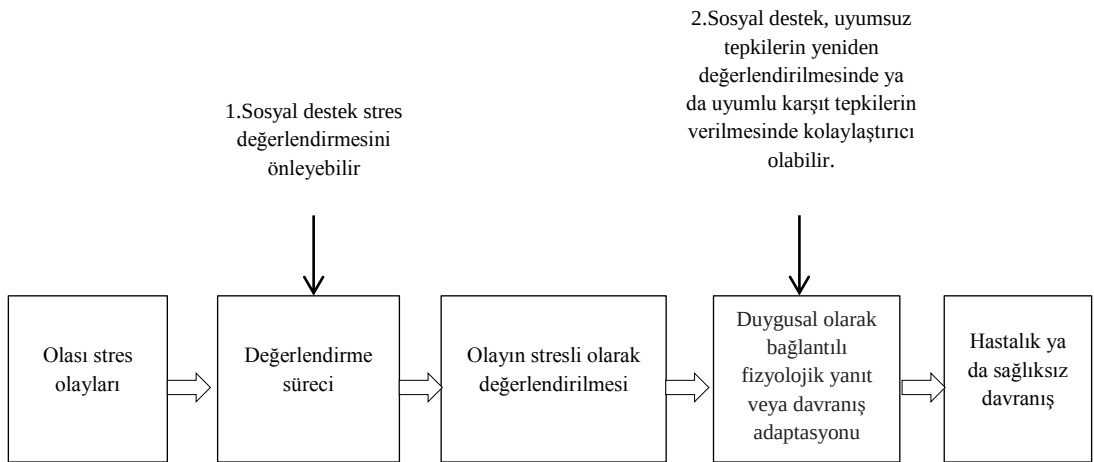
Birch (1998) dört tür sosyal destekten bahsetmektedir. Bunlar; duygusal destek, bilgi desteği, araçsal destek ve değerlendirme desteğidir. *Duygusal destek*; kişiyle ilgilenmek ve ihtiyaç duyduğunda onu dinlemek ya da yanında olmak. *Bilgi desteği*, kişiye ihtiyacı olan bilgiyi öğrenmesinde yardım etme veya bilgileri paylaşma. *Araçsal destek*, kişiye somut olarak yardım etmek: para vermek, ihtiyaç duyduğu malları temin etmek, fiziksel yardım gibi. *Değerlendirme desteği*, birine düşünce ve davranışları ile ilgili geribildirim vermek, öneri sunmak ve takdir etmek (Birch, 1998).

Benzer biçimde Barrera ve Ainley (1983) ise altı destek türünden bahsetmektedir bunlar: 1. *malzeme yardımı*: para ve fiziksel araçlar gibi somut malzemelerin sağlanması. 2. *davranışsal destek*: fiziksel bir işte görev paylaşımı 3. *samimi etkileşim*: dinleme, ilgilenme, anyaş gösterme gibi geleneksel danışmanlık davranışları. 4. *rehberlik*: tavsiyede bulunma, bilgi verme, yönerge verme 5. *geri bildirim*: kişinin davranışları, duyguları ya da düşünceleri konusunda kişiye geri

dönüt verme. 6. *olumlu sosyal etkileşim*: rahatlamak ve eğlenmek için sosyal etkileşimlere dâhil etmek şeklinde sıralanmaktadır.

Literatür incelendiğinde sosyal destek türleri konusunda ortak noktalar dikkate alınarak destek türlerinin duygusal etkileşimleri, davranışsal ve fiziksel yardımları, bilgiye dayalı paylaşımları, kişiye yönelik yansıtmaları, birlikte eğlenme ve rahatlama faaliyetlerini ve saygınlık belirten sosyal davranışları içerdiği görülmektedir. Bu destek türleri farklı zamanlarda farklı destek kaynakları tarafından karşılanabilir. Örneğin maddi destek ergenlerde daha çok ailesi tarafından karşılanırken bilgi ye dayalı destek ve rehberlik daha çok öğretmenlerince sağlanmaktadır. Yine ergenlerde eğlenme ve rahatlama faaliyetleri daha çok arkadaşlarının vasıtası ile desteklenirken duygusal destek ve saygı desteği hem aile hem de arkadaşları tarafından karşılanabilir.

Sosyal desteğin kişinin psikolojik ve fiziksel rahatsızlık oranlarını düşürdüğü ve psikolojik iyi oluşla yakından ilişkili olduğu ve psikolojik sağlığı koruyucu bir faktör olduğu belirtilmektedir (Cohen ve Wills, 1985; House ve Khan, 1985; Karademas, 2006; Lakey, 2007; Terzi, 2008). Cohen ve Wills (1985) sosyal desteğin stresli olayların olumsuz etkilerini azaltmada oynadığı tampon rolünü (buffering effect) açıklayan bir model geliştirmiştir. Bu model Şekil 1’de yer almaktadır.



Şekil 1: Sosyal desteğin stresli olaylar ve hastalık arasındaki varsayımsal nedensel bağlantıya müdahale edebileceği iki nokta.

Sheldon Cohen ve Thomas Ashby Wills. **Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis**. (Psychological Bulletin, 1985) 313’ten uyarlandı.

Modelde sosyal destek stresi hastalıkla ilişkilendiren nedensel zincirde iki farklı noktada koruyucu rol oynamaktadır. Şekil 1’de yer aldığı gibi birincisi, sosyal

destek, stresli olayların yaşanması ya da yaşanacağı beklentisi ile bu olaylara verilen tepkilerin arasında, stresi değerlendirme sürecini hafifletici rol oynayabilir. Diğer bir deyişle, başkalarının gerekli kaynakları sağlayabileceği ve sağlayacağı algısı, kişide bir durumun yol açtığı zarar potansiyelini yeniden tanımlayabilir ve kişinin başa çıkma konusundaki algılanan kabiliyetini destekleyebilir, bu sayede belirli bir durumun çok stresli olarak değerlendirilmesini önleyebilir. İkinci olarak ise yeterli bir destek, stresli olayların yaşanması sonucunda stres reaksiyonlarını azaltarak ya da ortadan kaldırarak ya da direkt olarak fizyolojik süreçleri etkileyerek olası patolojik sonuçların ortaya çıkmasını engelleyebilir (Cohen ve Wills, 1985).

Genel olarak bakıldığında sosyal desteğin iki bileşeni olduğu ifade edilebilir: ihtiyaç duyulduğunda başvuruabilecek insanların varlığı algısı ve kişinin var olan destekten memnuniyet derecesi (Çakır, 1993). Algılanan sosyal destek kişinin var olan sosyal desteğin ne kadarının ihtiyacını karşıladığına dair olan inancını ifade etmektedir. Diğer bir ifadeyle kişinin ihtiyaç duyduğu destek, bilgi ve geri bildirimlerin karşılanma derecesi hakkında düşündükleri olarak tanımlanmaktadır (Prociano ve Heller, 1983). Buradaki önemli nokta kişinin ne kadar sosyal destek gördüğünden ziyade verilen sosyal desteğin bireyde ne kadar algılandığıdır (Norris ve Kaniasty, 1996). Yalnız hisseden bireylerin algıladıkları sosyal desteğin bu noktada görünürdeki sosyal desteklerinden düşük olduğu belirtilmektedir (Stokes, 1985). Bu da kişinin hissettiği sosyal desteğin, sosyal destek kaynaklarının çabasıyla ibaret olmadığını göstermektedir. Diğer bir deyişle kişilerin bekledikleri sosyal destek biçimi farklı olabilir.

Bireyin çeşitli yaş dönemlerinde ihtiyaç duyduğu sosyal destek ve buna bağlı olarak da sosyal destek kaynakları farklılık gösterir. Ergen bireyler için ise en önemli sosyal destek kaynakları aile, arkadaşlar ve öğretmenlerdir (Yıldırım, 1997). Özellikle özerklik isteği ve ihtiyacının baş göstermesiyle beraber bu dönemde aileden algılanan sosyal desteğin önemi önceki gelişim dönemlerine göre azalmakta ve arkadaş desteğinin önemi artmaktadır (Zimet ve diğ., 1990). Ancak aile desteğinin önemi tamamen etkisini kaybetmemektedir. Hem aileden hem de arkadaşlarından olumlu sosyal destek gören ergenler olumsuz yaşam olaylarının ve stresli durumların üstesinden daha kolay gelir (Lakey, 2007; Cohen ve Wills, 1985). Wallerstein (1983)'nın belirttiğine göre aileden algılanan sosyal destek, ergenlerin psikolojik sağlamlıkları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Yapılan bir çalışmada ergenlerin

algıladıkları sosyal desteğin psikolojik dayanıklılıklarını arttırdığı bulunmuştur (Terzi, 2008). Algılanan arkadaş desteği kişinin kendini yeterli ve başarılı hissetmesine olanak sağlayarak yeteneklerini geliştirmesinde yardımcı olur ve böylelikle sağlıklı benlik kavramına destek olur. Ayrıca arkadaş desteği etkili baş etme stratejileri geliştirmeye de yardımcı olur (Taysi, 2000).

2.2.2. Algılanan Sosyal Destek İle İlgili Araştırmalar

Tanrıverdi (2012) lise öğrencileri ile yaptığı araştırmada 999 ergenin İnternet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre erkek öğrencilerin İnternet bağımlılıkları kızlardan anlamlı derecede daha yüksektir. Ayrıca öğrencilerin sigara kullanımları arttıkça İnternet bağımlılığının da arttığı görülmektedir. Ayrıca İnterneti kullanım amaçları arasında en çok oyun, sohbet, alışveriş ve pornografi olanlarda algılanan sosyal desteğin düşük çıktığı görülmüştür. Araştırmada İnternet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü güçlü bir ilişkinin varlığı ortaya konmuştur. Benzer bir sonucun ortaya konduğu diğer bir araştırmada da algılanan sosyal destek İnternet bağımlılığı ve yalnızlık ile negatif ilişkili bulunmuş, ayrıca yalnızlığın İnternet bağımlılığını da arttırdığı belirtilmiştir (Taşdemir, 2016).

Sever (2015) algılanan sosyal desteğin madde kullanma eğilimleri ve riskli davranışlarla olan ilişkisini araştırmak adına 433 lise öğrencisi ile yürüttüğü çalışmada riskli davranışlar gösterme düzeyi ile algılanan sosyal destek arasında negatif bir ilişki olduğunu bulmuştur.

Kahriman (2002) araştırmasında yaş ortalamaları 17 olan 500 ergenin benlik saygıları ile algıladıkları sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Aile ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek arttıkça benlik saygısının da yükseldiği tespit edilmiştir.

Değerli (2015) 1120 lise öğrencisi örnekleminde gerçekleştirdiği araştırmada kendine zarar verme davranışı sergileyen ergenlerin risk alma davranışı puanlarının kendine zarar vermeyenlere göre daha yüksek olduğunu ve algılanan sosyal destek puanlarının ise daha düşük olduğunu bulmuştur. Kendine zarar vermeyen ergenlerin aileden ve arkadaşlarından algıladıkları sosyal destek puanlarının, kendine zarar veren ergenlerin puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Orman (2016) yaptığı araştırmada algılanan sosyal destekle psikolojik dayanıklılığın ilişkisini incelemiştir. Araştırmaya lisede okuyan 301 öğrenci katılmıştır. Bulgulara göre algılanan sosyal desteğin psikolojik dayanıklılıkla pozitif anlamlı bir ilişkisinin olduğu ortaya konmuştur. Dayıoğlu (2008) da çalışmasında psikolojik dayanıklılığın ile algılanan sosyal destek tarafından yordandığını belirtmektedir.

Öztosun (2018) ortaokul ve lise öğrencilerinde (N=767) İnternet bağımlılığının yordayıcısı olarak sosyal dışlanma ve algılanan sosyal desteğin rolünü araştırmış. Araştırmanın bulgularına göre İnternet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasında negatif bir ilişki bulunurken sosyal dışlanma ile İnternet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki bulunmatadır. Ancak korelasyonları düşük olduğu için yordayıcı özellikleri analiz edilmemiştir.

Karaer (2018) 176 ergenle yaptığı araştırmada problemlı İnternet kullanımı olan ergenlerin algılanan sosyal desteklerinin ve yaşam doyumlarının ve daha düşük olduğunu bulmuştur. Ayrıca duygu düzenlemede güçlükler yaşadıkları, duyguları ayırt etmede ve ifade etme becerilerinin daha yetersiz olduğu belirtilmektedir. Buna ek olarak problemlı İnternet kullanan ergenlerin daha çevrimiçi oyunları anlamlı düzeyde daha fazla tercih ettikleri de bulgular arasında yer almaktadır.

Bir diğer araştırmada ise üniversite öğrencilerinde çok boyutlu algılanan sosyal desteğin boş zamanda sıkılma algısı ile sigara kullanımı, riskli beslenme alışkanlıkları, intihar eğilimi ve antisosyal davranışlar arasındaki ilişkide aracılık etkisine sahip olduğu bulunmuştur. Çok boyutlu algılanan sosyal destek, boş zamanda sıkılma algısının riskli davranışlar üzerindeki etkisini azaltmaktadır (İskender, 2018). Diğer bir araştırmada alkol ve esrar kullanımının aile desteği ile azaldığı ifade edilmektedir (Oğuzdoğan, 2017).

Varol-Afo (2018) yaptığı araştırmada yaşları 18-60 arasında değişen 504 katılımcının problemlı İnternet kullanımını araştırmıştır. Araştırmanın bulgularına göre daha yüksek yalnızlık ve utangaçlık ile daha düşük algılanan sosyal destek ve yaşam doyumu, yüksek düzeyde problematik İnternet kullanımını anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Ayrıca ilerleyen yaşın problemlı İnternet kullanımını azaltması da genç yaştaki bireylerin daha fazla riskli olduğunu ortaya koymaktadır.

Baysak ve diğerkleri (2018) yaptıkları izleme araştırmasında bir oyun aracılığı ile ulaştıkları katılımcıların (N=110) iki yıl arayla ÇOB düzeylerini, yaşam doyumlarını, öz-saygılarını ve sosyal desteklerini ölçmüşlerdir. İki yıl içerisinde katılımcıların ÇOB düzeylerinde anlamlı bir düşüş olduğu gözlenmiştir. Ayrıca sosyal desteğin ÇOB ile negatif yönlü bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Sosyal desğın bireylerin özellikle bir oyuna karşı geçici bir şekilde geliştirdikleri bağımlılık özelliklerine karşı koruyucu bir faktör olduğu belirtilmektedir.

Traş ve Arslan (2013) tarafından yapılan araştırmada ergenlerde sosyal yetkinlik algılanan sosyal destek açısından incelenmiştir. Bu araştırmanın örneklemi 365'i kız ve 252'si erkek olmak üzere 617 lise öğrencisinden oluşturulmuştur. Sosyal yetkinlik ile arkadaştan, aileden ve öğretmenden algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Arkadaştan, aileden ve öğretmenden algılanan sosyal desteğin; sosyal yetkinliği anlamlı biçimde yordadığı belirtilmiştir.

2.3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar

Bu başlık altında Öz Belirleme Kuramı'nın (ÖBK) içinde yer alan temel psikolojik ihtiyaçlar hakkında kuramsal bilgiler yer almaktadır. Temel psikolojik ihtiyaçlar özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı olmak üzere üç başlık altında ele alınacaktır. Daha sonra temel psikolojik ihtiyaçlarla ilgili yapılan çalışmalara yer verilecektir.

Deci ve Ryan tarafından geliştirilen Öz Belirleme Kuramı, kişilik ve daha çok sosyal bağlamda evrensel insan ihtiyaçlarının doyumunu sağlayan motivasyonları açıklamaya çalışan bir kuramdır (Cihangir-Çankaya, 2005; Deci ve Ryan, 1985; Deci ve Ryan, 2000). Öz belirleme kişinin kendi eylemlerinin başlatıcısı ve düzenleyicisi olduğunu hissetmesi olarak tanımlanabilir (Deci, Connel ve Ryan, 1989, 580). Kuramda ihtiyaçlar psikolojik gelişim, bütünlük ve iyilik hali için gerekli, doğuştan gelen temel psikolojik besinler olarak tanımlanmaktadır (Deci ve Ryan, 2000, 229). Kuramın öne sürdüğü üç temel psikolojik ihtiyacı bulunmaktadır: özerklik (autonomy), yeterlik (competence) ve ilişki ihtiyacı (relatedness). Bu üç ihtiyaç doğuştandır, temeldir ve evrenseldir (Ryan ve Deci, 2000; Sheldon, Elliot ve Kasser, 2001). İyi bir gelişim ve psikolojik sağlık için bu üç ihtiyacın da karşılanması gereklidir, herhangi ikisi bunun için yeterli olmadığı gibi aralarından biri de önemli bir olumsuzluk içermediği sürece ihmal edilemez (Deci ve Ryan, 2000, 229). Bu

ihtiyaçların karşılanmadığı, ihmal edildiği ya da engellendiği durumlarda ise olumsuz psikolojik sonuçlar ortaya çıkmaktadır (Deci ve Ryan, 2000).

2.3.1. Özerklik İhtiyacı

Özerklik, kişinin kendi davranışının algılanan kökeni veya kaynağı olmayı ifade eder (Deci ve Ryan, 2002, 8) özerk bireyler davranışları neticesinde dış kaynaklardan etkilense dahi kendilerini ortaya koyduklarını hissederler, bu açıdan bağımsızlıktan farklıdır (Deci ve Ryan, 2002). Ryan ve Lynch'e (1989) göre özerklik kendi kendini yönetme, bağımsızlık ise kendine bakabilme becerisidir. Özerklik düzeyi yüksek kişiler, gerçekleştirdikleri eylemleri tamamen uygun bulmakta, onların sorumluluğunu almakta ve davranış ve değerleri arasında bir uyumluluk hissi deneyimlemektedirler (Costa ve diğ., 2015).

Williams ve diğ. (2000) belirttiğine göre anneleri tarafından özerklik konusunda daha az desteklenen lise öğrencileri, dışsal değerleri (aspiration) içsel olanlardan daha önemli görmektedir. Değerler (aspiration) ya da diğ. bir deyişle hayat amaçları Öz Belirleme Kuramında bireyin ulaşmak, elde etmek istediği amaçları içermektedir. İçsel ve dışsal olarak ayrılan bu değerler kişide farklı sonuçlara yol açmaktadır. İçsel değerleri ya da arzuları izlemek ve elde etmek psikolojik sağlık ve iyi oluşla ilişkili iken dışsal değerleri ya da arzuları izlemek ise hasta oluş ile ilgilidir (Deci ve Ryan, 2011). Dışsal değerler zenginlik, ün ve imajdır. İçsel değerler ise, anlamlı ilişkiler, kişisel gelişim ve toplumsal katkıdır (Kasser ve Ryan, 1996). Diğ. bir deyişle bu dışsal değerler kişiyi psikolojik ihtiyaçların yerine geçen ama ihtiyacı karşılamak konusunda yeterli olmayan ilgilere ve aktivitelere yöneltir. Bu durum özellikle ergenlerde sosyal takdir bekleme ve çekici olmaya çalışmak gibi eylemlerle ilişkilidir. Dışsal değerleri daha çok önemseyen gençlerde sigara, esrar kullanımı ve alkol kullanımı gibi riskli davranışların daha fazla olması (Williams ve diğ., 2000) davranışsal bağımlılık risklerinin de yüksek olduğunu düşündürmektedir.

