

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**



**E-SPORCULARIN ONLİNE OYUNLARDA HARCADIKLARI ZAMANLA
OBEZİTE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Berzan ŞİMŞEK

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Anabilim Dalı

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı

AĞUSTOS 2020

**T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**



**E-SPORCULARIN ONLİNE OYUNLARDA HARCADIKLARI ZAMANLA
OBEZİTE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Berzan ŞİMŞEK
(181208031)**

Tez Danışmanı: Prof. Dr. M. Yavuz TAŞKIRAN

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Anabilim Dalı

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı

AĞUSTOS 2020



T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ

Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi

Enstitümüz, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı 181208031 numaralı öğrencisi **Berzan ŞİMŞEK**'in "E Sporcuların Online Oyunlarda Harcadıkları Zamanla Obezite Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 20.07.2020 tarih ve 2020/11 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından Dy. B. Çiğdem ile Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Öğretim Üyesi Adı Soyadı

İmzası

Tez Savunma Tarihi : 14.08.2020

- | | | |
|--------------------------|--|-------|
| 1) Tez Danışmanı: | Prof.Dr.Mehmet Yavuz TAŞKIRAN | |
| 2) Jüri Üyesi : | Doç.Dr. Ahmet Nusret BULGURCUOĞLU | |
| 3) Jüri Üyesi : | Dr.Öğr.Üyesi Serdar SAMUR | |

Not: Öğrencinin Tez savunmasında **Başarılı** olması halinde bu form **imzalanacaktır**. Aksi halde geçersizdir.

YEMİN METNİ

Bu tez çalışmasının benim çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar olan bütün safhalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmayla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin çalışması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını beyan ederim.(14.08.2020)

Berzan ŞİMŞEK

ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitimim ve tez çalışması dönemim boyunca bu zamana kadar hiçbir zaman yardımını esirgemeyen, bu süreçte gelişimime yardımcı olan danışmanım Prof. Dr. M. Yavuz TAŞKIRAN hocama teşekkürlerimi borç bilir bana kattığı her şey için çok teşekkür ederim. Maddi ve manevi benden desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen her zaman yanımda olan aileme ve Mazlum ŞİMŞEK abime ne kadar teşekkür edersem az.

Lisans/Lisansüstü öğrencilik hayatım ile ilgili yönlendirmeleri ile bana her zaman yardımcı olan, katkı sağlayan, yanlış yapmaktan korkmamayı öğreten, her zaman desteğini hissettiğim Doç. Dr. Cengiz TAŞKIN hocama, tez çalışmam boyunca yardımını hiçbir zaman esirgemeyen Dr. Öğr. Üyesi Nuri Muhammet ÇELİK hocama ve Doç. Dr. Nevzat DİNÇER hocama teşekkürlerimi sunarım. Olumlu bakış açısı ve tez çalışmam boyunca yardımını hiçbir zaman esirgemeyen her zaman yanımda olan Tayfun İSLEN arkadaşşıma teşekkürlerimi borç bilir katkılarından dolayı teşekkür ederim. Her zaman desteğini esirgemeyen yanımda olan Fırat OKAN hocama sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Ağustos 2020

Berzan ŞİMŞEK

Futbol Antrenörü

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
ÖNSÖZ	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	vii
ÇİZELGE LİSTESİ	viii
ŞEKİL LİSTESİ	ix
ÖZET	x
ABSTRACT	xi
1. GİRİŞ	1
2. E-SPOR	3
2.1 Oyun Nedir?	3
2.2 Spor Nedir?	4
2.3 E-Spor Nedir	6
2.4 E-Spor Tanımları.....	9
2.5 E-Spor Tarihi.....	10
2.5.1 1970’li ve 1980’li yıllar Arcade dönemi	11
2.5.2 1990 Yıllardan günümüz internet dönemi	13
2.6 Türkiye’de E-sporun Tarihi.....	16
2.6.1 Türkiye’de e-spor oyunları.....	20
2.6.2 Türkiye’de bazı e-spor takımları	23
2.6.3 Türkiye’de bulunan e-spor takımlarının tarihçesi	25
2.6.3.1 Beşiktaş e-spor takımı	25
2.6.3.2 Galatasaray e-spor takımı.....	25
2.6.3.3 1907 Fenerbahçe e-spor takımı	25
2.6.3.4 Bahçeşehir supermassive e-spor takımı	25
2.6.3.5 Bursaspor e-spor takımı	25
2.6.3.6 Royal Youth e-spor takımı	26
2.6.3.7 Space Soldiers e-spor takımı.....	26
2.6.3.8 Doğu Üniversitesi Aurora e-spor takımı	26
2.6.3.9 Galakticos e-spor takımı	26
2.6.3.10 HWA Gaming e-spor takımı	26
2.6.3.11 Dark Passage e-spor takımı	26
3. OBEZİTE	28
3.1 Obezite Nedir?	28
3.2 Genetik Faktörler	29
3.3 Çevresel Faktörler	30
3.3.1 Fiziksel aktivite eksikliği	31
3.3.2 Yeme alışkanlıkları	31
3.3.3 Tüketim çılgınlığı.....	31
3.4 Psikolojik Faktörler	32
3.5 Davranışsal Faktörler	32
3.6 Sedanter Davranışlar	33

3.7 Vücut Kitle İndeksi Sınırlandırması.....	34
4. GEREÇ VE YÖNTEM.....	36
4.1 Araştırmanın Amacı	36
4.2 Araştırmanın Modeli	36
4.3 Evren Örneklem	36
4.4 Veri Toplama Analizi.....	36
4.5 Veri analizi	38
4.5.1 Ölçeğin güvenirlik çalışması.....	38
4.5.2 Ölçeğin geçerlik çalışması	39
4.5.3 Faktör analizi.....	39
5. BULGULAR.....	42
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	63
KAYNAKLAR	68
EKLER.....	75
ÖZGEÇMİŞ.....	82



KISALTMALAR

E-Spor : Elektronik Spor
FIFA : Fédération Internationale de Football Association
LOL : League of Legends
PC : Bilgisayar
PUBG : Playerunknown's Battlegrounds
SPSS : IBM SPSS Statistic



ÇİZELGE LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Çizelge 5.1: Örneklemin özellikleri.....	42
Çizelge 5.2: Çevrimiçi oyunlara bağımlılık davranışlarına ilişkin sonuçlar	46
Çizelge 5.3: Teorik yeterlilik ölçeği faktör analizi sonuçları	48
Çizelge 5.4: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre olumsuz etki ve motivasyon alt ölçek puanları arasındaki ilişki.....	49
Çizelge 5.5: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre iş ve çevre alt ölçek puanları arasındaki ilişki	51
Çizelge 5.6: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre kazanç ve başarı alt ölçek puanları arasındaki ilişki	54
Çizelge 5.7: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre aksaklıklar alt ölçek puanları arasındaki ilişki	56
Çizelge 5.8: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları arasındaki ilişki.....	59
Çizelge 5.9: Korelasyon analizi sonuçları	61

ŞEKİL LİSTESİ

	<u>Sayfa</u>
Şekil 2.1: E-spor nedir	7
Şekil 2.2: E-spor ekosistemi	8
Şekil 2.3: Arcade dönemi atari makinesi	11
Şekil 2.4: 1982 yılında düzenlenen Space Invaders şampiyonası katılımcıları	12
Şekil 2.5: Riot Games'in İstanbul'da yaptığı dünyanın en büyük e-spor etkinliği ...	20
Şekil 3.1: Vücut kitle indeksi hesaplaması	34
Şekil 3.2: Vücut kitle indeksi değerleri	35
Şekil 3.3: Yamaç eğrisi grafiği (Scree plot) sonuçları	40

E-SPORCULARIN ONLİNE OYUNLARDA HARCADIKLARI ZAMANLA OBEZİTE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Teknoloji alanında yaşanan hızlı gelişmeler her alanda olduğu gibi spor alanını da etkileyerek yeni gelişmelerin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Her geçen gün artan seyirci ve izleyici kitlesiyle çok hızlı bir gelişim gösteren ve büyük kitleye sahip olan e-spor, rekabete dayalı video ve bilgisayar oyunlarının hem oynanması hem de izlenmesinin elektronik spor (e-Spor) kavramının doğmasına neden olmuştur. E-spor, hem fiziksel hem de zihinsel bir takım özellikleri içerisinde barındırmaktadır.

Bu çalışma, yeni bir kariyer fırsatı olarak görülen e-spor, çevrimiçi oyunlarını oynayan e-sporcular ile obezite arasındaki ilişkiyi anlamlandırmak ve bu konuda geliştirmekte olan literatüre katkı sağlamak amacıyla yapılmıştır. Çalışmada teknolojinin gelişirken e-sporcuların çevrimiçi oyun bağımlılığı, gün geçtikçe artan e-spor hayranlığı kuşakların gelişen teknoloji karşısındaki değişimi, çevrimiçi oyunların ve e-sporun tarihçesi, e-sporcuların çevrimiçi oyunlarında harcadıkları zaman ile obezite arasındaki ilişki ele alınmıştır. Türkiye’de her gün milyonların e-spor çevrimiçi oyun oynadığı bilinmektedir. E-spor oyunlarını oynayan e-spor oyuncularından seçilen 100 kişilik örnekleme oluşturulan çevrimiçi oyuna bağımlılığı ölçeği, yoklama tekniğiyle uygulanmıştır.

Anahtar Kelimeleri: *E-spor, Oyun, Bağımlılık, Obezite, Oyun Bağımlılığı, Çevrimiçi, Spor, Bilgisayar oyunları*

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE TIME SPENT BY E-ATHLETES IN ONLINE GAMES AND OBESITY

ABSTRACT

The quick advancements in technology have affected sports, as well as every other field, and made way for new developments. Esports, having an audience growing day by day, caused competitive video games to be widely played and seen and gave birth to the term “Electronic Sports.” Esports include both physical and mental team features.

This study’s purpose was to contribute to the developing literature of it, and to make a connection between esports and its players, which is seen as a new career chance, and obesity. This study dealt with gamers’ online game addictions as the technology advances, the esports enthusiasm that grows day by day and generations’ changes according to it, online games’ and esports history, and the relation between the play time and obesity. It is known that millions of people play esports every day in Turkey. The chosen 100 esports gamers’ addiction levels are survey based.

Keywords: *Esports, Gaming, Addiction, Obesity, Game addiction, Online, Sport, Computer games*

1. GİRİŞ

Teknoloji dünyasında yaşanan hızlı değişimler sonucu birçok kategoride olduğu gibi spor dünyasını da kapsayarak yeni düzenlemelerin ve gelişmelerin meydana gelmesine neden olmuştur. Mücadeleye dayalı görüntülü video ve bilgisayar oyunlarının hem oynanması hem de izlenmesinin elektronik spor (e-Spor) kavramının doğmasına neden olmuştur. E-spor, hem bedensel hem de zihinsel bir takım becerileri kapsamaktadır. Bu nedenle elektronik veya sanal ortamda gerçekleşmesi, yer veya malzeme bakımından çağdaş sporlara göre önemli ekonomik kaynak oluşturmaması, dünyanın birçok ülkesinde bu sporu yapılabilme durumu, kişisel ve çoklu şekilde oynanabilmesi ve özüne özgü malzemeleri gerektirmesi en önemli etkenlerindendir. Evren’de en az 400 milyon birey e-spor izleyicisi, 100 milyondan çok birey e-spor oyunu oynayan ve Türkiye’de en az 7 milyon birey e-spor oyununu oynayan ve seyreden olarak bilinmektedir. E-spor ülkemizde yeni yeni gündeme gelen ve gelişim gösteren bir spor dalıdır. Türkiye’de 30 milyondan çok birey değişik elektronik platformlar üzerinden elektronik oyun müsabakaları oynanabilmektedir. Milli oyun sanayisinin büyüklüğü senede yaklaşık olarak 700 milyon dolardır. Elektronik oyun sanayisi senelik genele bakıldığında %16 ila %18 arasında gelişmektedir. E-sporun 2017 senesinde finansal gelir olarak elde ettiği kazanç 696 milyon dolar olmuştur. Kaynaklara bakıldığında e-sporun bir spor dalı olduğunu dile getiren bakış açılarıyla beraber spor dalı olmadığını dile getiren görüş ayrılıkları da görülmektedir.

Bilindiği üzere beslenme; anne rahminde başlayıp hayatın bittiği sürece kadar devam eden hayatın vazgeçilmez bir gereksinimidir. Bireyin gelişmesi, büyümesi, sağlıklı ve girişken olarak ömürlü bir hayat için gerekli olan yemek ihtiyacını düzenli ve kontrollü seviyede alıp bedende kullanabilmesidir. Mideyi doyurmak, açlığı yatıştırmak, canının istediklerini yemek veya içmek değildir. Normal hayatta insanların yaşa, cinsiyete, yaptığı işe, genetik ve fizyolojik becerilere ve hastalık durumuna göre farklılık gösteren günlük besin gereksinimine ihtiyaç vardır.

Sağlıklı bir hayata devam edebilmek için, alınan besin ile harcanan besin orantılı tutulabilmesi gerekmektedir. Olgun erkeklerde beden yükünün %15-18'i, kadınlarda ise %20-25'ini lipit dokusu oluşturmaktadır. Bu oranın erkeklerde %25, kadınlarda ise %30'un üzerinde olması obeziteye neden olmaktadır. Günlük yaşamda vücuda alınan besin harcanan besinden çok olması durumunda, harcanamayan besin bedende lipit olarak kalmakta ve obezite oluşumunda etken olmaktadır.

Buna bağlı olarak, dönemimizin teknoloji alanındaki gelişmeler, hayatı daha kolay hale getirebilmekle birlikte, günlük hareket alanını büyük ölçüde daraltmıştır. Bilindiği üzere obezite; enerjilerle alınan besinlerin (kalori) harcanan besinlerden yüksek olması ve yüksek besinin bedende lipit olarak kalması (%20 veya daha yüksek) durumunda meydana gelen, hayat seviyesini ve zamanını kötü etkileyen bir rahatsızlık olarak görülmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) yönünden de obezite, yaşamı etkileyecek ölçüde bedende yüksek seviyede lipit toplaması olarak tanımlanmıştır. Bunun nedeni ise en büyük etken olarak sedanter bir hayat olarak ön görülmektedir.

Sedanter yaşam tarzı; hareketin hiç olmadığı, üşengeç yaşam tarzına verilen isimdir. Bu yaşam tarzı ömrü kısaltırken, yüksek tansiyon ve şeker gibi hastalılara davetiye çıkarmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre dünya genelinde 3,2 milyon kişi bu yaşam tarzı sebebiyle hayatını kaybediyor ve her 3 yetişkinden biri hareketsiz bir yaşam sürüyor. Sedanter yaşamla ilişkili en önemli sorunlardan biri olan obezite, enerji ile alınan besin miktarı, harcanan besin miktarını geçtiği durumda bedende yüksek seviyede lipit toplaması ile oluşan bir hastalıktır (Kopelman, 2000).

Bu durumda, bu araştırmanın amacı e- sporun tanımlamalarından, gelişim zamanından, dünyada ve Türkiye'deki süreci anlatmak ve sanal ortamda oynanmayan çağdaş sporlarla aynı ve değişik taraflarını, bedensel aktivite, sedanter ve obezite ile ilişkisini ortaya koymaktır.

2. E-SPOR

2.1 Oyun Nedir?

TDK'nin tanımına göre oyun, “Yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, güzel zaman harcamaya yarayan eğlence, oyun, besin fazlasını yok etme, benzer içgüdüsünü doyurma, rahatlama gereksinimini tatmin etme, yaşamın bireyden isteyeceği ciddi aktivitelere ön egzersizi, bireylerin özgürlüğüne sahip olmasını sağlama, bağımsızlık kurma isteği, hayat isteklerini harcama ya da oyun, olumsuz eğilimlerden zararsız bir durumda kurtulma yolu, normal yaşamda oluşturulabilmesi imkânsız isteklerin bir kurmaca aracılığıyla yatıştırılması ve bu durumda bireysel özlü hissiyatlarının korunmasının sağlanması şeklinde fazla anlamlar söylenebilmektedir” (Karaküçük, 2014).

Genel tanımıyla belli bir duruma yönelik olan ya da olmayan, düzenli veya düzensiz yapılan, her şekilde çocuğun severek ve isteyerek bulunduğu, bedensel, düşünsel, dil, duygusal ve sosyal gelişiminin zemini olan, normal yaşamın bir bölümü ve çocuk için en kalıcı öğrenme zamanı olarak söylenmektedir (Hatayaysam, 2012).

Bu tanımlardan yola çıkarak oyunu; genellikle çocukların oynadığı oyun, çocuğun tecrübelenerek kendi başına bireysel öğrenmeyi sağlayan, duygusal boyutta güdülenen, hiçbir çıkara dayanmayan, yarış içerisinde, rekabet ortamında geçen, insanın kendini rahatlatması, eğlence aracı, stres atma, boş zamanlarını değerlendirme, oyalanmasını sağlayan ve insanın, hayatın gerçekliğinden uzaklaşmasını sağlayan, mutluluk, coşku, heyecan, merak duygularını da içinde barındıran hareketlerden oluşan, belli bir düzen içinde olan etkinlik olarak tanımlayabiliriz.

Oyun, çocukların gelişiminde büyük önem taşıyan bir aktivitedir. Çocuk, kendiliğinden ya da akranlarıyla beraber istediği ortamda oyun oynamanın ve sosyalleşmenin bir yolunu bulur. Oyunlardan dolayı sorumluluk almayı, toplumun içinde olan düzeni öğrenir. Beceri, içsel, düşünce ve ilişkiler yönünden kazanımları oyun aracılığıyla gerçekleştirmektedir. Çocuklar için bir hayat pratiği olan oyun,

çocuğun düşünsel, sosyal, psikomotor, yetenek ve aksan gelişimleri yönünden önemli derecede etkiye sahiptir. Birlikte paylaşım yapmayı, yardım etmeyi, dinleme, beklemeyi öğrenme, sabretmeyi öğrenme, düzene uyum sağlama, bireylerle temas halinde olmayı bilen ve devam eden, kibar kelimelerini yerinde kullanma ile beraberinde fazla kelimeyi, cümleyi sosyal ve kişisel beceriyi çocuk/birey yine oyunla birlikte öğrenmektedir.

Oyun, hayat sevgisini etrafındakilere yansıtması, hayatla beraber var olan gücünü ve etkisini hayattan alan, en özgün öğrenme yollarından biri olup zihinsel ve bedensel kapasitesini genişleten bir etkinliktir. Oyun gelişim alanlarının gelişmesinde büyük rol oynar. Hoş ve zevkli öğrenme ortamında bulunmalarını sağlar. Fizyolojik açıdan daha yatkın hale gelmeleri, sosyalleşmeleri, dillerinin gelişmesi, çevrelerindeki bireylerle iletişim haline geçebilmesi, karar verme ve mantık yürütmek için çok önemlidir ve olmazsa olmazlardandır.

Oyunlar bireyler için yaşamın her evresinde vardır ve çocuklar için olmazsa olmazdır. Günümüz yaşantısında her ne kadar oyun oynama alanları azalmış olsa da çocuklar/bireyler her zaman bir oyun alanı yaratmaktadır. Önceden boş alanların daha fazla olmasıyla birlikte çocukların/bireylerin kendilerine oyun alanları yaratmaları daha kolaydı. Günümüzde ise gelişen şehirlerle ve daha çok betonlaşmadan dolayı bu alanlar giderek azaldığı görülmektedir. Bu sebeplerden dolayı ve günümüz internet, teknoloji çağı olmasıyla ve internet ağının gelişimiyle, internete erişimin kolaylaşması ve yaygınlığı ile birlikte artık evlerde bilgisayar, tablet, telefon gibi araçların oluşu çocukları/bireyleri artık dışarda bulunan oyun alanlarından daha çok evlerde internet erişimiyle beraber internet oyunlarının daha çok oynandığını düşünmekteyim.

2.2 Spor Nedir?

Türk Dil Kurumu'nun tanımına göre spor, "Bedeni veya zihni geliştirmek amacıyla kişisel veya toplu olarak yapılan, bazı kurallara göre uygulanan hareketlerin tümüne denir." Carl Diem'in spor tanımı ise, kişinin hür istemi sonucu gerçekleştirilen, birikim ve donanımına sahip, benliğine ait töresi olan; müsabaka, yaşam sevgisi ve mutluluğu barındıran, çağdaştırılmış ve tipikleştirilmiş düzeni olan, kusursuz olmayı hedefleyen bedensel bir aktivitedir (MEGEP, 2009).

Prof. Dr. Heinz Meusel'a göre spor, serbest vakitleri olumlu kullanmak için kendini iyi hissedebilmek adına rahatlamak, dinlenmek ya da enerji durumunu daha iyi hale getirmek isteğiyle, oyun veya müsabaka şekilleriyle belirlenen, bütün motorsal becerileri kapsayan bir olgudur (MEGEP, 2009).

Spor, kişinin özgün ortamını sosyal ortam haline çevirirken kazandığı becerileri, yeteneklerin gelişimi belli durumlar çerçevesinde düzenli veya düzensiz, kişisel ya da takım şeklinde serbest zaman aktivite kapsamı halinde ya da bütün vaktini alabilecek biçimde meslek olarak edindiği, sosyalleştiren, birleştirici, zihinsel ve bedensel olarak insanı gelişimini sağlayan, dayanışma halinde mücadeleci ve kültürel bir olgudur (Yamen, 1999).

İnsanların eğitiminde düşünsel, içsel ve psikomotorun oluşturduğu katkılar günümüz döneminde sporların daha fazla önem kazanmasını sağlamış ve insan hayatının bir ögesi haline gelmiştir. Sporun, sosyal, psikolojik, iktisadi ve siyasi alanlarının insan hayatında her geçen gün daha fazla yer arz ettiği, günümüz spor çalışmalarının önemi de her geçen gün aynı hızda artmaktadır. Sporun, toplum camiasında daha fazla yer edinmesiyle beraber son dönemde bir bilim dalı olarak büyük gelişme gösterdiği belirtilmektedir (Mirzeoğlu, 2003).

Bu tanımları tek bir tanımda toplayacak olursak, spor: Evrensel bir kültürün parçası olmakla beraber farklı dili, dini, ırkı birleştiren, eğlencenin, stres atmanın, bir rahatlatmanın haricinde belirli bir amacı olan, oyundan farklı olarak bir rekabet ortamı içinde ya da bir çeşit yarışma şeklinde yapılan bir sonucu olan, kişinin bedensel ve zihinsel sistemini geliştirmeye yönelik bir etkinliktir. Belirlenmiş düzene ve yöntemlere dikkat ederek yapılan gövdesel gelişmelere faydalı vücuttaki enerjinin harcanmasında, boş zamanları değerlendirmede, stres atmada, mutlu olmak ve mücadele etme isteğinde bulunan vücut aktivitelerinin hepsinin adıdır diyebiliriz.

Sporun günümüzde ekonomik yanı ile de çok güçlü bir potansiyele ve popülerliğe sahiptir. Dünyanın dört bir yanında spor izleyeni, sağlığı için spor yapanı, yarışan sporcular amatör/profesyonel, reklamlardan, basından, iş adamlarından, sponsorlardan, yatırımcılardan büyük destek olarak olağanüstü bir ekonomik ivme kazanmış olduğu görülmektedir.

Sonuç olarak spor en uygun performansla yönelik amatör veya profesyonel olarak uygulanan sportif bir etkinliktir. Birey çeşitli egzersizlerle bedensel ve zihinsel

rahatlama, gelişme, fazlalıkları olumlu bir şekilde harcamasına ortam oluşturarak, bireyin gelişim göstermesi ve karakterin ilerlemesini sağlayan bir araçtır.

2.3 E-Spor Nedir

Gelişen teknoloji ve küreselleşme ile birlikte birçok kavramın değişime uğramaktadır. Son yıllarda değişen kavramlardan biride spor olmuştur. E-sporu da içinde barındıracak şekilde genişletilmiştir. E-spor günümüzde birçok ülkede çok fazla izleyiciye ve sporcuya sahiptir. E-spor birçok ülkede resmi bir spor dalı olarak görülse de bazı yerlerde spor olup olmadığı hala tartışılmaktadır.