2.3.2. Yeterlik İhtiyacı

Yeterlik kişinin sosyal çevresi ile süregelen etkileşimlerinde ve kendi kapasitesini ortaya koyabileceği becerlerini deneyimleyebileceği fırsatlarda kendini etkili hissetmesini ifade eder (Deci ve Ryan, 1985). Kişinin görevlerini yerine getirirken seçtiği yolla birlikte bunun sonunda ulaştığı doyum miktarı yeterlik hissini

oluşturur (Kesici, 2008). Yeterlilik ihtiyacının karşılanmasıyla bireylerin amaçları doğrultusunda içsel motivasyonları ve başarıma konusunda kendilerine inançları artar. Bu açıdan yeterli ihtiyacı insanları kapasitelerini ve becerilerini kullanabilecekleri ve geliştirebilecekleri en uygun faaliyetleri aramaya yönlendirir (Deci ve Ryan, 1985). Yeterlilik ihtiyacı karşılanması, bireyin ödevlerini yaparken yeterli hissetmesi ya da müzik becerilerini geliştirirken kabiliyetli hissetmesi (Kaap-Deeder ve diğ., 2015) gibi kişinin yapabildiğini düşündüğü alanlarda ortaya çıkar. Bu nedenle kişiler kendilerini yeterli hissedebilecekleri faaliyetlere yönelirler. Bu da kendi sınırlarının ve kapasitesinin farkına vardıkça kişide daha iyisini başarabilir olmaya karşı yeni deneyimlere açık hale gelmesini sağlar. Ancak bazı faaliyetler diğerlerine göre yeterlik ihtiyacını karşılama konusunda daha uygundur. Özerkliğin desteklendiği ve pozitif geri bildirimlerin yer aldığı faaliyetlerin yeterlik ihtiyacını karşılamada önemli derecede etkili olduğu belirtilmektedir (Deci ve Ryan, 2000). İnsanlar ihtiyaçlarının sürekli engellenmesi durumunda (Örn: yetersizliğine yönelik tekrarlanan eleştiriler), bunlara karşı savunma oluşturmakta ya da temel ihtiyaçların yerini alan ancak tam olarak ihtiyacı karşılamayan gereksinimler ile telafi etme eğilimindedirler (Deci ve Vansteenkiste, 2004). Ancak, telafi edici güdüler ile eksik olan temel ihtiyacın doyumunu gerçekten karşılanamaz bununla beraber ikincil bir doyum sağlar. Bu da dijital oyunların kişiye kontrol hissi vermesi ve anlık geribildirimler sağlaması noktasında yeterlik ihtiyacını karşılamaya yönelik telafi edici faaliyetler olarak değerlendirilebileceği anlamına gelmektedir.

2.3.3. İlişki İhtiyacı

İlişki ihtiyacı, bireyin kendisini başkalarına bağlı hissetmesi, başkalarını önemsemesi, başkaları tarafından önemsenmesi ve bir gruba ya da başkalarına ait hissetmesini içermektedir (Deci ve Ryan, 2002). İlişkili olma, insanların birbiriyle yakınlaşıp, paylaşımlarda bulunması, desteklemesi, daha kaliteli ve güzel vakit geçirmesi, kişinin duygusal olarak cevap verilebilirliğinin yanında sıcaklık, kabul ve duyarlılık yaşantılarını deneyimlemesi gibi anları kapsamaktadır (Andersen ve diğ., 2000; Deci ve Ryan, 2000). Bireyin kendisi için önemli olan kişilerle yakın ve bağlantılı olması ilişkili olma ihtiyacı ile ilgilidir (Reis ve diğ., 2000). Bu bağların güçlü ve istikrarlı olmasına karşı insanın doğuştan gelen bir eğiliminin bulunması (La Guardia ve Patrick, 2008) onun ait olma ihtiyacını göstermektedir. Ait olma, aynı zamanda başkaları için de önemli olduğunu hissetmekle kişide oluşur. Kişi kendini

başkaları ile yakın bir bağ ile bağlı olduğunu hisseder ve sosyal bir grubun önemli bir parçası olduğunu düşünürse ilişki ihtiyacını karşılamış ve aitlik duygusuna ulaşmış olur. Bu da gruba bir katkıda bulunmak ya da yardımseverlik göstermekle mümkün olabilir (Ryan ve Deci, 2017, 11)

2.3.4. Temel Psikolojik İhtiyaçların Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı İle İlişkisi

Temel psikolojik ihtiyaçlar aynı zamanda kişinin bu ihtiyaçları gidermesi adına insanlara enerji ve yönlendirme sağlar. Öz belirleme kuramına göre bu ihtiyaçları karşılamak adına yapılan davranışlar bireylere ve kültürlere göre çok farklı şekillerde ortaya çıkabilir (Deci ve Ryan, 2000, 231). Fakat insanlar temel bir ihtiyacını doyuramazlarsa, gerçek ihtiyaç doyumu sağlamadığı halde bir şekilde o an için insanlara en iyisini sunan aktivitelerle meşgul olurlar (Deci ve Ryan, 2011). Bunun bir örneği TV izleme üzerinden verilebilir. Kişiler ilişki ihtiyacını karşılamak için diğer insanlarla ilişki kurma ve iletişime geçme eğilimindedirler fakat o anda eğer böyle bir bağlantı kurabileceği uygun ortamı ve zamanı yoksa bunu TV izleyerek oradaki karakterler ve kişiler ile etkileşime girerek karşılamaya çalışabilir. Her ne kadar bu gerçek bir ilişki olmasa da o anlık bir alternatif olarak değerlendirilebilir (Deci ve Ryan, 2011). Benzer şekilde dijital oyunların da kişilerde o anlık ulaşabilecekleri ilişki ihtiyaçlarını karşılamaya dönük aktiviteler arasında yer aldığı düşünülebilir. Bu durumda sosyal medyanın daha kolay ulaşılabilir olması ve ilişki kurma ihtiyacıyla daha bağlantılı gibi görünmesinin yanı sıra dijital oyunlarda yeterlik ihtiyacını karşılamaya yönelik de özellikler olduğu göz önünde bulundurulmalıdır.

İnsanların, herhangi bir dışsal ödül (nakit para ya da ödüller gibi) kazanılmayacak olduğunda dahi bir yeterlik hissi deneyimlemek için yeni zorluklar aramaya doğal bir eğilimleri vardır (Matsumoto, 2009). Yeterlik duygusunun içsel bir ödüllendirici olmasının örneği oyun oynayan çocuklarda gözlemlenebilir. Küçük bir çocuk kumdan kale yapmak için gayretle uğraşırken ya da sokaktaki taşlarla küçük bir bina yapmaya çalışırken bunun için elde ettiği tek ödül bu etkinliğin o anda getirdiği doyum hissidir. İşte bu tür bir etkinliğin motivasyonu beceri geliştirmek ve uygulamaktan duyulan içsel doyum ile açıklanabilir (Matsumoto, 2009). Benzer şekilde çocuklarda, ergenlerde ve yetişkinlerde dijital oyunların kişilerin yeterlilik

duygusunu tatmin etmek için kullandığı içsel bir ödüllendirme aracı olduğu söylenebilir.

Neticede karşılanması her birey için gerekli olan bu ihtiyaçlar kişinin sağlığı ve iyi oluş hali için önemlidir. Bu anlamda bireylerin çevrimiçi oyunlar ihtiyaçlarını karşıladığı bir etkinlik olarak düşünülebilir. Zira oyunların beceriye dayalı olması, verilen bir görevin yerine getirilerek oyunların ilerlemesi ve başarımlar ile sosyal görünürlüğü arttırması yeterli ihtiyacıyla ilgili görünmektedir. Ayrıca çevrimiçi oyunların başkalarıyla iletişim ve ilişki kurdurması, klan, grup, takım, ekip gibi birlikteliğe dayalı ufak toplulukların oluşmasına izin vermesi ve hatta teşvik etmesi kişinin bu gruplara aitlik hissi oluşturmada bakımından ilişki ihtiyacı ile ilgili olduğu düşünülmektedir.

Allen ve Anderson'ın (2018) belirttiğine göre oyunlar oyunculara yeterli ihtiyacı ile ilişkili görünen iyi bir meydan okuma (challenging) sunmaktadır. Aynı zamanda özerklik ihtiyacı ile bağlantılı, oyun içinde kişiye önemli ölçüde bir kontrol gücü vermektedir. Ayrıca oyunlar ilişki ihtiyacına yönelik gerek gerçek hayatta gerekse oyun içinde insanlarla iletişim ve arkadaşlık kurmaya teşvik edici özelliklere sahip şekilde geliştirilmektedir.

2.3.5. Temel Psikolojik İhtiyaçlarla İlgili Yapılan Çalışmalar

ÖBK ile ilgili Türkiye'deki çalışmalara baktığımızda Cihangir-Çankaya (2005) tarafından yapılan toplam 414 öğrenci ile yürütülen araştırmada, özerklik desteği faktörü ile ihtiyaç doyumundan etkilenen iyi oluş faktörünün Türkiye'de etkili olup olmadığı denenmiştir. Araştırma sonucunda Türk kültüründe bu modelin geçerliliği ortaya koyulmuştur.

Çelikkaleli, Gökçakan ve Çapri (2005)'nin araştırmasında ise lise öğrencilerinde (N=249) psikolojik ihtiyaçların kendi içinde olumlu ve olumsuz ilişkiler gösterdiği; ayrıca psikolojik ihtiyaçların cinsiyet, okul, anne babanın eğitim durumu gibi demografik değişkenler açısından değişiklik gösterdiği tespit edilmiştir.

Şahin ve Owen (2009) lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyi üzerinde ilişki ihtiyacı ile serbest zamanlarda yapılan aktivitenin türü, özerklik ihtiyacı ile cinsiyet değişkenlerinin ortak etkisini anlamlı bulmuştur. Cinsiyet, algılanan anne/baba tutumu, aile içinde şiddet uygulanma durumu, ilişki ve yeterli ihtiyaçları öğrencilerin saldırganlık puanları üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğunu

belirtmektedir. Bunun yanısıra serbest zamanlarda yapılan aktivitelerin türü ve özerklik ihtiyacı ise öğrencilerin saldırganlık düzeylerine anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur.

Çivitci (2012) tarafından yapılan araştırmada, 376 üniversite öğrencisinin yeterlik ve özerklik ihtiyaçlarının düşük ve yüksek yaşam doyumuna göre değişmediği bulunmuştur. Erkeklerdeki yeterlik ve özerklik ihtiyaçlarının ise kızlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

İlhan'ın (2009) araştırmasında 1474 üniversite öğrencisi Yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş açısından incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre yaşam amaçları; psikolojik ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluşla anlamlı düzeyde ilişkilidir. Öğrencilerin İçsel amaçlara daha çok sahip olması temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumuna ve öznel iyi oluşlarına katkı sağlarken; dışsal amaçlara sahip olması ise ihtiyaç doyumunun ve öznel iyi oluşun azalmasına sebep olduğu belirtilmiştir.

Candemir-Karaburç (2017) 155'i kadın ve 193'ü erkek olmak üzere 348 evli bireyin problemleri İnternet kullanımı, evlilik uyumu, eş tükenmişliği ve temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeylerini incelemiştir. Araştırmanın bulguları arasında temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile problemleri ve aşırı İnternet kullanımı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu belirtilmektedir. Ayrıca evlilik uyumu ile temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi arasında pozitif yönde, eş tükenmişliği ile temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Timuroğlu (2018) daha önceden bir işte çalışmış ya da şu an çalışan 18-67 yaş aralığındaki 246 katılımcının bulunduğu araştırmasında yeterlik, özerklik ve ilişki ihtiyacının depresyon, anksiyete ve duygulanım ile anlamlı ve güçlü bir ilişkilerinin olduğunu bulmuştur. TPİ ile olumlu duygulanım arasında pozitif, TPİ ile depresyon, anksiyete ve negatif duygulanım arasında ise negatif bir ilişki bulunmaktadır. Ayrıca temel psikolojik ihtiyaçların duygulanımı önemli ölçüde yordadığı belirtilmektedir. Negatif duygulanımdaki varyansın %11'ini yetkinlik, %8'ini özerklik ve %9'unu ilişkili olma ihtiyacı açıklamış, pozitif duygulanımdaki varyansın ise %25'ini yetkinlik, %13'ünü özerklik ve %16'sını ilişkili olma ihtiyacı açıkladığı bulgulanmıştır.

Gök (2017) 1198 lise öğrencisi üzerinde gerçekleştirilen araştırmada lise öğrencilerinde akran zorbalığına maruz kalma, temel psikolojik ihtiyaçlar ve anne-babaya duygusal erişilebilirlik açısından incelenmiştir. Araştırma sonucunda lise öğrencilerin akran zorbalığına maruz kalması özerklik, yeterlik, ilişki ihtiyaçları ve anne-babaya duygusal erişilebilirlikle negatif yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur. Özerklik ihtiyacının ise akran zorbalığına maruz kalmada yordayıcı özelliği olduğu diğer değişkenlerin anlamlı katkısının bulunmadığı belirtilmiştir.

Tatarlı (2015) yaş aralığı 14-18 olan 1155 lise öğrencisiyle yaptığı araştırmada ilişki ihtiyacı alt boyutunda cinsiyetler arasında farklılaşma olduğunu, kız ergenlerin ilişki ihtiyacının, erkek ergenlere göre daha fazla olduğunu bulmuştur. Bunun yanı sıra aileden ve arkadaşlardan yüksek sosyal destek algılayan ergenlerin yeterlik ve özerklik ihtiyacının, düşük sosyal destek algılayan ergenlere göre daha fazla olduğu bulgulanmıştır. Arkadaşlardan yüksek sosyal destek algılayan erkek öğrencilerin yeterlik ihtiyacı, düşük sosyal destek algılayan erkek ergenlere göre; arkadaşlardan yüksek sosyal destek algılayan erkek ergenlerin özerklik ihtiyacı, yüksek sosyal destek algılayan kız ergenlere göre daha fazla olduğu görülmüştür.

Hürcan (2018) araştırmasında 151 kız, 119 erkek olmak üzere 270 lise öğrencisinin katılımıyla. Ebeveynlik stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkiyi temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyine göre incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre ebeveynlik stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkide ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyinin aracılık rolü babalar için istatistiksel olarak anlamlı bulunurken, anneler için anlamlı bulunmamıştır. Babanın sosyal fobi üzerindeki dolaylı etkisinde ise temel psikolojik ihtiyaçların aracılık ettiği tespit edilmiştir.

Kurt (2016) ortaokula devam eden 926 öğrencinin, öğrenci katılımı ve öğrenci algılarına göre ailenin rolü açısından temel psikolojik ihtiyaçlarını incelemiştir. Öğrenci algısı açısından aile katılım boyutları içerisinde yer alan ailelerin öğrencinin eğitimi ile ilgili arzuları, aile iletişimi, aile katılımı ve aile özerklik desteği ile öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçları olan özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçları arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki bulmuştur. Ayrıca diğer bir bulguya göre temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan öğrencilerin de fen bilgisi dersine daha fazla davranışsal, bilişsel, duyuşsal ve aracı katılım sergilediği görülmüştür.

Yarkin (2013) 204 evli çiftin katılımıyla gerçekleştirdiği araştırmada ilişki doyumu, yaşam doyumunun eşlerin temel psikolojik ihtiyaçları karşılama düzeyine göre ilişkisi incelemiştir. Araştırma sonucunda temel psikolojik ihtiyaçlardan özerklik ihtiyacının karşılanma düzeyi arttıkça ilişki doyumunun ve yaşam doyumunun arttığı bulunmuştur.

Xie ve diğerleri (2018) 815 üniversite öğrencisinin katıldığı araştırmada temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun FOMO'yu (gelişmeleri kaçırma korkusu) nasıl etkilediğini incelemiştir. Sonuçlar temel psikolojik ihtiyaçların FOMO ile negatif ilişkide olduğunu göstermiştir. Ayrıca arkadaş desteğinin temel psikolojik ihtiyaçlarla FOMO arasında aracı rolü bulunduğu belirtilmiştir. Bu anlamda temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun ve arkadaş desteğinin üniversite öğrencilerinde akıl sağlığını koruyucu faktörler olduğu ifade edilmiştir.

Allen ve Anderson (2018) yaptığı çalışmada kişilerin dijital oyunlarda hissettiği temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumunu (satisfaction), gerçek hayatta hissettiği aştığında ÇOB puanlarının arttığını bulmuştur. Dijital oyunlarda ve gerçek dünyada hissettiği temel psikolojik ihtiyaçların engellenmesi (frustration) düşük olduğunda da ÇOB puanları yüksek olduğunu saptamıştır. Dolayısı ile gerçek hayattaki temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumunu fazla oldukça da ÇOB puanlarının düştüğü gözlemlenmiştir. Bu anlamda koruyucu gerçek hayattaki temel psikolojik ihtiyaçların doyumunu ve bunları engelleyen durumların ortadan kaldırılması ÇOB için koruyucu bir faktör olduğu araştırmacılar tarafından belirtilmektedir.

Oliver ve diğerleri (2015) yaptıkları araştırmada katılımcılardan (N=12) onlar için önceden oynadıkları özellikle eğlenceli ya da özellikle anlamlı buldukları oyunları hatırlamaları istenmiş ve cevaplarına göre iki grup oluşturulmuştur. Eğlenme her iki grupta da yüksek çıkarken anlamlı oyunlara karşı hissedilen entelektüel düzeydeki zevk ve takdir (appreciation) eğlenceli oyunlara göre daha yüksek çıkmıştır. Eğlence özerklik ve yeterlik ile ilişkili iken entelektüel düzeydeki zevk ve takdir (appreciation) ise ilişki ihtiyacıyla daha çok bağlantılı bulunmuştur.

Li ve diğerleri (2016) ergenlerde stresli yaşam olayları ile İnternet bağımlılığının ilişkisinde temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolünü araştırmıştır. 998 ergen ile yapılan çalışmada temel psikolojik ihtiyaçlarındoyumu kısmen aracı rolünde

bulunmuştur. Buna ek olarak pozitif başa çıkma stratejileri yüksek olan ergenlerde temel psikolojik ihtiyaçların kısmi aracı rolü daha da düşük bulunmuştur.

Can (2018) lise öğrencileri ile yaptığı araştırmada akademik ertelemede temel psikolojik ihtiyaçların ve internet bağımlılığının rolünü incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre akademik erteleme ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında negatif yönlü düşük düzeyde, internet bağımlılığı ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında ise negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca ergenlerin akademik erteleme davranışlarını İnternet bağımlılık düzeylerinin doğrudan pozitif yönde, yeterlik ihtiyacının, doğrudan negatif yönde anlamlı düzeyde açıkladığı bulunmuştur. İnternet bağımlılığı ise temel psikolojik ihtiyaçlar üzerinden dolaylı olarak akademik erteleme davranışını açıklamaktadır. Bunlara ek olarak ergenlerin İnternet bağımlılığı; ilişki, yeterlik ve özerklik ihtiyacını doğrudan negatif yönde anlamlı düzeyde açıkladığı belirtilmektedir.

Scerri ve diğerleri (2018) 149 yetişkinle yaptığı araştırmada yalnızlık, öz-saygı ve depresyonun temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması ve ÇOB arasındaki aracı rolünü incelemiştir. Araştırmanın neticesinde temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasındaki eksiklikler yüksek oranda ÇOB ile ilgili olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca depresyonun, öz saygının ve yalnız olmamanın bu iki değişken arasında aracı rolü bulunmaktadır.

Belirtilen araştırmalara ek olarak ülkemizde yapılan çalışmalarda temel psikolojik ihtiyaçların beden eğitimi ve spor bölümlerinde okuyan öğrenciler ile sporcular (Acun, 2018; Çırak, 2017; Gezer, 2018; Sarğın, 2018; Yasul, 2016;) hemşireler (Kaya, 2015) evli ve çift (Candemir-Karaburç, 2017; Yarkın, 2014; Yeter, 2016) örneklemelerinde incelendiği görülmektedir. Temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumunun günlük yaşam faaliyetleri ve eğlence faaliyetleri ile yakından ilişkili olduğu (Oliver ve diğ., 2015; Tamborini ve diğ., 2010) bu anlamda dijital oyunların da bu ihtiyaçların doyumunu noktasında kullanılan bir araç olduğu (Oliver ve diğ., 2015) görülmektedir. Ancak bu sorunla ilgili olarak ülkemizde herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır.

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri ile algılanan sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik olarak “karşılaştırmalı ilişkisel tarama modeli” kullanılmıştır. İki veya daha çok değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma desenlerine “ilişkisel tarama modelleri” denir. İlişkisel tarama modellerinden biri olan “karşılaştırmalı ilişkisel tarama”; ilişkinin varlığı, yokluğu; pozitif veya negatif yönde olduğu; var olan ilişkinin düzeyi hakkında bilgiler vermektedir (Karasar, 1991).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın çalışma evrenini İstanbul ili, Bağcılar ilçesinde 2017-2018 eğitim öğretim yılında dokuz, on ve on birinci sınıflarda öğrenim gören 16958 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Bu evrenden tabakalı örnekleme yöntemi ile seçilen Anadolu Liseleri, Meslek Liseleri ve İmam Hatip Liselerinden basit tesadüfi yöntemle örnekleme yöntemiyle 533 öğrenciye ulaşılmıştır. Tabakalı örnekleme yöntemi evrende alt tabakalar veya alt birim gruplarının var olduğu durumlarda kullanılır (Yıldırım ve Şimşek, 2005, s.105). Basit tesadüfi örneklemede evreni oluşturan her elamanın örneğe girme ihtimali eşittir (Arıkan, 2004, s.141). Örnekleme yapılırken güven aralığı .05 ve hata payı .05 alınmıştır. Bu yolla farklı lise türlerinden 9, 10 ve 11. sınıflarda öğrenim gören yaşları 14-17 arasında değişen 650 öğrenciden veri toplanmış, bunlardan 117’si eksik veri sebebiyle veri setinden çıkarılmıştır.

Toplamda 262’si (%49.2) kız ve 271’i (%50.8) erkek olmak üzere 533 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Örneklem grubuna ait bilgiler aşağıda Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1: Örneklem Grubuna Ait Bilgiler

Cinsiyet	Kişi Sayısı (n)	%
Kız	262	%49.2
Erkek	271	%50.8
Sınıf		
9. Sınıf	222	%41.7
10. Sınıf	146	%27.4
11. Sınıf	165	%31.0
Okul Türü		
Anadolu Lisesi	174	%32.6
Meslek Lisesi	230	%43.2
İmam Hatip Lisesi	129	%24.2
Oyun İçin En Çok Kullanılan Araç		
Telefon	300	%56.3
Bilgisayar	113	%21.2
Tablet	51	%9.6
Diğer (Ps,Xbox,Wii Vs.)	42	%7.9
Anne İnternet Kullanım Yeterliliği		
İyi	166	%31.1
Orta	249	%46.7
Kötü	118	%22.1
Baba İnternet Kullanım Yeterliliği		
İyi	253	%47.5
Orta	204	%38.3
Kötü	76	%14.3

Tablo 1 incelendiğinde öğrencilerin oyun için en çok kullandıkları teknolojik cihazın %56.3 ile telefon olduğu bunun yanında %21.2 oranında bilgisayarda oyun oynadıkları, tablet ve diğer oyun amaçlı geliştirilen dijital donanımları ise daha az kullandıkları görülmektedir. Öğrencilere anne ve babalarının İnternet kullanım yeterliliğini nasıl buldukları sorulmuş ve beşli derecelendirme ile görüşlerini belirtmeleri istenmiştir. Verilen cevaplar sonrasında araştırmacı tarafından üçlü derecelendirme şeklinde gruplandırılmıştır. Öğrencilerin çoğunluğu annelerinin İnternet kullanım yeterliliklerini orta (%46.7) düzeyde bulurken babaların İnternet kullanım yeterliliklerini ise iyi (%47.5) düzeyde değerlendirmektedirler.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği (İlgaz, 2015), Algılanan Sosyal Destek Ölçeği (Yıldırım, 2004), Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Lise Formu

(Kesici, 2007) ve araştırmacılar tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ile veriler toplanmıştır.

3.3.1. Ergenler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Lemmens, Valkenburg ve Peter (2009) tarafından geliştirilen Ergenler için Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlama çalışması Ilgaz (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçek orijinal halinde 21 madde ve 7 faktörden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan 7 faktör; “belirginlik”, “dayanıklılık”, “durum değiştirme”, “geri çekilme”, “nüksetme”, “çatışma” ve “sorunlar” olarak adlandırılmıştır. Her bir faktörde üç madde yer almaktadır. Ölçeğin derecelendirilmesi beşli likert tipindedir. Derecelendirmeler, “Asla (1), Nadiren (2), Bazen (3), Sıklıkla (4) ve Çok Sık (5)” olarak puanlanmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmasında 265 katılımcıdan elde edilen veriler analiz edilmiştir. Katılımcıların yaş ortalamaları 16.04 olup; % 37.7'si kız, %62.3'ü erkek öğrenciler oluşturmaktadır.

Ölçeğin yapı geçerliliği için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Örneklem büyüklük açısından faktör analizi için uygunluğunu değerlendirmek amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett testleri yapılmıştır. KMO değeri .91, Bartlett testinde yer alan ki-kare değeri de .01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu da verilerin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir. Birinci ve ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonucunda uyum indeksleri iyi değerler üretmiş ve ölçek orijinal yapısını koruyarak doğrulanmıştır.

Ölçeğin faktörler bazındaki güvenirlik katsayıları Belirginlik .78, Dayanıklılık .79, Durum Değiştirme .66, Geri Çekilme .74, Nüksetme .85, Çatışma .83 ve Sorunlar .62 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlık kat sayısı ise .92 olarak bulunmuştur. Yapılan geçerlik ve güvenirlik analizi sonuçlarına göre; Ergenler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik verilerinin, araştırmalarda kullanılabilecek yeterlilikte olduğu görülmektedir (Ilgaz, 2015).

Bu araştırmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısı tekrar hesaplanmış ve .93 çıkmıştır.

3.3.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği-Lise Formu (TPIÖ-L)

Araştırmada Temel Psikolojik İhtiyaçları ölçmek amacıyla Deci ve Ryan (2000) tarafından geliştirilip; Kesici ve diğerleri (2003) tarafından Türkçe'ye uyarlanan 21

maddelik “Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği’nin (TPIÖ) lise öğrencileri için Şahin (2007) tarafından uyarlanan TPIÖ lise formu kullanılmıştır. Ölçek yapılan uyarlama çalışmasında faktör analizi sonucu düşük korelasyon gösteren dört maddenin çıkarılmasıyla 17 maddeye düşürülmüştür. Beşli likert tipinde olan ölçek üç alt boyuttan oluşmaktadır. TPIÖ-L’nin normalinde hesaplanan güvenirlik katsayıları ölçeğin tüm alt boyutları için sırasıyla şöyledir: özerklik ihtiyacı .73, yeterlik ihtiyacı .61, ilişki ihtiyacı .73’dir. Cronbach Alpha ile hesaplanan güvenirlik kat sayıları, tüm alt ölçekler için .60 ile .73 arasında değişmektedir. Ölçeğin toplam güvenirlik kat sayısı .76 bulunmuştur (Kesici ve diğ., 2002). TPIÖ-L geçerlik güvenirlik çalışması ise 176 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha güvenilirliği ilişki ihtiyacı alt ölçeği için .77, yeterlik ihtiyacı alt ölçeği için .64 ve özerklik ihtiyacı alt ölçeği için .69 bulunmuştur. Ölçeğin toplam güvenirlik katsayısı ise .82 hesaplanmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda maddelerin açıkladığı toplam varyans 42.30 olarak elde edilmiştir. Son haliyle ölçekte ilişki ihtiyacı alt ölçeğinin yedi, yeterlik ihtiyacı alt ölçeğinin altı ve özerklik ihtiyacı alt ölçeğinin dört maddeden oluştuğu belirlenmiştir (Şahin ve Korkut-Owen, 2009).

Bu araştırmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısı tekrar hesaplanmış ve .79 olduğu ortaya çıkmıştır.

3.3.3. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Yıldırım (1997) tarafından geliştirilmiş ve 2004 yılında revizyonu yapılmıştır. ASDÖ-R’nin Aile Desteği (AİD), Arkadaş Desteği (ARD) ve Öğretmen Desteği (ÖĞD) olmak üzere üç alt ölçeği bulunmaktadır. ASDÖ-R 50 maddeden oluşmakta ve bu maddelerden 20’si Aile Desteği, 13’ü Arkadaş Desteği ve 17’si Öğretmen Desteği alt ölçeğine ait özellikleri ölçmektedir. ASDÖ-R’nin maddeleri Likert tipi ve üçlü derecelendirmelidir. Seçenekler “Bana uygun”, “Kısmen uygun” ve “Bana uygun değil” şeklindedir ve ASDÖ-R’nin her alt ölçeğinde birer tane ters madde bulunmaktadır (Yıldırım, 2004). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 50 en yüksek puan ise 150’dir. Yüksek puan, bireyin daha fazla sosyal destek aldığı anlamına gelmektedir.

ASDÖ-R’nin deneme uygulaması 63 maddeden oluşmuş ve 660 öğrenci üzerinde uygulanmıştır. Ölçeğin faktör yapısı ve maddelerin faktör yüklerini incelemek için yapılan çalışmada madde sayısı 50’ye düşürülmüştür (Yıldırım,

2004). ASDÖ-R'nin güvenilirlik çalışmalarında iç tutarlık (Cronbach α) katsayısı ve test-tekrar test güvenilirliği (r) kullanılmıştır. Ölçeğin tümü için $\alpha = .93$, $r = .91$; aile desteği için $\alpha = .94$, $r = .89$; arkadaş desteği için $\alpha = .91$, $r = .85$; öğretmen desteği için $\alpha = .93$, $r = .86$ bulunmuştur.

Bu araştırma için hesaplanan iç tutarlılık katsayıları ise aile alt ölçeği için .84, arkadaş alt ölçeği için .87, öğretmen alt ölçeği için .94, ölçeğin tamamı için .94 olarak bulunmuştur.

3.4. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde Bağımsız Örneklemeler İçin t Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler, Sosyal Bilimler İstatistik Paket Programı SPSS 22.0 kullanılarak analiz edilmiş ve hata payı .05 alınmıştır.

Veriler analiz yapılmadan önce düzenlenmiş ve gerekli olan sayıtların karşılanıp karşılanmadığı kontrol edilmiştir. Verilerin normal dağılımı Kolmogrov-Smirnov Testiyle incelenmiş ve verilerin normal dağılım göstermediği gibi bir sonuçla karşılaşmıştır. Ancak basıklık ve çarpıklık değerlerinin her bir değişken için ayrı ayrı +1 ile -1 arasında kaldığı anlaşılmıştır. Çarpıklık katsayı puanlarının normal dağılımdan önemli bir sapma göstermemesi, dağılımın normal olduğu şeklinde yorumlanabilir (Büyüköztürk, 2016). Ayrıca Normal Q-Q grafiğine bakılmış ve grafikte noktaların 45 derecelik doğru üzerinde veya yakın bir durumda olması (Büyüköztürk, 2016, s. 40) ile verilerin normal dağılıma uygun olduğu kararlaştırılmıştır. Bunlara ek olarak varyansların homojenliği Levene testi ile incelenmiş ve varyansların homojen olduğu görülmüştür.

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmada toplanan verilerden istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Araştırma örnekleminde yer alan lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının, sınıf düzeyi, lise türü, cinsiyet, oynadıkları oyunun çevrimiçi ya da çevrimdışı olması durumlarına göre farklılık gösterip göstermediğine yönelik bulgular aşağıda yer almaktadır. Bununla birlikte oyun bağımlılığının temel psikolojik ihtiyaçlar ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkilere yönelik elde edilen bulgular da aşağıda yer almaktadır.

4.1. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Araştırmada lise öğrencilerin cinsiyetlerine göre oyun bağımlılığı düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Bağımsız Örneklem İÇİN t Testi kullanılmış ve analizin sonuçları aşağıda Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2: Lise Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılıklarına Ait t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	sd	t	p
Kız	262	39.48	16.72	531	-10.617	.000**
Erkek	271	54.93	16.87			

** : $p < .01$

Tablo 2’de görüldüğü gibi lisede öğrenim gören erkek öğrencilerin ÇOB puan ortalamaları ($\bar{X}=54.93$) ile kız öğrencilerin ÇOB puan ortalamaları ($\bar{X}=39.48$) arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($t= -10.67$, $p < .01$). Erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre çevrimiçi oyun bağımlılığı puanları anlamlı düzeyde yüksektir.

4.2. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Okul Türlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin okuduğu okul türlerine göre oyun bağımlılığı düzeyleri Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) ile karşılaştırılmıştır. Okul türüne göre çevrimiçi oyun bağımlılığı puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 3'te ve ANOVA bulguları da Tablo 4'de gösterilmiştir.

Tablo 3: Okul Türüne Göre Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler

Lise Türü	N	$\bar{X}$	Ss
Anadolu Lisesi	174	42.51	18.14
Meslek Lisesi	230	51.94	18.21
İmam-Hatip Lisesi	129	45.63	17.56
Toplam	533	47.34	18.48

Tablo 4: Okul Türüne Göre lise öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları

	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplararası	9300.451	2	4650.225	14.295	.000**
Gruplariçi	172411.354	530	325.304		
Toplam	181711.805	532			

**p< .01

Tablo 4 incelendiğinde öğrencilerin okul türlerine göre oyun bağımlılığı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($F = 14.295$, $p < .01$). Bu farklılığın gruplar arası nasıl olduğunu anlamak için Tukey HSD testi yapılmış ve Meslek Lisesinde okuyan öğrencilerin oyun bağımlılığı düzeylerinin Anadolu Lisesi ($p = .000$) ve İmam Hatip Lisesi ($p = .004$) öğrencilerinden daha yüksek olduğu bulgusu elde edilmiştir ($p < .01$). Ancak Anadolu Lisesinde okuyan öğrencilerle İmam Hatip Lisesinde okuyan öğrencilerin oyun bağımlılığı düzeyleri arasında anlamlı bir fark gözlemlenmemiştir ($p = .298$).

4.3. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Sınıf Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin bulundukları sınıf seviyelerine göre oyun bağımlılığı düzeyleri karşılaştırılmış, Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) testi ile analiz edilmiştir. Sınıf düzeyine göre çevrimiçi oyun bağımlılığı puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 5’te ve ANOVA bulguları da Tablo 6’de gösterilmiştir.

Tablo 5: Sınıf Düzeyine Göre Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler

Sınıf Düzeyi	N	$\bar{X}$	ss
9. sınıf	222	47.59	18.14
10. sınıf	146	49.70	18.84
11. sınıf	165	44.90	18.42
Toplam	533	47.34	18.48

Tablo 6: Sınıf Düzeyine Göre lise öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait Varyans Analizi Sonuçları

	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplararası	1807.639	2	903.819	2.663	.071
Gruplarıçi	179904.167	530	339.442		
Toplam	181711.805	532			

Tablo 5 ve Tablo 6 incelendiğinde lise öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre oyun bağımlılığı puanlarının arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmektedir ($p > .01$).

4.4. Lise Öğrencilerinin Oynadıkları Oyunların Çevrimiçi-Çevrimdışı Olmasına Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Bulgular

Lise Öğrencilerinin oynadıkları oyunların çevrimiçi ya da çevrimdışı olmasına göre oyun bağımlılığı puanları arasındaki fark Bağımsız Gruplar İçin t-Tesi ile incelenmiştir. Analizin sonuçları Tablo 7’de gösterilmektedir.

Tablo 7: Lise Öğrencilerinin Oynadıkları Oyun Türüne Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Puanlarına Ait t Testi Sonuçları

	N	$\bar{X}$	Ss	sd	t	p
Çevrimiçi	303	53.55	16.72	461	7.905	.000**
Çevrimdışı	160	40.69	16.87			

**p< .01

Öğrencilerin oynadıkları oyunların çevrimiçi ya da çevrimdışı olmasının oyun bağımlılıkları ile arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulgulanmıştır (p< .001). Bu fark çevrimiçi oyunlar oynayan öğrencilerin oyun bağımlılık düzeylerinin ($\bar{X}$ =53.55) çevrimdışı oyunlar oynayanlara ($\bar{X}$ =40.69) göre daha fazla olduğu şeklindedir.

4.5. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeyleri İle Algılanan Sosyal Destek ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular

Lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılık düzeyleri ile algılanan sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkilerin belirlenmesi için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi gerçekleştirilmiş, sonuçlar Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8: Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılık Düzeyleri İle Algılanan Sosyal Destek ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular

Değişkenler	1	2	3
1.ÇOB	1		
2.TPİ	-.20**	1	
3.ASD	-.23**	.49**	1

**p< .01

Tablo 8’de görüldüğü üzere ÇOB ile TPİ arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r= ,196$, $p< ,01$), ÇOB ile ASD arasında negatif yönde düşük düzeyde ($r= -,233$, $p< ,01$) anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bulgulara göre algılanan sosyal destek arttıkça ÇOB azalmaktadır. Aynı zamanda ÇOB düzeyi temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi arttıkça da azalmaktadır. Ayrıca temel psikolojik ihtiyaçlar ile algılanan sosyal destek arasında da pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r= -.49$, $p< .01$).

ÇOB'un verilen değişkenlerin hangi alt boyutları ile ne düzeyde ilişkisi olduğunu anlamak adına alt boyutları ile arasındaki korelasyonlara bakılmış, sonuçlar Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 9: Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılık Düzeyleri İle Algılanan Sosyal Destek ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7
1.Oyun Bağımlılığı	1						
TPI							
1.Özerklik İhtiyacı	-.11*	1					
2.İlişki İhtiyacı	-.23*	.49*	1				
3.Yeterlik İhtiyacı	-.08	.36*	.46*	1			
ASD							
5.Aileden Algılanan Sosyal Destek	-.21*	.33*	.45*	.35*	1		
6.Arkadaşlardan Algılanan Sosyal Destek	-.21*	.36*	.50*	.20*	.51*	1	
7.Öğretmenlerden Algılanan Sosyal Destek	-.15*	.22*	.27*	.12*	.45*	.41*	1

*p< .01

Tablo 9 incelendiğinde ÇOB'un özerklik ihtiyacı ile arasında düşük düzeyde negatif ($r = -.11$, $p < .01$), ilişki ihtiyacı ile arasında düşük düzeyde negatif ($r = -.23$, $p < .01$) aileden algılanan sosyal destek ile düşük düzeyde negatif ($r = -.21$, $p < .01$), arkadaşlardan algılanan sosyal destek ile düşük düzeyde negatif yönlü ($r = -.21$, $p < .01$), öğretmenlerden algılanan sosyal destek ile düşük düzeyde negatif yönlü ($r = -.15$, $p < .01$) anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Korelasyonlar incelendiğinde ilişki ihtiyacının korelasyon katsayısının ($r = -.23$) diğer alt boyutlardan daha yüksek olduğu görülmektedir. ÇOB ile yeterlik ihtiyacı arasında ise herhangi bir ilişki bulunamamıştır ($r = -.08$, $p > .05$).

5. TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde yapılan çalışmadan elde edilen bulgular, alanyazındaki ilgili bilgiler doğrultusunda tartışılmış ve yorumlanmaya çalışılmıştır.

5.1. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Tartışma ve Yorum

Yapılan araştırmada ÇOB'un cinsiyet değişkeninine göre anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur. Bu farklılaşma erkek ergenlerin ÇOB düzeylerinin daha fazla olması yönünde bulgulanmıştır. Araştırmanın bu sonucu literatürdeki pek çok araştırmada da benzer şekilde ortaya konmaktadır (Aksoy, 2018; Colwell ve Payne, 2000; Colwell, Grady ve Rhaiti, 1995; Çakır, Ayas ve Horzum, 2011; Dönmez, 2018; Eni, 2017; Fisher, 1994; Gentile ve diğ., 2010; Griffiths ve Hunt, 1998; Hauge ve Gentile, 2003; Kaya, 2013; Odabaşı, 2016; Taechoyotin, Tongro ve Piyaaraj, 2018; Toker ve Baturay, 2016; Van Rooij ve diğ., 2014; Wang ve diğ., 2014; Yu ve Cho, 2016). Ayrıca az da olsa alanyazında cinseyete bağlı farklılaşmanın olmadığını gösteren araştırmalar da mevcuttur (Demirtaş-Madran ve Ferligül-Çakılcı, 2014; Gibb ve diğ., 1983; Taş, Eker ve Anlı, 2014). İnternete bağlı bağımlılıklarda ya da problemli kullanımlarda kızlarda daha çok sosyal medya bağımlılığının ön plana çıktığı (Griffiths, Kuss ve Demetrovics, 2014) erkeklerde ise ÇOB'un yaygın olduğu (Kuss ve Griffiths, 2012) görülmektedir.