Elektronik spor (öbür isimleriyle e-spor veya e-Spor), organize görselli oyunu mücadeleyi içinde barındıran yarışmalara verilen isimdir. Oyunlar, neredeyse tamamını kapsayacak şekilde profesyonel oyuncular arasında profesyonel düzenlemelerle beraber yapıldığında bu adı almaktadır. Dijital sporlarda en fazla karşılaşılan oyunlar şunlardır; strateji oyunları, dövüş oyunları, birinci şahıs nişancı oyunları ve spor oyunlarıdır. League of Legends Dünya Şampiyonası, The International, Evolution Championship Series ve Intel Extreme Masters gibi turnuvalar platformlarda canlı gösterilmekle beraber sporculara çok yüksek ödüller sağlamaktadır. E-spor müsabakalarında bulunan bireylere siberatlet (İngilizce: cyberathlete) denir.

Profesyonel sporcuların genelde ilk atılımları 16-17 yaşı kapsarken, sporcular genelde 24 yaşına gelmeleriyle sektörden ayrılmaktadırlar. Ama 24 yaşına gelmesiyle birlikte ayrılması gerekir şartı yoktur (Url-14, 2018).

Dijital spor, sanal alanda video oyunuyla yapılmakta olan mücadelelere söylenen addır. Oyunlar, bütünüyle bir ödül karşılığında profesyonel oyuncularla beraber profesyonel müsabakalar ile yapıldığından dolayı bu adı almaktadır (Koçyiğit, 2017).

Sanal ortamda oynanan elektronik sporun kısaltmaları bu şekildedir; e-Spor, e-spor ya da e-Spor şeklinde kullanılmaktadır. The Associated Press 2017 AP Yazım Kılavuzu, e-sporun İngilizcesi ismi "e-Sports" kelimesi resmî şekilde, çizgisiz ve küçük "S" harfi ile "esports" biçiminde ifade edilir (Binkowski ve Cocke 2017).

Dilimizde ise e-spor sözü Türk Dil Kurumu ve Dil Derneği sözlüklerinde şimdilik bulunmamaktadır. Bu sebeple belirli bir yazımı yer almamaktadır. Elektronik spor olarak adlandırılan e-spor (e-spor) sporun yeni biçimi şeklinde gösterilen e-spor

E-spor artık dünya genelinde hızla gelişmekte olan büyük yatırımcıların destek verdiği, ciddi yatırımların yapıldığı dünyanın dört bir yanında seyircisi, e-spor oyuncusu, kitlesi olan büyük bir popülerliğe kavuşmuş ve ciddi gelirler elde edilen, özel oyun konsolları, oyun için daha elverişli oyun bilgisayarları üretilen bunun üzerinde yatırımlar yapılmakta. Dünya genelinde e-sporda yapılan karşılaşmaların birçok spor branşından daha çok izlendiği, takip edildiği görülmektedir.

E-SPOR NEDİR?

E-SPOR REKABETÇİ VIDEO OYUNLARDIR.

TURNUVALAR ÇEVİRİMÇİ VE ÇEVİRİMÇİ OYNAR.

ÇEVİRİMÇİ ETKİNLİKLER YAKIN AKŞI & TV YASITASIYLA BÜYÜK İZLEYİCİ KİTLESİ OLUSTURMAKTA'DIR.

ÇEVİRİMÇİ ETKİNLİKLER BAZEN STADYUM YERİ SAĞLAMADA ÖZENELEMEKTE'DİR.

BÜYÜK İZLEYİCİ ETKİNLİKLER ÖZENEKİ OLARAK VE BİR KARAKTEKİLİ SAĞLAMADA YAPILMAKTA'DIR.

ÇOK BÜYÜK E-SPORLAR İÇİN DÜNYA ŞAMPİYONLARI YAPILIR.

REKABET İÇİN TİM DÜNYADAN OYUNCULAR VE TAKIMLAR

PROFESYONEL TAKIMLAR, KONTROLÜZ, MAASLI OYUNCULAR TUTARLAR

E-SPOR 2022 ASIN OYUNLARINDA YER ALACAK

BU GERÇEK BİR SPOR MU?

100'DEN FAZLA ÜLKEDE SPOR OLARAK SINIFLANDIRILAN E-SPOR, SATRANÇ GİBİ, FİZİKSEL KISIMLAR DIŞINDA, BİR SPOR OLMA KRİTERLERİNİ HER DURUMDA KARŞILAMAKTADIR.

ÖDÜL PARASI

\$111 MİLYON

2017 YILINDA E-SPOR MÜSABAKALARI TOPLAM ÖDÜL PARASI

MAAŞ

\$400k+

EN POPÜLER PRO OYUNCULAR

TURNUVALAR

3.799

2017'DE ÖDÜL İÇİN ÖZENELENEKİ TURNUVALAR

İZLEYİCİLER

58 MİLYON

2017 LEAGUE OF LEGENDS DÜNYA FİNALINI İZLEYENLER

SPORSEVER

400 MİLYON+

2017'DE E-SPOR İZLEYEN SPORSEVERLER

BİLETLER

173,000

2017'DE LEM KATOWICZ İÇİN SPOKX ARENAYA KATILANLAR

MODERN PROFESYONEL E-SPOR TAKIMI

PROFESYONEL OYUNCULAR
KIL

ANTRENÖR

BİYETİSTEN

PIKİNGİSİ

HEMLER

SOSYAL MEDYA TAKIMI

İÇERİK TAKIMI

↑ HALİHAZIRDA ESPORA YATIRIM YAPAN MARKALAR ↑

WWW.CODEREDESORTS.COM

Kaynak: (Gençlik ve Spor Bakanlığı, 2018)

2.4 E-Spor Tanımları

Çevrimiçi oyunlar hakkında yapılan akademik araştırmalar da e-spor konusunda bilimsel bir tanıma gereksinim vardır. Fakat şimdilik belirlenmiş bir tanım kullanılmamaktadır. Bütünüyle profesyonel oyunun tanımı şeklinde, profesyonel düzeni olan müsabakalara, rekabetin olduğu bilgisayar oyunların oynanması olarak söylenmektedir (Wagner, 2006).

Bilinen e-spor tanımlarının bazıları aşağıda yer almaktadır.

“e-spor, bireylerin donanım ve iletişim araçlarından yararlanarak zihinselliği yanında bedensel yeteneklerini, becerilerini gelişimini sağladığı spor aktiviteleridir” (Wagner, 2006).

“Sporun başlıca taraflarını elektronik sistemler üzerinden basitleştirildiği, takımların ve oyuncuların verilerine, e-spor yönteminin çıktılarına insan-bilgisayar ara yüzleriyle aracılık ifade eden spor şeklidir” (Hamari J. ve Sjöblom M. 2017).

“Dijital sporlar ekipler veya kişisel şekilde, değişik içerik boyutlarında, refleks, el-göz koordinasyonu, çabuk düşünme, ekip ve malzeme kullanışı şeklinde beceri kabiliyetlerinin sergilendiği sanal mücadele organizasyonlarıdır” (T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, 2017).

“Adapte olmuş bir biçimde rekabete ve müsabakaya yönelik bilgisayar oyunlarını oynamak; şahısların organize ettiği aktivite ya da ligde gözle görülür biçimde diğer oyuncu ya da ekiplerin bilinen bir hedefe varabilme isteği, en yüksek skoru elde etmek, hediyesi olan ya da turnuvayı kazanmak gibi mücadelelerdir” (Newzoo, 2018b).

“Dijital sporlar (başka isimleriyle e-spor), organize, rekabetçi ve oynayan herkes için eşit olan bilgisayar oyunu mücadelelerine söylenen addır. Yarışmalar genelde profesyonel oyuncuların içinde olduğu karşılaşmalar şeklinde oynanmaktadır” (Milliyet Gazetesi, 2017).

“E-spor çevrimiçi oyunların oynandığı bir spor dalıdır. Dijital spor, dünyanın her yerinde bireylerin internet vasıtasıyla görüşüp oyunlar oynaması veya bilinen vakitlerde bilinen organizasyonlarda yapılan ulusal ve uluslararası büyük dijital spor düzenlemeleri üzerinden dünyanın değişik bölgelerinden gelen insanlarla bir araya gelip, oyun oynayıp yarışa bilecekleri bir spor dalı şeklinde tanımlanabilir. Diğer

spor müsabakalarındaki gibi e-spor müsabakalarında da oyuncular veya takımlar karşı karşıya getirilir ve çeşitli yeteneklerinin konuşacağı, oyuncuların oyun becerilerinin yakından izlenmesi, oyunu izlemesi ve yapması keyifli bir ortam oluşturulur. Farklı spor branşları gibi hem bedensel hem de düşünsel uğraş ve yetenek gerektirir” (Url-15, 2017).

Bu tanımlardan yola çıkarak e-spor, karşılaşmalara ve mücadelenin olduğu bilgisayar oyunları ile teknolojinin kullanıldığı kategoriler, ligler, aktivitelerde amatör ve profesyonel seviyede kişisel ya da ekip şeklinde oynanabilen, oyunun kendine has düzenlemelerinin olduğu oyunlar olarak, teknik heyetler, oyun geliştiriciler, kişiler, ekipler, organizasyonu düzenleyenler, yatırımcılar, izleyiciler bütününe bulunduğu spor mu değil mi diye her ne kadar bilim adamları tartışıyor olsalar bile bir spor dalı olduğu söylenebilir.

2.5 E-Spor Tarihi

E-spor tarihi arcade (atari) dönemi ve internet dönemi olarak iki dönemde inceleyebiliriz. E-spor temelindeki rekabete dayalı oyun becerisi, video oyunların piyasaya çıkmasından bu yana var olan bir durumdur. 1980’li ve 1990’lı yıllardan günümüze gelişen teknoloji ile günümüzdeki oyun konsollarına öncülük eden arcade oyun makineleri ve bu tarz makineler için üretilen oyun videoları çok ilgi görmüş dünya genelinde popülerlik kazanmıştır. Bu oyunlar her ne kadar günümüz teknolojisinde olmasa da ve internet ağı teknolojisi de bu kadar gelişmemiş olmasına rağmen büyük ilgi çekmiş ve popüler bir hobi olarak en yüksek puanı elde etmek ya da bir kişinin arkadaşından daha fazla puan elde etme isteği, rekabetçi, oyun becerisi oyunculuğun başlamasını sağlamış ve günümüzdeki e-spor kavramının temelini atmıştır.

Arcade (atari) döneminde oyun oynama yerleri ne kadar kısıtlı olsa da günümüz internet dönemi sayesinde istediğimiz her yerde istediğimiz e-spor oyununa katılım sağlayabiliyoruz. Arcade atari döneminde belli yerlerde atari salonları olduğundan sadece o yerlere gidip veya imkân doğrultusunda eve alınabilirdi. Şimdi ki internet döneminde internet ağının genişletilmesi ve teknolojinin hızla ilerlemesiyle istenilen her yerde ister mobil giriş ister bilgisayardan rahatlıkla bir e-spor oyununa rahatlıkla bağlanılabiliyor. Teknolojinin gelişimiyle ve maliyetlerinin düşmesiyle birlikte e-spor oyunlarına erişim kolaylaşmıştır. Bu sebeple birlikte erişimin kolay oluşu ve her

yerde izlenmesi ve oynanması e-spora hem oyuncu olarak hem de izleyici olarak katılımı artırdığı görülmektedir. Her yaş kategorisini içinde barındıran ve nüfus olarak genç kesimin daha çok rehavet gösterdiği e-spor, dünya genelinde çok gelişmekte ve popülaritesi günden güne artmaktadır. Günümüzde ciddi bir izleyici kitlesine sahip olduğu ve gelirinde de ciddi artışlar olduğu, ciddi yatırımların olduğunu söyleyebiliriz.

Eskiden atari salonlarında oynanan karşılaşmaya, rekabete, en yüksek puanı almaya dayalı oyunlar, günümüz teknolojisinin gelişmesiyle internet erişiminin kolaylaşması ve maliyet açısından da eskiye göre daha elverişli olup, alım gücünün artmasıyla birlikte günden güne e-spor oyunlarının daha fazla oynandığı, bireysel veya takım olarak oynayan kişi sayısının ve izleyicilerin arttığı görülmektedir.

2.5.1 1970’li ve 1980’li yıllar Arcade dönemi



Şekil 2.3: Arcade dönemi atari makinesi

Kaynak: (Url-44)

Bilinen en eski video oyunu müsabakası, 19 Ekim 1972'de Stanford Üniversitesi'nde Spacewar oyunu için yapılmıştır. Stanford öğrencileri, Yüksek ödül Rolling Stone müzik dergisi için bir senelik abonelik olan "Galaksiler arası uzay savaşı olimpiyatlarına" davet edildi. Bruce Baumgart, birebir oynatılan beş kişilik karşılaşmayı ve Tovar ile Robert E. Maas ise Ekip Yarışması'nı kazanmıştır (Owen, 2012).

Atari tarafından 1980'de yapılan Space Invaders Şampiyonası, ABD genelinde 10.000'den fazla katılımcının ilgisini çeken ve popüler bir hobi olarak rekabetçi oyun yaratan ilk büyük ölçekli video oyunu yarışmasıydı (Url-8, 1982).

1980 yılının yazında; Walter Day, Twin Galaxies adlı yüksek skor kayıt tutma organizasyonunu kurdu (Bramwell, 2010).

Kuruluş, Guinness rekorlar kitabı gibi yayınlarla video oyunlarını tanıtmaya ve kayıtlarını yayınlamaya devam etti ve 1983 yılında "ABD Ulusal Video Oyun Ekibini" oluşturdu. Ekip, Guinness Dünya Rekorları için "Video Game Masters" Turnuvasını sürdürdü (Carless, 2006 ve Caoili 2009).

North American Video Game Challenge (Kuzey Amerika Video Oyunu Mücadeleleri) turnuvasına destekleyici oldu (Url-41, 1984). 1970'ler ve 1980'ler boyunca, popüler web sitelerinde, Life ve Time da olmak üzere dergilerde video oyun oyuncularını ve turnuvalarını yer almaya başladı (Borowy, 2012).



Şekil 2.4: 1982 yılında düzenlenen Space Invaders şampiyonası katılımcıları

Kaynak: (Ramsey, 2008)

Bilinen en önemli klasik atari oyunu oyuncularından biri, Guinness Rekorlar Kitabı'nın 1985 sayısında Pac-Man ve Donkey Kong gibi altı oyunda rekor kıran Billy Mitchell'dir (Url-8, 1982).

O zamanlarda gösterilen e-spor aktivitelerinin içinde, 1982-1984 seneleri içinde aktivite sergilemiş ve bu mücadelecinin bir atari oyunu üstünde alınan fazla puanları

geçme çabasının içerisinde oluşları, toplam 133 bölüm gösterilen Amerikan gösterisi Starcade verilebilir. Görselli video oyunu yarışması, "That's Incredible" adlı TV gösterisinin bir parçası şeklinde içerisinde bulundu ve yarışmalar 1982'deki Tron oyunu da içinde olmak üzere farklı filmlerin bölümlerinin parçası şeklinde gösterildi (Ebert, 1982). Oyun makineleriyle başlayan bu mücadele internetin yayılmasıyla farklı bir boyut kazanmış oldu. İnternet kafelere, insanların evlerine kadar girdi. Oyun makinelerinde bir mücadele, rekabet, en yüksek skoru almak için oyun salonlarına gitmek zorundayken, internet ağının gelişmesi, yayılmasıyla birlikte internet bu zorunluluğu ortadan kaldırarak rekabeti evlere taşımış oldu. Bu durumla birlikte bir zamanlar sadece oyun salonlarında oynatılabilen bazı video oyunları, atari oyunları internetin yaygınlaşması ve teknolojinin gelişmesiyle birlikte artık evlerde de oynatılabilir hale gelmiştir. Arcade oyunları en yüksek skoru almak için oynanmaktaydı.

2.5.2 1990 Yıllardan günümüz internet dönemi

1990'lı yıllarda bilgisayar oyunculuğunun yükselişi, internetin bağlantısının gelişmesiyle ve evlerde de internet erişimi olması ile birlikte, artık bir nevi arcade atari dönemi yavaş yavaş yerini internet çevrimiçi oyunlarına bırakmıştır. Teknolojinin gelişimiyle ve internet erişiminin artması ile birlikte oyunlara rehabet artmış iş sonrası evde internet erişimiyle oyunlar oynayıp stres atmak, eğlenmek, boş zamanlarını değerlendirmek, rekabet içerisinde olmak, en yüksek skoru elde etmek oyun popülerliğini artırmıştır.

İnternet erişiminin artmasıyla birlikte birçok oyun özellikle bilgisayar oyunları bu durumdan faydalanmış ve teknolojinin gelişimi internet bağlantısının artması erişimin kolaylaşması bireylerin zamanlarını daha çok oyunlarda geçirdiği eğlence, stres atma, boş vakitlerini oyun oynayarak değerlendirmişlerdir. Gün geçtikçe ilginin daha da yükseldiği bilgisayar oyunları dünya genelinde artık güçlü bir oyuncu ağı kurmuştur. Bu gelişmelerle birlikte turnuvalarda düzenlenmeye başlanmış ve eğlence alanlarını genişletmişlerdir.

1990'lı senelerde; fazla oyun, özellikle PC oyunları olmak üzere, internet erişiminin yükselmesinden fayda sağlandı. Örneğin, 1988 senesinde Netrek, neredeyse birbirinden farklı platform açık kaynak yazılımında yazılmış 16 oyuncuya kadar destekleyen bir internet oyunuydu. Netrek, üçüncü internet oyunu olmasına rağmen,

açık oyun sunucularını bulmak için meta sunucularını kullanan ve kullanıcı bilgilerinin kalıcı olduğu ilk internet oyunudur. 1993'te Wired Magazine tarafından "ilk çevrimiçi spor oyunu" olarak nitelendirilmiştir (Kevin, 1993).

1990'lı senelerinde gelişmiş bir e-spor turnuvalarından biri Amerika Birleşik Devletleri kapsayan ve şampiyonu belirleyecek müsabakayı Kaliforniya'daki Universal Studios Hollywood'da yapan Nintendo Dünya Şampiyonası'dır. Nintendo, 1994 senesinde Nintendo PowerFest '94 isimli Sistem için 2. Dünya Şampiyonası yapılmıştır. San Diego, Kaliforniya'da şampiyon olmak için oynayan 132 finalist içinde Mike Larossi birincilik ödülünü almıştır. Blockbuster Video, GamePro dergisi üzerinden aynı vakitte yönetilen kendi Dünya Oyun Şampiyonaları'nı 1990'ların ilk yıllarında yapmışlardır. Birleşik Devletler, Kanada, Birleşik Krallık, Avustralya ve Şili yurttaşları turnuvaya gitmeye hak kazanmıştır. 1994 şampiyonalarının oyunları NBA Jam ve Virtua Racing olmuştur (Blockbuster Video World Game Championship Guide, 1994).

Güney Kore'de e-sporların gelişmesinin, 1997 Asya ekonomi kriz sürecinden sonra geniş bant internet bağlantısının toplumsal biçimde yayılmasının etkisinde kaldığı düşünülmektedir (Mozur, 2014). Aynı vakitte fazla işsizlik durumunun ve yüksek oranın, fazla bireyin çalışmadığı vakitlerde yapacakları şey aramasına da sebep olduğu düşünülmektedir (Jin, 2010).

Güney Kore'de e-sporlar da olan gelişimin nicel niteliği, Kore'de "PC bang" ismi olarak söylenen internet kafe/LAN oyun üstlerinin genişliğidir. Kore Kültür, Spor ve Turizm Bakanlığı'nın dalı olarak bilinen Kore e-Spor Birliği, 2000 senesinde e-sporu Kore'de özendirmek ve hazırlamak için kurulmuştur (History of Korea e-sports Association 1999–2004, 2017).

7 ayrı Counter-Strike ekibi olan 4Kings, Fnatic, Made in Brazil, Mousesports, NiP, SK-Gaming, Team 3D takımları 2006 Nisan ayında bir araya gelerek G7 Teams federasyonunu kurmuşlardır. Böylelikle hem e-Spor ligleri ve organizasyonları ile birliktelik sağlamış hem de e-spor oyuncu transferlerine ilişkin standartlar getirmişlerdir. Federasyon 2009 yılında faaliyetlerini durdurmuş ve kapanmıştır (Url-19, 2006).

2010 senesinden beri e-sporlar hem görüntülenmede hem de ödül değerinin muhteşem bir gelişme göstermiştir (Patrick, 2010 ve Gaudiosi, 2014).

21. yüzyıldan önce de dev organizasyonlar kurulmuş, yarışmalar yapılmasına rağmen, 2000 senesinde toplamda yaklaşık 10 yarışma yapılırsa da, 2010'da sayısı 260'ı bulması ile boyutu büyük derecede artmıştır (Ben, 2013).

Günümüze gelindiğinde takipte bile zorlandığımız teknolojik gelişimler e-sporde etkisini göstererek 380 milyon izleyiciye ve milyar dolarlara ulaşan gelirlere ulaşarak ve günümüzde hala seyirci kitlesi ve geliri artmakta olan e-spor kendi ekosistemini oluşturmuştur (GSB, 2018).

Böylelikle arcade (atari) döneminden günümüzde de devamlı artış gösteren e-spor, başta Güney Kore olmak üzere her yerde seyirci kitlesi ve geliri arttığı görülmektedir. Dünya genelinde hızla gelişmekte olan e-spor birçok spor dalından daha hızlı gelişmekte ve gelirinin birçok spor dalından daha fazla olduğu görülmektedir.

2019'da Paris şehrinde düzenlenen League of Legends dünya şampiyonası finali G2 Esports ve FunPlus Phoenix takımları arasında geçmiştir. FunPlus rakibini 3-0 yenilgiye uğratarak League of Legends Dünya Şampiyonu olmayı başarmıştır. Final 16 dilde ve 20'den fazla platformda yayınlanmıştır. Yapılan veri toplama ve analizler sonucu bu final maçının dakika başına 21,8 milyona ulaşarak rekor kırdığı görülmüştür. 5 hafta süren turnuvanın içerikleri 1 milyar saatten fazla izlenilmiştir. Ayrıca dünya markalarının da destekleyici olduğu görülmektedir. Örneğin; oyun şampiyonlarından biri olan Qiyana için Louis Vuitton'un Kadın Koleksiyonları Sanat Direktörü Nicolas Ghesquière, Prestij Serisi kostüm ve League of Legends'dan esinlenmiş bir kapsül koleksiyonu tasarlamıştır. Mastercard, Hôtel de Ville'in dışında bir E-spor Köyü kurarak etkinliğe destek oldu ve 17 ülkedeki 151 sinema salonunda etkinliği yayınladı (Url-23, 2019). Paris şehrinde düzenlenen dünya şampiyonasında tüm sosyal medya platformlarında yoğun ilgi gördüğü ve e-sporun dünya genelinde ne kadar önemli bir yere sahip olduğu görülmektedir. Bu yıl 10. League of Legends dünya şampiyonası Çin'de gerçekleştirilmesi beklenmektedir.



Şekil 5. Günümüz teknolojisinde üretilen bilgisayarlar, yoğun ilgi gören league of legends karşılaşması ve izleyicileri

Kaynak: (Url-45)

2.6 Türkiye’de E-sporun Tarihi

Türkiye birçok konuda olduğu gibi e-spor konusunda da takipçi durumunda olduğu, diğer e-spor camiasının güçlü olduğu ülkelere göre bu sektöre biraz geç atılım sağlamıştır. Türkiye’de e-spor internet kafelerde düzenlenen turnuvalar, organizasyonlarla kendini göstermeye başlamış ve yavaş yavaş Türkiye’de yer edinmiştir. Her ne kadar son birkaç yılda gündeme gelmişse de Türkiye’nin e-spor geçmişi 2000’li yıllara dayanmaktadır.

Türkiye’de 2000’li yıllardan önce Arcade (atari) dönemi de büyük ilgi görmüştür. Henüz teknoloji, internet ağı bu kadar gelişmemişken oyun oynama isteği olan, ilgisi olanlar atari salonlarına gitmiş orada rekabetçi bir ortam sağlamış ve en yüksek puanı alabilmek veya karşısındaki kişiyi yenebilmek için mücadele ettikleri görülmektedir.

Atari salonları şuan ki internet kafeler kadar yaygın olmazsa da belli yerlerde, belli noktalar da atari salonları açılmış ve bireyler atari oyun salonlarına oldukça ilgi göstermişlerdir. Bazı atari salonlarında küçük çaplı organizasyonlar, ödüllü turnuvalar da olmuştur. Teknolojinin gelişimiyle beraber internet ağının yayılması ve gelişmesi artık yavaş yavaş atariye olan ilgiyi azaltmış ve kendi üzerine çekmiştir. İnternetin gelişimiyle birlikte insanlar artık daha çok internet oyunlarına, konsollara merak salmıştır. İnternetin ağının gelişimi ile birlikte her şehirde internet kafeler

kurulmaya başlamış ve insanlar internet oyunlarını oynamaya çevrimiçi/çevrimdışı oyunlarda rekabet göstermeye, en yüksek puanı almaya çalışmışlardır.

E-sporun dijital ortamda sürdürülebilmesi, tesis, donanım, araç ve gereçler açısından büyük kaynağa ihtiyaç duymaması, bireysel ve takım halinde rekabet, rakibini yenme ve kazanma duygusunu içermesi, fizik ve zihin becerileri ile doğasına özgü araç ve gereçlerinin olması gibi özellikleri barındırması e-sporun ayırt edici özelliklerindendir. E-spor gibi fiziksel aktivite içermeyen satranç ve briç gibi spor dallarının federasyonlaşarak veya kulüpleşerek dünya ve Türk spor yönetim tarihi içerisinde kurumsallaşmaları, e-sporun da benzer şekilde yapılanmasını ve her ne kadar spor dalı olup olmadığı konusunda tartışmalar halen devam etse de bir spor dalı olarak kabul edilmesini zorunlu kılmaktadır. Bu amaçla, Gençlik ve Spor Bakanlığı 2018 yılında e-spor Federasyonu kurarak e-sporu bir spor dalı olarak gördüğünü tescillemiştir. E-spor, spor yönetimi açısından kurumsallaşma ve mevzuat açısından gelişimini sürdürmektedir.

Ülkemizde her ne kadar e-spor algısı yavaş yavaş değişse de League of Legends arenası dışında pek değişen bir şey olmadı. Kulüp müsabakalarının dışında İnternet kafelerin zaman zaman kendileri tarafından yapılmaya çalışılan ve organize edilen malzeme ödüllü yarışmalarla e-spor devam etmekte. Bu süreçte dünyanın farklı noktalarında milyon dolarlık ödüllü turnuvalar, e-sporcuya vizesiz seyahatler, ünlü üniversitelerde akademik eğitimler, kurulan dev endüstriler gibi gelişmeler yaşandı. Oysaki genç nüfus olarak pek çoğundan daha güçlüyüz, ayrıca teknoloji bağımlısı ve lüks tüketim rekortmenlerinden biriyiz. Biz biraz geride kaldık (Url-2, 2017).

İnternet ağının gelişmesiyle birlikte internet oyunlarına olan ilgi her geçen gün artmasıyla birlikte oyun oynama alanları genişletilmiş ve kulüplerinde ilgisini çekmiştir. Oyunlara olan ilgi teknoloji dünyasının da ilgisini çekmiş ve daha rahat edebileceği, oyunlar için daha elverişli olabilecek oyun konsolları, bilgisayarlar, tabletler gibi ürünler üretmemişlerdir. İnternet erişiminin kolaylaşması ve maliyetinin düşmesiyle beraber internet kafeler çoğalmış bilgisayar oyunları fazlalaşmış ve oyun alanları genişletilmiştir. Bununla beraber kulüplerin ilgisini çekmiş ve bazı kulüpler bu platforma yatırımlar yapmışlardır. Kulüp bazında ülkemizin bilinen ilk e-spor takımı, 2003 yılında Counter Strike takımını kuran Dark Passage takımıdır. Dark Passage, 2012 senesinde League of Legends oyunu için de takım oluşturmuştur (Url-7, 2017).

E-sporlara artan yoğun ilgiyle beraber, bağımsız takımların yanında, ülkemizde 2015 senesinde Beşiktaş ESK (Türkiye ve dünya e-spor tarihinde bir ilk!, 2015) hemen ardından 2016 senesinde 1907 Fenerbahçe e-spor ve Galatasaray esports, League of Legends oyunu için yatırım yapıp e-spor ekiplerine resmî destek vermeye başlamışlardır (Url-10, 2017).

Profesyonel liglere katılım sağlayan sporculara, Türkiye Cumhuriyeti Gençlik ve Spor Bakanlığı - Spor Genel Müdürlüğü 2014 senesinden başlayarak e-sporcu lisansı yapılmakta ve bu elektronik sporcular, profesyonel birer elektronik sporcu olarak varsayılmaktadırlar (Url-9, 2018 ve Url-31, 2015).

E-sporcu lisansı alabilmek o kadar zor bir şey değil. Sadece 6 yaşını doldurmuş olmak ve birkaç belgeye ihtiyaç duyulmaktadır. İhtiyacımız olan belgeler şunlardır;

- T.C. Kimlik Numarası Beyanı
- Sağlık Raporu
- Doldurulmuş Tescil Fişi
- 2 Adet Vesikalık Resim

Bu istenilen belgeleri bulunduğumuz ildeki Gençlik ve Spor Bakanlığı Müdürlüğü'ne götürüp lisans işlemlerimizi yapabilir e-spor lisanslı oyuncusu olabiliriz.

League of Legends e-spor lisansına sahip olan oyunculara da ödül verdiği bilinmektedir. 2011 senesinde kurulan Türkiye Dijital Oyunlar Federasyonu ile devlet tarafından federasyon seviyesinde tanınan e-Spor, 2013 yılında bu federasyonun kapanması ile asbaşkanlık seviyesine inmiştir. 11 Ekim 2017 tarihinde Ankara'da Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu (BTK) Gençlik ve Spor Bakan Yardımcısı Abdürrahim Boynukalın, Dijital Oyunlar Sempozyumu'ndan sonra yapılan basın açıklamasında, e-sporun ülkemizle birlikte, dünya üzerindeki büyük önemi olduğunu bildiklerini ve Türkiye Elektronik Sporlar Federasyonu'nun tekrardan kurulacağını söylemiştir (Url-36, 2017).

4 Nisan 2018 senesinde kuruluş etkinliklerini yapmaya başlamıştır (Türkiye E-spor Federasyonu Resmi Olarak Duyuruldu, 2018) ve ilk başkanı Alper Afşin Özdemir olmuştur (Url-38, 2018).

Riot Games Türkiye Ülke Müdürü Bora Koçyiğit, ülkemizde spor dalları müsabakalarının en fazla izlendiği spor dalı futbol ondan sonra ise e-spor oyunları

geldiğini söylemiştir. Koçyiğit, bir de ülkemizde popülaritesi en yüksek olan futboldan sonra e-sporun geldiğini ve devamlı artan ilginin, Beşiktaş, Fenerbahçe ve Galatasaray gibi kulüplerin elektronik spora destek ve yatırımlar yaptıktan sonra yükseldiğini söylenmiştir. Koçyiğit'in röportajında, ülkemizdeki şampiyonluk müsabakalarının 1 milyon bireye yakın kişinin izlediğini söylemiştir(Url-9, 2017).

Riot Games Türkiye ve Bahçeşehir Üniversitesi işbirliği ile 2017'nin Mart ayında 1 milyon TL'lik e-Spor bursu verilmeye başlanmıştır. Ayrıca üniversite, Türkiye'de ilk kez hayata geçirilen seçmeli "Oyun Sektörü ve E-spor" dersini müfredatına almıştır (Url-4, 2017).

Riot Games, Gncrkcll ve Coca-Cola Zero işbirliğiyle Türkiye'nin ilk profesyonel e-Spor ligi olan "League of Legends Şampiyonluk Ligi" başladı. League of Legends'in ülkemizde gelişmekte olduğu bilinen bir gerçektir. Milyonlarca oyuncu, sadece Türkiye'de, League of Legends'ı her gün oynuyor. Sadece 2014 Dünya Şampiyonası, Dünya çapında 27 milyon tekil izleyici tarafından izlenmiştir. Oyun bu kadar gelişmişken, ülkemizde de resmi olarak liginin başlaması, sevindirici bir haber olarak karşılanmıştır (Zırhlı, 2015).

League of Legends'in ülkemizde artık ciddiye alındığı, destekleyici anlaşmalarının yapıldığı, geleneksel spor kulüplerinin e-spor takımları kurmaları gibi gelişmeler yaşandığı bir ülke haline gelmiştir. Bu gelişmeler e-sporu profesyonel olarak bir kazanç elde etmek için uğraşanlar ve League of Legends hayranlarını heyecanlandırmakta, geleceğe umutla bakmalarına neden olmaktadır.

Şu an League of Legends sponsorluğunu Vodafone Freezone yapmakta ve ligin adı Vodafone FreeZone Şampiyonluk Ligi olarak geçmektedir. Türkiye genelinde de ufak çaplı özel organizasyonlar, turnuvalar yapılmakta ve küçük ödüller verilmektedir. Özel turnuvaların yapılmasının en büyük nedenlerinden biri de e-sporun daha çok tanınırlığının artmasının sağlanması ve e-sporun gelişmesi amacıyla düzenlenmektedir. Bu organizasyonlar, turnuvalar genelde amatör e-spor turnuvaları da denilebilir. Profesyonel turnuvalardan birine örnek verecek olursak League of Legends'i örnek verebiliriz. League of Legends; Bahar ve yaz olarak iki dönemde oynanan League of Legends serilerinde e-spor takımları hem bölgesel, hem de uluslararası müsabakalar halinde oynanmaktadır. Amerika ve Avrupa bölgesi e-spor takımları puan usulü finallere katılmaktadırlar. Bölgesel düzeyde şampiyon olan

takımlar dev League of Legends Dünya Şampiyonası'na katılmaya hak kazanmaktadırlar. Ödül havuzu en az 5 milyon doları bulan League of Legends, 9 haftalık süren maraton sonunda şampiyonlar havuzdan ödülleri almaktadır. League of Legends maçları, Riot Games Twitch kanalından izlenebilmektedir (Url-37, 2018).

Türkiye’de şuan da var olan 3 tane e-spor arenası mevcuttur. Bunların ilki Nonstop Zula E-spor Merkezi olarak açılmıştır. League of Legends, Avrupa’nın en büyüğü olarak lanse edilen Türkiye’nin 2. E-spor arenasını açmıştır.

Zula ve League of Legends’ten ayrı Nişantaşı Üniversitesi’nin de yardımları ve katkısıyla birlikte hazırlanan 3. E-spor merkezi Gamezone arenası olmuştur. Bu arenalardan ayrı iki ayrı arenanın da yapımına başlandığı bilinmektedir.



Şekil 2.5: Riot Games’in İstanbul’da yaptığı dünyanın en büyük e-spor etkinliği

Kaynak: (Url-46, 2020)

2.6.1 Türkiye’de e-spor oyunları

E-spor olarak kabul edilmiş dijital video oyunları, e-sporculara mücadele edeceği rekabetçi bir ortam ve profesyonelliğini sergileyip gösterebileceği şekilde tasarlanmıştır. Oyun geliştiriciler, organizatörler hazırladıkları arabirimlerle rakip oyuncunun bakış açısından oyunun izlenmesini ve e-spor oyuncularına bile sağlanmayan bilgiye erişimi izleyici kitlesine sağlayacak şekilde tasarımda bulunmaktadır (Smith, 2012; Peel, 2013; McWhertor, 2013; Senior, 2011).

Türkiye’de e-spor oyunlarına ilgi 2010 yılından sonra gittikçe artmaktadır. League of Legend (LoL), PUBG gibi e-spor oyunları ülkemizde her geçen gün popülerliğini artırmaktadır. Her kesimin ilgi duyduğu bu e-spor oyunları ülkemizde ki izleyici kitlesi de oldukça fazladır. Ülkemizde yoğun ilgi gören e-spor oyunlarına önemli kulüplerde yatırımda bulunup bu platformda takımlar kurmuşlardır.

Türkiye’de bilinen, oynanan ve takip edilen e-spor oyunlar bu şekildedir.

- League of Legends (LoL)

Türkçe anlamı (Efsaneler Ligi) Riot Games (PC), 27 Ekim 2009 yılında ilk defa “League of Legends” (LOL) oyununu piyasaya sürmüştür (Riot Games, 2018).

- Counter Strike Global Offensive

Counter Strike Global Offensive (kısaca CS: GO), 12 Ağustos 2011’de resmi olarak piyasaya sürülmüştür (Announcement of CS: GO, 2011).

- Playerunknown’s Battleground (PUBG)

Oyun ilk olarak 2017’de piyasaya sürülmüştür.

- Fortnite

Yaşamını sürdürebilme gayesinde olan bir oyun olan Fortnite, Epic Games ekibi tarafından geliştirilen oyun, 10 Aralık 2011 tarihinde duyurulmuştu (Url-17, 2017).

- Zula

Oyunun yapımına 2013 yılında başlanılmıştır. Bir Türk yapımı olan Zula ülkemizden sonra ilk olarak Brezilya’da 2016 senesinde Haziran’da Playspor şirketi tarafından yayınlanmıştır (Url-18, 2016).

- Wolfteam

Oyun ilk olarak Kore firması softynx tarafından Kore’de 2007 yılında piyasaya sürüldüğü bilinmektedir.

- Dota 2

Dota ilk olarak 2003 yılında editörlerin yardımıyla bir mod olarak ortaya çıkmıştır. Fakat yeni versiyonlar yapmaya devam etmesine rağmen oyuna uyarlama konusunda fazla başarılı olamamışlar ve Dota’yı geliştirmeyi bırakmışlardır. Oyun sektörünün önde gelen isimlerinden olan Valve, 2010’da Dota 2’nin isim haklarını alarak Dota

2'yi yapacaklarını duyurmuş ve Dota 2 resmi olarak 9 Temmuz 2013'te piyasaya sürülmüştür (Url-20, 2015).

- Overwatch

Overwatch, Blizzard Entertainment tarafından geliştirilmiş fazla oyunculu, birinci kişi nişancı oyunudur. 7 Kasım 2014 tarihinde duyurulmuş ve dünya genelinde 24 Mayıs 2016 tarihinde piyasaya sürülmüştür. Oyun değişik haritalarda değişik oyun figürleriyle oynanmaktadır. Oyun içerisinde değişik niteliklere ve kabiliyetlere sahip birden fazla karakter ve bu karakterlerin hepsinin değişik rolleri bulunmaktadır (BlizzCon, 2014).

- Hearthstone

Popüler kart oyunu Hearthstone, ilk olarak 11 Mart 2014'te Microsoft Windows ve macOS işletim sistemlerinde oynanabilir olarak piyasaya sürüldü. Ardından iOS ve Android sistemler için de geliştirilmiş ve çıkışını yapmıştır (Url-20, 2019).

- Apex Legends

Şubat 2019'da piyasaya sürülmüştür (apex-legends-ücretsiz-olarak-geliyor, 2019).

- Tom Clancy's Rainbow Six Siege

13 Ekim 2015 tarihinde piyasaya sürülmüştür (Url-28, 2015).

- League of Legends Teamfight Tactics (Efsaneler Ligi Takım Savaşları)

League of Legends'ın yaratıcısı Riot Games, Auto Chess'e benzeyen yeni oyunu Teamfight Tactics'in 25 Haziran 2019'da piyasaya sürülmüştür (Url-25, 2020).

- Rocket League

Arabalarla oynanan bu oyun Rocket League Psyonix tarafından geliştirilen ve yayınlanan bir futbol oyunudur. Temmuz 2015'te piyasaya sürülmüştür (Morrison, 2018).

Türkiye'de şuan bulunan ve popülerliği en yüksek olan oyunlar yukarıda belirttiğimiz gibi bunlardan oluşmaktadır. E-spora gösterilen ilgi, sponsorluk, destek her geçen gün arttığı gibi oyun platformları da kendilerini geliştirmektedirler.

2.6.2 Türkiye’de bazı e-spor takımları

Ülkemizde bulunan e-spor takımları ve hangi e-spor oyununda mücadele ettikleri bu şekildedir.

League of Legends

1. Royal Youth
2. Bahçeşehir SuperMassive
3. Beşiktaş
4. Galatasaray E-spor
5. 1907 Fenerbahçe E-spor
6. Bursaspor E-spor
7. Doğu Üniversitesi Aurora
8. HWA Gaming
9. Galakticos
10. Dark Passage

CS: GO

1. Beşiktaş
2. Bursaspor E-spor
3. Dark Passage
4. Death Trap E-spor
5. Dynasty Gaming Female
6. Sangal E-spor
7. SuperMassive
8. Arena Bulls

Zula

1. 1907 Fenerbahçe E-spor
2. Bursa E-spor
3. İstanbul E-spor
4. Gamers of Future
5. Coza E-spor
6. Vengeance
7. Ice Warriors

8. Mod-Z
9. Galatasaray E-spor
10. Oyun Hizmetleri

Wolfteam

1. 1907 Fenerbahçe E-spor
2. Galatasaray E-spor
3. İstanbul Wildcats
4. Dark Passage
5. ICE Warriors
6. TOA

FIFA

1. Göztepe
2. Beşiktaş
3. Galatasaray E-spor
4. Futbolist
5. Space Soldiers

Dota 2

1. Bursaspor E-spor
2. Hearthstone
3. Galatasaray E-spor
4. İstanbul Wildcats
5. Royal Youth

PUBG

1. Galatasaray E-spor
2. İstanbul Wildcats
3. Beşiktaş E-spor
4. Oyun Hizmetleri
5. Dark Passage
6. Mod-Z
7. ICE Warriors
8. TOA

Fortnite

1. Beşiktaş E-spor
2. NBA 2K
3. Mod-Z
4. İstanbul E-spor
5. Göztepe E-spor (Url-13, 2020)

2.6.3 Türkiye’de bulunan e-spor takımlarının tarihçesi

2.6.3.1 Beşiktaş e-spor takımı

Profesyonel bir spor kulübü tarafından kurulan ilk e-spor takımı 20 Ocak 2015’te faaliyete geçen Beşiktaş’tır ve Şampiyonluk Ligi’nde mücadele etmektedir (Kaya, 2015).

2.6.3.2 Galatasaray e-spor takımı

Galatasaray e-spor takımı kuran önemli kulüplerden bir başkasıdır. Galatasaray e-spor takımı, Galatasaray tarafından 29 Kasım 2019 yılında kurulmuş ve Şampiyonluk Ligi’nde mücadele etmektedir (Url-35, 2020).

2.6.3.3 1907 Fenerbahçe e-spor takımı

Profesyonel bir spor kulübü olarak ilk kurulan Beşiktaş e-spor kulübünden sonra kurulan ikinci büyük kulüp 1907 Fenerbahçe e-spor kulübüdür. 14 Ekim 2016’da kurulmuştur. Şampiyonluk Ligi’nde mücadele etmektedir (Url-16,2020).

2.6.3.4 Bahçeşehir supermassive e-spor takımı

Dünyanın önde gelen profesyonel Türk e-spor takımlarından biridir. Türkiye’nin en eski e-spor takımlarındandır. 2016 yılında kurulmuştur. Şampiyonluk Ligi’nde mücadele etmektedir (Url-3, 2018).

2.6.3.5 Bursaspor e-spor takımı

2018 yılında Macro Maniacs takımının ligdeki haklarını satın alarak lige girmişlerdir. İlk kez 2018 Şampiyonluk Ligi Yaz mevsiminde mücadele etmişlerdir (Url-34, 2018).

2.6.3.6 Royal Youth e-spor takımı

Royal Youth 2016 yılında kurulan e-spor kulübü. League of Legends, Counter-Strike: Global Offensive, Hearthstone takımları bulunur. Takım Şampiyonluk Ligi'nde mücadele etmektedir (Url-30, 2020).

2.6.3.7 Space Soldiers e-spor takımı

Space Soldiers, 2015 yılında kurulmuştur ve kısa sürede önemli başarılarla imza atmıştır. Uluslararası arenada ülkemiz adına en çok başarıya ulaşan takım konumundadır (Url-12, 2019).

2.6.3.8 Doğu Üniversitesi Aurora e-spor takımı

Doğu Üniversitesi Aurora takımı 2015 yılında kurulmuştur. Şampiyonluk Ligi'nde mücadele etmektedir (Url-6, 2020).

2.6.3.9 Galakticos e-spor takımı

Galakticos 2016 yılında kurulan Türk elektronik spor kulübü. Takım, Şampiyonluk Ligi'nde mücadele etmektedir. Galakticos lige ilk adımını 2017 Şampiyonluk Ligi Kış mevsimi ile attı. Ligi 6. tamamladı (Url-33,2020).

2.6.3.10 HWA Gaming e-spor takımı

2006 yılında Türkiye'nin ilk e-spor kulübü olarak yerini almıştır.

2.6.3.11 Dark Passage e-spor takımı

Dark Passage 2003 yılında kurulmuştur. League of Legends dışında FIFA 15, CS: GO ve Hearthstone takımları da mevcuttur. Ayrıca kadın League of Legends takımı da mevcuttur. Şampiyonluk Ligi'nde mücadele etmektedir (Url-5, 2020).

E-sporcuların turnuvalarda, müsabakalarda, mücadele ve rekabet içerisindeyken başarılı olabilmeleri için bir takım önemli özelliklere yani fiziksel olduğu kadar zihinsel becerilere sahip olmaları gerekmektedir. Bu kapsamda e-sporcularda bulunması gereken bir takım önemli hususiyetler vardır. Bunlar;

- E-spor oyununa hâkim olma,
- E-spor oyun araç ve gereçlerine hâkim olma,

- E-spor oyununu kontrol etme,
- Konsantrasyona sahip olma,
- Strateji geliřtirebilme,
- Hızlı ve doğru karar verebilme,
- Rakip oyuncuyu kontrol etme
- E-spor oyunu üzerinde yaptığı antrenmanlarla pratik olma sayılabilir (Argan ve Akın, 2007).



3. OBEZİTE

3.1 Obezite Nedir?

Obezite, insanoğlunun var olduğu süre boyunca refah, sağlık ve zenginlik göstergesi şeklinde görülmüştür. Bu durumla beraber günümüzde, hayat şartlarının giderek artması, kişilerin daha durağan ve biçimsiz bir hayat tarzına yönelmiş, dünyadaki bütün toplum ve varlıkları için giderek artan bir sağlık problemi durumuna gelmiştir. Başta finansal ve teknoloji bakımından gelişip ilerlemiş ve ilerleme gösteren toplumlarda obezite, sağlık sorunlarının en önünde gelmektedir (Çömlekçi, 2011).

Obezite, vücutta harcanan enerjinin harcanan enerjiden daha fazla olmasına bağlı vücut genelinde veya lokal olarak adipoz dokuda sağlık sorunları çıkartacak ölçüde aşırı yağ birikmesi olarak tanımlanmaktadır. Önceleri yalnızca estetik açıdan ve beden imajı açısından bir sorun olarak görülen obezite günümüzde kalp-damar hastalıkları, hipertansiyon, diyabet, solunum sistemi hastalıkları, birçok kanser türü, ve kas-iskelet sistemi hastalıkları gibi sağlık problemlerinin oluşmasına temel oluşturan, yaşam kalitesi olumsuz yönde etkileyerek ve süresini kısaltan kronik, mortalite ve morbiditesi yüksek, kompleks, multifaktöriyel bir hastalık olarak kabul edilmektedir (Aygün, 2012).

Genel tanımlamayla obezite, gerekenden daha fazla enerji alımı ile birlikte daha az enerji harcanması sebebiyle oluşmaktadır. Multifaktöryel bir hastalık olan obezite; biyolojik, davranışsal ve çevresel faktörlerin etkisiyle meydana gelen bir hastalıktır (Sucaklı, 2015). Son yıllarda dünyanın her bölgesinde obezite artmakta olup bu durum her yaş kategorisini kapsamakta ve çocukları, gençleri, yetişkin bireyleri, yaşlıları da etkilemektedir. Buna sebep olarak çağdaş hayatın bize sunduğu beslenme alışkanlıkları, hareketsiz bir yaşam sürme, spor yapmama, aktivitelerden uzaklaşarak bilgisayarlara, videolu oyunlara, televizyona yönelmeleri görülebilmektedir. Obeziteyi bu şekilde tanımlayabiliriz. Obezite, günlük yaşantımızda vücudumuza almamız gereken besinleri, vücudumuza fazladan aldığımız ve bu fazla olan besini günlük yaşantımızda harcayamadığımızdan dolayı oluşmaktadır. Vücutta biriken

enerjinin harcanamaması ve yağ dokusu olarak vücutta birikmesi, obezite hastalığına sebebiyet vermektedir.