ÇOB'u olan erkeklerin beyinsel hareketlilikleri incelendiğinde kızlara göre ödül/ceza ile ilgili kısımların daha aktif olduğu gözlenmektedir (Griffiths ve Hunt, 1998; Hoeft ve diğ., 2008; Ko ve diğ., 2009). Bu da erkeklerin neden ÇOB'a karşı daha savunmasız olduklarını açıklamaktadır. Oyunların ve özellikle diğerleri ile rekabete dayalı çevrimiçi oyunların, kendi içlerinde sunmuş oldukları altın, kredi, silah, kıyafet vs. gibi sanal maddesel ödüllerin yanı sıra lig atlama, seviye atlama, üst sıralara çıkma, unvan kazanma gibi sosyal ödüllendirici ve takdir edici içeriklere sahip olması bireyin bilişsel süreçlerine kolayca etki edebilmektedir. Ayrıca bir araştırmada, erkeklerin ÇOB'un beyinsel olarak nörolojik anlamdaki olumsuz

etkilerinden kızlara göre daha az etkilendiğini ortaya konmaktadır (Wang ve diğ., 2019). Kızların bu etkilere karşı daha hassas olmalarına karşın erkeklerin daha dayanıklı olması oyun oynamayla ilgili olumsuz bir durum hissetmemelerine ve bağımlı davranışın gelişmesinde farkındalığın daha geç oluşmasına sebep olabilir.

5.2. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Okul Türlerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Tartışma ve Yorum

Bu araştırmada lise öğrencilerinin ÇOB düzeyleri devam etikleri okul türlerine göre farklılaştığı, bu farklılaşmanın meslek lisesi öğrencilerinin ÇOB düzeylerinin Anadolu ve İmam Hatip Lisesi öğrencilerinden yüksek olmasından kaynaklandığı bulunmuştur. Bu bulgu Aksoy'un (2018) bulgusuyla tutarlılık göstermektedir. Alanyazında okul türlerini karşılaştıran pek fazla araştırma bulunmamakla birlikte Taş, Eker ve Anlı (2014) ergenlerin oyun bağımlılık düzeylerinde okul türü açısından anlamlı bir farklılık bulamamıştır.

Bu araştırmada meslek lisesi öğrencilerinin ÇOB düzeylerinin yüksek olması, meslek liselerinde erkek öğrenci sayısının daha fazla olmasından kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca Meslek Lisesi öğrencilerinin eğitim-öğretim programları dikkate alındığında, akademik olarak çok fazla beklenti içerisinde olmamaları ve geleceğe yönelik hedeflerinin daha sınırlı olması; boş zamanlarını geçirebilecekleri bir etkinlik olarak dijital oyunlarla çok fazla vakit geçirmelerine sebep olmuş olabilir. Yapılan bir araştırmada liseler arasında boş zaman etkinlikleri için zaman yeterliliği en yüksek olan okul türünün meslek lisesi olduğu ifade edilmiştir (Yetiş, 2008). Boş zamanlarını değerlendirmede yaptıkları faaliyetler arasında en çok müzik dinlemek, TV seyretmek, ödev yapmak, internette vakit geçirmek gibi etkinlikler bulunmaktadır (Okay, 2012). Bu araştırmada ise lise öğrencileri arasında meslek lisesi öğrencilerinin ÇOB düzeylerinin yüksek çıkması öğrencilerin boş zamanlarını değerlendirmedeki faaliyetlerinde çevrimiçi oyunların önemli bir yer edindiği şeklinde yorumlanabilir.

5.3. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Sınıf Düzeylerine Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Tartışma ve Yorum

Araştırma bulgularına göre lisede öğrenim gören 9, 10 ve 11. sınıf öğrencilerinin ÇOB düzeyleri arasında bir farklılık bulunmamaktadır. Bu bulgu Taş, Eker ve Anlı (2014), Çakır ve diğerleri, (2011), Turner ve diğerleri, (2012) ile Keser ve Esgi'nin (2012) bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. Bunun yanı sıra alanyazında çevrimiçi oyun bağımlılığının 9 ve 10. Sınıf öğrencilerinin 11 ve 12. Sınıf öğrencilerinden yüksek olduğu (Çakıcı, 2018), başka bir çalışmada 9. sınıfların 11. sınıflardan yüksek olduğu (Odabaşı, 2016), diğer bir çalışmada ise 9 ve 12. sınıfların anlamlı olarak diğer kademelerden daha yüksek olduğu (Aksoy, 2018) gibi farklı bulgulara rastlanmaktadır. Araştırmaların ortak olarak 9. sınıf öğrencilerinde ÇOB düzeylerinin yüksek olduğu (Aksoy, 2018; Çakıcı, 2018; Odabaşı, 2016) görülmektedir. Bu bulgu araştırmacı tarafından bireyin yeni girdiği ortama uyum sürecinde henüz yeterli sosyal ilişkiler kuramadığı ve kendini yalnız hissetmesi gibi durumlardan kaynaklanabileceği şeklinde yorumlanmaktadır (Aksoy, 2018). Bu çalışmada verilerin toplanması eğitim öğretim yılının ikinci döneminde gerçekleştirilmesinden dolayı bireylerin uyum sürecini atlattığı varsayılabilir. Buna binaen çalışmada arkadaş sosyal desteğinin ve ilişki ihtiyacının ÇOB ile ilişkili çıkması ergenlerin 9. sınıfta liseye alışma ve sosyal çevre edinme sürecinde olmalarıyla ÇOB düzeylerinin yüksek çıkması anlamlı görünmektedir. Bununla beraber bu bulgular ve yorumlar çeşitli araştırmalarla desteklenebilir. Balıkçı (2018) yaptığı çalışmada artan yaşın ve sınıf düzeyinin ÇOB ile negatif korelasyon gösterdiğini bulmuştur. İlerleyen yaşla birlikte çocuk ve ergenlerin sorunlarıyla başetmede daha başarılı yöntemler geliştirmesi ÇOB'nin azalmasını sebep olacağı şeklinde yorumlanmıştır.

5.4. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Oynadıkları Oyunların Çevrimiçi-Çevrimdışı Olmasına Göre Farklılık Gösterip Göstermediğine İlişkin Tartışma ve Yorum

Araştırmanın sonuçlarına göre oyun oynarken daha çok çevrimiçi oyunları tercih eden oyuncuların çevrimdışı oyunları tercih edenlere göre ÇOB puan ortalamaları anlamlı olarak yüksek çıkmıştır. Griffiths, Kuss ve King (2012) ile Toker ve Baturay (2016) da çevrimiçi oyunların daha çok bağımlılık yapıcı olduğunu belirtmektedir. Özellikle İnternetin yaygınlaşmasıyla beraber çevrimiçi oyunların yaygınlaşması

MMORPG türündeki oyunların daha fazla tercih edilmesi araştırmaların da bu oyun türü üzerine yoğunlaşmasına sebep olmuştur. Bu anlamda çevrimiçi oyun kapsamında MMORPG oyunlarının diğer oyun türlerine göre daha fazla bağımlılıkla ilişkili olduğu çeşitli araştırmalarda ortaya konmuştur (Fuster ve diğ., 2012; Ng ve Wiemer-Hastings, 2005). Lemmens ve Hendriks (2016) her iki oyun türünde de oyun oynama saatinin ÇOB ile ilişkili olduğunu ancak çevrimiçi oyunlarda daha çok vakit geçirmenin ÇOB ile daha çok ilişkili olduğunu ifade etmektedir.

Bazı araştırmalar çevrimiçi oyun oynamanın, sosyal bir bileşenin olduğunu ve oyuncuların oyun içi arkadaşlıklarına uzun süre zaman harcadıklarını, ilişki arayışlarına ve bir grubun üyesi olmaya vurgu yapmaktadırlar. Çevrimiçi oyunlardaki sosyal etkileşim bazıları için yüz yüze etkileşimden daha kolay ve tatmin edici olabilmektedir, bu da kişilerin çevrimiçi oyunları sosyal etkileşim arayışı ile de tercih ettiklerini göstermektedir (Ng ve Wiemer-Hastings, 2005). Buna karşın Kuss Griffiths ve Pontes (2017) oyunların çevrimiçi ya da çevrimdışı olması farketmeksizin bağımlılık oluşturabileceğini ifade etmektedir. Çünkü davranışı bağımlılık olarak nitelendirmede aşırı kullanımla birlikte klinik bir takım bozulmaların olması koşulu aranmaktadır. Ve araştırmalarda oyun türü çevrimiçi ya da çevrimdışı olanların her ikisinde de bağımlı davranışlarının yer aldığı gözlenmektedir (Griffiths, Kuss ve King, 2012).

Çevrimiçi oyunların gelişmeleri kaçırma korkusu (FOMO -fear of missing out) ile ilişkili olduğu da düşünülmektedir (Sussman ve diğ., 2018). Buradaki önemli etkenler, çevrimiçi oyunların kesintisiz 7/24 devam etmesi ve bu süreçte meydana gelen yenilikler, güncel gelişmelerle birlikte bireyin oyunda sahip olduğu avatarını diğerlerinden daha üstün hale getirmek adına diğerlerinin kendisinin önüne geçmesini önlemek ve onlarla rekabet etmek olduğu görülmektedir.

5.5. Lise Öğrencilerinin Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Düzeyleri İle Algılanan Sosyal Destek ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeyleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Tartışma ve Yorum

Araştırmanın sonucunda ÇOB'un, algılanan sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaçlarla düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Ergenlerin algıladıkları sosyal destek azaldıkça çevrimiçi oyun bağımlılıkları artmaktadır. Bu bulgu alanyazındaki benzer araştırmalarla

desteklenmektedir (Ayas ve Horzum, 2013; Baysak ve diğ., 2018; Bonnaire ve Phan, 2017; Durak-Batıgün ve Kılıç, 2011; Güneç ve Doğan, 2013; Karaer, 2018; Öztosun, 2018; Varol-Afo, 2018; Yeh ve diğ., 2008; Yiğit, 2018). Özellikle düşük aile desteği (Sussman ve diğ., 2014), aile ilişkilerindeki çatışmalar ve sorunlar (Boannaire ve Phan, 2017; Çalışkan ve Özbay, 2015; Yiğit, 2018) ve ebeveynlerden birinin eksikliği (Taechoyotin, Tongro ve Piyaraj, 2018) çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkili görünmektedir.

Ergenlik döneminde birey için her ne kadar aileye olan ilginin azalıp akranlarıyla olan ilişkilerinin daha çok önem kazanması söz konusu olsa da ailenin duygusal olarak desteği ergen için hala oldukça önemlidir. Bu çalışmada da aileden algılanan sosyal destek ile arkadaştan algılanan sosyal destek benzer düzeyde ÇOB ile negatif ilişkili çıkmıştır. Ergenin ailesinden ve arkadaşlarından gördüğü destek, özellikle karşılaştığı sorunlarla başetmede hissettiği sosyal destek, sağlıklı bir şekilde sorunların ve stresli olayların üstesinden gelmesini sağlayabilir (Deniz, 2006). *Kaçma* davranışı oyunların önemli bir motivasyonudur (Yee, 2006). Özellikle ergenlik dönemindeki bireylerde sosyal desteğin ve uygun problem çözme becerilerinin eksikliği ile oyunların sorunlardan kaçmak için kullanılan bir araç haline gelmesi, oyunlara karşı bir süre sonra bağımlılık geliştirmesini daha kolay bir hale getirmektedir (Griffiths, 2010). Bunun yanı sıra doğru ebeveynlik becerileri, ergenin izlenmesi ve ergene sağlanan süpervizyon (Toker ve Baturay, 2016) ise problemli oyun oynamada önleyici faktörler olarak ailenin desteğini ortaya koymaktadır.

Lenhart (2015) araştırmasında 13-17 yaş arası gençlerin %72'sinin arkadaşlarıyla her gün çevrimiçi oyun oynadıklarını, bu kişilerin %52'sinin oyun oynadığı kişilerle arkadaşlık kurduklarını belirtilmektedir. Buna yönelik olarak gençlerin günlük hayatta kurdukları ilişkinin ise zayıf olduğu tespit edilmiştir. Ergenin yeterli arkadaşlık ilişkisinin olması ya da sosyal kaygı gibi sebeplerle sosyal ilişki kurmada sorun yaşamaması ve zorbalığa maruz kalması, çevrimiçi oyunların alternatif bir sosyal alan olarak değerlendirilmesini sağlamakta ve bağımlılıkla ilişkili görülmektedir (Griffiths, 2010; Karaca ve diğ., 2016; Taechoyotin, Tongro ve Piyaraj, 2018). Ergenlik döneminde bir grup tarafından kabul edilmek o grubun parçası olduğunu hissetmek önemlidir. Ergen akranlarından güç alarak karşılaştığı sorunlarla daha kolay başedebilir. Cohen ve Wills (1985) sosyal desteğin stresli

yaşam olaylarıyla başetmede kolaylaştırıcı yönü olduğunu belirtmektedir. Bu dönemde ise ergenler için akranları önemli bir sosyal destek kaynağıdır (Yıldırım, 1997). Akranlarından yeterli sosyal destek göremeyen ergenler hem bir destek aramak için hem de sorunlarından kaçmak adına çevrimiçi oyunlara yöneliyor olabilirler (Papacharissi ve Rubin, 2000).

Araştırmada öğretmenlerden algılanan sosyal destek ile ÇOB arasında herhangi bir ilişki çıkmamıştır. Dönemsel özellikleri gereği lise öğrencileri için öğretmenlerin önemi, ilkokul ve ortaokul öğrencilerinden daha düşük olması beklenebilir. Bu da ergenlerin hayatında öğretmenlerin önemli bir sosyal destek kaynağı olmadığı şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmanın sonucunda temel psikolojik ihtiyaçları yeterince karşılanmayan ergenlerin çevrimiçi oyun bağımlılıkları yüksek çıkmıştır. Bu bulgu Allen ve Anderson (2018), Candemir-Karaburç (2017), Li ve diğerleri (2016), Scerri ve diğerleri (2018) ve Tamborini ve diğerlerinin (2010) bulgularıyla tutarlılık göstermektedir. İlişki ve yeterlik ihtiyacı ÇOB ile negatif yönlü ilişkili çıkarken özerklik ihtiyacı ÇOB ile anlamlı bir ilişki göstermemiştir.

Temel psikolojik ihtiyaçlardan ilişki ihtiyacının çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkili çıkması çevrimiçi oyunların sosyal yönü ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Griffiths, Davies ve Chappell (2004) çevrimiçi oyunların en cezbedici yanının “sosyalleşme” olduğunu belirtmektedir. Temel ihtiyaçların karşılanmadığı ya da engellendiği durumlarda bu ihtiyaçları karşılamaya yönelik bireyler farklı yollara başvurabilirler (Deci ve Vansteenkiste, 2004). Sosyal anlamda ilişki ihtiyacı yeterince karşılanmayan ya da bir şekilde engellenen ergenlerin sosyalleşme fırsatı bulabildikleri ve diğerleri ile etkileşim kurabildikleri çevrimiçi oyunlara yönelerek bağımlılık geliştirdiği ifade edilebilir. Siitonen (2007) çevrimiçi oyunların, oyuncuların kalıcı ilişkiler kurmasını sağladığını ve varolan ilişkilerini devam ettirebilmek için bir yol oluşturduğunu belirtmektedir. Dijital oyunların problemli ya bağımlı şekilde kullanılmadığı takdirde temel psikolojik ihtiyaçları karşılamada oldukça iyi bir etkisi olduğu ifade edilmektedir (Ryan, Rigby ve Przybylski, 2006). Ancak bağımlı davranış söz konusu olduğunda ihtiyaçları karşılamanın tersine karşılanmasını engelleyici bir yönü de olabilir. ÇOB’un sosyal hayatı olumsuz etkilemesi ve yalnızlığa yol açması (Gentile ve diğ., 2011; Jeong ve Kim, 2011), ergenlerin ilişki ihtiyaçlarını yeterli düzeyde karşılayabilecekleri gerçek ilişkilerden

mahrum kalmalarına sebep olabilir. Günümüzde özellikle araştırmanın yapıldığı bölge dikkate alındığında velilerde çocuklarının ev dışında güvenliği ile ilgili bir endişesi olduğu görülmektedir. Ebeveynler bu endişe ile çocuklarının küçük yaşlardan itibaren ev dışı etkinliklere katılmasını engelleyebilmektedir. Sokakta, parkta akranlarıyla vakit geçirip oyun oynayamayan çocuklar, arkadaşlarıyla sosyal faaliyetlerde bulunamayan ergenler, evde telefon ve tabletleri ile bu ihtiyaçlarını gidermeye çalışmaktadır. Ayrıca ÇOB'un utangaçlık ve yalnızlıkla ilişkili olması (Ayas, 2012; Lemmens, Valkenburg ve Peter, 2011) bireylerin gerçek ilişkilerde kendilerini rahat hissedemedikleri ve sanal ortamadaki sosyal etkileşimi tercih etmeleri (Hussain ve Griffiths, 2009; Parson, 2005; Wan ve Chiou, 2006) karşılıklı bir etkinin olabileceğini göstermektedir.

Hsu, Wen ve Wu (2009) MMORPG oyunlarındaki bağımlılığa yol açan beş kritik deneyimden birinin de aitlik hissi olduğunu belirtmektedir. Diğer dört kriterin ise merak, rol yapma, aitlik, yükümlülük ve mükâfat olduğunu belirtmektedir. Oyun esnasında yüksek düzeyde aitlik ve diğerlerine karşı bir takım davranışları yerine getirmek noktasında yükümlülük hisseden bireyler, daha fazla bağımlılık riski taşımaktadır. Aitlik ilişki ihtiyacının içerisinde değerlendirilen bir kavram olduğu için (Deci ve Ryan, 2000) çevrimiçi oyunların sosyal bir gruba ait olmayı kolaylaştırıcı yönü bağımlılıkla ilişkili görünmektedir. Öte yandan Dindar ve Akbulut (2014) yaptıkları çalışmada Türkiye'deki MMORPG oyuncularının oyun motivasyonlarının oyunda ilerleme, oyun mekanikleri ve sosyallik olduğunu bulmuştur. Her ne kadar bu motivasyonlar ÖBK'daki üç temel ihtiyaçla ilişkili olduğu düşünülse de bu araştırmadan da farklı olarak özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı ile karşılıklı önemli bir etkinin olmadığı görülmüştür.

Sussman ve diğerleri (2018) çevrimiçi oyunların bağımlılıkla ilişkisinde sosyallik ve rekabet faktörlerinin etkili olduğu belirtmektedir. Benzer şekilde Ko ve diğerleri (2005) de özellikle erkeklerin oyun oynama eğilimlerinde sosyal ilişkilerin ve başarı hissini temel etkenler olduğunu ifade etmektedir. Başarı ve rekabet ise yeterlik ihtiyacı ile bağlantılıdır. Oyunların verilen görevleri başarma, bir hedefe ulaşma, beceriye dayalı olma, diğerleri ile rekabet halinde olma gibi özellikleri kişinin kendisini test edebileceği ve yeterliğini ölçebileceği bir zemin oluşturmaktadır. Ayrıca oyunların gerçek hayatta deneyimlemenin mümkün olmadığı ya da çeşitli sebeplerle deneyimlenemeyen davranışların bir tür simülasyon ortamı

sağlaması bireylerin kendilerinde yeni beceriler keşfetmesine ve ilgilerini farketmesine yardımcı olmaktadır (Ryan, Rigby ve Przybylski, 2006; Wan ve Chiou, 2006). Oyunların bu deneyime açıklığı kişilerin kendi becerilerini sınayabilecekleri, dolayısıyla yeterlik ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri bir zemin oluşturmaktadır. Yeterlik ihtiyacı düşük olan bireyler her ne kadar oyunların bu ihtiyaçlarına cevap verebilecek nitelikte olduğu düşünülse de gösterilen yeterliğin bedensel özellikler göstermesine rağmen sanal ortamda gerçekleşmesi kişinin gerçekçi doyum hissine ulaşmasını engelliyor olabilir.



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmadan elde edilen sonuçlara ve önerilere yer verilmiştir.