Günlük beslenme öğün sayısı da obezite için önemli bir faktördür. Eğer günde üç ya da üçten çok öğünle beslenenlerde obez olma riski yükselmektedir. Bu durum düzensiz beslenenlerin obez olma ihtimallerinin de yüksek olduğu bilinmektedir.

Obezite hakkında yapılan çok çalışma ve araştırmalar da obezitenin, hemen tedbirlerinin alınması gerektiği ve obeziteden korunmak için önemli şekilde araştırma başlatılması gerektiği ile ilgilidir. "Obezite hakkında olan ilk araştırma DSÖ Avrupa Bölge ve Ofisi'nin, 1997 senesinde duyurulan aşırı şişmanlığın önüne geçilmesi ve iyileştirme hakkındaki raporudur. Bu rapordan sonra 1999'da 24 ülkenin imzaladığı 'Milano Deklarasyonu' adlı rapordur. Şu an ki zamanımızda ise aşırı şişmanlık Epidemisi dünyanın en ciddi sağlık problemlerini oluşturacağı, başta küçük yaştaki bireyler ve yetişkin bireyler için alarm seviyesine çıktığı ve bizden sonra gelecek insan ve toplumlar için daha çok sağlık problemleri oluşturacağı belirtilmektedir (T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu, 2013).

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) verilerine göre 2016 yılında, 1.9 milyardan çok yetişkinin aşırı kilolu, 650 milyondan çok yetişkinin obez olduğu görülmektedir. Cinsiyete göre kadınların %15'inin erkeklerin %11'inin ve dünyadaki yetişkin nüfusun yaklaşık %13'ünün obez olduğu ve dünya genelinde aşırı şişmanlık prevalansının 1975 senesinden günümüze kadar yaklaşık üç katına çıktığı ve görülme sıklığının giderek artmakta olduğu dikkat çekmektedir (WHO, 2018).

Bedende çok fazla lipittin oluşması sonucu oluşmakta olan aşırı şişmanlık, bazı sistematik hastalıkları da meydana çıkarmaktadır. Obezitenin oluşumunda birçok etken olduğu gibi bunlardan bazıları da şunlardır. Yaş, cinsiyet, çevresel faktörler, genetik faktörler, davranışsal faktörlerin ciddi rollerinin olduğu bilinmektedir. Bundan dolayı obeziteye sebebiyet veren faktörlerin belirlenmesi, karşılaşılabilecek problemlerin halledilebilmesi ve gereken tedbirlerin alınması yönünden önem taşımaktadır. Obezitenin oluşumuna sebebiyet veren bazı faktörler bunlardır.

3.2 Genetik Faktörler

Aynı genlere sahip olan bireylerde birden çok kişide aşırı şişmanlığın olması, aşırı şişmanlığın genetik olabilme olasılığını güçlendirdiği bilinmektedir. Aşırı

şışmanlığın kişisel boyutundan ayrı ailesel etkenin araştırılması ile beraber genetik etkinin görüldüğü araştırmalarda ve çalışmalarda kanıtlanmıştır. ‘Yapılan aile araştırmalarında aşırı şışmanlığın %25-40 oranında kalıtsal nedenlerle genetik olarak meydana geldiği söylenmiştir. Birden fazla genin aşırı şışmanlık ile beraberliği görülmekte, bu nedenle aşırı şışmanlığın poligenik olduğu neticesine varılmıştır (Karamahmutoğlu, 2007).

Aşırı şışmanlık, çoğunlukla ailesel geçiş göstermekte, ailesinde obez olan kişiler, öteki aile fertleri ile beraber aynı ortamda hayatlarına devam etmeseler de yükselen aşırı şışmanlık tehlikesi bulundurmaktadır. Ebeveynlerinde aşırı şışmanlık halinin olması, çocukluk ve ergenlik zamanlarındaki kişiler için oldukça ciddi bir tehlike oluşturmaktadır. Kalıtsal etkenlerin obezite etiyolojisi üstündeki etkilerinin delilleri ikizler üzerinde yapılan araştırmalara dayanmaktadır. On iki gruptan oluşan monozigot yetişkin ikizler üzerinde uzun zaman boyunca fazla kalorili diyet uygulayarak yaptıkları araştırmalarında beden yükünün ve abdominal lipit dokusu artışının monozigot ikizlerde birbirlerine fazlasıyla yakın olduğunu, ancak kilo alımı ve abdominal lipit dokusundaki bu yükselişin ikiz gruplar içerisinde değişiklikler olduğu ve bu değişikliklerin, tam anlamıyla belirlenememiş kalıtsal etkenlerden oluşabileceğini öne sürmüşlerdir (Allison, 1996 ve Reilly JJ, 2005).

Genetik yapının oluşturduğu yatkınlık çevresel etkenlerin etkisiyle birlikte sistematik bir rahatsızlık olan aşırı şışmanlığa neden olmaktadır. Obezite ile ilişkili çok sayıda gen bulunmakla birlikte genetik faktörlerin çevresel faktörlerle etkileşime girerek obezite oluşumuna yol açtığı belirtilmiştir (Çayır, 2011).

Genler beslenmeyi; enerji depolanmasındaki düzensizlikler, kişinin kendini daha iyi hissetmesi ve rahatlamak için yemeğe yönelmesine sebep olan kalıtsal psikolojik faktörler, karbonhidrat ve yağın depolanmasındaki anormallikler yönünden etkiler (Guyton ve Hall, 2016). Obezitenin genetik yönünü araştırır ve incelerken sıklıkla ikiz, evlat edinmiş çocuklar ve araştırmalarıyla incelenmektedir (Vögele, 2005). Aşırı şışmanlığa sebebiyet veren etkenlerin bazıları kalıtsal olup, aşırı şışmanlığa eğilimli görünürken bazıları ise sonradan bağlayan çevresel etkenlerdir.

3.3 Çevresel Faktörler

Aşırı şışmanlık gelişmiş ve gelişmekte olan toplumlarda kronik hastalıklarında nedeni olan çok önemli bir birey sıhhat problemi durumuna gelmiştir. Aşırı

şışmanlığın sebepleri de her geçen gün artmaktadır. Obezitenin farklı millet ve topluluklarda bu kadar yaygın görülmesi sadece metabolik ve genetik faktörlerle açıklanamamaktadır. Çevresel ve sosyal etmenler ile obezite arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Obezite epidemisinde çevresel etmenler aşırı besin alımına ve daha az fiziksel aktiviteye neden olur. Fiziksel, ekonomik, politik ve sosyokültürel etmenlerden oluşan besinsel çevre, bireylerin yiyecek ve içecek seçimlerini ve beslenme durumunu etkilemektedir. Çevresel faktörden oluşan obezitenin en büyük nedenleri yeme alışkanlıkları zamanını televizyon ve bilgisayar başında geçirme, fiziksel aktivite eksikliği, tüketim çılgınlığı olarak görülmektedir.

3.3.1 Fiziksel aktivite eksikliği

Bedensel etkinlik sıkıntısı aşırı şışmanlığın yükselmesinde en ciddi faktörlerin içinde gösterilmektedir söyleyen Bedirli, Çocuklarda içinde olmak üzere batılı milletler; dinlenme, Televizyon seyretme, araçlarla okullara gitme, kısıtlı bedensel etkinlik yapmak gibi yerleşik hayat şekline yönelik yükselmekte olan bir eğilim göstermektedir. Sağlıklı beslenme statüsünün korunmasında bedensel etkinlik çok ciddi bir yer edinmişken, yerleşik hayat şekilleri aşırı şışmanlık ve onun getirebileceği ilk olarak kalp rahatsızlıkları için önemli bir sıkıntı etkeni oluşturduğunu söylemektedir (Url-27, 2017).

3.3.2 Yeme alışkanlıkları

Yeme alışkanlıklarına gelince, yeme alışkanlığı olarak obeziteye neden olabilecek birçok sebep vardır. Bunlardan bazıları şunlardır; düzensiz beslenme, fazla besin tüketimi, yüksek kalorili sanayileşmiş yiyecek ve içeceklerin tüketilmesi, fastfood yiyeceklerinin tüketilmesi obezite olma ihtimalini arttırırken meyve, sebze, baklagiller ve tahıllar gibi doğal ve sağlıklı besinlerin tüketiminin azalması da obeziteye neden olduğu görülmektedir (Url-27, 2017).

3.3.3 Tüketim çılgınlığı

Giderek artmakta olan tüketim isteğiyle beraber bireyleri farkında olmadan gelişen obez hastalığına sürüklemektedir. Prof. Bedirli, “1990-2010 yılları içerisinde beden kitle endeksi ile değişen 32 finansal etkeni ele alan 4 ekonomistin vardığı neticeye göre beden kitle endeksi ve obezitede ki artışı söyleyen en güçlü etken

hipermarketler, ikinci faktör ise kişi başına düşen restoran sayısı olduğunu söylemiştir (Ntv.com.tr, 2017).

3.4. Psikolojik Faktörler

Aşırı şişmanlığa sebebiyet veren en önemli etkenlerden biri psikolojik sorunlardan biri olan depresyondur. Küçük yaştaki bireylerde depresyonun şişmanlığa sebep olduğu bilinirken; yetişkin bireylerde bu durum aşırı şişmanlıktan sonra depresyon hali meydana gelmektedir. Depresyon rahatsızlığı yaşayan çok fazla kişi daha çok yeme içme, besin tüketimine başladığı görülmektedir. Obezite olanların %50'sinde klinik depresyon durumu ile karşılaşmaktadır. Depresyondan sonra kilo artışı çoklukla bu hastalığın tedavi edildikten sonra tekrardan kilo artışının olmadığı görülmektedir. Kilo artışıyla beraber bireyin kendi vücudunu görüp hayal kırıklığı meydana gelmekte ve bu durumdan rahatsız olmaktadır. Kendini beğenmez, yakışıklı bulmaz ve beğenilmediği düşüncesi meydana gelmekte ve bireyin içine kapanık bir ruh tavrı sergilediği görülmektedir. Gelişen bu durumlarla birlikte birey çöküntü içerisine girebilir. Aşırı şişmanlık halinde iyileştirme sürecinde bir tek diyet programının yeterli olmadığı psikolojik desteğinde alınması gerekmektedir (Url-24, 2020).

3.5 Davranışsal Faktörler

Günlük beslenme öğün sayısı da obezite açısından önemli faktörler arasındadır. Günde üç veya üçten fazla öğün beslenenlerde, daha az öğünle ve düzensiz beslenen kişilere göre daha az obezite görülmektedir. Bunun sebebinin; sık sık küçük öğünlerle beslenenlerde salgılanan insülin ile büyük boyuttaki yemekler sonrası salgılanan insülin arasındaki fark olduğu düşünülmektedir. Ayrıca kahvaltı yapmanın da obezite riskini azalttığı belirtilmektedir (Aktan, 2016).

Yanlış beslenme davranışları, bireyleri obeziteye götüren ana etkenlerdendir. Birey yeme içme davranışlarına dikkat etmezse obezite hastalığına davetiye çıkarmakta ve obez olma ihtimali ile karşılaşabilmektedir. Aşırı şişmanlığa sebep olabilecek düzensiz yeme alışkanlıklarının önemli olan bazıları bunlardır:

- Olağanın üzerinde gıda tüketimi.
- Akşam eve geldikten sonra yemeğin hazırlanma vaktine kadar atıştırmak ve sonra tekrar yemek yemek.

- Geceleri yemek yiyip uyuma alışkanlığı.
- Özellikle çalışan kişilerde; sağlığa faydalı gıdalar yemek tercih etmemekle hazır, enerji yoğunluğu çok olan gıdaların fazla tüketmesi.
- Öğün atlamak, öğün arasında devamlı bir şeyler yiyip içmek.
- Sıkıntılı, stresli ve öfkeli hallerde çok fazla besin tüketimi yapmak (Url-26, 2018).

3.6 Sedanter Davranışlar

Durağan tavırlarla; uykudan ayrı vakitlerde devamlı oturma, hareketsiz kalma, uzanma gibi enerji kullanımının az olduğu etkinliklerdir. Buna benzer tavırlarla çok fazla hareketsiz kalıp oturmak, televizyon seyretmek, saatlerce video görselli oyunlar oynamak ve telefon, tablet, bilgisayar ile vakit geçirmek gibi örnekler verilebilmektedir. Sedanter bireyler gündelik yaşantılarında çok az yürüten devamlı oturan ve oturarak iş yapan bireyler olarak tanımlayabiliriz. Sedanter yaşam süren bireylerde obezite hastalığının görülmesi yüksek bir olasılıktır.

Hareketsiz hayat biçimi, şekilsiz bedensel etkinliğinin olduğu veya bedensel etkinliğin hiç olmadığı bir hayat tarzıdır. Hareketsiz bir hayat şekli süren bir birey toplum ağzında tembel olarak bilinmektedir. Sedanter yaşam tarzı süren kişiler genelde gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde daha çok görülürler. Sedanter yaşam süren bireyler güçlü fiziksel aktivitelere katılımı çok az veya hiç katılım göstermemektedirler. Genelde daha çok oturma, videolu oyunlar oynama, bilgisayar kullanımı gibi faaliyetler içerisinde olup hareketsiz bir yaşam biçimleri bulunmaktadır. Hareketsiz yaşam birçok olumsuz sağlık sonuçlarına davetiye çıkarmakta ve en önemli hastalıklarından biri obeziteye sebebiyet vermektedir.

Devamlı hareketsiz kalıp bir yerde oturmak hayati riske sebep olabilmektedir. Gün içerisinde 5 saatten çok oturma eğiliminde olan bireyler için bu tehlike daha çoktur. Egzersiz ve beden kitle indeksiyle beraberliği olmayacak biçimde tek başına bir tehlike etkenidir. Durağanlık yükseldikçe kronik rahatsızlıklara yakalanma tehlikesi yükselir. Günde 4 saatten daha çok hareketsiz oturan bireyler, günde 4 saatten daha az hareketsiz oturmakta olan bireylere göre %40 daha yüksek tehlike içerisinde. Gene de, haftada en az 4 saat antrenman yapanlar, günde 4 saatten az oturanlar kadar sağlıklıdır (Url-32, 2020).

3.7 Vücut Kitle İndeksi Sınırlandırması

Boy kilo ya da vücut kitle endeksi, yetişkin kadın ve erkeklerde boy ve kilolar temel alınarak tahmini yağ oranını gösteren bir ölçüdür.

Boy Kilo (Vücut Kitle) Endeksi sonuçlarına göre obezite hesaplaması yapılmaktadır.



Şekil 3.1: Vücut kitle indeksi hesaplaması

Kaynak: (Url-42, 2020)

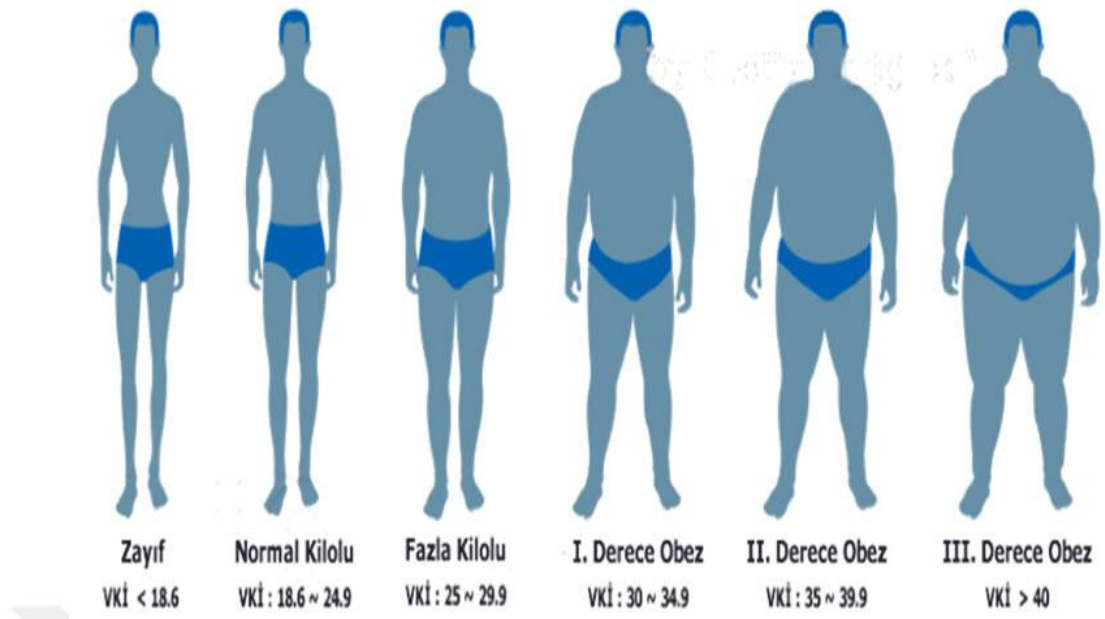
Dünya sağlık örgütünün belirlediği obezite derece aralığı ülkemizde de Sağlık Bakanlığı tarafından kabul edilmektedir.

Dünya sağlık örgütünün ve Sağlık Bakanlığı'nın kabul ettiği verilere göre vücut kitle indeksi, kilonun boy uzunluğunun karesine bölünmesi ile bireyin vücut kitle indeksi değeri elde edilebilmektedir. Çıkan sonuç kişinin beden kitle indeksini vermektedir.

Boy ve kilo indeksi ve vücut kitle indeksi aynı kavramları ifade etmektedir.

- Yetişkin bireylerde kullanılmaktadır.
- Çıkan sonuç sağlığımız açısından önemli bir değeri ifade etmektedir.
- Birey bu değeri hesap ederek ideal kilosunu öğrenebilmektedir (Url-42, 2020).

Dünya sağlık örgütünün belirlediği ve Türkiye Sağlık Bakanlığı'nın kabul ettiği değerler aşağıdaki şekil 8'de görülmektedir.



Şekil 3.2: Vücut kitle indeksi değerleri

Kaynak: (Url-47, 2020)

4. GEREÇ VE YÖNTEM

4.1 Araştırmanın Amacı

Bu araştırma ile E-sporcuların çevrimiçi oyunlarda harcadıkları zaman ile obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

4.2 Araştırmanın Modeli

E-spor oyuncularının çevrimiçi oyunlarında harcadıkları zaman ile obezite arasındaki ilişkinin incelenmesinde Batman e-spor oyuncularının örneklemini değerlendirmek adına aşağıda ayrıntılı biçimde verilecek olan ölçeklerle nicel araştırma modeli ile çalışma gerçekleştirilmiştir.

4.3 Evren Örneklem

Bu çalışmanın evreni Batman ilinde 250 e-spor oyuncusu belirtilmiş çalışmada minimum 100 e-spor oyuncusuna ulaşılmış çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeği yüz yüze anket çalışması olarak yapılmıştır. Bu çalışmanın örneklemini ise çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğini 100 e-spor oyuncusu örneklemine uygulanmıştır. Çalışma örneklemini oluştururken Uygun (Konvansiyonel) Örneklem yöntemi kullanılmış, çalışmaya katılım gönüllülük esasında sağlanmış, katılımcılar ile yüz yüze görüşülerek anket formları doldurulmuştur.

4.4 Veri Toplama Analizi

Bu araştırmada nicel bir çalışma metodu olarak anket (yoklama) yöntemi kullanılmıştır (Geray 2014:120). Anket (yoklama) yöntemin özelliklerini bu şekilde sınıflandırır:

- Toplumsal, finansal, psikolojik, teknolojik, kültürel, siyasal ve diğer veri tiplerinin toplanması ve çözümlenmesi,
- Cevaplayacak bireylerle (denekler) irtibat halinde geçilip konu hakkında bilgi edinmek üzerine kuruludur,

- Çalışma yapılan bireyleri simgeleyen bir örneklem üzerinden yapılmaktadır,
- Örneklemden sahip olunan bilginin yapılan çalışma sonucu bireylerin genelinde geçerli olduğu sayılmaktadır. Bu nedenle beraber birden fazla kontrol çeşitliliğinde bir tek cevaplayan denekler için de çalışmanın hepsini kapsamaya gidilmesi mümkündür.

Bu halde üzerinde araştırma yapılan nüfusun örneklemini aynı bireyleri kapsar.

Çalışmaya ait veri toplama yapmak için Abdullah Bedir Kaya tarafından Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Ölçme Değerlendirme Bilim Dalı alanında “Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması” yüksek lisans tezinin meydana getirmiş olduğu ölçek temel alınmıştır. Ölçeğin e-spor unsurlarını ölçme değişkenleri içermemesi sebebiyle e-spor konusuyla ilgili anlatımlar da eklenerek, 20 nüfusluk pilot araştırma ekibine takdim edilmiş, geri bildirimler alınmıştır. Yapılan geri dönütler neticesi araştırmaya ait anlatım sayısının çokluğunun araştırmaya katılacak bireylerin yanıtlaması tarafından eksik/kayıp bilgilere sebep olabilmemesi durumu da baz alınarak, araştırmanın kavramsal sürecinde söylenen davranışsal bağımlılık, internette bilinçsiz kullanma ve internet bağımlılığı ile esas maddeleri ve bunun yanında e-spora özgü anlatımları barındıran yenilenmiş bir ölçek hazırlanmıştır. Hazırlanan yenilenmiş, düzeltilmiş ölçek, iki kısımdan oluşmaktadır. Birinci kısım katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, anne baba eğitim düzeyi, boy, kilo, kardeş sayısı, kardeş sıralaması gibi demografik anlatımlar, katılımcıların benliklerine ait başarı ve hoşnutluk seviyeleri, araştırmanın örneklemini belirleyen e-spor oyuncularının e-spor oyunlarını kaç yıldır oynadığı, günlük ortalama oyun oynama süresi, temel ihtiyaçlar dışında ara vermeden ulaştığı rekor oyun süresi ve turnuvalara katılım hallerine yanıtlayacak sorular yer almaktadır. İkinci kısım, katılımcıların e-spor ve oyun bağımlılığının üzerine hareket ve davranışlarını ölçen veri seti, beşli likert tipinde hazırlanmıştır. Anlatımlarda (1) “Kesinlikle katılmıyorum” (2) “Katılmıyorum” (3) “Kararsızım” (4) “Katılıyorum” (5) “Tamamen Katılıyorum” şeklinde puanlanmıştır. Ters madde olarak belirlenen 44. ve 47. Maddeler ters kodlanmıştır. Hazırlanan ölçek, danışman Burcu Kaya Erdem onayından sonra Google Forms üzerinden katılımcılara açık hale getirilmiştir.

Değişkenlerin uygun duruma tabi olup olmadığını Shapiro-Wilk testi ile test edilmiştir. Uygun dağılıma uymayan değişkenler medyan (minimum-maximum)

değerleri ile verilmiş olup üç ve üçten çok ekip karşılaştırmasında Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Değişkenler içerisinde ki bağlantılar Pearson Korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. İstatistiksel analizler IBM SPSS statistics 20.0 programında yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0,05 alınmıştır.

4.5 Veri analizi

Araştırmadan edinilen bilgiler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 20.0 programı ile analiz edilmiştir.

4.5.1 Ölçeğin güvenirlik çalışması

Ölçeğin güvenirliği için Alfa (α) modeli (Cronbach Alpha Coefficient) kullanılmıştır. Bu yöntem faktör analizi sonucu ankette bulunan 24 maddenin bağdaşık bir yapı gösteren bir bütünü gösterip göstermediğini değerlendirir. 0 ile 1 arasında değer alan bu katsayı (Cronbach) alfa katsayısı olarak isimlendirilir. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0 sayısına yakın olduğunda güvenirlik düzeyi azalmakta, 1 sayısına yakın oldukça güvenirlik düzeyi fazlalaşmaktadır. Aşağıda gösterildiği gibi sayılara yaklaştıkça değerlendirilir.