6.1. Sonuçlar

Bu araştırmanın sonucunda, lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılık düzeyleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, bu ilişkinin de erkek öğrencilerde çevrimiçi oyun bağımlılık düzeylerinin kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olması yönünde olduğu; sınıf düzeyleri açısından lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılık düzeylerinin farklılaşmadığı; Meslek Lisesi öğrencilerinin Anadolu ve İmam Hatip Lisesi öğrencilerinden çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu; daha çok çevrimiçi oyunları oynamayı tercih edenlerin çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeylerinin daha yüksek olduğu; çevrimiçi oyun bağımlılığı ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin bulunduğu; çevrimiçi oyun bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasında yine negatif yönlü düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

6.2. Öneriler

Araştırmanın sonuçlarına dayalı öneriler ve yeni yapılacak çalışmalara yönelik öneriler ayrı başlıklar halinde ele alınmıştır.

6.2.1. Araştırmanın Sonuçlarına Dayalı Öneriler

Araştırma sonuçlarına dayalı öneriler aşağıda maddeler halinde sunulmuştur:

1. Araştırmanın sonucuna ve alanyazındaki benzer araştırmalara göre erkeklerin ve özellikle ergen erkeklerin çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri daha fazladır. Erkek ergenlerin bu anlamda risk grubu olarak değerlendirilmesi önleme çalışmalarında dikkate alınabilir.

2. Araştırmanın sonucuna göre Meslek Lisesi öğrencilerinin ÇOB düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Aynı zamanda bu grubun daha çok risk altında olması bu okullardaki öğretmenlerin, öğrencilerin ve velilerin ÇOB hakkında doğru bilgilendirilmeye, olası tehlikeler hakkında bilinçlendirilmeye ihtiyacı vardır. Bilgilendirmelerin yanı sıra akran grupları oluşturularak oyunların doğru kullanımını destekleyici faaliyetler ve grup çalışmaları yapılabilir. Benzer şekilde risk grubundaki öğrenciler için fiziksel ve sosyal aktiviteler çeşitlendirilerek öğrenciler bunlara yönlendirilebilir.

3. Araştırmanın sonuçlarına göre çevrimiçi oyunların çevrimdışı oyunlara göre daha çok bağımlılık oluşturma riski taşıdığı görülmektedir. Bu anlamda ergenlerin oynadıkları oyunlarla ilgili özellikle ebeveynlerin daha çok bilgili olması gerekmektedir. Çevrimiçi oyunların sosyal yönü vurgulanarak oyunlar hakkındaki yanlış mitleri ya da önkabulleri aileler ile tartışmak ve doğru oyun kullanımı hakkında bilinçlendirmek gerekmektedir.

4. Aile ve arkadaşlarından yeterli sosyal destek bulamayan ergenlerin ÇOB düzeyleri araştırma sonucuna göre daha yüksektir. Bu anlamda ailelere, ergen ile iletişim kurma ve uygun sosyal destek sunma biçimleri hakkında eğitimler verilebilir. Bunlara ek olarak çocukların teknolojiyle olan ilişkilerini daha sağlıklı yürütmeleri adına dijital ebeveynlikle ilgili ailelerin bilgileri artırılmalıdır. Bu şekilde aile çocuğun ve ergenin belli bir düzeyde bilişim desteği alabileceği bir konuma gelmelidir.

5. Temel psikolojik ihtiyaçlarından ilişki ve yeterlik ihtiyacı yeterince karşılanmayan ergenlerin ÇOB düzeyleri bu çalışmada yüksek çıkmıştır. Bu açıdan özellikle ergenlere sosyal beceri artırıcı çalışmaların yapılması, katılabilecekleri çeşitli sosyal faaliyetlerin sunulması ve sanal ilişki-gerçek ilişki kavramlarını daha iyi anlamalarını sağlayıcı çalışmalar yapılabilir. Yine yeterlik ihtiyaçları dikkate alınarak küçük yaşlardan itibaren çocukların başarı duygusunu yaşayacağı daha çok imkân sunulması, bu konuyla ilgili ailelerin bilgilendirilmesi uygun olabilir.

6.2.2. Yeni Yapılacak Çalışmalara Yönelik Öneriler

Çevrimiçi oyun bağımlılığı DSM-5'te hakkında daha çok araştırmaya ihtiyaç duyulan konular arasında yer almaktadır. Bu anlamda sorunun tanımlanmasında kullanılan ölçme araçlarının yurtdışında ve yurtiçinde çok çeşitlilik gösterdiği

görülmektedir. APA ve WHO tarafından farklı isimlendirmelere sahip olsa da sorunun ortak bir açıdan değerlendirilmesine yönelik çalışmalar devam etmektedir. Özellikle ölçme araçlarının farklılığı araştırmalarda farklı sonuçlar çıkmasına neden olabildiği için sorunun daha tarafsız ve genel bir şekilde ortaya konulabilmesi adına ortak bir ölçme aracının ihtiyacı hissedilmektedir. Bu anlamda yapılan çalışmalar olmakla birlikte ÇOB üzerine yapılacak çalışmaların ülkemizde sorunu daha iyi anlamak adına ortak bir ölçme aracı ile yapılması araştırmalardaki farklılıkları en aza indirmede faydalı olabilir.

Dijital oyun dünyası teknolojik gelişmelerle ve ekonomik piyasasının büyümesiyle birlikte pek çok kişiyi ilgilendiren bir sektör haline gelmiştir. Bu da oyunların çeşitlenmesine ve her geçen gün yeni ve güncel gelişmelerin ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bu hızlı değişim ÇOB sorunun da her geçen gün yeni bir boyut kazanmasına yol açmaktadır. Dijital oyunların seyri, İnternetin de temel bir hak haline gelecek kadar yaygınlaşması ve hayatımıza dâhil olmasıyla birlikte, dünyanın dört bir yanındaki insanları birbirine bağlayacak şekilde çevrimiçi altyapılı oyunların piyasada daha çok rağbet gördüğü bir döneme doğru ilerlemektedir. Geline nokta çevrimiçi özellikli pek çok oyun türü ve bu türlerin altında da pek çok oyun bulunmaktadır. Araştırmalar, ülkemizde oyun türlerinin ve hatta belirli oyunların ÇOB açısından değerlendirilmesine yönelebilir. Nitekim Türkiye’de üretilen oyunlar çoğunlukla ülke içerisindeki oyuncular tarafından tercih edilmektedir. Bu oyunların temel alındığı araştırmalarla birlikte hem çevrimiçi oyun bağımlılığının hemde oyun motivasyonlarının kültürel farklılıkları araştırılabilir.

Bu araştırma lise öğrencileri ile yürütülmüştür. ÇOB daha çok gençler arasında bir sorun olarak görülse de yapılan çalışmaların söz konusu olduğu tarihlerdeki gençler günümüzde yetişkin bireyler olarak oyun oynamaya devam etmektedir. Burada dijital yerli olarak günümüzdeki yetişkinlerle ilgili de daha çok araştırmaya ihtiyaç duyulduğu düşünülmektedir. Yapılacak araştırmaların yetişkin örnekleminde olması alanyazına katkı sağlayacaktır.

Bu araştırmanın bulgularına göre okul türleri arasında bir farklılık bulunmuştur ancak araştırmaya dâhil edilmeyen okul türleri dikkate alındığında gelecek araştırmalarda diğer lise türleri de evren ve örnekleme dâhil edilebilir. Fen liseleri, sosyal bilimler liseleri, güzel sanatlar ve spor liselerinde okuyan öğrenciler ÇOB açısından incelenebilir.

Dijital oyunların bazıları dünya çapında organizasyonlarla birlikte milyonlarca kişinin izlediği turnuvalar düzenlemektedir. Bu müsabakalarda takımlarını ve ülkelerini temsil eden oyuncular artık dünyada e-spor olarak bilinen bu oluşumun birer sporcusu, profesyonel oyuncusu olarak nitelendirilmektedirler. Ülkemizde de çeşitli e-spor takımları mevcuttur. Bu grubun oyun oynama davranışlarıyla ilgili ülkemizdeki araştırmaların eksikliği, sorunlu oyun oynama ile sorunlu olmayan oyun oynama arasındaki farkı yansıtmada zorluklara neden olmaktadır. Gelecek alışmalar profesyonel oyuncuların OB ile ilişkilerine odaklanabilir.



KAYNAKÇA

- Acun, Ayten. 2018. Sporcu ve Sedanter Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Ve Temel Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi Yüksek Lisans Tezi Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Adcolony [28.03.2018] Mobile Gaming in Turkey Under the Microscope <https://www.adcolony.com/blog/2017/07/18/mobile-gaming-turkey-microscope/>
- Aksoy, Zahide. 2018. Adölesanlarda Oyun Bağımlılığı, Yaşam Biçimi Davranışları ve Etkileyen Faktörler. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Allen Johnie J., Craig A. Anderson. 2018. Satisfaction And Frustration Of Basic Psychological Needs In The Real World And In Video Games Predict Internet Gaming Disorder Scores And Well-Being. **Computers In Human Behavior**. c. 84: 220-229
- American Psychiatric Association. 2013. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders**. Ankara, Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Andersen, Susan M., Serena Chen, Christina Carter. 2000. Fundamental Human Needs: Making Social Cognition Relevant. **Psychological Inquiry**. c. 11. s. 4: 269-275.
- Ankara Kalkınma Ajansı. 2016. Dijital Oyun Sektörü Raporu <http://www.guvenliweb.org.tr/dosya/82MsL.pdf/indir>
- Arıcak, Osman Tolga, Mehmet Dinç, Mahmut Yay, Mark D. Griffiths. 2019. İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu'nun (İOOBÖ9-KF) Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. **Addicta: The Turkish Journal On Addictions**. c.6. s.1: 1-22
- Arıkan, Rauf. 2004. **Araştırma teknikleri ve rapor hazırlama**. Ankara: Asil Yayın.
- Ayas, Tuncay. 2012. Lise Öğrencilerinin İnternet Ve Bilgisayar Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Utangaçlıkla İlişkisi. **Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri**. c. 12. s. 2: 627-636.
- Balıkçı, Rafi. 2018. Çocuklarda Ve Ergenlerde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ve Agresif Davranışlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Barrera Jr, Manuel, Sheila L. Ainlay. 1983. The Structure of Social Support: A Conceptual and Empirical Analysis. *Journal of Community Psychology*. c. 11. S. 2: 133-143.
- Bathhyany, Dominik, Kai W. Müller, Frank Benker, and Klaus Woelfling. 2009. Computer game playing: clinical characteristics of dependence and abuse among adolescents. **Wiener Klinische Wochenschrift**. c. 121. s. 15-16: 502-509.
- Baysak, Erkan, Fatma Duygu Kaya, İlker Dalgı, Selçuk Candansayar. 2016. Online Game Addiction İn A Sample From Turkey: Development And Validation Of The Turkish Version of Game Addiction Scale. **Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin Of Clinical Psychopharmacology**. C. 26. S. 1: 21-31.
- Baysak, Erkan, Fatma Duygu Kaya-Yertutanol, İlker Dalgı, Selçuk Candansayar. 2018. How Game Addiction Rates and Related Psychosocial Risk Factors Change Within 2-Years: A Follow-Up Study. **Psychiatry Investigation**. c. 15. s. 10: 984-990.
- Billieux, Joël, Julien P. Chanal, Yasser Khazaal, Lucien Rochat, P. Gay, Daniele Zullino, Martial van der Linden. 2011. Psychological Predictors Of Problematic Involvement İn Massively Multiplayer Online Role-Playing Games: Illustration İn A Sample Of Male Cybercafé Players. **Psychopathology**, c. 44. s. 3: 165-171.
- Bingöl-Karagöz, Dilara. 2017. İnternet Bağımlılığı Ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığının, İlişkili Etkenlerin İncelenmesi. Uzmanlık Tezi. Kocaeli Üniversitesi Çocuk Ve Ergen Ruh Sağlığı Ve Hastalıkları Anabilim Dalı
- Birch, David. A. 1998. Identifying Sources of Social Support. *Journal of School Health*. c. 68. s. 4: 159-161.
- Bloom, David. [10.02.2019] 'Pokemon Go' Creator Niantic Scores \$4B Valuation On \$245M Series C Round.
<https://www.forbes.com/sites/dbloom/2019/01/17/niantic-valuation-245-million-series-c-4-billion-pokemon-go/#6d06ff3649fd>
- Bonnaire, Ce Line, Olivier Phan. 2017. Relationships Between Parental Attitudes, Family Functioning And Internet Gaming Disorder in Adolescents Attending School. **Psychiatry Research**. c. 255: 104–10.
- Bowman, Richard F. 1982. A Pac-Man Theory Of Motivation. **Educational Technology**. c. 22. s. 9: 14- 16.
- Bozkurt, Hasan, Murat Coskun, Hamza Ayaydin, İbrahim Adak, S. Salih Zoroglu. 2013. Prevalence And Patterns Of Psychiatric Disorders İn Referred Adolescents With Internet Addiction. **Psychiatry And Clinical Neurosciences**. C. 67. S. 5: 352-359.
- Braun, Claude M. J., Josette Giroux. 1989. Arcade Video Games: Proxemic, Cognitive And Content Analyses. **Journal of Leisure Research**. c. 21. s. 2: 92-105.

- Braun, Claude M. J., Georgette Goupil, Josette Giroux, Yves Chagnon. 1986. Adolescents And Microcomputers: Sex Differences, Proxemics, Task And Stimulus Variables. **Journal Of Psychology**. c.120. s. 6: 529- 542
- Buchman, David, Jeanne B. Funk. 1996. Video And Computer Games In The'90s: Children's Time Commitment And Game Preference. **Children Today**. c. 24. s. 1: 12-15, 31.
- Büyüköztürk, Şener, Ömay Çokluk, Nilgün Köklü. 2012. **Sosyal Bilimler İçin İstatistik**. Ankara: Pegem Akademi.
- Can, Sermin. 2018. Ergenlerin Akademik Erteleme Davranışları, İnternet Bağımlılığı ve Temel Psikolojik İhtiyaçları: Bir Model Önerisi. Yüksek Lisans tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Candemir-Karaburç, Gülşah. 2017. Evli Bireylerin Problemlı İnternet Kullanımı, Evlilik Uyumu, Eş Tükenmişliği Ve Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Karşılama Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü
- Cao, Fenglin, Linyan Su, TieQiao Liu, Xueping Gao. 2007. The relationship between impulsivity and Internet addiction in a sample of Chinese adolescents. **European Psychiatry**. c. 22. s. 7: 466-471.
- Cao, Fenglin, Linyan Su, Xueping Gao. 1991. Control study of group psychotherapy on middle school students with Internet overuse. **Chinese Mental Health Journal**. c. 21 s. 5: 346-9.
- Caplan, Scott, Dmitri Williams, Nick Yee. 2009. Problematic Internet Use And Psychosocial Well-Being Among Mmo Players. **Computers in Human Behavior**. c. 25. s. 6: 1312-1319.
- Carbonell, Xavier. 2017. From Pong To Pokemon Go, Catching The Essence Of The Internet Gaming Disorder Diagnosis: Commentary On: Chaos And Confusion in DSM-5 Diagnosis Of Internet Gaming Disorder: Issues, Concerns, And Recommendations For Clarity in The Field (Kuss et al.). **Journal Of Behavioral Addictions**. c. 6. s. 2: 124-127.
- Charlton, John P., Ian DW Danforth. 2007. Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. **Computers in Human Behavior**. c. 23. s.3: 1531-1548.
- _____. 2010. Validating the distinction between computer addiction and engagement: online game playing and personality. **Behaviour & Information Technology**. c. 29. s. 6: 601-613.
- Cheng, Cecilia, Mike W.-L. Cheung, and Hsin-yi Wang. 2018. Multinational comparison of internet gaming disorder and psychosocial problems versus well-being: Meta-analysis of 20 countries. **Computers in Human Behavior**. c. 88: 153-167

- Chiu, Shao-I., Jie-Zhi Lee, and Der-Hsiang Huang. 2004. Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. **CyberPsychology & behavior**. c.7. s.5: 571-581.
- Chou, Ting-Jui, and Chih-Chen Ting. 2003. The role of flow experience in cyber-game addiction. **CyberPsychology & Behavior** c.6. s.6: 663-675.
- Clifford J.Sussman, James M.Harper, Jessica L.Stahl, Paul Weigle. 2018. Internet and Video Game Addictions: Diagnosis, Epidemiology, and Neurobiology. **Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America**. c. 27. s. 2: 307-326.
- Cobb, Sidney. 1976. Social Support as a Moderator of Life Stress. **Psychosomatic Medicine**. c. 38. s. 5: 300-314
- Cohen, Sheldon, Thomas Ashby, Wills. 1985. Stres, Social Support and the Buffering Hypothesis. **Psychological Bulletin**. c. 98. s. 2: 310-357.
- Colwell, Jennifer, Janet Marion Payne. 2000. Negative Correlates Of Computer Game Play In Adolescents. **British Journal of Psychology**. c. 91. s. 3: 295-310.
- Cooper, Joel, Diane Mackie. 1986. Video Games And Aggression In Children. **Journal of Applied Social Psychology**. c. 16. s. 8: 726-744.
- Costa, Sebastiano, Bart Soenens, Maria C. Gugliandolo, Francesca Cuzzocrea, Rosalba Larcana. 2015. The Mediating Role of Experiences of Need Satisfaction in Associations Between Parental Psychological Control and Internalizing Problems: A Study Among Italian College Students. **Journal of Child and Family Studies**. c. 24. s. 4: 1106-1116.
- Colwell, John, Clare Grady, Sarah Rhaiti. 1995. Computer Games, Self-Esteem And Gratification Of Needs İn Adolescents. **Journal of Community ve Applied Social Psychology**. c. 5. s. 3: 195-206.
- Çakıcı, Gizem. 2018. Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığı Ve Öfkeyi İfade Etme Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çakır, Yelda. 1993. 12-22 Yaş Grubundaki Gençlerde Çok Yönlü Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Güvenirlik Ve Geçerlik Araştırması. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Çakır, Özlem, Tuncay Ayas, Mehmet Barış Horzum. 2011. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Ve Oyun Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. **Journal Of Faculty Of Educational Sciences**. c. 44. s. 2: 95-117.
- Çalışkan, Ömer, Fatih Özbay. 2015. 12-14 Yaş Aralığındaki İlköğretim Öğrencilerinde Teknoloji Kullanımı Eksenli Yabancılaşma ve Anne Baba Tutumları: Düzce İli Örneği. **Journal of International Social Research**. c. 8. s. 39: 441-458

- Çeken, Birsen, Kübra Çiçekli. 2018. FRP Kutu Oyunlarından Grafiğe, Sıra Tabanlı (Digital Turn Based) Dijital Oyunlardaki Tasarım Trendleri. **Uluslararası Afro-Avrasya Araştırmaları Dergisi**. c. 3. s. 5: 35-43.
- Çelikkaleli, Öner, Nurcan Gökçakan, Burhan Çapri. 2005. Lise Öğrencilerinin Bazı Psikolojik İhtiyaçlarının Cinsiyet, Okul Türü, Anne Ve Baba Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi. **Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**. c. 18. s. 2: 245- 268.
- Çırak, Muhammed Fatih. 2017. Spor Yapan Ve Yapmayan Öğrencilerin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Karşılmasının İncelenmesi (Ağrı Ve Konya İli Örneği). Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çivitci, Asım. 2012. Üniversite Öğrencilerinde Genel Yaşam Doyumu Ve Psikolojik İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler. **Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**. c. 21. s. 2: 321-336.
- Dalbudak Ercan, Cüneyt Evren, Seçil Aldemir, Kerem Şenol Coşkun, Hilal Uğurlu, Fatma Gül Yıldırım. 2013. Relationship Of İnternet Addiction Severity With Depression, Anxiety, And Alexithymia, Temperament And Character İn University Students. **Cyberpsychology, Behavior, And Social Networking**. c. 16. s. 4: 272-278.
- Dayıoğlu, Burcu. 2008. Üniversite Giriş Sınavına Hazırlanan Adaylarda Psikolojik Sağlık: Öğrenilmiş Güçlülük, Algılanan Sosyal Destek ve Cinsiyetin Rolü. Yüksek Lisans Tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Deci, Edward L., Richard M. Ryan. 2000. The “What” And “Why” Of Goal Pursuits: Human Needs And The Self-Determination Of Behavior. **Psychological Inquiry**. c. 11: 227- 268.
- _____. 2002. Overview of Self-Determination Theory: An Organismic Dialectical Perspective. **Handbook of Self-Determination Research**. ed. Edward L. Deci, Richard M. Ryan. Rochester: The University of Rochester Press, 5-18.
- _____. 2011. Levels Of Analysis, Regnant Causes Of Behavior, And Well-Being: The Role Of Psychological Needs. **Psychological Inquiry**. c. 22: 17-22.
- Deci, Edward L., James P. Connell, Richard M. Ryan. 1989. Self-Determination in A Work Organization. **Journal of Applied Psychology**. c. 74. s. 4: 580-590
- Deci, Edward L., Robert J. Vallerand, Luc G. Pelletier, Richard M. Ryan. 1991. Motivation and Education: The Self-Determination Perspective. **Educational Psychologist**. c. 26. s. 3-4: 325-346.
- Deci, Edward L., Maarten Vansteenkiste. 2004. Self-Determination Theory And Basic Need Satisfaction: Understanding Human Development İn Positive Psychology. **Ricerche Di Psicologia**. c. 27. s. 1: 23-40
- DeHaan, Cody R., Tadashi Hirai, Richard M. Ryan. 2016. Nussbaum’s Capabilities and Self-Determination Theory’s Basic Psychological Needs: Relating Some

Fundamentals of Human Wellness. **Journal of Happiness Studies**. c. 17. s. 5: 2037–2049.

Değerli, Fatma İrem. 2015. Ergenlerde Kendine Zarar Verme Davranışının Risk Alma Davranışı Ve Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Demetrovics Zsolt, Róbert Urbán, Katalin Nagygyörgy, Judit Farkas, Mark D. Griffiths, Orsolya Pápay, Gyöngyi Kökönyi, Katalin Felvinczi, Attila Oláh. 2012. The Development Of The Problematic Online Gaming Questionnaire POGQ. **Plos One**, 7, e36417.

Demirtaş-Madran, H. Andaç, Eda Ferligül-Çakılcı. 2014. Çok Oyunculu Çevrimiçi Video Oyunu Oynayan Bireylerde Video Oyunu Bağımlılığı ve Saldırganlık. **Anadolu Psikiyatri Dergisi**. c. 15: 99-107.

Deniz, Mehmet Engin. 2006. The Relationships Among Coping With Stress, Life Satisfaction, Decision-Making Styles And Decision Self-Esteem: An Investigation With Turkish University Students. **Social Behavior And Personality**. c. 34. s.9: 1161-1170.

Dindar, Muhterem, Yavuz Akbulut. 2014. Motivational Characteristics of Turkish MMORPG Players. **Computers in Human Behavior**. c. 33: 119-125.

Doğan, Ayten. 2013. İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı. Doktora Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Doğu, Burak. 2006. Popüler Kültürün Tüketim Aracı Olarak Bilgisayar Oyunlarında Sunulan Yaşam Tarzı. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dominick, Joseph R. 1984. Video Games, Television And Agression In Teenagers. **Communication**. c. 34. s. 2: 136-47.

Dönmez, Şeymanur. 2018. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Bilinçli Farkındalık Ve Yaşam Doyumu İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Du, Ya-song, Wenqing Jiang, and Alasdair Vance. 2010. Longer Term Effect Of Randomized, Controlled Group Cognitive Behavioural Therapy For Internet Addiction In Adolescent Students In Shanghai. **Australian and New Zealand Journal of Psychiatry**. c. 44. s. 2: 129-134.

Egli, Eric A., Lawrence S. Meyers. 1984. The Role Of Video Game Playing In Adolescent Life: Is There Reason To Be Concerned? **Bulletin of the Psychonomic Society**. c. 22. s. 4: 309-312.

Eni, Beyzanur. 2017. Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ve Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Faust, Kyle A. Judith J.Prochaska. 2018. Internet Gaming Disorder: A Sign Of The Times, Or Time For Our Attention? **Addictive Behaviors**. c.77: 272-274
- Feng, Wendy, Danielle Ramo, Steven Chan, James Bourgeois. 2017. Internet Gaming Disorder: Trends In Prevalence 1998-2016. **Addictive Behaviors**. c. 75: 17-24.
- Fisher, Sue. 1994. Identifying Video Game Addiction In Children And Adolescents. **Addictive Behaviors**. c. 19. s. 5: 545-553.
- Funk, Jeanne B. 1993. Reevaluating The Impact Of Video Games. **Clinical Pediatrics**. c. 32. s. 2: 86-90.
- Fuster, Héctor, Xavier Carbonell, Andrés Chamarro, Ursula Oberst. 2013. Interaction With The Game And Motivation Among Players Of MMORPG. **Spanish Journal of Psychology**. c. 16. s. e43: 1-8.
- Fuster, Héctor, Ursula Oberst, Mark D. Griffiths, Xavier Carbonell, Andres Chamarro, Antoni Talarn. 2012. Psychological Motivation in Online Role-Playing Games: A Study Of Spanish *World Of Warcraft* Players. **Anales de Psicología**. c. 28. s.1: 274–280.
- Ge, Ling, Xiuchun Ge, Yong Xu, Kerang Zhang, Jing Zhao, Xin Kong. 2011. P300 Change And Cognitive Behavioral Therapy In Subjects With Internet Addiction Disorder A 3-Month Follow-Up Study. **Neural Regeneration Research**, c. 6. s. 26: 2037-2041.
- Gentile Douglas A., Hyekyung Choo, Albert Liao, Timothy Sim, Dongdong Li, Daniel Fung, Angeline Khoo. 2011. Pathological Video Game Use Among Youths: A Two-Year Longitudinal Study. **Pediatrics**. c. 127. s.2 e319–e329.
- Gentile, Douglas. 2009. Pathological Video-Game Use Among Youth Ages 8 To 18: A National Study. **Psychological Science**. c. 20. s. 5: 594-602.
- Gezer, Hatice. 2018. Bireysel Ve Takım Sporları İle Uğraşan Üniversite Öğrencilerinin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Gibb, Gerald D., James R. Bailey, Thomas T. Lambirt, William P. Wilson. 1983. Personality Difference Between High And Low Electronic Video Game Users. **Journal of Psychology**. c. 114. s. 2: 159-165.
- Griffiths, Mark. D. 1991. Amusement Machine Playing In Childhood And Adolescence: A Comparative Analysis Of Video Games And Fruit Machines. **Journal of Adolescence**. c. 14. s. 1: 53-73.
- _____. 1995. Technological Addictions. **Clinical Psychology Forum**. c.76: 14-19.
- _____. 1997. Computer Game Playing In Early Adolescence. **Youth & Society**. c. 29. s.2: 223-237.

- _____. 2000. Does Internet And Computer Addiction Exist? Some Case Study Evidence. **CyberPsychology and Behavior**. c. 3. s. 2: 211-218
- _____. 2008. Diagnosis And Management Of Video Game Addiction. **New Directions in Addiction Treatment and Prevention**. c.12: 27–41.
- _____. 2010. The Role Of Context in Online Gaming Excess And Addiction: Some Case Study Evidence. **International Journal of Mental Health Addiction**. c. 8. s.1: 119–125.
- Griffiths, Mark. D., Diara J. Kuss, Zsolt Demetrovics. 2014. Social Networking Addiction: An Overview of Preliminary Findings. *İçinde Behavioral addictions*. 119-141. Academic Press.
- Griffiths, Mark. Diara J. Kuss, D., Daniel L King. 2012. Video Game Addiction: Past, Present and Future. **Current Psychiatry Reviews**. c. 8. s. 4: 308-318
- Griffiths, Mark D., Mark NO Davies. 2005. Does Video Game Addiction Exist? **J. Goldstein, & J. Raessens içinde, Handbook of Computer Game Studies**. 359-368. Boston: MIT Press.
- Griffiths, Mark D., Mark N.O. Davies, Darren Chappell. 2004. Demographic Factors And Playing Variables In Online Computer Gaming. **Cyber Psychology and Behavior**. c. 7. s. 4: 479-487.
- _____.2003. Breaking The Stereotype: The Case of Online Gaming. **CyberPsychology & Behavior**. c. 6. s. 1: 81-91
- Griffiths, Mark D., Nigel Hunt. 1995. Computer Game Playing In Adolescence: Prevalence and Demographic Indicators. **Journal of Community & Applied Social Psychology**. c. 5. s. 3: 189-193.
- _____.1998. Dependence On Computer Games By Adolescents. **Psychological Reports**. c. 82. s. 2: 475-480.
- Grüsser, Sabine M., Ralf Thalemann, Ulrike Albrecht, Carolin N. Thalemann. 2005. Excessive Computer Usage In Adolescents--Results of A Psychometric Evaluation. **Wien Klin Wochenschr**. c. 117 s. 5-6:188-195.
- Gök, Fatma. 2017. Lise Öğrencilerinde Akran Zorbalığına Maruz Kalma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Anne-Babaya Duygusal Erişilebilirlik. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gupta, Rina, Derevensky, Jeffrey L.1996. The Relationship Between Gambling And Video-Game Playing Behavior In Children And Adolescents. **Journal Of Gambling Studies**. c. 12. s. 4: 375-394.
- Haagsma, Maria C., Daniel L. King, Marcel E. Pieterse, Oscar Peters. 2013. Assessing Problematic Video Gaming Using The Theory of Planned Behavior: A Longitudinal Study of Dutch Young People. **International Journal Of Mental Health And Addiction**, c. 11. s. 2, 172-185.

- Han, Doug Hyun, Young Sik Lee, Churl Na, Jee Young Ahn, Un Sun Chung, Melissa A.Daniels, Charlotte A.Haws, Perry F.Renshaw. 2009. The Effect Of Methylphenidate On Internet Video Game Play In Children With Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. **Comprehensive Psychiatry**. c. 50. s. 3: 251-256.
- Han, Doug Hyun, Sun Mi Kim, Young Sik Lee, Perry F. Renshaw. 2012. The Effect of Family Therapy on The Changes In The Severity of On-Line Game Play and Brain Activity In Adolescents With On-Line Game Addiction. **Psychiatry Research: Neuroimaging**, c. 202. s. 2: 126-131.
- Han, Doug Hyun, In Kyoon Lyoo, and Perry F. Renshaw. 2012. Differential Regional Gray Matter C.s In Patients With On-Line Game Addiction And Professional Gamers. **Journal Of Psychiatric Research** c. 46. s. 4: 507-515.
- Hauge, Marny R., Douglas A. Gentile. 2003.Video Game Addiction Among Adolescents: Associations With Academic Performance and Aggression. **Society for Research in Child Development Conference**. Tampa, FL. Nisan.
- Hoeft, Fumiko, Christa L.Watson, Shelli R.Kesler, Keith E.Bettinger, Allan L.Reiss. 2008. Gender Differences in The Mesocorticolimbic System During Computer Game-Play. **Journal Of Psychiatric Research**. c. 42. s. 4: 253-258.
- Hootsuite [18.02.2019]. Digital 2019: Turkey. <https://datareportal.com/reports/digital-2019-turkey?rq=turkey>
- House, James S. and Robert L. Kahn. 1985. Measures And Concepts Of Social Support. **İçinde Sheldon Cohen ve S. Leonard Syme (eds.). Social Support and Health**. 83-108. San Diego, CA, US: Academic Press.
- Hsu, Shang Hwa, Ming-Hui Wen, Muh-Cherng Wu. 2009. Exploring User Experiences As Predictors Of MMORPG Addiction. **Computers & Education** c.53. s:3 990-999.
- Hsu, Chin-Lung, Hsi-Peng Lu. 2004. Why Do People Play On-Line Games? An Extended TAM With Social Influences And Flow Experience. **Information & Management**. c. 41. s. 7: 853-868.
- Huang Zheng, Mo Wang, Mingyi Qian, Jie Zhong, Ran Tao. 2007. Chinese Internet Addiction Inventory: Developing A Measure Of Problematic Internet Use For Chinese College Students. **Cyberpsychol Behavior**. c. 10. s. 6: 805–811.
- Hürçan, Sabriye Ece. 2018. Ebeveynlik Stilleri İle Sosyal Fobi Arasındaki İlişkinin Temel Psikolojik İhtiyaçların Karşılama Düzeyine Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Hyun, Gi Junga, Doug Hyun Han, Young Sik Lee, Kyoung Doo Kang, Seo Koo Yoo, Un-Sun Chung, Perry F.Renshaw. 2015. Risk Factors Associated With Online Game Addiction: A Hierarchical Model. **Computers In Human Behavior**. c. 48: 706-713.

- İlgaz, Hale. 2015. Ergenler İçin Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlama Çalışması. **İlköğretim Online**. c. 14. s.3: 874-884.
- İlhan, Tahsin. 2009. Üniversite Öğrencilerinin Benlik Uyumu Modeli: Yaşam Amaçları, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ve Öznel İyi Oluş. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- İskender, Ali. 2018. Boş Zamanda Sıkılma Algısı İle Üniversite Öğrencilerinin Riskli Davranışları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesinde Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Araçlarının Rolü. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Kwon, Jung Hye, Jung-Suk Jung, Jung Hyon Lee. 2011. The Effects Of Escape From Self And Interpersonal Relationship On The Pathological Use Of Internet Games Community. **Mental Health Journal**. c. 47. s. 1: 113-121.
- Jeong, Eui Jun, Doo Hwan Kim. 2011. Social activities, self-efficacy, game attitudes, and game addiction. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**. c. 14. s. 4: 213–221.
- Jeong, M. 2012. Effects Of Adlerian Group Counseling On Reducing Children's Internet Addiction And Cyber Delinquency. **The Korean Journal of Counseling**. c. 24: 533-553.
- Jing, Zhao, Wang Weiping, and Xu Yong. 2010. Effects Of Cognitive Behavioral Training On College Students With Internet Addiction Disorder. **China Journal of Health Psychology**. c.7: 855-857.
- Kaess, Michael, Peter Parzer, Laura Mehl, Luisa Weil, Esther Strittmatter, Franz Resch, Julian Koenig. 2017. Stress Vulnerability In Male Youth With Internet Gaming Disorder. **Psychoneuroendocrinology**. c. 77: 244-251.
- Kahriman, İlknur. 2002. Adölesanlarda Aile ve Arkadaşlardan Algılanan Sosyal Destek İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Karaca, Semra, Ceren Gök, Ebru Kalay, Mahmut Başbuğ, Melis Hekim, Nevin Onan, Gül Ünsal Barlas. 2016. Ortaokul Öğrencilerinde Bilgisayar Oyun Bağımlılığı ve Sosyal Anksiyetenin İncelenmesi. **Clinical Experimental Health Sciences**. c. 6. s. 1: 14-19.
- Karademas, Evangelos C. 2006. Self-Efficacy, Social Support And Well-Being: The Mediating Role Of Optimism. **Personality And Individual Differences**. c. 40. s. 6: 1281-1290.
- Karaer, Yusuf. 2018. Patolojik İnternet Kullanımı Olan Ergenlerde Anne Baba Tutumları, Algılanan Sosyal Destek Ve Duygu Düzenleme Becerileri. Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Kardefelt-Winther, Daniel, Alexandre Heeren, Adriano Schimmenti, Antonius van Rooij, Pierre Maurage, Michelle Carras, Johan Edman, Alexander Blaszczynski, Yasser Khazaal, Joël Billieux. 2017. How Can We

Conceptualize Behavioural Addiction Without Pathologizing Common Behaviours? **Addiction**. c. 112. s. 10: 1709-1715.

Kartal, Beyazıt. [18.02.2019]. Oyun Başında En Fazla Vakit Geçiren 3. Ülkeyiz. <https://www.webtekno.com/carpici-istatistik-oyun-basinda-en-fazla-vakit-geciren-3-ulkeyiz-h60910.html>

Kasser, Tim, Richard M. Ryan. 1996. Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals. **Personality and social psychology bulletin**. c. 22. s.3: 280-287.

Kaya, Hava. 2015. Hemşirelerin Temel Psikolojik İhtiyaçları Ve Etkileyen Faktörler. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Keepers, George A. 1990. Pathological Preoccupation With Video Games. **Journal of The American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**. c. 29. s.1: 49-50.

Keser, Hafize, Esgü, Necmi. 2012. An Analysis of Self-Perceptions of Elementary School Students in Terms of Computer Game Addiction. **Procedia - Social and Behavioral Sciences**. c. 46: 247-251.

Kesici, Şahin. 2008. Yeni psikolojik ihtiyaç değerlendirme ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması doğrulayıcı faktör analizi sonuçları. **Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi** c.20: 493-500.

Kesici, Şahin, Ömer Üre, Hasan Bozgeyikli, A. Murat Sünbül. 2003. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliği. VII. Ulusal PDR Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, İnönü Üniversitesi, 09-11 Temmuz 2003. Malatya.

Kim, Jong-Un. 2008. The Effect Of A R/T Group Counseling Program On The Internet Addiction Level And Self-Esteem Of Internet Addiction University Students **International Journal of Reality Therapy**. c. 27. s. 2: 4-12.

Kim, Sun Mi, Doug Hyun Han, Young Sik Lee, Perry F. Renshaw. 2012. Combined Cognitive Behavioral Therapy And Bupropion For The Treatment Of Problematic On-Line Game Play In Adolescents With Major Depressive Disorder. **Computers In Human Behavior**. c. 28. s. 5: 1954-1959.

Kim, Min Gyu, Joohan Kim. 2010. Cross-Validation Of Reliability, Convergent And Discriminant Validity For The Problematic Online Game Use Scale. **Computers In Human Behavior**. c. 26. s. 3: 389-398.

Kim, Na Ri, Samuel Suk-Hyun Hwang, Jung-Seok Choi, Dai-Jin Kim, Zolt Demetrovics, Orsolya Király, Katalin Nagygyörgy, Mark. D. Griffiths, So Yeon Hyun, Hyun Chul Youn, Sam-Wook Choi. 2016. Characteristics And Psychiatric Symptoms Of Internet Gaming Disorder Among Adults Using Self-Reported DSM-5 Criteria. **Psychiatry Investigation**. c. 13. s. 1: 58-66.

- Kim, Eun Joo, Kee Namkoong, Taeyun Ku, Se Joo Kim. 2008. The Relationship Between Online Game Addiction And Aggression, Self-Control And Narcissistic Personality Traits. **European Psychiatry**. c. 23. s. 3: 212-218.
- King, Daniel L., Paul H. Delfabbro. 2014. The cognitive psychology of Internet gaming disorder. **Clinical psychology review**. c. 34. s. 4: 298-308.
- _____. 2009. Motivational differences in problem video game play. **Journal of Cybertherapy and Rehabilitation**. c. 2. s. 2: 139-149.
- _____. 2009b. Understanding and assisting excessive players of video games: A community psychology perspective. **Australian Community Psychologist**. c. 21. s. 1: 62-74.
- _____. 2018. **Internet gaming disorder: theory, assessment, treatment, and prevention**. Academic Press.
- King, Daniel L., Paul H. Delfabbro, Anise M.S.Wu, Young Yim Doh, Daria J.Kuss, Ståle Pallesen, Rune Mentzoni, Natacha Carragher, Hiroshi Sakuma. 2017. Treatment Of Internet Gaming Disorder: An International Systematic Review And CONSORT Evaluation. **Clinical Psychology Review**. c. 54: 123-133
- Király, Orsolya, Pawel Slecza, Halley M. Pontes, Róbert Urbán, Mark D. Griffiths, Zsolt Demetrovics. 2017. Validation Of The Ten-Item Internet Gaming Disorder Test IGDT-10 And Evaluation Of The Nine DSM-5 Internet Gaming Disorder Criteria. **Addictive Behaviors**. c. 64: 253-260.
- Király, Orsolya, Katalin Nagygyörgy, Mark D. Griffiths, Zsolt Demetrovics. 2014. Problematic Online Gaming. **İçinde Behavioral Addictions Criteria, evidence, and treatment**. Academic Press: 61-97
- Klein, Martin. H. 1984. The Bite of Pac-man. **The Journal of Psychohistory**. c. 11. s. 3: 395-401.
- Ko, Chih-Hung, Gin-Chung Liu, Sigmund Hsiao, Ju-Yu Yen, Ming-Jen Yang, Wei-Chen Lin, Chen-Fang Yen, Cheng-Sheng Chen. 2009. Brain Activities Associated With Gaming Urge Of Online Gaming Addiction. **Journal of Psychiatric Research**. c. 43. s. 7: 739-747
- Ko, Chih-Hung, Ju-Yu Yen, Cheng-Chung Chen, Sue-Huei Chen, Cheng-Fang Yen. 2005. Gender Differences And Related Factors Affecting Online Gaming Addiction Among Taiwanese Adolescents. **The Journal of Nervous and Mental Disease**. c. 193. s.4: 273–277.
- Kurt, Uluhan. 2016. Ortaokul Öğrencilerinin Fen Bilimleri Dersindeki Temel Psikolojik İhtiyaçları: Öğrenci Katılımı Ve Öğrenci Algılarına Göre Ailenin Rolü. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Kuss, Daria Joanna. 2013. Internet Gaming Addiction: Current Perspectives. **Psychology Research And Behavior Management**. c. 6: 125.