- 0.80 – 1.00 Yüksek Güvenirlik
- 0.60 – 0.79 Güvenilir
- 0.40 – 0.59 Düşük Güvenirlik
- 0.39 Güvenilir Değil

Bu çalışma grubu için kullanılan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı $C_{\alpha} = 0,884$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer kullanılan ölçeğin oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir. Başka bir madde çıkarıldığında elde edilen alfa katsayılarının genel güvenirlik katsayısı Alfa ile karşılaştırdığımızda hesaplanan değerlerin genel Alfa değeri olan 0.884'e çok yakın veya daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Bundan dolayı tüm ifadelerin ankette bulması gerektiğini göstermektedir. Çünkü bu maddeler ankette çıkartıldığında çıkan sonuç alfa değeri genel alfadan fazla çıkıyor ise o soru güvenirliği azaltan bir maddedir ve ölçekten çıkartılması gerekebilir. Aksi durum söz konusu ise yani hesaplanan alfa, genel alfa değerinin altına düşüyor ise o soru ölçekte yer alması gereken önemli bir sorudur.

4.5.2 Ölçeğin geçerlik çalışması

Ölçme aracında bulunulması ve ihtiyaç duyulan en önemli özellik geçerliliğidir. Bundan dolayı geçerliği olmayan bir ölçümün güvenilir olup olmadığına bakmak ifadesiz olur. Geçerlik ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı özelliği başka faktörlerle karıştırmadan ölçme derecesidir (Başol, 2013).

4.5.3 Faktör analizi

Faktör analizi, birbirleri ile bağlantılı fazla sayıdaki değişkeni az sayıda, anlamlı ve birbirinden bağımsız faktörler haline getiren ve yaygın olarak kullanılan çok değişkenli istatistiksel tekniklerden biridir. Faktör analizi yöntemlerinden, faktörlerin sonuçlandırılmasında çok görülen olarak kullanılanı Temel Bileşenler analizidir. Bu yöntemde, değişkenler arasındaki en fazla varyansı açıklayan birinci faktör hesaplanır. Kalan en az ölçüdeki varyansı tanımlamak için ikinci faktör kullanılır. Böylece devam etmektedir. Bu durumda asıl olan nokta analiz sonucu çıkan sonucun faktörlerin arasında korelasyon olmaması, başka bir ifadeyle çıkan sonucun faktörlerin orthogonal olmasıdır.

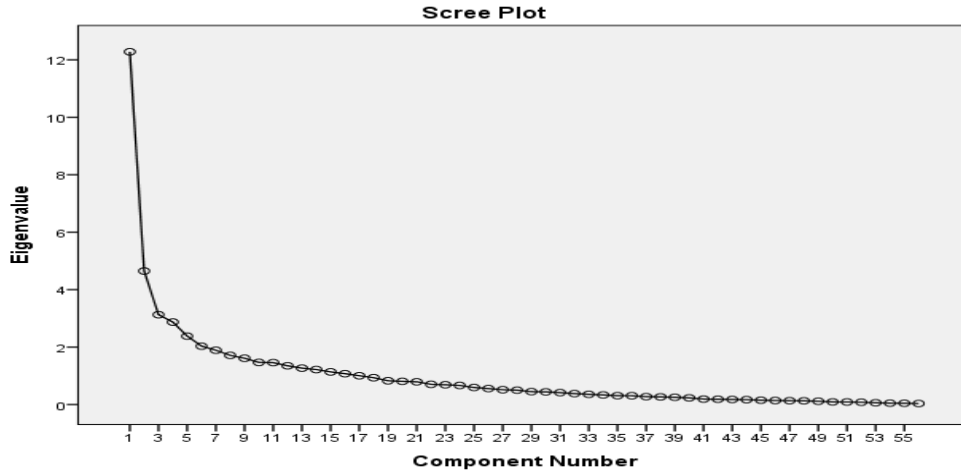
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem yeterliliği ölçütü gözlenen korelasyon katsayıları büyüklüğü ile kısmi korelasyon katsayılarının tümünü karşılaştıran bir indekstir. KMO oranının 0,5'in üzerinde olması gerekir. Oran ne kadar yüksek olursa veri seti faktör analizi yapmak için o kadar iyidir denilebilir. KMO değerleri ve açıklamaları aşağıdaki gibidir.

KMO Değeri	Yorum
0,9	Mükemmel
0,8	Çok İyi
0,7	İyi
0,6	Orta
0,5	Zayıf
0,5'in altı	Kabul Edilemez

KMO testi "Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği" için %66 (0,665) 'dır. $0,665 > 0,50$ olduğundan ölçek faktör analizi için uygundur. İkinci bakacağımız test Bartlett testidir. Bartlett testi ölçek için anlamlıdır. ($p < 0,001$) Bu demektir ki değişkenler arasında yüksek korelasyonlar mevcuttur ve kullanılan ölçek içinde veri seti faktör analizi için uygundur.

Faktör sayısını belirlemede değişik yöntemler söz konusu olsa da bu çalışmada öz değer istatistiği (Eigenvalue) 1’den büyük olan faktörler anlamlı olarak alınmıştır.

Veri seti Temel Bileşenler Faktör Analizi ile analiz edildiğinde öz değeri birden yüksek 17 faktör elde edilmiştir. Aşağıda verilen yamaç eğrisi grafiği (scree plot) öz değeri birden yüksek 17 faktörün olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte belirgin iki faktörün olduğu söylenebilir.



Şekil 3.3: Yamaç eğrisi grafiği (Scree plot) sonuçları

Faktör analizinde aynı yapıyı ölçmeyen maddelerin ayıklanmasında belirtilen ölçütler uygulanır. Bunlar;

- Maddelerin yer aldıkları faktördeki yük değerlerinin yüksek olması gerekir. Faktör yük değerinin 0,45 ya da daha yüksek olması seçim için iyi bir ölçüdür.
- Maddelerin tek bir faktörde yüksek yük değerine, diğer faktörlerde ise düşük yük değerine sahip olması istenir. Yüksek iki yük değeri arasındaki farkın ise en az 10 olması önerilir.
- Maddelerin ortak faktör varyanslarının 1’e yakın ya da 0,66’nın üzerinde olması çok iyi bir çözümdür. Ancak uygulamada bunu karşılamak genellikle zordur (Büyüköztürk, 2010). Faktör analizinde düşük ortak varyansa sahip olan değişkenler (Örneğin; 0,50’nin altında) analizden çıkarılarak, faktör analizi yeniden yapılabilir (Kalaycı, 2010).
- Literatüre göre içeriğinde üç ve daha az madde olan faktörler genelde zayıf ve değişkendir (Costella ve Osborne, 2005).

Veri seti bu ölçütler göz önünde bulundurularak Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı

Ölçeği Dik (Varimax) Döndürme sonuçları incelenmiş, sorunlu maddelerin ölçekten çıkarılmasına karar verilmiştir. Bu şartlar altında ölçekten çıkarılan maddeler şunlardır:

- Soru 24 faktör altında tek madde olduğu için,
- Soru 17 faktör altında tek madde olduğu için,
- Soru 14, soru 42 ve soru 8 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 27 ve soru 37 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 35 ve soru 25 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 12 ve soru 13 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 16 ve soru 21 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 44 ve soru 51 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 18 ve soru 53 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 41 ve soru 40 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 10 ve soru 11 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 2 faktör altında yeterli madde sayısını sağlayamadığı için,
- Soru 47, soru 22, soru 29 ve soru 52, hiçbir faktör altında 0,40 faktör yükü eşliğini aşamadığı için,
- Soru 39, soru 33, soru 55, soru 7, soru 4 ve soru 26 için faktör yükleri arası fark 0,10'un altında kaldığı için ölçekten çıkarılmıştır.

Böylece ölçekten 23 madde çıkarılmıştır. İkinci adımda geriye kalan 24 maddenin faktör analizine uygun olup olmadığını anlamak için testler tekrar edilmiştir.

Kalan 24 madde için KMO testi değeri %80 (0,801) 'dır. $0,801 > 0,50$ olduğundan ölçek faktör analizi için uygundur. İkinci bakacağımız test Bartlett testidir. Bartlett testi ölçek için anlamlıdır. ($p < 0,001$) Değişkenler arasında yüksek korelasyonlar mevcuttur ve kullanılan ölçek içinde veri seti faktör analizi için uygundur.

5. BULGULAR

Çizelge 5.1: Örneklemen özellikleri

		Frekans	Yüzde	Birikimli Yüzde
Cinsiyet	Kadın			
	Erkek	99	99	99
	Cevap Vermeyen	1	1	100
Eğitim Durumu	İlkokul			
	Ortaokul	6	6	6
	Lise	45	45	51
	Üniversite	41	41	92
	Yüksek lisans	8	8	100
Yaş	18-22	46	46	46
	22-25	22	22	68
	25-28	20	20	88
	30-35	10	10	98
	35+	2	2	100
Kaçınıcı Çocuk	1			
	2	18	18	18
	3	26	26	44
	4 ve üzeri	56	56	100
Kardeş Sayısı (siz hariç)	1	3	3	3
	2	10	10	13
	3	12	12	25
	4	12	12	37
	5	15	15	52
	6	15	15	67
	7	11	11	78
	8	10	10	88
	9	3	3	91
	10	8	8	99
	11	1	1	100
Vücut Kitle İndeksi	18,5'in altında	5	5	5,2
	18,5-24,9	61	61	68
	25-29,9	29	29	97,9
	30-34,9	2	2	100
	35-39,9			
	40 ve üzerinde			

Çizelge 5.1: Devamı

Babanın Eğitim Durumu	Okuryazar değil	18	18	18
	İlkokul	16	16	34
	Ortaokul	17	17	51
	Lise	30	30	81
	Üniversite	18	18	99
	Yüksek lisans	1	1	100
Kendini Başarılı Bulma	Az	10	10	10
	Orta	53	53	63
	Çok	37	37	100
Kendinden Hoşnutluk	Evet	59	59	59
	Hayır	10	10	69
	Kısmen	31	31	100
Çevrimiçi Oynanan Oyun	League of Legends	42	42	42
	Pubg	38	38	80
	World of Warcraft	1	1	81
	Fortnite			
	CS GO	4	4	85
	Call of Duty			
	Diğer	15	15	100
Günde Ortalama Kaç Saat Oyun Oynuyorsunuz	0-1 saat	14	14	14
	1-2 saat	16	16	30
	2-4 saat	33	33	63
	4-6 saat	27	27	90
	6-8 saat	5	5	95
	8-10 saat	4	4	99
	10 saatten fazla	1	1	100
Kaç Yıldır Online Oyun Oynuyorsunuz	1 yıldan az	7	7	7
	1-3 yıl	20	20	27
	3-5 yıl	26	26	53
	5-7 yıl	47	47	100
Ara Vermeden Oyun Oynanılan En Uzun Süre	3 saatten az	35	35	35
	3-7 saat	28	28	63
	7-10 saat	18	18	81
	10-12 saat	11	11	92
	12- 15 saat	5	5	97
	15 saatten fazla	3	3	100
Turnuvaya Katılma durumu	Ulusal	17	17	17
	Uluslararası	1	1	18
	Katılmadım	82	82	100

Çizelge 5.1'e incelendiğinde katılımcıların tamamının erkek olduğu görülmektedir. Bu sonuç çevrimiçi oyun oynayan katılımcıların tamamının erkeklerden oluştuğunu göstermektedir.

Araştırmaya katılan katılımcıların büyük çoğunluğu lise ve üniversite eğitim düzeyine sahiptir. Katılımcıların % 45'i lise, % 41'i üniversite, % 8'i yüksek lisans ve % 6'sı ise ortaokul eğitim düzeyine sahiptir.

Katılımcıların % 46'sı 18-22 yaş aralığında, % 22'si 22-25 yaş aralığında, % 20'si 25-28 yaş aralığında, % 10'u 30-35 yaş aralığındadır. Katılımcıların yüzde ikisi ise 35 yaşından büyüktür.

Verilen bilgilere göre çevrimiçi oyun oynayan katılımcılardan % 56'sı ailenin en az dördüncü çocuğu, % 26'sı ailenin üçüncü çocuğu, % 18'i ise ailenin ikinci çocuğudur.

Verilen bilgilere göre katılımcıların %3'ü tek kardeşe sahiptir. İki kardeşe sahip olan katılımcıların oranı %10, üç kardeşe sahip olanların oranı %12, dört kardeşe sahip olanların oranı %12, beş kardeşe sahip olanların oranı %15, altı kardeşe sahip olanların oranı %15, yedi kardeşe sahip olanların oranı %11, sekiz kardeşe sahip olanların oranı %10, dokuz kardeşe sahip olanların oranı %3, on kardeşe sahip olanların oranı %8, on bir kardeşe sahip olanların oranı ise %1'dir.

Katılımcıların %5'inin vücut kitle indeksi değeri 18,5'in altında (zayıf) olduğu, %61'inin 18,5-24,9 vücut kitle indeksi değerleri ile normal kiloda olduğu, %29'unun 25-29,9 vücut kitle indeksi değerleri ile fazla kilolu olduğu, %2'sinin 30-34,9 vücut kitle indeksi değerleri ile obez olduğu görülmektedir. Katılımcılar arasında vücut kitle indeksi değeri 35-39,9 ve 40'ın üzerinde olan ikinci derece ve üçüncü derece obez bireylere rastlanmamıştır.

Katılımcılardan %18'inin babası okur-yazar değildir. Katılımcıların %30'unun babası lise mezunu, %18'inin babası üniversite mezunu, %17'sinin babası ortaokul mezunu, %16'sının babası ilkokul mezunu, 51'inin babası ise lisansüstü eğitim düzeyine sahiptir.

Katılımcıların sadece %10'u kendini az başarılı bulmaktadır. %53'ü kendini orta başarılı olarak tanımlarken, katılımcıların %37'si ise çok başarılı olarak tanımlamaktadır.

Katılımcıların %59'u kendinden hoşnut, %10'u kendinden hoşnut değil, %31'i ise kendinden kısmen hoşnuttur.

League of Legends oyununu oynayan katılımcıların oranı %42, Pubg oyununu oynayan katılımcıların oranı ise %38'dir. Katılımcıların %1'i World of Warcraft oyununu, %4'ü CS GO oyunu, %15'i ise bu oyunlar dışında başka çevrimiçi oyunları oynamaktadır.

Yukarıdaki Çizelge incelendiğinde bireylerin günlük oyun oynama saatlerinin özellikle 2-4 ve 4-6 saat arasında olduğu gözlenmektedir. Katılımcıların %14'ü günde en fazla 1 saat, %16'sı 1-2 saat, %33'ü 2-4 saat, %27'si 4-6 saat, %5'i 6-8 saat, %4'ü 8-10 saat, %1'i ise günde 10 saatten fazla oyun oynamaktadır.

Katılımcıların %7'si 1 yıldan az süredir, %20'si 1-3 yıldır, %26'sı 3-5 yıldır, %47'si ise 5-7 yıldır çevrimiçi oyun oynamaktadır.

Katılımcıların hiç ara vermeden oyun süreleri %35'inde 3 saatten az, %28'inde 3-7 saat, %18'inde 7-10 saat, %11'inde 7-10 saat, %5'inde 12-15 saat, %3'ünde ise 15 saatten fazladır.

Katılımcıların %17'si ulusal turnuvalara, %1'i uluslararası turnuvalara katılmıştır. Katılımcıların %82'si ise herhangi bir turnuvaya katılmamıştır.

Çevrimiçi Oyunlara Bağımlılık Davranışlarına İlişkin Sorular

Çevrimiçi oyunlara bağımlılık davranışlarına ilişkin sorulara dair alınan yanıtlar incelendiğinde katılımcıların hemfikir olduğu en yüksek oranın %72 olduğu ve en yüksek katılım gösterilen soruların 3., 19.,28., 29., 30., 31., 32., 36., numaralı sorular olduğu görülmektedir.

Katılımcıların yüksek oranda katılım en yüksek oranda hemfikir olduğu ifadelerin başında “Kariyerimi e-spor sektörü üzerine kurguluyorum.” gelmektedir. Katılımcıların %72'si e-spor üzerine kariyer planları yapmaktadır. Katılımcıların %68'i çevrimiçi oyun oynayarak sıkıntılarını unutmaktadır. %66'sının oyunda kazandığı para geçiminde önemli yere sahiptir. Katılımcıların %59'u çevrimiçi oyun oynamadığında boşlukta hissetmekte ve çevrimiçi oyun oynamayı profesyonel bir iş olarak görmektedir. Katılımcıların %58'i oyundaki arkadaş çevresinin gerçek hayattakinden daha fazla olduğunu ifade etmiştir. Katılımcıların %55'i yemeğini genellikle bilgisayar başında yemekte ve oyunlarda karakter satarak, canlı yayın yaparak (twitch) steam üzerinden veya başka platformlardan para kazanmaktadır.

Çizelge 5.2: Çevrimiçi oyunlara bağımlılık davranışlarına ilişkin sonuçlar

Sorular	1	%	2	%	3	%	4	%	5	%
1. Oyun tutkum hayattaki genel motivasyon kaynağımdır.	6	6	22	22	22	22	26	26	24	24
2. Çevrimiçi oyun oynamak bana sıkıntılarımı unutturuyor.	1	1	9	9	21	21	40	40	29	29
3. Yemeğimi genelde bilgisayar başında yerim.	30	30	25	25	17	17	10	10	18	18
4. Çevrimiçi oyunumda maç/turnuva için uykumdan feragat ederim.	14	14	17	17	12	12	35	35	22	22
5. Oyundaki başarıyı arttırmak için sık sık antrenman yaparım.	14	14	20	20	27	27	25	25	14	14
6. Bana göre e-spor profesyonel bir meslektir.	6	6	6	6	28	28	23	23	37	37
7. Çevrimiçi oyun oynadıktan sonra uyku düzenim bozuldu.	12	12	18	18	18	18	33	33	19	19
8. Çevrimiçi oyunlarda level (seviye) atladığımda mutlu hissederim.	5	5	6	6	11	11	33	33	45	45
9. E-sporcu olarak başarılı olmayı hedefliyorum.	26	26	15	15	17	17	17	17	25	25
10. Çevrimiçi oyun oynamayı bir dönem bıraktım.	13	13	17	17	12	12	31	31	27	27
11. Çevrimiçi oyunu bıraktıktan bi süre sonra tekrar başladım.	10	10	16	16	7	7	36	36	31	31
12. Çevrimiçi oyundan tanıştığım arkadaşlarla zaman zaman bir araya geliriz.	12	12	19	19	10	10	29	29	30	30
13. Çevrimiçi oyunu oynamadığım zamanlarda bile zihnimde strateji kurar ve oyunu düşünürüm.	14	14	12	12	17	17	28	28	29	29
14. Çevrimiçi oyunlarda rakibim beni yendiğinde öfkelenirim.	6	6	4	4	18	18	35	35	37	37
15. Çevrimiçi oyun oynadığım için arkadaşlarım ile daha az vakit geçiriyorum.	11	11	26	26	22	22	22	22	19	19
16. Çevrimiçi oyun oynamadığımda kendimi mutsuz hissediyorum.	20	20	25	25	26	26	16	16	13	13
17. Çevrimiçi oyuna ayırdığım süre okul-iş hayatımı olumsuz etkilemektedir.	13	13	22	22	24	24	28	28	13	13
18. Oyun oynamayı bırakmayı düşünmüyorum.	7	7	15	15	26	26	23	23	29	29
19. Çevrimiçi oyunlardan karakter satarak, canlı yayın yaparak (twitch) steam üzerinden veya başka platformlardan para kazandım.	35	35	20	20	7	7	19	19	19	19
20. E-spor'dan para kazanılabileceğini bilmek çevremın oyuna karşı bakış açısını değiştiriyor.	16	16	12	12	27	27	28	28	17	17
21. Oyunda aldığım başarı beni gerçek hayatta aldığım başarıdan daha çok mutlu ediyor.	31	31	19	19	29	29	12	12	9	9
22. Oyunda daha başarılı olmak için bilgisayar donanımlarımı geliştirdim (Monitör, Mouse, klavye vs.)	18	18	16	16	15	15	26	26	25	25
23. Oyuna ayırdığım sürenin hayatımdaki diğer aktivitelere ayırdığım zamandan fazla olduğunu düşünüyorum.	8	8	16	16	33	33	27	27	16	16
24. Oyunda uzun saatler geçirmek sağlığımlı olumsuz yönde etkiliyor.	29	29	21	21	20	20	17	17	13	13
25. Başarılı olmak için karakter satın almışlığım vardır.	25	25	24	24	12	12	19	19	20	20
26. Çevremdekiler oyun oynamamdan şikayet ederler.	16	16	19	19	32	32	19	19	14	14
27. Ailem oyun konusunda beni anlamıyor.	27	27	18	18	24	24	19	19	12	12

Çizelge 5.2: Devamı

28. Kariyerimi e-spor sektörü üzerine kurguluyorum.	48	48	24	24	15	15	5	5	8	8
29. Çevrimiçi oyun oynamadığımda kendimi boşlukta hissediyorum.	33	33	20	20	27	27	9	9	11	11
30. Çevrimiçi oyun benim için kazanç kapısıdır.	41	41	27	27	17	17	6	6	9	9
31. Çevrimiçi oyunu hayatımın büyük bölümünü kaplayan profesyonel bir iş olarak görüyorum.	40	40	19	19	14	14	17	17	10	10
32. Oyun dünyasındaki arkadaş çevrem gerçek hayattakinden daha fazla.	41	41	17	17	19	19	13	13	10	10
33. Takım arkadaşlarımla oyun içi paylaşımlarda bulunuyoruz.	12	12	17	17	13	13	25	25	33	33
34. Çevrimiçi oyunda önemli bir bölümdeyken yemek saatini atladığım olur.	14	14	14	14	20	20	23	23	29	29
35. Çevrimiçi oyun için para harcadım.	22	22	19	19	15	15	20	20	24	24
36. Oyundan kazandığım para geçimimde önemli bir yere sahiptir.	37	37	29	29	12	12	10	10	12	12
37. Çevrimiçi oyun oynamam ailemle daha çok sorun yaşamama neden oldu.	26	26	25	25	22	22	18	18	9	9
38. Oyunda saygın bir oyuncu olduğumu düşünüyorum.	3	3	7	7	34	34	25	25	31	31
39. Çok uzun saatler bilgisayar başında kaldığımdan kilo aldım.	32	32	19	19	24	24	13	13	12	12
40. Çevrimiçi oyunda geçirdiğim süre aile ilişkilerimi olumsuz etkiliyor.	23	23	28	28	19	19	21	21	9	9
41. Çevrimiçi oyun oynamayı arkadaşlarımla vakit geçirmeye tercih ederim.	22	22	28	28	25	25	13	13	12	12
42. Çevrimiçi oyunda en üst seviyeye ulaşmak için elimden geleni yaparım.	10	10	10	10	14	14	28	28	38	38
43. Çevrimiçi oyun grubumuzun herhangi bir faaliyeti için derslerimi aksattığım olmuştur.	18	18	22	22	24	24	16	16	20	20
44. Sosyal çevrem farklı olmuş olsaydı bu kadar süre oyun oynamazdım.	17	17	29	29	24	24	12	12	18	18
45. Çevrimiçi oyunlarda geliştirdiğim karakteri satarak para kazandım.	31	31	21	21	11	11	18	18	19	19
46. Çevrimiçi oyun oynamayı bırakırsam emeklerimin boşa gideceğini düşünüyorum.	17	17	16	16	25	25	15	15	27	27
47. Oyunda başarılı olmayı pek de önemsemem.	33	33	20	20	25	25	14	14	8	8
48. Oyunla ilk tanıştığım zamanlardan bugüne oyuna ayırdığım süre giderek artmaktadır.	7	7	12	12	17	17	29	29	35	35
49. Çevrimiçi oyuna ara vermemek için yemeği ertelediğim olmuştur.	11	11	16	16	16	16	32	32	25	25
50. Oyuna başlamadan önce planladığım süreden daha fazla oyunda kalıyorum.	8	8	9	9	16	16	31	31	36	36
51. Oyunun olmadığı bir yaşam düşünemiyorum.	28	28	16	16	22	22	13	13	21	21
52. Oyun oynayarak geçirdiğim zamanları ailemden, çevremden gizlediğim olmuştur.	19	19	23	23	21	21	20	20	17	17
53. Düzenli antrenman yapmak e-spor'da başarılı olmak için gereklidir.	11	11	9	9	17	17	28	28	35	35
54. Çevrimiçi oyun oynamak okul başarıyı olumsuz etkiledi.	17	17	20	20	27	27	16	16	20	20
55. Oyun esnasında tuvalet ihtiyacımı ertelerim.	20	20	21	21	17	17	25	25	17	17
56. Takım arkadaşlarımla başarısı/başarısızlığı oyundaki performansımı etkilemektedir.	5	5	10	10	20	20	22	22	43	43

Çizelge 5.3'e göre özdeğer istatistiği (Eigenvalue) 1'den büyük olan 4 faktör söz konusudur. Birinci faktör toplam varyansın %27,832'sini, birinci ve ikinci faktörler birlikte toplam varyansın %38,5'ini açıklamaktadır. Dört faktör ise toplam varyansın % 55,33'ünü açıklamaktadır.