- Kuss, Daria Joanna, Mark D. Griffiths. 2012. Internet Gaming Addiction: A Systematic Review Of Empirical Research. **International Journal of Mental Health and Addiction**. c.10. s. 2: 278-296.
- Kuss, Daria Joanna, Jorik Louws, Reinout W. Wiers. 2012. Online Gaming Addiction? Motives Predict Addictive Play Behavior In Massively Multiplayer Online Role-Playing Games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. c. 15. s. 9: 480-485.
- Kuczmierczyk, Andrzej R., Page B. Walley, Karen S. Calhoun. 1987. Relaxation Training, In Vivo Exposure And Response-Prevention In The Treatment of Compulsive Video-Game Playing. **Cognitive Behaviour Therapy**, c. 16. s. 4: 185-190.
- La Guardia, Jennifer G., Heather Patrick. 2008. Self- Determination Theory As A Fundamental Theory Of Close Relationships. **Canadian Psychology**. c. 3: 201-209.
- Lakey, Brain. 2007. Social Support And Social Integration. İçinde M. Gerrard and K.D. McCaul, (Eds.), **Health Behavior Constructs and Measures**. National Cancer Institute.
https://cancercontrol.cancer.gov/brp/research/constructs/social_support.pdf [06.03.2019].
- Lakey, Brian, Sheldon Cohen. 2000. Social Support Theory And Measurement. İçinde S. Cohen, L. G. Underwood, & B. H. Gottlieb (Eds.), **Social Support Measurement and Intervention: A Guide For Health and Social Scientists**. 29-52. New York: Oxford University Press.
- Lee, Jeong Hwa, and Chong Nak Son. 2008. The Effects Of The Group Cognitive Behavioral Therapy On Game Addiction Level, Depression And Self-Control Of The High School Students With Internet Game Addiction. **Korean Journal of Stress Research**. c.16: 409-418.
- Lemmens, Jeroen S., Patti M. Valkenburg, Jochen Peter. 2009. Development And Validation Of A Game Addiction Scale For Adolescents. **Media Psychology**. c. 12. s. 1: 77-95.
- _____. 2001. Psychosocial Causes And Consequences Of Pathological Gaming. **Computers in Human Behavior**. c. 27. s. 1: 144-152.
- Lemmens, Jeroen S., Stefan J.F. Hendriks. 2016. Addictive Online Games: Examining the Relationship Between Game Genres and Internet Gaming Disorder. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**. c.19. s.4: 270-276.
- Lenhart, Amanda, Lee Rainie, Aaron Smith, Monica Anderson, Maeve Duggan, Andrew Perrin, Kim Parker, Eileen Patten, Anna Brown, Seth Motel, Ana Gonzalez-Barrera, Margaret Porteus, Shannon Greenwood, Aleksandra Sandstrom. 2015. Teens, Technology and Friendships. **Pew Research Center**.

- Lepore, Stephen J., Gary W. Evans, Margaret L. Schneider. 1991. Dynamic Role Of Social Support in The Link Between Chronic Stress And Psychological Distress. **Journal of Personality and Social Psychology**. c. 61. s. 6: 899-909.
- Li, Dongping, Wenhua Zhang, Xian Li, Yueyue Zhou, Liyan Zhao, Yanhui Wang. 2016. Stressful Life Events And Adolescent Internet Addiction: The Mediating Role Of Psychological Needs Satisfaction And The Moderating Role Of Coping Style. **Computers in Human Behavior**. c. 63: 408-415.
- Li, Huanhuan, Su Wang. 2013. The Role Of Cognitive Distortion in Online Game Addiction Among Chinese Adolescents. **Children and youth services review** c. 35. s.9: 1468-1475.
- Liu, Qin-Xue, Xiao-Yi Fang, Ni Yan, Zong-Kui Zhou, Xiao-Jiao Yuan, J. S. Lan, Chao-Ying Liu. 2015. Multi-Family Group Therapy For Adolescent Internet Addiction: Exploring The Underlying Mechanisms. **Addictive Behaviors**. c. 42: 1-8.
- Matsumoto, David. 2009. **The Cambridge Dictionary of Psychology**. UK: Cambridge University Press.
- Meerkerk Gert-Jan, Regina J. J. M. Van Den Eijnden, Ad A. Vermulst, Henk F. L. Garretsen. 2009. The Compulsive Internet Use Scale CIUS: Some Psychometric Properties. **Cyberpsychology & Behavior**. c. 12. s. 1: 1-6.
- Morlock, Henry, Todd Yando, Karen Nigolean. 1985. Motivation Of Video Game Players. **Psychological Reports**. c. 57. s. 1: 247-250.
- Müller, Kai W., Mari Janikian, Michael Dreier, Klaus Wölfling, Manfred E. Beutel, Chara Tzavara, Clive Richardson, Artemis Tsitsika. 2015. Regular Gaming Behavior And Internet Gaming Disorder in European Adolescents: Results From A Cross-National Representative Survey Of Prevalence, Predictors, And Psychopathological Correlates. **European Child & Adolescent Psychiatry**. c. 24. s. 5: 565-574.
- NewZoo. [28.03.2018]. The Turkish gamer | 2017
<https://newzoo.com/insights/infographics/the-turkish-gamer-2017/>
- Ng, Brian D., Peter M. Wiemer-Hastings. 2005. Addiction To The Internet And Online Gaming. **Cyberpsychology & Behavior**. c. 8. s. 2: 110-113.
- Niemiec, Christopher P., Martin F. Lynch, Maarten Vansteenkiste, Jessey Bernstein, Edward L. Deci, Richard M. Ryan. 2006. The Antecedents and Consequences of Autonomous Self-Regulation for College: A Self-Determination Theory Perspective on Socialization. **Journal of Adolescence**. c. 29. s. 5: 761-775.
- Norris, Fran H., Krzysztof Kaniasty. 1996. Received And Perceived Social Support in Times Of Stress: A Test Of The Social Support Deterioration Deterrence Model. **Journal of Personality and Social Psychology**. c. 71. s. 3: 498-511.
- Oğuzdoğan, Burcu. 2017. Üniversite Öğrencilerinde Duygu Düzenleme, Baş Etme Stratejileri, Algılanan Sosyal Destek ve Alkol/Esrar Bağımlılığı Riski

Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Okay, Seçil. 2012. Meslek Lisesi Öğrencilerinin Okul Dışı Zamanlarını Değerlendirme Şekilleri ve Değerlendirme Şekillerini Etkileyen Faktörler. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Oliver, Mary Beth, Nicholas David Bowman, Julia K. Woolley, Ryan Rogers, Brett I. Sherrick. 2015. Video Games As Meaningful Entertainment Experiences. **Psychology of Popular Media Culture**. c. 5. s. 4: 390-405.

Orman, Yasin. 2016. Lise Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek İle Psikolojik Dayanıklılık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Başakşehir Örneği. Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Ögel, Kültegin. 2012. **İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak**. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Öztosun, Ali. 2018. Ergenlerde Algılanan Sosyal Destek Ve Sosyal Dışlanma Deneyimlerinin İnternet Bağımlılığını Yordayıcılığı. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Özyeşer-Cinel, Nur. 2006. Farklı Sosyo Ekonomik Düzeydeki 3-6 Yaş Çocuğu Olan Anne Babaların Oyuncak Ve Oyun Materyalleri Hakkındaki Görüşlerinin Ve Bu Yaş Grubu Çocukların Sahip Oldukları Oyuncak Ve Oyun Materyallerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Papacharissi, Zizi, Alan M. Rubin. 2000. Predictors of Internet Use. **Journal of Broadcast Electron Media**. c. 44. s. 2: 175-196.

Park, Jeongha, Young Sik Lee, Bung-Nyun Kim, Jae Hoon Cheong, Doug Hyun Han. 2013. The Factors For The Aggression In Patients With On-Line Game Addiction: Behavioral Inhibition/Activation System And Comorbid Disease. **Journal of Korean Neuropsychiatric Association**. c. 52. s. 2: 84-90

Parsons, Jeffrey Michael. 2005. An Examination Of Massively Multiplayer Online Role-Playing Games As A Facilitator Of Internet Addiction. PhD Dissertations. University of Iowa

Petry, Nancy M., Florian Rehbein, Douglas A. Gentile, Jeroen S. Lemmens, Hans-Jürgen Rumpf, Thomas Möble, Gallus Bischof, Ran Tao, Daniel S. S. Fung, Guilherme Borges, Marc Auriacombe, Angels González Ibáñez, Philip Tam, Charles P. O'Brien. 2014. An International Consensus For Assessing Internet Gaming Disorder Using The new DSM-5 Approach. **Addiction**. c. 109. s.9: 1399-1406.

Phillips, Carol A., Susan Rolls, Andrew Rouse, Mark D.Griffiths. 1995. Home Video Game Playing In Schoolchildren: A Study Of Incidence And Patterns Of Play. **Journal of Adolescence**. c. 18. s. 6: 687-691.

- Pontes, Halley M., Mark D. Griffiths. 2014. Assessment of Internet Gaming Disorder In Clinical Research: Past And Present Perspectives. **Clinical Research and Regulatory Affairs**. c. 31. s. 2-4: 35-48.
- Pontes, Halley M., Mirna Macur, and Mark D. Griffiths. 2016. Internet Gaming Disorder Among Slovenian Primary Schoolchildren: Findings From A Nationally Representative Sample Of Adolescents. **Journal Of Behavioral Addictions**. c. 5. S.2: 304-310.
- Pontes, Halley M., Orsolya Király, Zsolt Demetrovics, Mark D. Griffiths. 2014. The Conceptualisation And Measurement Of DSM-5 Internet Gaming Disorder: The Development Of The IGD-20 Test. **PLoS One**. c. 9. s. 10: e110137.
- Procidano, Marry E., Kenneth Heller. 1983. Measures Of Perceived Social Support From Friends And From Family: Three Validation Studies. **American Journal Of Community Psychology**. c. 11. s.1: 1-24.
- Przybylski, Andrew K., C. Scott Rigby, Richard M. Ryan. 2010. A Motivational Model Of Video Game Engagement. **Review Of General Psychology**. c. 14. s. 2: 154-166.
- Przybylski, Andrew K., Netta Weinstein, C. Scott Rigb, Richard M. Ryan. 2009. Having To Versus Wanting To Play: Background And Consequences Of Harmonious Versus Obsessive Engagement in Video Games. **CyberPsychology & Behavior**, c. 12: 485–492.
- Przybylski, Andrew K., Netta Weinstein, Kou Murayama, Martin F. Lynch, Richard M. Ryan. 2012. The Ideal Self At Play: The Appeal Of Video Games That Let You Be All You Can Be. **Psychological Science**. c. 23. s.1: 69-76.
- Rehbein Florian, Matthias Kleimann, Thomas Mößle. 2010. Prevalence and Risk Factors of Video Game Dependency in Adolescence: Results of A German Nationwide Survey. **Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking**. c. 13. s. 1: 269–277.
- Rehbein, Florian, Dirk Baier. 2013. Family-, Media-, And School-Related Risk Factors Of Video Game Addiction. **Journal of Media Psychology**. c. 25. s. 3: 118-128
- Rosenfeld, Lawrence B., Jack M. Richman. 1997. Developing Effective Social Support: Team Building and The Social Support Process. **Journal of Applied Sport Psychology**. c. 9. s. 1: 133-153
- Ryan, Richard M., Edward L. Deci. 2000. Self-Determination Theory And The Facilitation Of Intrinsic Motivation, Social Development, And Well-Being. **American Psychologist**. c. 55: 68-78.
- _____. 2017. **Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness**. Guilford Publications

- Ryan, Richard M., John H. Lynch. 1989. Emotional Autonomy Versus Detachment: Revisiting The Vicissitudes Of Adolescence And Young Adulthood. **Child Development**. c. 60: 340-356.
- Ryan, Richard M., C. Scott Rigby, Andrew Przybylski. 2006. The Motivational Pull of Video Games: A Self-Determination Theory Approach. **Motivation and Emotion**. c. 30. s. 4: 344-360.
- Sarason, Irwin G., Henry M. Levine, Robert B. Basham, Barbara R. Sarason 1983. Assessing Social Support: The Social Support Questionnaire. **Journal Of Personality and Social Psychology**. c. 44. s. 1: 127-139.
- Sarğın, Kemal. 2018. Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokullarında Görev Yapan Öğretim Elemanlarının Temel Psikolojik İhtiyaçları İle Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. Doktora Tezi Atatürk Üniversitesi Kış Sporları Ve Spor Bilimleri Enstitüsü
- Saunders, John Michael, Wei Hao, Jiang Long, Daniel L. King, Karl F. Mann, Mira Fauth-Bühler, Hans-Juergen Rumpf, Henrietta Bowden-Jones, Thomas Wai-Hung Chung, Elda Chan, Norharlina Bahar, Sophia Achab, Hae Kook Lee, Marc N. Potenza, Nancy M Petry, Daniel Tormaim Spritzer, Atul Ambekar, Jeffrey L. Derevensky, Mark D. Griffiths, Halley M. Pontes, Daria J. Kuss, Susumu Higuchi, Satoko Mihara, Sawitri Assangangkornchai, Manoj Kumar Sharma, Ahmad El Kashef, Patrick Ip, Michael Farrell, Emanuele Scafato, Natacha Carragher, Vladimir Poznyak. 2017. Gaming Disorder: Its Delineation As An Important Condition For Diagnosis, Management, And Prevention. **Journal of Behavioral Addictions**. c. 6. s. 3: 271-279.
- Saunders, John B. 2017. Substance Use And Addictive Disorders in DSM-5 And ICD 10 And The Draft ICD 11. **Current Opinion in Psychiatry**. c. 30. s. 4: 227-237.
- Seay, A. Fleming, Robert E. Kraut. 2007. Project Massive: Self-Regulation And Problematic Use Of Online Gaming. **Proceedings Of The SIGCHI Conference On Human Factors In Computing Systems**. ACM,. 829-838 April 28- May 3. San jose. CA .USA
- Selnow, Gary W. 1984. Playing Video Games: The Electronic Friend. **Journal of Communication**. c. 34. s. 2: 148-156.
- Sever, Gökcan. 2015. Lise Öğrencilerinin Madde Kullanma Eğilimlerinin Algılanan Sosyal Destek Ve Riskli Davranışlarla İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Scerri, Matthew, Alastair Anderson, Vasileios Stavropoulos, Elwin Hu. 2018. Need Fulfilment And Internet Gaming Disorder: A Preliminary Integrative Model. **Addictive Behaviors Reports**. In Press
- Sherry, John, Kristen Lucas. 2003. Video Game Uses And Gratifications As Predictors of Use And Game Preference. **The Annual Conference Of The International Communication Association, 27 Mayıs 2003**. San Diego: CA: 213-224

- Siitonen, Marko. 2007. Social Interaction In Online Multiplayer Communities. **Jyvaskyla Studies in Humanities**. 74.
- Skoric, Marko M., Linda Lay Ching Teo, Rachel Lijie Neo. 2009. Children And Video Games: Addiction, Engagement, And Scholastic Achievement. **Cyberpsychology & Behavior**. c. 12. s. 5: 567-572.
- Soper, W. Barlow, Mark J. Miller. 1983. Junk-Time Junkies: An Emerging Addiction Among Students. **The School Counselor**. c. 31. s.1: 40-43.
- Steinkuehler, Constance, Dimitri Williams. 2006. Where Everybody Knows Your (Screen) Name: Online Games As 'Third Places' **Journal of Computer-Mediated Communication**. c. 11. s. 4: 885-909.
- Stetina Birgit U., Oswald D.Kothgassner, Mario Lehenbauer, Ilse Kryspin-Exner. 2011. Beyond The Fascination Of Online-Games: Probing Addictive Behavior And Depression In The World Of Online-Gaming. **Computers in Human Behavior**. c. 27. s.1: 473-479.
- Stokes, Joseph P. 1985. The Relation of Social Network and Individual Difference Variables to Loneliness. **Journal of Personality and Social Psychology**. c. 48. s. 4: 981-990.
- Şahin, Cengiz, Veysel Murat Tuğrul. 2012. İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. **Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks**. c. 4. s. 3: 115-130.
- Şahin, E. Sedat. 2007. Psikolojik İhtiyaçları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şahin, E. Sedat, Fidan Korkut-Owen. 2009. Psikolojik İhtiyaçları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri. **Türk PDR Dergisi**. c. 4 s. 32: 64-74.
- Taechoyotin, Pawan, P. Tongro, P. Piyaraj. 2018. Prevalence And Associated Factors Of Internet Gaming Disorder Among Secondary School Students in Chachoengsao Province, Thailand. **Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique**. c. 66 s. 5: S419.
- Tamborini, Ron, Nicholas David Bowman, Allison Eden, Matthew Grizzard, Ashley Organ. 2010. Defining Media Enjoyment As The Satisfaction Of Intrinsic Needs. **Journal of Communication**. c. 60. s.4: 758.
- Tanrıverdi, Selami. 2012. Ortaöğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle Algılanan Sosyal Destek Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tassi, Paul. [10.02.2019]. Believe It Or Not, 'Pokémon Go' Has 65 Million Monthly Active Players.
<https://www.forbes.com/sites/insertcoin/2017/04/05/believe-it-or-not-pokemon-go-has-65-million-monthly-active-players/#440395d6121d>

- Tatarlı, Sinem. 2015. Bazı Kişisel Özellikleri Ve Sosyal Destek Algıları Farklı Olan Ergenlerin Temel Psikolojik İhtiyaçları. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Taysi, Ebru. 2000. Benlik Saygısı, Aile ve Arkadaşlardan Sağlanan Sosyal Destek: Üniversite Öğrencileriyle Yapılan Bir Çalışma. Yüksek Lisans Tezi. Ankara. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Taş, İbrahim, Halime Eker, Gazanfer Anlı. 2014. Orta Öğretim Öğrencilerinin İnternet Ve Oyun Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. **Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying**. c. 1. s. 2: 37-57.
- Taşdemir, Nüzhet Özlem. 2016. Gençlerde Algılanan Sosyal Destek Ve Yalnızlık Duygusunun İnternet Kullanımına Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans. Tezi Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Terzi, Şerife. 2008. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları Ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. c. 3. s. 29: 1-11. Binark, M Ve Sütçü, G; Dijital Oyun, Kalkedon Yayınları, İstanbul, 2008.
- Timuroğlu, Ezgi. 2018. İş Yaşamında Temel Psikolojik İhtiyaçların Duygulanım, Anksiyete Ve Depresyon İle İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Torres-Rodríguez, Alexandra, Mark D. Griffiths, Xavier Carbonell. 2018. The Treatment of Internet Gaming Disorder: A Brief Overview Of The PIPATIC Program. **International Journal of mental health and addiction**. c. 16. s. 4: 1000-1015.
- Toker, Sacip, Meltem Huri Baturay. 2016. Antecedents And Consequences Of Game Addiction. **Computers in Human Behavior**. c. 55: 668-679.
- Taş, Zeliha, Emel Arslan. 2013. Ergenlerde Sosyal Yetkinliğin, Algılanan Sosyal Destek Açısından İncelenmesi. **İlköğretim Online**. c.12. s. 4: 1133-1140
- Tsai, Chin-Chung, and Sunny SJ Lin. 2003. Internet Addiction Of Adolescents in Taiwan: An Interview Study. **CyberPsychology & Behavior**. c. 6. s. 6: 649-652.
- Turner, Nigel E., Angela Paglia-Boak, Bruce Ballon, Joyce T. W. Cheung, Edward M. Adlaf, Joanna Henderson, Vincy Chan, Jürgen Rehm, Hayley Hamilton, Robert E. Mann. 2012. Prevalance Of Problematic Video Gering Among Ontario Adolescents. **International Journal of Mental Health and Addiction**. c. 10. s. 6: 877-889.
- Van Rooij, Antonius J., Daria J. Kuss, Mark D. Griffiths, Gillian W. Shorter, Tim M. Schoenmakers, and Dike Van De Mheen. 2014. The Co-Occurrence Of Problematic Video Gaming, Substance Use, And Psychosocial Problems in Adolescents. **Journal of Behavioral Addictions**. c.3. s.3: 157-165.