Çizelge 5.3: Teorik yeterlilik ölçeği faktör analizi sonuçları

Faktör 1: Olumsuz Etki ve Motivasyon (Açıklanan Varyans: 27,832)	Faktör Yükleri
49. Çevrimiçi oyuna ara vermemek için yemeği ertelediğim olmuştur.	0,694
50. Oyuna başlamadan önce planladığım süreden daha fazla oyunda kalıyorum.	0,687
34. Çevrimiçi oyunda önemli bir bölümdeyken yemek saatini atladığım olur.	0,684
1. Oyun tutkum hayattaki genel motivasyon kaynağımdır.	0,667
48. Oyunla ilk tanıştığım zamanlardan bugüne oyuna ayırdığım süre giderek artmaktadır.	0,351
46. Çevrimiçi oyun oynamayı bırakırsam emeklerimin boşa gideceğini düşünüyorum.	0,637
5. Oyndaki başarıyı arttırmak için sık sık antrenman yaparım.	0,579
3. Yemeğimi genelde bilgisayar başında yerim.	0,559
56. Takım arkadaşlarımın başarısı/başarısızlığı oyundaki performansımı etkilemektedir.	0,502
9. E-sporcu olarak başarılı olmayı hedefliyorum.	0,427
Faktör 2: İş ve Çevre (Açıklanan Varyans: 10,670)	
30. Çevrimiçi oyun benim için kazanç kapısıdır.	0,815
31. Çevrimiçi oyunu hayatımın büyük bölümünü kaplayan profesyonel bir iş olarak görüyorum.	0,808
32. Oyun dünyasındaki arkadaş çevrem gerçek hayattakinden daha fazla.	0,754
36. Oyundan kazandığım para geçimimde önemli bir yere sahiptir.	0,739
28. Kariyerimi e-spor sektörü üzerine kurguluyorum.	0,699
Faktör 3: Kazanç ve Başarı (Açıklanan Varyans: 8,850)	
45. Çevrimiçi oyunlarda geliştirdiğim karakteri satarak para kazandım.	0,837
19. Çevrimiçi oyunlardan karakter satarak, canlı yayın yaparak (twitch) steam üzerinden veya başka platformlardan para kazandım.	0,783
20. E-spordan para kazanılabileceğini bilmek çevremi oyuna karşı bakış açısını değiştiriyor.	0,727
6. Bana göre e-spor profesyonel bir meslektir.	0,52
38. Oyunda saygın bir oyuncu olduğumu düşünüyorum.	0,439
Faktör 4: Aksaklıklar (Açıklanan Varyans: 7,987)	
54. Çevrimiçi oyun oynamak okul başarıyı olumsuz etkiledi.	0,817
17. Çevrimiçi oyuna ayırdığım süre okul-iş hayatımı olumsuz etkilemektedir.	0,781
43. Çevrimiçi oyun grubumuzun herhangi bir faaliyeti için derslerimi aksattığım olmuştur.	0,726
15. Çevrimiçi oyun oynadığım için arkadaşlarım ile daha az vakit geçiriyorum.	0,626

Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği ve Alt Boyutlarının Çeşitli Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Analiz Sonuçları

1. Olumsuz Etki ve Motivasyon Alt Ölçeğinin Çeşitli Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Analiz Sonuçları

Çizelge 5.4: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre olumsuz etki ve motivasyon alt ölçek puanları arasındaki ilişki

Değişken	Ortalama	p
Eğitim Durumu	İlkokul	0,035
	Ortaokul	
	Lise	
	Üniversite	
	Lisansüstü	
Yaş	18-22	0,947
	22-25	
	25-28	
	30-35	
	35 ve üzeri	
Kaçınıcı Çocuksunuz	1. Çocuk	0,137
	2. Çocuk	
	3. Çocuk	
	4. ve üzeri	
Babanın Eğitim Durumu	Okur-Yazar Değil	0,189
	İlkokul	
	Ortaokul	
	Lise	
	Üniversite	
	Lisansüstü	
Kendini Başarılı Bulma	Az	0,05
	Orta	
	Çok	
Kendinden Hoşnut Olma	Evet	0,217
	Hayır	
	Kısmen	
Çevrimiçi Oynanan Oyun	League of Legends	0,057
	Pubg	
	World of Warcraft	
	Fortnite	
	CS GO	
	Call of Duty	
	Diğer	

Çizelge 5.4: Devamı

Günde Oynanan Ortalama Saat	0-1 saat	28,21±8,15	0,053
	1-2 saat	39,68±9,38	
	2-4 saat	33,36±7,74	
	4-6 saat	35,62±8,20	
	6-8 saat	41,4±6,84	
	8-10 saat	42,5±5	
	10+	37	
Oynanan Yıl	1 Yıldan Az	23,57±7,82	0,054
	1-3 Yıl	31,3±8,59	
	3-5 Yıl	34,46±7,25	
	5-7 Yıl	35,31±8,67	
Ara Vermeden Oyun Oynanan En Uzun Süre	3 Saatten Az	39,42±7,79	0,01
	3-7 Saat	34,53±7,92	
	7-10 Saat	36,77±7,82	
	10-12 Saat	34±10,49	
	12-15 Saat	40,6±6,94	
	15 Saatten Fazla	37±12,76	
Turnuvaya Katılma Durumu	Ulusal	34,29±9,55	0,492
	Uluslararası	43±8,56	
	Katılmadım	33,18±8,71	

Çizelge 5.4’ de göre elde edilen test sonuçlarına göre etki ve motivasyon alt ölçek puanı katılımcıların yaşlarına, kaçınıcı çocuk olmalarına, babanın eğitim durumuna, kendini başarılı bulmalarına, kendilerinden hoşnut olmalarına, çevrimiçi oynadıkları oyuna, günde oynanan ortalama saate, oynanan yıla ve turnuvaya katılma durumuna göre farklılık göstermemekte, eğitim durumuna ve ara vermeden oyun oynanan en uzun süreye göre farklılık göstermektedir. Lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların etki ve motivasyon alt ölçeğinden aldığı puanlar lisans eğitim düzeyine daha yüksektir. ($p=0,019$) Diğer eğitim düzeyine sahip katılımcılar arasında ise etki ve motivasyon ölçek puanları arasında anlamlı farklılık yoktur. Hiç ara vermeden 3 saatten daha az süre çevrimiçi oyun oynayan katılımcıların etki ve motivasyon alt ölçeğinden aldığı puanlar hiç ara vermeden 7-10 saat oyun oynayan katılımcılardan daha yüksektir ($p=0,033$).

“ H_0 : Katılımcıların eğitim düzeyi bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“ H_0 : Katılımcıların yaşları bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların evde kaçınıcı çocuk olmaları bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların babalarının eğitim durumu bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerini başarılı bulma durumları bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerinden hoşnut olma durumları bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların çevrimiçi oynadıkları oyun bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların günde ortalama oyun oynadığı saat bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların oyun oynadığı yıl bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların ara vermeden oyun oynadığı en uzun süre bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların turnuvaya katılma durumları bakımından etki ve motivasyon alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir” Hipotezleri test edilmiştir.

2. İş ve Çevre Alt Ölçeğinin Çeşitli Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Analiz Sonuçları

Çizelge 5.5: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre iş ve çevre alt ölçek puanları arasındaki ilişki

Değişken	Ortalama	p
Eğitim Durumu	İlkokul	0,179
	Ortaokul	
	Lise	
	Üniversite	
	Lisansüstü	
Yaş	18-22	0,67
	22-25	
	25-28	
	30-35	
	35 ve üzeri	

Çizelge 5.5: Devamı

Kaçınıcı Çocuksunuz	1. Çocuk		0,944
	2. Çocuk	10(5-22)	
	3. Çocuk	10(5-21)	
	4. ve üzeri	10(5-25)	
Babanın Eğitim Durumu	Okur-Yazar Değil	9,5(5-16)	0,374
	İlkokul	13,5(5-23)	
	Ortaokul	10(5-22)	
	Lise	9,5(5-25)	
	Üniversite	11,5(5-25)	
	Lisansüstü	7(7-7)	
Kendini Başarılı Bulma	Az	9(6-20)	0,732
	Orta	10(5-20)	
	Çok	12(5-25)	
Kendinden Hoşnut Olma	Evet	10(5-25)	0,586
	Hayır	8,5(5-18)	
	Kısmen	11(5-22)	
Çevrimiçi Oynanan Oyun	League of Legends	8(5-22)	0,411
	Pubg	11(5-25)	
	World of Warcraft	13(13-13)	
	Fortnite		
	CS GO	12(5-18)	
	Call of Duty		
	Diğer	12(5-16)	
Günde Oynanan Ortalama Saat	0-1 saat	11(5-21)	0,849
	1-2 saat	12,5(5-22)	
	2-4 saat	9(5-23)	
	4-6 saat	11(5-25)	
	6-8 saat	8(5-25)	
	8-10 saat	10,5(8-12)	
	10+	15(15-15)	
Oynanan Yıl	1 Yıldan Az	8(5-12)	0,315
	1-3 Yıl	13(5-23)	
	3-5 Yıl	11(5-21)	
	5-7 Yıl	9(5-25)	
Ara Vermeden Oyun Oynanan En Uzun Süre	3 Saatten Az	10(5-21)	0,782
	3-7 Saat	9(5-25)	
	7-10 Saat	11(5-25)	
	10-12 Saat	9(5-22)	
	12-15 Saat	12(5-21)	
	15 Saatten Fazla	6(5-13)	
Turnuvaya Katılma Durumu	Ulusal	13(5-25)	0,339
	Uluslararası	8(8-8)	
	Katılmadım	10(5-23)	

Çizelge 5.5'e göre elde edilen test sonuçlarına göre iş ve çevre alt ölçek puanı katılımcıların eğitim durumlarına, yaşlarına, kaçınıcı çocuk olmalarına, babanın

eğitim durumuna, kendini başarılı bulmalarına, kendilerinden hoşnut olmalarına, çevrimiçi oynadıkları oyuna, günde oynanan ortalama saate, oynanan yıla, turnuvaya katılma durumuna göre ve ara vermeden oyun oynanan en uzun süreye göre farklılık göstermemektedir.

“H₀: Katılımcıların eğitim düzeyi bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların yaşları bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların evde kaçınıcı çocuk olmaları bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların babalarının eğitim durumu bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerini başarılı bulma durumları bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerinden hoşnut olma durumları bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların çevrimiçi oynadıkları oyun bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların günde ortalama oyun oynadığı saat bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların oyun oynadığı yıl bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların ara vermeden oyun oynadığı en uzun süre bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların turnuvaya katılma durumları bakımından iş ve çevre alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir” hipotezleri test edilmiştir.

3. Kazanç ve Başarı Alt Ölçeğinin Çeşitli Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Analiz Sonuçları

Çizelge 5.6: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre kazanç ve başarı alt ölçek puanları arasındaki ilişki

	Değişken	Ortalama	p
Eğitim Durumu	İlkokul		
	Ortaokul	12(9-16)	
	Lise	14(9-25)	0,035
	Üniversite	18(9-25)	
	Lisansüstü	18(10-25)	
Yaş	18-22	15(9-25)	
	22-25	19(9-25)	
	25-28	15,5(9-25)	0,462
	30-35	14(10-20)	
	35 ve üzeri	14,5(9-20)	
Kaçınıcı Çocuksunuz	1. Çocuk		
	2. Çocuk	13(9-22)	0,153
	3. Çocuk	19(9-25)	
	4. ve üzeri	15(9-25)	
Babanın Eğitim Durumu	Okur-Yazar Değil	13(9-24)	
	İlkokul	18(10-23)	
	Ortaokul	13(9-24)	0,515
	Lise	17(9-25)	
	Üniversite	15,5(10-25)	
	Lisansüstü	17(17-17)	
Kendini Başarılı Bulma	Az	13(11-20)	
	Orta	15(9-25)	0,087
	Çok	19(9-25)	
Kendinden Hoşnut Olma	Evet	17(9-25)	
	Hayır	13,5(9-19)	0,102
	Kısmen	14(9-24)	
Çevrimiçi Oynanan Oyun	League of Legends	19(9-25)	
	Pubg	13(9-25)	
	World of Warcraft	20(20-20)	
	Fortnite		0,011
	CS GO	15(13-20)	
	Call of Duty		
	Diğer	13(9-22)	
Günde Oynanan Ortalama Saat	0-1 saat	15,5(9-22)	
	1-2 saat	12,5(9-21)	
	2-4 saat	15(9-25)	
	4-6 saat	16(9-25)	0,09
	6-8 saat	20(18-25)	
	8-10 saat	21(11-23)	
	10+	19(19-19)	

Çizelge 5.6: Devamı

Oynanan Yıl	1 Yıldan Az	11(9-22)	0,001
	1-3 Yıl	12(9-23)	
	3-5 Yıl	13,5(9-21)	
	5-7 Yıl	19(10-25)	
Ara Vermeden Oyun Oynanan En Uzun Süre	3 Saatten Az	14(9-23)	0,033
	3-7 Saat	16,5(9-25)	
	7-10 Saat	14(9-25)	
	10-12 Saat	17(11-23)	
	12-15 Saat	21(9-24)	
	15 Saatten Fazla	25(24-25)	
Turnuvaya Katılma Durumu	Ulusal	19(10-25)	0,007
	Uluslararası	22(22-22)	
	Katılmadım	14(9-25)	

Çizelge 5.6'ya göre elde edilen test sonuçlarına göre kazanç ve başarı alt ölçek puanı katılımcıların eğitim düzeylerine, yaşlarına, kaçınıcı çocuk olmalarına, babanın eğitim durumuna, kendini başarılı bulmalarına, kendilerinden hoşnut olmalarına, günde oynanan ortalama saate ve oynanan yıla göre farklılık göstermemektedir. Çevrimiçi oynadıkları oyuna, ara vermeden oyun oynanan en uzun süreye ve turnuvaya katılma durumuna göre ise farklılık göstermektedir. League of Legends oynayan katılımcıların kazanç ve başarı alt ölçeğinden aldığı puanlar Pubg oynayan katılımcıların ölçek puanlarından daha yüksektir ($p=0,01$). Diğer oyun oynayan gruplar arasında ise ölçek puanları arasında anlamlı farklılık yoktur. Ara vermeden 3 saatten daha az süre oyun oynayan katılımcıların kazanç ve başarı ölçek puanları 15 saatten daha fazla ara vermeden oyun oynayan katılımcılardan daha düşüktür. ($p=0,026$) Diğer sürelerde aralıksız oyun oynayan katılımcıların ölçek puanları arasında ise anlamlı farklılık görülmemiştir. Ulusal turnuvalara katılan katılımcıların kazanç ve başarı ölçek puanları turnuvalara katılmayan katılımcılardan daha yüksektir ($p=0,011$).

“ H_0 : Katılımcıların eğitim düzeyi bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“ H_0 : Katılımcıların yaşları bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“ H_0 : Katılımcıların evde kaçınıcı çocuk olmaları bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların babalarının eğitim durumu bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerini başarılı bulma durumları bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerinden hoşnut olma durumları bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların çevrimiçi oynadıkları oyun bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların günde ortalama oyun oynadığı saat bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların oyun oynadığı yıl bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların ara vermeden oyun oynadığı en uzun süre bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların turnuvaya katılma durumları bakımından kazanç ve başarı alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir” hipotezleri test edilmiştir.

4. Aksaklıklar Alt Ölçeğinin Çeşitli Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Analiz Sonuçları

Çizelge 5.7: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre aksaklıklar alt ölçek puanları arasındaki ilişki

Değişken	Ortalama	p
Eğitim Durumu	İlkokul	0,087
	Ortaokul	
	Lise	
	Üniversite	
	Lisansüstü	
Yaş	18-22	0,464
	22-25	
	25-28	
	30-35	
	35 ve üzeri	
Kaçınıcı Çocuksunuz	1. Çocuk	0,294
	2. Çocuk	
	3. Çocuk	
	4. ve üzeri	

Çizelge 5.7: Devamı

Babanın Eğitim Durumu	Okur-Yazar Değil	11,94±4,6	0,769
	İlkokul	12,31±3,49	
	Ortaokul	11,17±4,3	
	Lise	12,26±3,85	
	Üniversite	13,33±4,48	
	Lisansüstü	8	
Kendini Başarılı Bulma	Az	12,4±3,89	0,312
	Orta	11,6±4,61	
	Çok	12,94±3,92	
Kendinden Hoşnut Olma	Evet	11,84±4,11	0,312
	Hayır	14±4,61	
	Kısmen	12,22±3,92	
Çevrimiçi Oynanan Oyun	League of Legends	12,92±4,23	0,499
	Pubg	11,34±4,22	
	World of Warcraft	12	
	Fortnite	11±3,55	
	CS GO	11±3,55	
	Call of Duty	11±3,55	
	Diğer	12,53±3,62	
Günde Oynanan Ortalama Saat	0-1 saat	13,07±3,33	0,647
	1-2 saat	10,93±3,56	
	2-4 saat	12,27±4,65	
	4-6 saat	12,51±3,74	
	6-8 saat	11,2±4,65	
	8-10 saat	11±6,37	
	10+	17	
Oynanan Yıl	1 Yıldan Az	10,71±4,64	0,635
	1-3 Yıl	13±4,19	
	3-5 Yıl	12,19±3,92	
	5-7 Yıl	12,04±4,15	
Ara Vermeden Oyun Oynanan En Uzun Süre	3 Saatten Az	11,45±4,13	0,515
	3-7 Saat	12,39±4,03	
	7-10 Saat	12,88±4,22	
	10-12 Saat	11,27±3,52	
	12-15 Saat	14±5,61	
	15 Saatten Fazla	14,66±3,51	
Turnuvaya Katılma Durumu	Ulusal	11,11±5,02	0,089
	Uluslararası	20	
	Katılmadım	12,3±3,83	

Çizelge 5.7'ye göre elde edilen test sonuçlarına göre aksaklıklar alt ölçek puanı katılımcıların eğitim durumlarına, yaşlarına, kaçınıcı çocuk olmalarına, babanın eğitim durumuna, kendini başarılı bulmalarına, kendilerinden hoşnut olmalarına, çevrimiçi oynadıkları oyuna, günde oynanan ortalama saate, oynanan yıla, turnuvaya

katılma durumuna göre ve ara vermeden oyun oynanan en uzun süreye göre farklılık göstermemektedir.

“H₀: Katılımcıların eğitim düzeyi bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların yaşları bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların evde kaçınıcı çocuk olmaları bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların babalarının eğitim durumu bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerini başarılı bulma durumları bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerinden hoşnut olma durumları bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların çevrimiçi oynadıkları oyun bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların günde ortalama oyun oynadığı saat bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların oyun oynadığı yıl bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların ara vermeden oyun oynadığı en uzun süre bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların turnuvaya katılma durumları bakımından aksaklıklar alt ölçek puanları farklılık göstermemektedir” hipotezleri test edilmiştir.

5. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin Çeşitli Sosyodemografik Değişkenlere Göre Farklılaşmasına Yönelik Analiz Sonuçları

Çizelge 5.8: Çeşitli sosyodemografik değişkenlere göre çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları arasındaki ilişki

	Değişken	Ortalama	p
Eğitim Durumu	İlkokul		0,028
	Ortaokul	64,66±13,03	
	Lise	74,11±17,88	
	Üniversite	70,04±14,62	
	Lisansüstü	87,5±16,23	
Yaş	18-22	73,95±16,85	0,694
	22-25	75,27±13,58	
	25-28	71,55±20,33	
	30-35	67,9±11,36	
	35 ve üzeri	63,5±38,89	
Kaçınıcı Çocuksunuz	1. Çocuk		0,273
	2. Çocuk	74,11±17,33	
	3. Çocuk	77±14,88	
	4. ve üzeri	70,69±17,29	
Babanın Eğitim Durumu	Okur-Yazar Değil	66,55±16,62	0,363
	İlkokul	79,81±11,74	
	Ortaokul	71,7±17,02	
	Lise	73,73±16,93	
	Üniversite	73,27±19,66	
	Lisansüstü	70	
Kendini Başarılı Bulma	Az	68,9±14,28	0,123
	Orta	69,52±15,40	
	Çok	78,94±17,90	
Kendinden Hoşnut Olma	Evet	72,27±17,92	0,7
	Hayır	70,7±12,07	
PA. 27 Haziran			
	Kısmen	74,96±16	
Çevrimiçi Oynanan Oyun	League of Legends	77,11±14,77	0,315
	Pubg	71,18±19,24	
	World of Warcraft	83	
	Fortnite		
	CS GO	67,25±14,66	
	Call of Duty		
	Diğer	66,6±14,27	
Günde Oynanan Ortalama Saat	0-1 saat	68,35±17,13	0,177
	1-2 saat	67,18±18,48	
	2-4 saat	71,72±16,28	
	4-6 saat	75,92±15,42	
	6-8 saat	85,4±18,18	
	8-10 saat	82,75±11,44	
	10+	88	

Çizelge 5.8: Devamı

Oynanan Yıl	1 Yıldan Az	56,85±18,47	0,834
	1-3 Yıl	71,75±19,27	
	3-5 Yıl	71,69±13,38	
	5-7 Yıl	76,55±15,98	
Ara Vermeden Oyun Oynanan En Uzun Süre	3 Saatten Az	66,97±16,76	0,059
	3-7 Saat	74,32±15,89	
	7-10 Saat	77,38±17,24	
	10-12 Saat	72,09±16,53	
	12-15 Saat	86,2±17,37	
	15 Saatten Fazla	84,33±2,28	
Turnuvaya Katılma Durumu	Ulusal	77,82±19,33	0,191
	Uluslararası	93	
	Katılmadım	71,69±16,07	

Çizelge 5.8'e göre elde edilen test sonuçlarına göre çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanı katılımcıların yaşlarına, kaçınıcı çocuk olmalarına, babanın eğitim durumuna, kendini başarılı bulmalarına, kendilerinden hoşnut olmalarına, çevrimiçi oynadıkları oyuna, günde oynanan ortalama saate, oynanan yıla, turnuvaya katılma durumuna göre ve ara vermeden oyun oynanan en uzun süreye göre farklılık göstermemekte, eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir. Lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların çevrimiçi oyunlara bağımlılık ölçeğinden aldığı puanlar lisans eğitim düzeyine sahip katılımcılara göre daha yüksektir. ($p=0,033$) Diğer eğitim düzeyine sahip katılımcıların ölçek puanları arasında ise anlamlı farklılık gözlenmemiştir.

“H₀: Katılımcıların eğitim düzeyi bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların yaşları bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların evde kaçınıcı çocuk olmaları bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların babalarının eğitim durumu bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerini başarılı bulma durumları bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların kendilerinden hoşnut olma durumları bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların çevrimiçi oynadıkları oyun bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların günde ortalama oyun oynadığı saat bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların oyun oynadığı yıl bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların ara vermeden oyun oynadığı en uzun süre bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir”,

“H₀: Katılımcıların turnuvaya katılma durumları bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanları farklılık göstermemektedir” hipotezleri test edilmiştir.

6. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinin ve Alt Ölçeklerinin Katılımcıların Kardeş Sayısı ve Vücut Kitle İndeksi İle İlişkisi

Çizelge 5.9: Korelasyon analizi sonuçları

Olumsuz Etki ve Motivasyon Alt Ölçeği	İş ve Çevre Alt Ölçeği	Kazanç ve Başarı Alt Ölçeği	Aksaklıklar Alt Ölçeği	Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği
Kardeş Sayısı				-0,198*
Vücut Kitle İndeksi				

Çizelge 5.9’a göre elde edilen test sonuçlarına göre katılımcıların sahip olduğu kardeş sayısı ile Olumsuz Etki ve Motivasyon Alt Ölçeğinden alınan puanlar, İş ve Çevre Alt Ölçeğinden alınan puanlar, Kazanç ve Başarı Alt Ölçeğinden alınan puanlar ve Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı ilişki yoktur. (sırasıyla $p=0,830$, $p=0,924$, $p=0,221$, $p=0,421$) Katılımcıların kendileri hariç sahip oldukları kardeş sayıları ile Aksaklıklar alt ölçeği arasında doğrusal ters yönlü zayıf bir ilişki vardır. ($p=0,048$, $r=-0,198$) Katılımcıların vücut kitle indeks değerleri ile Olumsuz Etki ve Motivasyon Alt Ölçeğinden alınan puanlar, İş ve Çevre Alt Ölçeğinden alınan puanlar, Kazanç ve Başarı Alt Ölçeğinden alınan puanlar, Aksaklıklar Alt Ölçeğinden alınan puanlar ve Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı

Ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı ilişki yoktur. (sırasıyla $p=0,973$, $p=980$, $p=0,638$, $p=0,823$, $p=948$).

“ H_0 : Katılımcıların kendileri hariç sahip oldukları kardeş sayısı ile ölçek puanları arasında anlamlı ilişki yoktur. “

“ H_0 : Katılımcıların vücut kitle indeksi değerleri ile ölçek puanları arasında anlamlı ilişki yoktur.” hipotezlerinin testi için Spearman Korelasyon Analizi kullanılmıştır.



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Dijital oyunların, dijital oyun oynayanlar üzerinde olumlu ve olumsuz etkilerinin olduğu bilinmektedir (Aydoğdu-Karaaslan, 2015; Mustafaoğlu ve Yasacı, 2018; Namlı ve Demir, 2020). Örneğin stratejik düşünme, iletişim, iş birliği, duygusal açıdan boşalma (Green ve Bavelier, 2003), hızlı karar verme, dikkat gibi yetenekleri arttırsa da, hareketsizlikten kaynaklanan obezite, dolaşım sistemi bozukluğu, kas ağrısı, beslenme bozukluğu gibi olumsuz sonuçlar doğurduğu bilinmektedir (Namlı ve Demir, 2020).

Elektronik oyunlar, oyun başında fazla zaman geçirme, oyun oynama süresini kontrol edememe, sosyal yaşamda değişime uğrayıp sürekli oyun hamlelerini düşünme gibi problemlere neden olduğunda, dijital oyun bağımlılığı adı altında bireye zarar vermektedir (Griffiths, Davies ve Chappell, 2004; Ögel, 2012; Young, 2009).

Dolaşım sistemi bozukluğu, kas ağrısı, beslenme bozukluğu gibi olumsuz sonuçlar yaratsa da obeziteye neden olmamaktadır. E-spor oyunlarını oynayan bireylerin oyun esnasında açlık hissini unuttukları, gününün birçok vaktini e-spor oyunlarına harcadığı için beslenme bozukluğuna neden olduğu ve oyunda geri düşmemek, en yüksek skoru elde etmek, oyunu kazanma duygusu içerisinde sadece oyuna odaklandığından dolayı yeme, içme, tuvalet vs.. gibi ihtiyaçlarını ertelemekte ve oyun esnasında herhangi bir gereksinimini karşılamamaktadır. E-sporcular hareketsiz bir yaşam sürmekte olsalar bile gününün birçok vaktini e-spor oyunlarında geçirdiği oyuna odaklanmasa tokluk hissi yarattığı, beslenme problemi yaşadığı, düzgün beslenemediğinden ve vücuda alınan enerjinin harcanan enerjiden fazla olmamasından dolayı obeziteye sebebiyet vermemektedir.

E-sporcular, e-spor oyunlarını oynadığı esnada vücuda herhangi bir besin almamaktadır. E-sporcuların vücuda besin almamasının nedeni ise e-spor oyunlarını oynadıkları esnada oyunda başarılı olabilmeleri, en yüksek skoru elde edebilme çabası içerisinde olduklarından dolayı oyuna odaklanmaları ve başka bir durum ile uğraşmaması gerekmektedir. Aksi halde e-spor oyununu oynadığı sırada başka etken

ile uğraşırsa örneğin; yemek yenmesi, tuvalet ihtiyacını gidermesi, oyun oynandığı sırada uyumak isterse eğer bu ona oyun içerisinde zaman kaybettirir ve rakiplerine göre geriye düşer. Bireysel oyunlarda rakibinden zayıf kalır, takım oyunlarında ise takımını yalnız bırakır. Hem rakip takımdaki oyunculara karşı zayıf kalır, fazla katkıda bulunamaz hem de kendi takım arkadaşlarını etkiler ve başarısızlığa neden olur. Bu sebeplerden dolayı e-sporcular oyun esnasında özel gereksinimlerini, ihtiyaçlarını ertelemektedir.

E-spor oyunlarına hiç ara vermeden günde en az üç saatten fazla oyun oynayanlar ve günde ortalama üç saatten fazla oyun oynayanlar sağlığı için mutlaka oyuna ara vermeleri gerekmektedir. Oyuncuların aralarda hareket etmesi, ekran başından bir süreliğine ayrılması gerekmektedir. Oyuna verdiği ara süre zarfında oyun esnasında hareketsiz kalan vücudu verdiği ara süre zarfında egzersiz yapmaları, e-sporcuların sağlıkları için vücudu egzersiz yoluyla hareketlendirmeleri gerekmektedir. Böylelikle e-sporun olumsuz yönlerinden daha az etkilenmiş olurlar.

Uzun süre bilgisayar başında zaman harcadığından oluşabilecek kas-iskelet sistemi problemlerini önlemek için bazı egzersizlerin yapılması önemlidir. Bireyin e-sporun olumsuz yanlarından korunabilmesi için egzersiz yapabileceği bir alan oluşturması, oyuna ara verdiğinde kan dolaşımını hızlandırmak, vücut hareketliliğini artırmak için egzersiz yapması gerekmektedir. Verilen aralarda yapılan egzersizler ile birlikte e-sporun, e-sporculara olan olumsuz yönlerinin etkilerini azaltmaktadır. Böylelikle vücudun hareketsizlikten ve ekran başında çok kalmaktan kaynaklanan gözlerde kızarıklıklar, gözlerde ağrı, kas ağrıları, kalp rahatsızlıkları, boyun ve bel ağrıları gibi olumsuz yanları yapılan egzersiz ile etkisini azaltmaktadır.

Genel olarak fizyoterapistler tarafından tavsiye edilen ve rahatlıkla yapabileceğimiz, sağlığımızı koruyabileceğimiz egzersizlerin bazıları şunlardır;

1. Başımızı sırayla sağa ve sola doğru yavaşça çevirelim. 7-8 saniye bekleyelim.
2. Çenemizi öne doğru ve geriye doğru yaklaştırarak boyun arkasındaki ve öndeki kasları germeye çalışalım. 7-8 saniye bekleyelim.
3. Omuz bölgemizi yavaşça yukarı kaldırarak kulaklarımıza doğru yaklaştıralım. 7-8 saniye bekleyelim.
4. Omuzlarımızı dairesel şekilde 7-8 saniye boyunca öne doğru ve geriye doğru yavaşça çevirelim.

5. Dirseğimizi arkadan elimizle kavrayarak, ters yöne doğru germeye çalışalım. Ardından karşı omuza doğru gerilme hissedinceye kadar önden yaklaştıralım. 7-8 saniye bekleyelim.
6. Parmaklarımızı içi içe geçirerek, el ayamızın karşıya bakacak şekilde dirsekler kırılmadan esneme yapalım. 7-8 saniye bekleyelim.
7. El ayamızın yukarıda olacak şekilde, sırayla sağa-sola eğilip, 7-8 saniye bekleyelim.
8. Ellerimizi arkada birleştirip, parmaklarımızı iç içe geçirelim sonrasında el ayamızın karşıya bakabilecek şekilde dirseğimiz kırılmadan omuzlarımızı geriye doğru yaklaştırmak belimizi çukurlaştırıp, 7-8 saniye bekleyelim.
9. Ayağımız yere temas halinde iken dizimiz ile gövdemizi ters yönlerde gerilme hissedinceye kadar çevirelim. 7-8 saniye bekleyelim.
10. Bacağımızı yavaşça yukarı kaldıralım. Ayak bileğimizi dairesel hareketlerle çevirelim. Ardından öne-arkaya, sağa-sola doğru germe hareketi yaparak 7-8 saniye bekleyelim.
11. Bir bacağımız yerde sabit diğer bacağımızın topuğu yerde, ayak parmak uçları yukarı bakacak şekilde bacaklar kırılmadan sırasıyla sağa sola eğilip esnetme yapalım. 7-8 saniye bekleyelim.
12. Sağ ve sol bacaklarımızı dizlerimizi bükerek karnımıza doğru çekelim. 7-8 saniye bekleyelim.
13. Bacaklarımızı kol mesafemiz kadar sağa ve sola doğru açalım. Bacak bileklerimize eğilip, sağ ve sol bileklerimiz tutalım. 7-8 saniye bekleyelim.
14. Yere oturup, bacaklarımızı bükmeden birleştirip uzatalım. Ayak parmak uçlarına doğru eğilip, 7-8 saniye bekleyelim.
15. Dizlerimizi büküp, oturalım. Vücudumuzu geriye doğru olabildiğince uzatalım. 7-8 saniye bekleyelim.

E-spor oyuncularını için daha fazla egzersiz ve fiziksel aktivite programlarına katılımını teşvik edip, daha fazla katılım sağlamalıyız.

E-sporcuların severek katılım sağlayabilecekleri ve katılımını sürdürebilecekleri eğlenceli egzersiz aktivite programları oluşturabiliriz.

E-sporcuların çevrimiçi oyunlara bağımlılık davranışları ile obezite ve çeşitli sosyodemografik değişkenler arasındaki ilişkinin ortaya konulmasını amaçlandığı bu çalışmada elde edilen sonuçlara göre araştırmaya katılan 100 kişinin tamamının erkek olduğu ve örneklemin tamamını oluşturduğu

görülmektedir. Araştırmaya katılan katılımcıların büyük çoğunluğunu lise ve üniversite eğitim düzeyine sahip bireyler oluşturmaktadır. Lise eğitim düzeyine sahip bireyler örneklemin %45'lik kısmını, lisans eğitim düzeyine sahip bireyler ise örneklemin %41'lik kısmını oluşturmaktadırlar. Katılımcıların hemen hemen yarısı 18-22 yaş aralığındadır. 35 yaşından büyük katılımcıların oranı ise çok düşük olmakla birlikte sadece %2'dir. % 22'si 22-25 yaş aralığında, % 20'si 25-28 yaş aralığında, % 10'u 30-35 yaş aralığındadır. Alınan bilgilere göre çevrimiçi oyun oynayan katılımcılardan % 56'sı ailenin en az dördüncü çocuğu, % 26'sı ailenin üçüncü çocuğu, % 18'i ise ailenin ikinci çocuğudur. Alınan bilgilere göre katılımcıların %3'ü tek kardeşe sahiptir. İki kardeşe sahip olan katılımcıların oranı %10, üç kardeşe sahip olanların oranı %12, dört kardeşe sahip olanların oranı %12, beş kardeşe sahip olanların oranı %15, altı kardeşe sahip olanların oranı %15, yedi kardeşe sahip olanların oranı %11, sekiz kardeşe sahip olanların oranı %10, dokuz kardeşe sahip olanların oranı %3, on kardeşe sahip olanların oranı %8, on bir kardeşe sahip olanların oranı ise %1'dir. Katılımcılardan %18'inin babası okur-yazar değildir. Katılımcıların %30'unun babası lise mezunu, %18'inin babası üniversite mezunu, %17'sinin babası ortaokul mezunu, %16'sının babası ilkokul mezunu, %1'inin babası ise lisansüstü eğitim düzeyine sahiptir. Katılımcıların sadece %10'u kendini az başarılı bulmaktadır. %53'ü kendini orta başarılı olarak tanımlarken, katılımcıların %37'si ise çok başarılı olarak tanımlamaktadır. Katılımcıların %59'u kendinden hoşnut, %10'u kendinden hoşnut değil, %31'i ise kendinden kısmen hoşnuttur. League of Legends oyununu oynayan katılımcıların oranı %42, Pubg oyununu oynayan katılımcıların oranı ise %38'dir. Katılımcıların %15'i ise bu oyunlar dışında başka çevrimiçi oyunları oynamaktadır. Bireylerin günlük oyun oynama saatlerinin özellikle 2-4 ve 4-6 saat arasında olduğu gözlenmektedir. Katılımcıların %14'ü günde en fazla 1 saat, %16'sı 1-2 saat, %33'ü 2-4 saat, %27'si 4-6 saat, %5'i 6-8 saat, %4'ü 8-10 saat, %1'i ise günde 10 saatten fazla oyun oynamaktadır. Katılımcıların %7'si 1 yıldan az süredir, %20'si 1-3 yıldır, %26'sı 3-5 yıldır, %47'si ise 5-7 yıldır çevrimiçi oyun oynamaktadır. Katılımcıların hiç ara vermeden oyun süreleri %35'inde 3 saatten az, %28'inde 3-7 saat, %18'inde 7-10 saat, %11'inde 7-10 saat, %5'inde 12-15 saat, %3'ünde ise 15 saatten fazladır. Katılımcıların %7'si 1 yıldan az süredir, %20'si 1-3 yıldır, %26'sı 3-5 yıldır, %47'si ise 5-7 yıldır çevrimiçi oyun oynamaktadır. Katılımcıların hiç ara vermeden oyun süreleri %35'inde 3 saatten az, %28'inde 3-7 saat, %18'inde 7-10 saat, %11'inde 7-10 saat, %5'inde 12-15 saat, %3'ünde ise 15 saatten fazladır. Katılımcıların %17'si

ulusal turnuvalara, %1'i uluslararası turnuvalara katılmıştır. Katılımcıların %82'si ise herhangi bir turnuvaya katılmamıştır.

Motivasyon alt ölçek puanı katılımcıların eğitim durumuna ve ara vermeden oyun oynanan en uzun süreye göre farklılık göstermektedir. Lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların etki ve motivasyon alt ölçeğinden aldığı puanlar lisans eğitim düzeyine daha yüksektir. Hiç ara vermeden 3 saatten daha az süre çevrimiçi oyun oynayan katılımcıların etki ve motivasyon alt ölçeğinden aldığı puanlar hiç ara vermeden 7-10 saat oyun oynayan katılımcılardan daha yüksektir.

Kazanç ve başarı alt ölçek puanı katılımcıların çevrimiçi oynadıkları oyuna, ara vermeden oyun oynanan en uzun süreye ve turnuvaya katılma durumuna göre ise farklılık göstermektedir. League of Legends oynayan katılımcıların kazanç ve başarı alt ölçeğinden aldığı puanlar Pubg oynayan katılımcıların ölçek puanlarından daha yüksektir. Ara vermeden 3 saatten daha az süre oyun oynayan katılımcıların kazanç ve başarı ölçek puanları 15 saatten daha fazla ara vermeden oyun oynayan katılımcılardan daha düşüktür. Ulusal turnuvalara katılan katılımcıların kazanç ve başarı ölçek puanları turnuvalara katılmayan katılımcılardan daha yüksektir.

Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçek puanı katılımcıların eğitim düzeyine göre farklılık göstermektedir. Lisansüstü eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların çevrimiçi oyunlara bağımlılık ölçeğinden aldığı puanlar lisans eğitim düzeyine sahip katılımcılara göre daha yüksektir.

Katılımcıların vücut kitle indeks değerleri incelenmiş ve vücut kitle indeks değerleri bakımından Çevrimiçi Oyunlara Bağımlılık Ölçeği ve Alt Ölçek Puanları arasındaki doğrusal ilişki araştırılmıştır. Hesaplamalara göre katılımcıların %5'inin zayıf (vücut kitle indeksi 18,5'in altında), %61'inin normal kiloda (vücut kitle indeksi 18,5-24,9), %29'unun fazla kilolu (vücut kitle indeksi 25-29,9) ve %2'sinin (vücut kitle indeksi 30-34,9) ise birinci derece obez olduğu görülmekte ve ikinci ve üçüncü derece obez olan bireyler görülmemektedir. Elde edilen bulgulara göre Çevrimiçi Oyunlara Bağımlılık Ölçeği ve Alt Ölçek Puanları ile vücut kitle indeksi değerleri arasında ilişki olmadığı saptanmıştır.

KAYNAKLAR

- Aktan R.** (2016). Obez ve Pre-Obez Bireylerde Solunum Fonksiyonlarının, Fiziksel Aktivite Düzeylerinin ve Yaşam Kalitesinin Karşılaştırılması (tez). İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Allison DB, Kaprio J, Korkeila M, et al.** (1996). The heritability of body mass index among an international sample of monozygotic twins reared apart. *Int J Obes Relat Metab Disord* 20: 501-6
- Ama-assn.org** (2012). New Exercise Prescription: Don't Just Sit There: Stand Up and Move More, More Often, David W. Dunstan, PhD; Neville Owen, PhD, *Arch Intern Med.* 2012;172 (6): 500-501. doi: 10.1001/archinternmed. 2012. 209, 2012-03-26
- Aydoğdu-Karaaslan, İ.** (2015). Dijital oyunlar ve dijital şiddet farkındalığı: Ebeveyn ve çocuklar üzerinde yapılan karşılaştırmalı bir analiz. *The Journal of International Social Research*, 8(36), 806-818.
- Argan, M., Akın, E.** (2007, Kasım). “Elektronik Spor; Özellikleri, Kavram ve Uygulamalarına Yönelik Kuramsal Çerçeve”. Akdeniz 4. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya,
- Aygün M.** (2012). Obezite ve Yönetimi. İçinde: Durna Z. (Editör). *Kronik Hastalıklar ve Bakım*, 1. Baskı, İstanbul, Nobel Matbaacılık, 341-378.
- Başol, G., & Evin Gencil, İ.** (2013). Yansıtıcı düşünme düzeyini belirleme ölçeği: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(2), 929-946.
- Blockbuster Video World Game Championship Guide**, (1994). GamePro Magazine, Haziran.
- Büyüköztürk, Ş.** (2010). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. (11. Baskı). Ankara: PegemA Yayıncılık.
- Çayır A., Atak N., Köse S. K.** (2011). Beslenme ve Diyet Kliniğine Başvuranlarda Obezite Durumu ve Etkili Faktörlerin Belirlenmesi. *Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası*, 64(1) .
- Çömlekçi, N.** (2011). Kilonun Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisi Ölçeği (IWQOL-LİTE) Türkçe Versiyonunun Psikometrik Değerlendirmesi, İÜ, SBE, YYLT, İstanbul.
- Green, C. S., & Bavelier, D.** (2003). Action video game modifies visual selective attention. *Nature*, 423, 534–537. Doi:10,1038/nature01647

- Karaküçük, S.** (2014). *Rekreasyon: Boş Zamanları Değerlendirme*. Geliştirilmiş Yedinci Basım.
- Players Guide to Electronic Science Fiction Games. *Electronic Games*. (1982). 1 (2), s. 35–45 [36], Mart.
- Griffiths, M. D., Davies, M.N.O., & Chappell, D.** (2004). Online computer gaming: A comparison of adolescent and adult gamers. *J Adolesc*, 27, 87–96. Doi:10.1016/j.adolescence.2003.10.007
- GSB**, (2018). *E-Spor Raporu, Gençlik Araştırmaları Haber Bülteni*, Ankara: Eğitim,Kültür ve Araştırma Genel Müdürlüğü.
- Guyton, A. C. ve Hall, J. E.** (2016). *Textbook of medical physiology* (13.baskı). Philadelphia: Elsevier.
- Hamari, J. ve Sjöblom, M.** (2017). What Is eSports and Why Do People Watch It?. *Internet Research*, 27(2), 211-232.
- Jin, Dal Yong** (2010). *Korea's Online Gaming Empire*. MIT Press.
- Justin Binkowski** (25 Mart 2017). "Goodbye eSports: The 2017 AP Style Guide will settle the esports spelling debate once and for all". *Dot Esports*. 19 Mayıs 2017 tarihinde kaynağından arşivlendi.
- Kalaycı, T. E.** (2010). Gezin Satıcı Probleminin İkili Kodlanmış Genetik Algoritmalarla Çözümünde Yeni Bir Yaklaşım. *Muğla Üniversitesi Akademik Bilişim Konferansı*, 10-12.
- Karamahmutoğlu, F.** (2007). *Dirençli Hipertansiyonun Vücut Kitle İndeksi İle İlişkisi*, YUT, İstanbul.
- Kopelman, P.G.**, (2000). Tıbbi Bir Sorun Olarak Obezite. *Nature*, 404, 635-643.
- MEGEP**. (2009). *Çocuk Gelişimi Ve Eğitimi Oyun Etkinliği-I* , alındığı tarih: 24 Kasım2014
- Mirzeoğlu N.** (2003). *Spor Bilimlerine Giriş*, 1. Baskı. Ankara, Bağırhan Yayınevi, ss. 64
- Morrison, Angus.** (2018). *Rocket League Making of*. rockpapershotgun. 29 Kasım 2018 tarihinde kaynağından arşivlendi.
- Namlı, S. & Demir, G. T.** (2020). The Relationship between attitudes towards digital gaming and sports. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 19(1), 40-52
- Reilly JJ, Armstrong J, Dorosty AR, et al.** (2005). Early life risk factors for obesity in childhood: cohort study. *BMJ*, 330: 1357-9.
- Sucaklı H. M., Çelik M.** (2015). Obezite Etiyolojisi ve Epidemiyolojisi. *Türkiye Klinikleri J FamMed-Special Topics* 6(3):1-6.
- T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu**, (2013) *Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat programı* (2013- 2017), Ankara s.13

Vögele, C. (2005). Etiology of obesity. Simon Munsch ve Cristoph Beglinger (Ed.), Obesity and binge eating disorder (s.62-73). Basel: Karger Medical and Scientific Publishers.

Yamen, E. (1999). Spordan Taraftarlığı farklı Toplumsal Gruplara Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi (Sivas Örnekleme), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.

Michael Borowy (2012). "3". Public Gaming: eSport and Event Marketing in the Experience Economy (PDF) (Tez)

İnternet Kaynakları

Announcement of CS: GO, alındığı tarih: 12.08.2020. https://counterstrike.fandom.com/tr/wiki/Counter-Strike:_Global_Offensive

Ben Popper (2013). "Field of streams: how Twitch made video games a spectator sport". TheVerge. 8, alındığı tarih: 02.03.2020, <https://www.theverge.com/2013/9/30/4719766/twitch-raises-20-million-esports-market-booming>

Blizz Con 2014. Blizzard's New Game is Overwatch. IGN. 4 Haziran 2016 tarihinde kaynağından arşivlendi, alındığı tarih: 01.02.2020 <https://tr.wikipedia.org/wiki/Overwatch>

Gençlik ve Spor Bakanlığı, (2018). Gençlik araştırmacıların haber anlatımında yayınladıkları E-spor Raporu 5. Sayı, 2018, <https://pbs.twimg.com/media/DVDBsUAW4AEzFjp.jpg:large>.