- Varol-Afo, Larissa. 2018. Yalnızlık, Utangaçlık, Algılanan Sosyal Destek Ve Yaşam Doyumunun Problematik İnternet Kullanımı İle İlişkisi. Yüksek Lisans. Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Wallerstein, Judith. S. 1983. Children Of Divorce: The Psychological Tasks Of The Child. *American Journal of Orthopsychiatry*. c. 53. s. 2: 230-243.
- Wan, Chin-Sheng, and Wen-Bin Chiou. 2006. Why Are Adolescents Addicted To Online Gaming? An Interview Study in Taiwan. **CyberPsychology & Behavior**. c. 9. s. 6: 762-766.
- Wang, Ziliang, Hu Yanbo, Zheng Hui, Yuan Kai, Du Xiaoxia, Dong Guangheng. 2018. Females are more vulnerable to Internet gaming disorder than males: Evidence from cortical thickness abnormalities. **Psychiatry Research: Neuroimaging**. c. 283: 145-153
- Wang, Chong-Wen, Cecilia L. W. Chan, Kwok-Kei Mak, Sai-Yin Ho, Paul W. C. Wong, Rainbow T. H. Ho. 2014. Prevalence And Correlates Of Video And Internet Gaming Addiction Among Hong Kong Adolescents: A Pilot Study. **The Scientific World Journal**. c. 2014: 1-9.
- Wang, Hee Ryung, Hyun Cho, and Dai-Jin Kim. 2018. Prevalence And Correlates Of Comorbid Depression In A Nonclinical Online Sample With DSM-5 Internet Gaming Disorder. **Journal of Affective Disorders**. c. 226: 1-5.
- Williams, Geoffrey C., Viking A. Hedberg, Elizabeth M. Cox, Edward L. Deci. 2000. Extrinsic Life Goals and Health-Risk Behaviors in Adolescents. **Journal of Applied Social Psychology**. c. 30 s. 8: 1756-1771
- Wolf, Mark J. P. 2007. **The Video Game Explosion: A History from PONG to Playstation and Beyond**
https://books.google.com.tr/books?id=XiM0ntMybNwCveprintsec=frontcovervehl=trvesource=gbs_ge_summary_rvecad=0#v=onepageveqvef=false
 [26.03.2018]
- Wölfling, Klaus., Manfred E. Beutel, Michael Dreier, Kai W. Müller. 2014. Treatment Outcomes In Patients With Internet Addiction: A Clinical Pilot Study On The Effects Of A Cognitive-Behavioral Therapy Program. **BioMed Research International**. c. 2014: 1-8.
- Wu, Xianhua, Xinguang Jim Chen, Juan Han, Heng Meng, Jianghong Luo, Liesl A. Nydegger, Hanrong Wu. 2013. Prevalence And Factors Of Addictive Internet Use Among Adolescents in Wuhan, China: Interactions Of Parental Relationship With Age And Hyperactivity-Impulsivity. **PloS One**. c. 8. s. 4: e61782.
- Xie, Xiaochun, Yuhui Wang, Pengcheng Wang, Fengqing Zhao, Li Leib. 2018. Basic Psychological Needs Satisfaction And Fear Of Missing Out: Friend Support Moderated The Mediating Effect Of Individual Relative Deprivation. **Psychiatry research**. c. 268: 223-228.

- Yalçın Irmak, Aylin, Semra Erdoğan. 2015. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe Formunun Geçerliliği ve Güvenilirliği. **Anadolu Psikiyatri Dergisi**. c. 16. s. Özel sayı 1: 10-18.
- Yarkın, Eda. 2013. Temel Psikolojik İhtiyaçların Karşılama Düzeyinin İlişki Doyum Ve Yaşam Doyum Düzeyine Katkısının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yasul, Yavuz. 2016. Öğrencilerin Temel Psikolojik İhtiyaçlarının Bazı Değişkenlere göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Yee, Nick. 2006. The psychology of massively multi-user online role-playing games: Motivations, emotional investment, relationships and problematic usage. **İçinde: Schroeder R., Axelsson AS. (eds) Avatars at Work and Play.** Springer, Dordrech: 187-207.
- _____.2006b. Motivations For Play in Online Games. **Cyberpsychology & Behavior**. c. 9 s. 6: 772- 775.
- Yeh, Yu-Chun, Huei-Chen Ko, Jo Yung-Wei Wu, Chung-Ping Cheng. 2008. Gender Differences In Relationships Of Actual And Virtual Social Support To Internet Addiction Mediated Through Depressive Symptoms Among College Students In Taiwan. **CyberPsychology & Behavior**. c. 11. s. 4: 485-487.
- Yeşilyurt, Ferahim. 2014. Ergenlerin Çevrim İçi Oyunlardaki Deneyimleri Ve Oyuna İlişkin Tutumlarının İncelenmesi. Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yeter, Özlem. 2016. Bağlanma Stilleri, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Doyumu Ve Kıskançlık İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Araştırma. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yetiş, Ümit. 2008. Orta öğretim öğrencilerinin boş zaman değerlendirme eğilimleri (Ankara Örneği). Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Yiğit, Emrullah. 2017. Çocukların Dijital Oyun Bağımlılığında Ailelerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yıldırım, İbrahim. 1997. Algılanan sosyal destek ölçeğinin geliştirilmesi güvenilirliği ve geçerliği. **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**. c.13. s.13: 81-87.
- _____. 2004. Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinin Revizyonu. **Eğitim Araştırmaları–Eurasian Journal of Educational Research**. c. 17: 221-236.
- Yıldırım, Ali, Şimşek, Hasan. 2005. **Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri**. 5. Baskı. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yoo, Hee-jeong, Soo Churl Cho, Jihyun Ha, Sook Kyung Yune, Seog Ju Kim, Jaeuk W Hwang, Ain Chung, Young Hoon Sung, In Kyoony Lyoo. 2004. Attention

Deficit Hyperactivity Symptoms And Internet Addiction. **Psychiatry And Clinical Neurosciences**. c. 58. s. 5: 487-494.

Young, Kimberly S. 1998. Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder. **CyberPsychology & Behavior**. c. 1 s. 3: 237-244.

_____.2007. Cognitive Behavior Therapy With Internet Addicts: Treatment Outcomes And Implications. **CyberPsychology & Behavior**. c. 10. s. 5: 671-679.

_____.2013.Treatment Outcomes Using CBT-IA With Internet-Addicted Patients. **Journal Of Behavioral Addictions**. c. 2. s. 4: 209-215.

YouGov. [10.02.2019]. Pokémon Go: 34m Downloads, 31m Current Players, And 10m Paying Users Since U.S. Launch
<https://today.yougov.com/topics/entertainment/articles-reports/2016/08/12/pokemon-go-34m-downloads-31m-current-players-and-1>.

Yu, Hongsik, and Jaehee Cho. 2016. Prevalence Of Internet Gaming Disorder Among Korean Adolescents And Associations With Non-Psychotic Psychological Symptoms, And Physical Aggression. **American Journal Of Health Behavior**. c. 40. s. 6: 705-716.

Zimet, Gregory D., Suzanne S. Powell, Gordon K. Farley, Sidney Werkman, Karen A. Berkoff. 1990. Psychometric characteristics of the multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*. c. 55. s.3&4: 610-617.

EKLER

Ek 1. Gönüllü Katılım Formu ve Kişisel Bilgi Formu

Sevgili Öğrenciler,

Aşağıda cevaplayacağınız sorular bilimsel bir araştırma kapsamında hazırlanmıştır. Size ait bilgiler araştırma dışında başka bir yerde kullanılmayacaktır. Tüm soruları eksiksiz cevaplamanız çok önemlidir. Lütfen adınızı yazmayınız. Katkılarınız için teşekkürler.

Emre YILDIRIM
Yıldız Teknik Üniversitesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı Yüksek Lisans Öğrencisi

Bu araştırma hakkında bilgilendirildim ve tüm sorularım cevaplandı. Bu araştırmaya katılmayı ve sonuçlarının bilimsel çalışmalarda kullanılmasını

() Kabul ediyorum () Kabul etmiyorum

1. Cinsiyetiniz: ☐ K ☐ E

2. Sınıf Düzeyiniz: ☐ 9 ☐ 10 ☐ 11 ☐ 12

3. Okul Türünüz: ☐ Anadolu lisesi ☐ Meslek lisesi ☐ İmam hatip lisesi

4. Doğum yılınız:

5. İnternette en çok vakit geçirdiğiniz alanlar hangileridir? Kullanım düzeyinize göre yazınız. (belirli siteler, sosyal medya, oyun, alışveriş vs.)

1.....	4.....	7.....
2.....	5.....	8.....
3.....	6.....	9.....

6. Annenizin İnternet kullanımı konusunda yeterliliğini nasıl görüyorsunuz?

1. Çok kötü 2. Kötü 3. Orta 4. İyi 5. Çok iyi

7. Babanızın İnternet kullanımı konusunda yeterliliğini nasıl görüyorsunuz?

1. Çok kötü 2. Kötü 3. Orta 4. İyi 5. Çok iyi

8. Hangi platformda daha sık oyun oynuyorsunuz? Kullanım düzeyinize göre sıralayınız.

Bilgisayar- Telefon -Tablet - Playstation

1.....

2.....

3.....

4.....

9. Dijital platformlarda oynamayı tercih ettiğiniz oyunların isimlerini tercih sırasına göre yazınız?

1.....

4.....

7.....

2.....

5.....

8.....

3.....

6.....

9.....

10. Genelde oynadığınız oyunlar:

☐ Çevrimiçi

☐ Çevrimdışı

11. Günlük kaç saat oyun oynuyorsunuz?

Hafta içi: () Hiç oyun oynamıyorum () 0-2 saat () 3-5 saat () 6-8 saat
() 9-11 saat () 12 saat ve üzeri

Hafta sonu: () Hiç oyun oynamıyorum () 0-2 saat () 3-5 saat () 6-8 saat
() 9-11 saat () 12 saat ve üzeri

Ek 2. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği Örnek Maddeler

	Lütfen soruları son 6 ayınızı düşünerek sizin için uygun olan şekilde cevaplayınız. <u>Kesinlikle hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.</u>	Hiç doğru değil	Doğru değil	Biraz doğru	Doğru	Çok doğru
1	Tüm gün boyunca oyun oynamayı düşündünüz mü?					
4	Düşündüğünüzden daha uzun süre oyun oynadınız mı?					
8	Stres atmak için oyun oynadınız mı?					
12	Oyun için harcadığınız süreyi azaltmayı deneyip başarısız oldunuz mu?					
15	Oyun oynayamadığınız zamanlarda stresli oldunuz mu?					
19	Oyunlara harcadığınız süre uykusuz kalmanıza sebep oldu mu?					
21	Bir oyunu uzun bir süre oynadıktan sonra kendinizi kötü hissettiniz mi?					

Ek 3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği Lise Formu Örnek Maddeler

	Kendi durumunuzu en iyi yansıtan cevabı vermeniz beklenmektedir. <u>Kesinlikle hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.</u>	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Hayatımı nasıl yaşayacağıma karar vermede kendimi özgür hissediyorum					
5	Tanıdığım insanlar yaptığım şeylerde başarılı olduğumu söylüyorlar					
8	Fikirlerimi ve düşüncelerimi ifade etmede genellikle kendimi özgür hissediyorum					
12	Günlük ilişkilerde etkileşim içinde olduğum insanlar duygularımı dikkate alırlar					
15	Günlük işlerde kendimi çok rahat hissediyorum					
17	İnsanlar genellikle bana karşı gayet arkadaş canlısıdır					

Ek 4. Algılanan Sosyal Destek Ölçeği Örnek Maddeler

	Aşağıda ailenizin, arkadaşlarınızın ve öğretmenlerinizin size yönelik bazı davranışları verilmiştir. Bu ifadelerin genellikle size ne kadar uygun olduğunu belirtiniz. <u>Kesinlikle hiçbir maddeyi boş bırakmavınız.</u>	Bana uygun değil	Kısmen	Bana uygun
Ailem				
1	Bana gerçekten güvenilir			
5	Bana doğru tavsiyelerde bulunur			
8	İlgi duyduğum şeyleri yapmama yardım eder			
12	İyi ve kötü günlerimde yanımda olur			
15	İyi ve kötü yönlerimle beni sever			
17	Zaman ayırıp sıkıntılarımı gerçekten dinlemez			
20	Başarılarımı takdir eder			
Arkadaşlarım				
1	Bana gerçekten güvenilir			
5	Bana gerçekten değer verir			
8	Hatalarımı düzeltmeme yardım eder			
12	İyi ve kötü günlerimde yanımda olur			
Öğretmenlerim				
1	Amaç, ilgi ve yeteneklerim konusunda benimle konuşur			
5	Bana gerçekten değer verir			
8	Hatalarımı nazikçe düzeltir			
12	Arkadaşlarımla ilişkilerimin güçlenmesini destekler			
15	Duygu, düşünce ve inançlarıma saygı duyar			
17	Bana karşı genellikle adil davranır			

Ek 5. Ölçek Kullanım İzinleri

Emre Yıldırım <emreyldm16@gmail.com>

Alıcı: haleilgaz

2 Kas 2017 Per 21:22 ☆ ↩ ⋮

İyi günler Hale Hocam

Bendeniz Emre Yıldırım, YTÜ psikolojik danışmanlık ve rehberlik bölümünde yüksek lisans öğrencisiyim. Tez danışmanım Yard. Doç. Dr. Gonca Zeren. Tezim için ölçek araştırması yapıyorum. Sizin makalenizi gördüm. Türkiye'ye uyarılama çalışmasını yaptığınız Ergenlerde Oyun Bağımlılığı Ölçeğini incelemem ve kullanmam için izin verebilir misiniz? Bir de merak ettiğim bir soru var: Ölçeğin her faktörü için ayrı puanlama mı yapılıyor yoksa ölçekten alınan toplam bir puan var mı?

Geri dönüş yapmanız umudu ve saygılarımla,

Emre Yıldırım

Hale İlgaç <haleilgaz@gmail.com>

Alıcı: ben

3 Kas 2017 Cum 10:58 ☆ ↩ ⋮

Emre Hocam merhaba,

Öncelikle ölçek kullanımı konusunda izin istediğiniz için teşekkür ederim, ve kullanmanızda hiçbir sakınca yok. Ölçeğin her faktörü için ayrı bir puanlama yapılmıyor, toplam puan üzerinden yorum yapılıyor. Zaten orijinal versiyonunda da bu şekilde yapılmıştı. Çalışmanızda başarılar ve kolaylıklar diliyorum, sormak istediğiniz bir konu olursa dilediğiniz zaman bana yazabilirsiniz.

Saygılarımla

Hale İlgaç

Emre Yıldırım <emreyldrm16@gmail.com>

Alıcı: iyil

5 Kas 2017 Paz 20:01



İyi günler İbrahim Hocam,

Bendeniz Emre **Yıldırım**, YTÜ Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik bölümünde yüksek lisans öğrencisiyim. Yrd. Doç. Dr. Gonca Zeren danışmanlığında yüksek lisans tezime çalışıyorum. Geliştirmiş olduğunuz ve sonrasında revize ettiğiniz Algılanan Sosyal Destek Ölçeğinden faydalanmayı düşündük. Bu nedenle izinize başvurmak ve ölçeği edinmek adına iletişime geçmek istedim.

Geri dönüş yapmanız umudu ve saygılarımla,

Emre **Yıldırım**

İbrahim Yıldırım <ibrahim.yyildirim@gmail.com>

Alıcı: ben

6 Kas 2017 Pzt 11:03



Sayın Emre **Yıldırım**,
YL tezinde kullanman amacıyla ASDÖ-R ekte gönderilmiştir. Kolaylıklar ve başarılar diliyorum.
Prof. Dr. İbrahim **YILDIRIM**

5 Kasım 2017 20:01 tarihinde Emre **Yıldırım** <emreyldrm16@gmail.com> yazdı:



Emre Yıldırım <emreyldrm16@gmail.com>

Alıcı: sahinkesici

17 Ara 2017 Paz 19:24 ☆ ↩ ⋮

İyi günler Şahin Hocam

Bendeniz Emre Yıldırım, YTÜ psikolojik danışmanlık ve rehberlik bölümünde yüksek lisans öğrencisiyim. Tez danışmanım Yard. Doç. Dr. Gonca Zeren. Araştırmam için Temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinin lise formunu izniniz olursa kullanabilir miyim?

Geri dönüş yapmanız umudu ve saygılarımla,

Emre Yıldırım

Şahin Kesici <sahinkesici@konya.edu.tr>

Alıcı: ben

17 Ara 2017 Paz 23:49 ☆ ↩ ⋮

Temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinin cronbach alfa değerleri ile ilgili sıkıntılar var. Ben son üç dört çalışmamda yeni psikolojik ihtiyaç ölçeğini kullandım, size de onu öneriyorum. Her iki ölçeği de ekte gönderiyorum. İyi çalışmalar.

3 Ek

📎 📎



Ek 6. İl Millî Eğitim Müdürlüğü Araştırma İzin Oluru



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 59090411-20-E.7973646
Konu : Anket ve Araştırma İzin Talebi

19/04/2018

VALİLİK MAKAMINA

İlgi: a) 09.04.2018 tarihli ve 7195643 Gelen Evrak No'lu dilekçe.
b) MEB. Yen. ve Eğ. Tk. Gn. Md. 22.08.2017 tarih ve 12607291/ 2017/25 No'lu Gen.
c) Millî Eğitim Müdürlüğü Araştırma ve Anket Komisyonunun 13.04.2018 tarihli tutanağı.

Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü yüksek lisans öğrencisi Emre YILDIRIM'ın "Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ile Algılanan Sosyal Destek ve Temel Psikolojik İhtiyaçların İncelenmesi" konulu tezi kapsamında, ilimiz Bağcılar ilçesinde bulunan liselerde öğrenim gören öğrencilere; oyun bağımlılığı ölçeği, algılanan sosyal destek ölçeği ve temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğini uygulama istemi hakkındaki ilgi (a) dilekçe ve ekleri Müdürlüğümüzce incelenmiştir.

Araştırmacının söz konusu talebi; bilimsel amaç dışında kullanılmaması, uygulama sırasında bir örneği müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun müdürlüğümüzden izin alınmadan kamuoyuyla paylaşılması koşuluyla, okul idarelerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde ilgi (b) Bakanlık emri esasları dâhilinde uygulanması, sonuçtan Müdürlüğümüze rapor halinde (CD formatında) bilgi verilmesi kaydıyla Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Ömer Faruk YELKENCİ
Millî Eğitim Müdürü

OLUR
19/04/2018

Ahmet Hamdi USTA
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ek:1- Genelge
2- Komisyon Tutanağı

İl Millî Eğitim Müdürlüğü Binbirdirek M. İmran Öktem Cad.
No:1 Eski Adliye Binası Sultanahmet Fatih/İstanbul
E-Posta: sgb34@meh.gov.tr

A. BALTA VHKİ
Tel: (0 212) 455 04 00-239
Faks: (0 212) 455 06 52

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meh.gov.tr> adresinden 0287-d5a9-39f6-9470-31f5 kodu ile teyit edilebilir.

ÖZ GEÇMİŞ

GENEL BİLGİLER

Adı Soyadı: Emre YILDIRIM

Doğum Yeri ve Tarihi: Isparta 16.11.1993

E-posta: emreyldrm16@gmail.com

EĞİTİM DURUMU

2015- : Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı

2011-2015 : Yıldız Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Lisans Programı

MESLEKİ DENEYİM

2015- : Psikolojik Danışman – M.E.B. Şükrü Savaşeri Ortaokulu