Bramwell, Tom (2010). "Walter Day leaves Twin Galaxies". EuroGamer, alındığı tarih: 04.05.2020 <https://www.eurogamer.net/articles/walter-day-leaves-twin-galaxies>

Caoili, Eric, (2009). "Walter Day: Twin Galaxies and the Two Golden Domes". GameSetWatch, alındığı tarih: 02.02.2020 https://en.wikipedia.org/wiki/Walter_Day

Carless, Simon, (2006). "World's Oldest Competitive Gamer Passes On". GameSetWatch, alındığı tarih: 09.02.2020 <https://en.wikipedia.org/wiki/Esports>

Kaya, B. (2015). "Beşiktaş e-Spor Takımı Kuruldu". bjk.com.tr, alındığı tarih: 14.04.2020, https://tr.wikipedia.org/wiki/Be%C5%9Fikta%C5%9F_Esports#cite_note-9

McWhertor, M. (2013). StarCraft 2 update adds new eSports features, color blind mode. Retrieved March 22, 2018, from, alındığı tarih: 24.01.2020, <https://www.polygon.com/2013.7.29.4569606/starcraft-2-update-adds-newesports-features-color-blind-mode>

- Milliyet Gazetesi.** (2017). E-spor Pazarı Hızla Büyüyor! Dünyanın Konuştuğu Bu Sektör Yıl Sonunda, alındığı tarih: 24.01.2020, <http://www.milliyet.com.tr/e-spor-pazari-hizla-buyuyor--oyunhaberleri-haber-2563508/>
- Mozur, Paul,** (2014). "For South Korea, E-Sports Is National Pastime", New York Times, alındığı tarih: 18.04.2020, https://en.wikipedia.org/wiki/Video_games_in_South_Korea
- Newzoo.** (2018). Top 25 Companies by Game Revenues, alındığı tarih: 21.01.2020, <https://newzoo.com/insights/rankings/top-25-companies-game-revenues/>
- Ntv.com.tr,** (2017). <https://www.ntv.com.tr/saglik/tuketim-cilginligi-obez-yapiyor,70KbTPgvzEmjUiFrhufpQw> , alındığı tarih: 21.02.2020
- Peel, J.** (2013, January). StarCraft 2's new observer UI mod tool should make for better eSports broadcasts. PC GamesN. Retrived November 16, 2018, from, alındığı tarih: 04.02.2020, <https://www.pcgamesn.com/starcraft/starcraft-2s-new-observer-ui-mod-toolshould-make-better-esports-broadcasts>
- Riot Games,** (2018). Who We Are?. Retrieved August 30, 2018, from, alındığı tarih: 22.03.2020, <https://www.riotgames.com/en/who-we-are/values>
- Senior, T.** (2011, August). Dota 2 tournament showcases Valve's e-sports spectator package. PC Gamer. Retrived August 17, 2018, from, alındığı tarih: 05.01.2020, <http://www.pcgamer.com:80.2011.08.17/dota-2-tournament-showcases-valves-esports-spectator-package/>
- Smith, S.** (2012). Black Ops 2 CoDCaster System. Gamma Gamers. Retrived alındığı tarih: 14.03.2020, from <http://www.gammagamers.com/black-ops-2-codcastersystem.html>
- T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı.** (2017b). Dijital Dünya'da e-spor Çalıştayı-Sonuç Raporu, Uluslararası Çocuk ve Bilgi Güvenliği Etkinlikleri Dijital Oyunlar Çalıştayı. alındığı tarih: 22.02.2020, http://cocukvebilgiguvenligihaftasi.com/wp-content/uploads/2017/11/BTKGSBespor10102017_Rapor_V3.pdf
- Taylor Cocke.** (2017). "It's official: The AP Style guide spells it 'esports', not 'eSports', 'e-sports', or 'Esports'", Yahoo Esports, alındığı tarih: 25.04.2020, <https://sports.yahoo.com/its-official-the-ap-style-guide-spells-it-esports-not-esports-e-sports-or-esports-233434245.html>
- Wagner, M. G.** (2006). On the Scientific Relevance of eSports. In Conference on Internet Computing & Conference on Computer Games Development. alındığı tarih: 29.03.2020, https://www.researchgate.net/publication/220968200_On_the_Scientific_Relevance_of_eSports
- Webtekno,** (2018). Yaz Aylarında İyice Heyecanlı Hale Gelen e-spor Ligleri ve Yayınlandıkları Platformlar, alındığı tarih: 25.02.2020, <https://www.webtekno.com/yazaylari-iyice-heyecanli-hale-gelen-e-spor-ligleri-ve-yayinlandiklari-platformlarh50037.html>

- Zırhlı, Z.,** (2015) <http://www.5mid.com/lol/2015-kuzey-amerika-lcs-takimlari-ve-analizleri> , alındığı tarih: 2501.2020.
- Url-1**<Apex-legends-ücretsiz-olarak-geliyor>, alındığı tarih: 04.01.2020, <https://www.multiplayer.com.tr/apex-legends-uccretsiz-olarak-geliyor/>
- Url-2**<Arminadan-Türkiye-e-spor-sahnesi-analizi>, alındığı tarih: 22.03.2020, <https://www.redbull.com/tr-tr/armina-dan-turkiye-espor-sahnesi-analizi>
- Url-3**<Bau-supermassive-nevzat-aydından-ve-bahcesehir-okullarından-yatırım-aldi>, alındığı tarih: 24.01.2020. <https://webrazzi.com/2018.04.12/bau-supermassive-nevzat-aydından-ve-bahcesehir-okullarından-yatırım-aldi/>
- Url-4**<Bir Milyon TL'lik E-Spor Bursu. Hürriyet>, alındığı tarih: 08.04.2020 https://tr.wikipedia.org/wiki/Elektronik_spor
- Url-5**<Dark Passage Facebook>, alındığı tarih: 02.01.2020, <https://www.facebook.com/pg/dpgaming/about/>
- Url-6**<Doğuş-üniversitesi-Aurora-takımı-kimdir>, alındığı tarih: 18.02.2020, <https://elektrospor.com/dogus-universitesi-aurora-takimi-kimdir/>
- Url-7**<DP Dark Passage Ladies>, alındığı tarih: 07.03.2020, https://tr.wikipedia.org/wiki/Elektronik_spor#cite_note-2-55
- Url-8**<Electronic Games (1982). Players Guide To Electronic Science Fiction Games. Retrieved>, alındığı tarih: 24.01.2020. https://en.wikipedia.org/wiki/Category:1982_video_games
- Url-9**<E-spor nedir? Bora Koçyiğit Fanatik'e anlattı! >, alındığı tarih: 09.05.2020 <https://www.fanatik.com.tr/espor-nedir-bora-kocyigit-fanatik-e-anlatti-1286961>
- Url-10**<E-spor nedir? Nasıl oynanır? >, alındığı tarih: 06.04.2020, https://tr.wikipedia.org/wiki/Elektronik_spor
- Url-11**<E-spor nedir? >, alındığı tarih: 06.04.2020, https://tr.wikipedia.org/wiki/Elektronik_spor
- Url-12**<Espor/index.php/2019.01.19/turkiyede-en-basarili-e-spor-takimlari>, alındığı tarih: 22.03.2020, <https://www.61saat.com/espor/index.php/2019.01.19/turkiyede-en-basarili-e-spor-takimlari/>
- Url-13**<E-spor-haberleri/espor-101-turk-espor-takimlari>, alındığı tarih: 04.01.2020, <https://www.flankesports.com/espor-haberleri/espor-101-turk-espor-takimlari>
- Url-14**<Esports: A Guide to Competitive Video Gaming. Toptal>, alındığı tarih: 11.03.2020, https://tr.wikipedia.org/wiki/Elektronik_spor#cite_note-0-1
- Url-15**<Fanatik Gazetesi. (2017). E-Spor nedir? Nasıl oynanır? >, alındığı tarih: 11.01.2020. <http://www.fanatik.com.tr/2017.03.06/e-spor-nedir-nasil-oynanir-1281425>
- Url-16**<Fenerbahçe e-spor Takımı Kuruldu. redbull.com>, alındığı tarih: 07.03.2020 https://tr.wikipedia.org/wiki/1907_Fenerbah%C3%A7e_Espor#cite_note-1,
- Url-17**<Fortnite-erken->, alındığı tarih: 22.02.2020. <https://leadergamer.com.tr/fortnite-erken-erisim/>

- Url-18**<Fps Zula Será Lançado No Brasil Em Junho. IGN Brezilya>, alındığı tarih: 03.02.2020, [https://cloppe.com/post/3197/zula-\(video-oyunu\)](https://cloppe.com/post/3197/zula-(video-oyunu))
- Url-19**<G7 Federation (2006). G7 teams launched. Retrieved>, alındığı tarih: 24.01.2020, https://en.wikipedia.org/wiki/G7_Teams
- Url-20**<Hearthstoneun-descent-of-dragons-isimli-yeni-ek-paketi-aciklandi>, alındığı tarih: 13.01.2020, <https://www.redbull.com/tr-tr/red-bull-son-sampiyon-dota-tarihi-defense-of-the-ancients>
- Url-21**<Hearthstoneun-descent-of-dragons-isimli-yeni-ek-paketi-aciklandi>, alındığı tarih: 24.03.2020.
<https://www.sabah.com.tr/teknokulis/haberler/2019.11.02/hearthstoneun-descent-of-dragons-isimli-yeni-ek-paketi-aciklandi>
- Url-22**<History of Korea e-Sports Association 1999–2004 (Korece). KeS>, alındığı tarih: 12.02.2020, <http://www.hatayyasam.com/oyunun-tanimi/>.
- Url-23**<<https://tr.lolesports.com/tr/makaleler/worlds-2019-izleyici-rekoru>>, alındığı tarih: 15.03.2020.
- Url-24**<Kelebek/sağlık/obeziteyle-mucadelede-psikolojik-faktor-onemli>, alındığı tarih: 13.02.2020, <http://www.hurriyet.com.tr/kelebek/saglik/obeziteyle-mucadelede-psikolojik-faktor-onemli> 28939255
- Url-25**<Lol/riot-games-teamfight-tactics-oyununu-duyurdu>, alındığı tarih: 24.01.2020, <http://www.5mid.com/lol/riot-games-teamfight-tactics-oyununu-duyurdu>
- Url-26**<Obeziteye-neden-olan-bazi-hatali-davranislar>, alındığı tarih: 17.04.2020, <https://www.sabah.com.tr/saglik/2018.08.15/obeziteye-neden-olan-bazi-hatali-davranislar>
- Url-27**<Obeziteye-yol-acan-faktorler-nelerdir>, alındığı tarih: 18.03.2020, <https://www.haberturk.com/obeziteye-yol-acan-faktorler-nelerdir-16367>
- Url-28**<Rainbow-six-siege-çıkış-tarihi-belli>, alındığı tarih: 18.02.2020, <https://www.merlininkazani.com/rainbow-six-siege-cikis-tarihi-belli-oldu-haber-81726>
- Url-29**<Ramsey, David. "The Perfect Man: How Billy Mitchell became a video-game superstar and achieved Pac-Man bliss" Oxford American>, alındığı tarih: 16.04.2020 <https://gaming.stackexchange.com/questions/339174/how-to-predict-control-ghost-movement-in-pac-man>
- Url-30**<Royal Youth Tournament Results>, alındığı tarih: 06.04.2020, https://tr.wikipedia.org/wiki/Royal_Youth
- Url-31**<Sizler de lisanslı E-Sporcu olabilirsiniz. Merlinin Kazanı>, alındığı tarih: 06.04.2020, https://tr.wikipedia.org/wiki/Elektronik_spor
- Url-32**<Smh.com.au – Sitting can lead to an early death: study>, alındığı tarih: 06.04.2020, https://tr.wikipedia.org/wiki/Sedanter_ya%C5%9Fam_tarz%C4%B1
- Url-33**<TCL 2017 Winter. lol.gamepedia>, alındığı tarih: 17.04.2020, <https://tr.wikipedia.org/wiki/Galakticos>

- Url-34**<TCL 2018 Summer. lol.gamepedia>, alındığı tarih: 17.04.2020,
<https://tr.wikipedia.org/wiki/Galakticos>
- Url-35**<Teknoloji/Galatasaray-e-spor-takımı-kuruldu>, alındığı tarih: 18.03.2020,
<https://www.cnnturk.com/teknoloji/galatasaray-e-spor-takimi-kuruldu>
- Url-36**<Türkiye e-spor Federasyonu İçin Çalışmalar Başladı! Oyun gezer>, alındığı
tarih: 24.03.2020, https://tr.wikipedia.org/wiki/Elektronik_spor
- Url-37**<Türkiye E-spor Federasyonu Resmi Olarak Duyuruldu. Webtekno>, alındığı
tarih: 08.05.2020, <https://www.webtekno.com/turkiye-e-spor-federasyonu-kuruldu-h45324.html>
- Url-38**<Türkiye E-spor Federasyonu'nun ilk başkanı belli oldu. Hürriyet>,
alındığı tarih: 09.05.2020, <https://www.hurriyet.com.tr/sporarena/turkiye-espor-federasyonunun-ilk-baskani-belli-oldu-40837667>
- Url-39**<Türkiye ve dünya e-spor tarihinde bir ilk!>, alındığı tarih: 05.03.2020,
https://tr.wikipedia.org/wiki/Elektronik_spor
- Url-40**<Uptodate.com, Obesity in adults: Etiology and natural history>, alındığı tarih:
18.03.2020, https://www.uptodate.com/contents/search?search=obesity-in-adults-etiology-and-natural%20history&sp=0&searchType=PLAIN_TEXT&source=USER_INPUT&searchControl=TOP_PULLDOWN&searchOffset=1&autoComplete=false&language=&max=0&index=&autoCompleteTerm=
- Url-41**<Video champ tourney bound. Sunday Star-News>, alındığı tarih: 21.03.2020,
https://tr.wikipedia.org/wiki/Elektronik_spor
- Url-42**<Vucut-kitle-indeksi-hesaplama.html>, alındığı tarih: 28.03.2020,
<https://yeni-kimlik.com/vucut-kitle-indeksi-hesaplama.html>
- Url-43**<World Health Organization. Obesity and overweight Fact Sheet>, alındığı
tarih: 12.05.2020, <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Url-44**><https://forum.donanimhaber.com/antalyadan-alinik-jetonlu-atari-makinesi--54546833>>, alındığı tarih: 24.01.2020,
- Url-45**<<https://www.kobilgi.net/e-spor-gencler-arasinda-yukselisini-surduruyor/>>, alındığı tarih: 03.02.2020
- Url-46**<<https://www.futbolmedya.com/riot-gamesden-turkiyede-bir-ilk-dunyanin-en-buyuk-espor-arenasi-istanbulda-aciliyor/>>, alındığı tarih: 15.02. 202020.

EKLER

Ek- 1: Etik Kurul Onayı



GEDİK
Üniversitesi

T.C.
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Yazı İşleri Müdürlüğü



Sayı : 20788822-050.01.04
Konu : Etik Kurul Kararı Hk. (Araştırmacı Berzan ŞİMŞEK)

Sayın Prof. Dr. Mehmet Yavuz TAŞKIRAN

24.12.2019 tarihli ve 2019/09 sayılı Etik Kurul toplantısında görüşülen, Prof. Dr. Mehmet Yavuz TAŞKIRAN'ın "E-Sporcuların Online Oyunlarda Harcadıkları Zaman İle Obezite Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı başvurusu görüşüldü. Prof. Dr. Mehmet Yavuz TAŞKIRAN'ın "E-Sporcuların Online Oyunlarda Harcadıkları Zaman İle Obezite Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı başvurusunun etik olarak uygun olduğuna katılanların oy birliği ile karar verildi.

Bilgilerinizi rica ederim.

Prof. Dr. Berin ERGİN
(Başkan)

Prof. Dr. Feride ÖNAL
(Üye)

Görevli
Doç. Dr. Murat DANIŞMAN
(Üye)

Prof. Dr. Süha ATATÜRE
(Üye)

Prof. Dr. Mehmet Yavuz TAŞKIRAN
(Üye)

Dr. Öğr. Üyesi Hayrettin MUTLU
(Üye)

Cem Murat TÜRKKAN
Genel Sekreter
(Üye)

Adres : T.C. İstanbul Gedik Üniversitesi Cumhuriyet Mah. İlkbahar Sok. No: 1-3-5 Yakacık 34876 Kartal İstanbul

Telefon : 444 5 438 / Dahili: 1121 Fax : 0216 452 87 17 Ayrıntılı bilgi için: Fatma YILMAZ

Ek -2: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Değerli Katılımcı,

İstanbul Gedik Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Bölümü'nde yürüttüğüm tez çalışmam için araştırma yapmaktayım. Aşağıda bulunan anket, E-sporcuların çevrimiçi oyunlar da harcadıkları zaman ile obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi çalışmasına katkı sağlaması amacıyla oluşturulmuştur. Tüm soruları cevaplamanız, araştırmanın sonuçları açısından önemlidir. Kimliğinizin bilinmesi araştırma açısından önem taşımamaktadır. Yanıtlarınız yalnızca bilimsel veri olarak kullanılacaktır. Soruların doğru veya yanlış bir yanıtı bulunmamaktadır. Yapılan çalışmanın güvenilirliği ve geçerliliği vereceğiniz samimi cevaplarla bağlıdır.

Demografik Bilgiler

1.Eğitim durumu () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisansüstü
2.Cinsiyetiniz () Kadın () Erkek
3.Yaşınız () 18-22 () 22-25 () 25-28 () 30-35 () 35 ve üzeri
4. Kaçınıcı çocuksunuz ? () 1. () 2. () 3. () 4. Ve üzeri
5. Kardeş sayısı (siz hariç)
6. Boyunuz () Kilonuz ()
7. Babanızın eğitim durumu nedir? () Okur-yazar değil () İlkokul () Ortaokul () Lise () Üniversite () Lisansüstü
8. Genel olarak kendinizi ne kadar başarılı buluyorsunuz? () Az () Orta () Çok
9. Genel olarak kendinizden hoşnut musunuz? () Evet () Hayır () Kısmen

10. Hangi çevrimiçi oyun veya oyunları oynuyorsunuz? ☐ League of Legends ☐ Pubg ☐ World of Warcraft ☐ Fortnite ☐ CS GO ☐ Call of Duty ☐ Diğer
11. Günde ortalama kaç saat oyun oynuyorsunuz? ☐ 0-1 saat ☐ 1-2 saat ☐ 2-4 saat ☐ 4-6saat ☐ 6-8saat ☐ 8-10saa ☐ 10saattenfazla
12. Kaç yıldır Online oyun oynuyorsunuz? ☐ 1 yıldan az ☐ 1-3 yıl ☐ 3-5 yıl ☐ 5-7 yıl
13. Temel ihtiyaçlarınızı gidereceğiniz vakitler hariç (tuvalet, yemek gibi)hiç ara vermeden oyun oynadığınız en uzun süre kaç saattır? ☐ 3 saatten az ☐ 3-7 saat ☐ 7-10 saat ☐ 10-12 saat ☐ 12- 15 saat ☐ 15 saatten fazla
14. Herhangi bir turnuvaya katıldınız mı ? ☐ Ulusal turnuvalara katıldım. ☐ Uluslararası turnuvalara katıldım. ☐ Herhangi bir turnuvaya katılmadım. ☐

Aşağıda bir dizi ifade için her bir ifadeye ne kadar katıldığınızı belirleyeceğiniz 1'den 5'e kadar rakamlar verilmiştir. Bunun için önce her Maddeyi dikkatle okuyunuz. İfadenin karşısındaki seçeneklerde sizin görüşünüzü yansıtan kutuya (X) işareti koymanız yeterlidir.

- (5) Tamamen Katılıyorum,
(4) Katılıyorum,
(3) Kararsızım,
(2) Katılmıyorum,
(1) Kesinlikle Katılmıyorum.

Çevrimiçi Oyun Bağımliliği Ölçeği	Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Kesinlikle Katılmıyorum
1. Oyun tutkum hayattaki genel motivasyon kaynağımdır.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
2. Çevrimiçi oyun oynamak bana sıkıntılarımı unutturuyor.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
3. Yemeğimi genelde bilgisayar başında yerim.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
4. Çevrimiçi oyunumda maç/turnuva için uyumdan feragat ederim.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
5. Oyundaki başarıyı arttırmak için sık sık antrenman yaparım.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
6. Bana göre e-spor profesyonel bir meslektir.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
7. Çevrimiçi oyun oynadıktan sonra uyku düzenim bozuldu.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
8. Çevrimiçi oyunlarda level(seviye) atladığımda mutlu hissederim.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
9. E-sporcu olarak başarılı olmayı hedefliyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
10. Çevrimiçi oyun oynamayı bir dönem bıraktım.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
11. Çevrimiçi oyunu bıraktıktan bi süre sonra tekrar başladım.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
12. Çevrimiçi oyundan tanıştığım arkadaşlarla zaman zaman bir araya geliriz.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
13. Çevrimiçi oyunu oynamadığım zamanlarda bile zihnimde strateji kurar ve oyunu düşünürüm.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
14. Çevrimiçi oyunlarda rakibim beni yendiğinde öfkelenirim.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
15. Çevrimiçi oyun oynadığım için arkadaşlarım ile daha az vakit geçiriyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)

16. Çevrimiçi oyun oynamadığımda kendimi mutsuz hissediyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
17. Çevrimiçi oyuna ayırdığım süre okul-iş hayatımı olumsuz etkilemektedir.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
18. Oyun oynamayı bırakmayı düşünmüyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
19. Çevrimiçi oyunlardan karakter satarak, canlı yayın yaparak (twitch) steam üzerinden veya başka platformlardan para kazandım.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
20. E-spor'dan para kazanılabileceğini bilmek çevremi oyuna karşı bakış açısını değiştiriyor.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
21. Oyunda aldığım başarı beni gerçek hayatta aldığım başarıdan daha çok mutlu ediyor.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
22. Oyunda daha başarılı olmak için bilgisayar donanımlarımı geliştirdim. (Monitör, Mouse, klavye vs.)	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
23. Oyuna ayırdığım sürenin hayatımdaki diğer aktivitelere ayırdığım zamandan fazla olduğunu düşünüyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
24. Oyunda uzun saatler geçirmek sağlığımla olumsuz yönde etkiliyor.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
25. Başarılı olmak için karakter satın almışlığım vardır.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
26. Çevremdekiler oyun oynamamdan şikayet ederler.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
27. Ailem oyun konusunda beni anlamıyor.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
28. Kariyerimi e-spor sektörü üzerine kurguluyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
29. Çevrimiçi oyun oynamadığımda kendimi boşlukta hissediyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
30. Çevrimiçi oyun benim için kazanç kapısıdır.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
31. Çevrimiçi oyunu hayatımın büyük bölümünü kaplayan profesyonel bir iş olarak görüyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
32. Oyun dünyasındaki arkadaş çevrem gerçek hayattakinden daha fazla.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
33. Takım arkadaşlarımla oyun içi paylaşımlarda bulunuyoruz.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)

34. Çevrimiçi oyunda önemli bir bölümdeyken yemek saatini atladığım olur.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
35. Çevrimiçi oyun için para harcadım.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
36. Oyundan kazandığım para geçimimde önemli bir yere sahiptir.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
37. Çevrimiçi oyun oynamam ailemle daha çok sorun yaşamama neden oldu.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
38. Oyunda saygın bir oyuncu olduğumu düşünüyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
39. Çok uzun saatler bilgisayar başında kaldığımdan kilo aldım.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
40. Çevrimiçi oyunda geçirdiğim süre aile ilişkilerimi olumsuz etkiliyor.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
41. Çevrimiçi oyun oynamayı arkadaşlarımla vakit geçirmeye tercih ederim.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
42. Çevrimiçi oyunda en üst seviyeye ulaşmak için elimden geleni yaparım.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
43. Çevrimiçi oyun grubumuzun herhangi bir faaliyeti için derslerimi aksattığım olmuştur.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
44. Sosyal çevrem farklı olmuş olsaydı bu kadar süre oyun oynamazdım.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
45. Çevrimiçi oyunlarda geliştirdiğim karakteri satarak para kazandım.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
46. Çevrimiçi oyun oynamayı bırakırsam emeklerimin boşa gideceğini düşünüyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
47. Oyunda başarılı olmayı pek de önemsemem.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
48. Oyunla ilk tanıştığım zamanlardan bugüne oyuna ayırdığım süre giderek artmaktadır.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
49. Çevrimiçi oyuna ara vermemek için yemeği ertelediğim olmuştur.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
50. Oyuna başlamadan önce planladığım süreden daha fazla oyunda kalıyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
51. Oyunun olmadığı bir yaşam düşünemiyorum.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)

52. Oyun oynayarak geçirdiğim zamanları ailemden, çevremden gizlediğim olmuştur.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
53. Düzenli antrenman yapmak e-sporla başarılı olmak için gereklidir.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
54. Çevrimiçi oyun oynamak okul başarıyı olumsuz etkiledi.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
55. Oyun esnasında tuvalet ihtiyacımı ertelerim.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
56. Takım arkadaşlarımla başarıya/başarısızlığı oyundaki performansımı etkilemektedir.	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)



ÖZGEÇMİŞ

Ad-Soyad : Berzan Şimşek
Doğum Tarihi ve Yeri : 05.01.1994-Upsalla/İsveç
E-posta : besyo.berzan.simsek@gmail.com



ÖĞRENİM DURUMU

- **Lisans** : 2014, Batman Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği
- **Yüksek Lisans** : 2018, İstanbul Gedik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı

MESLEKİ DENEYİM:

- Batman Petrolspor Futbol Antrenörlüğü (2017-2020)