



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇEVİRİMİÇİ OYUN
BAĞIMLILIĞI İLE UMUTSUZLUK DÜZEYİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Aslıhan TELLİOĞLU

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Habib ERENŞOY

İSTANBUL – 2020

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇEVİRİMİÇİ OYUN
BAĞIMLILIĞI İLE UMUTSUZLUK DÜZEYİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Ashhan TELLİOĞLU

174102105

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Habib ERENŞOY

İSTANBUL – 2020



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 174102105
Öğrenci Adı Soyadı	: Aslıhan Tellioglu
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Dr. Öğr. Üyesi Habib ERENŞOY
Tezin Başlığı	: Üniversite Öğrencilerinde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı İle Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 30.01.2020	Saati	: 17:00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUĞU			
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (<i>en fazla 3 ay</i>)			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.	
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile REDDEDİLMİŞTİR.			

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Dr. Öğr. Üyesi Habib ERENŞOY	
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Fatma Duygu Kaya YERTUTANOL	
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Samuray ÖZDEMİR	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ile Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Aslıhan TELLİOĞLU

Tarih/..../.....

ÖNSÖZ

Hayatım boyunca maddi ve manevi desteklerini benden esirgemeyen eşime, babama, anneme, kardeşlerime ve meslektaşım ablam Psikolog Nagehan YETGİNER'e her konuda beni destekledikleri için çok teşekkür ederim. Ayrıca çalışmamda destek olan kıymetli hocam ve danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Habib ERENŞOY'a çok teşekkür ederim.

Aslıhan TELLİOĞLU

İstanbul 2020

(TELLİOĞLU, Ashhan, Yüksek Lisans, İstanbul 2020)

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÇEVİRİMİÇİ OYUN BAĞIMLILIĞI İLE UMUTSUZLUK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışma için 136 üniversite öğrencisine sosyodemografik bilgi formu, Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği (ÇOBÖ) ve Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ) uygulanmıştır. Araştırmada, yaş, cinsiyet, not ortalaması, gelir düzeyi, çevrimiçi oyun türleri, çevrimiçi oyunlara hangi cihazlardan erişim sağlandığı değişkenleri bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ve umutsuzluk puanlarındaki farklılıklar incelenmiştir. Ayrıca, umutsuzluğun yordayıcıları olarak yaş ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları incelenmiştir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre, cinsiyet, not ortalaması, gelir düzeyi, tercih edilen çevrimiçi oyunlar ve erişim sağlanan cihazlar bakımından umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri anlamlı farklılık göstermektedir. Erkek öğrencilerin, not ortalaması düşük olanların ve orta gelir seviyesinde olanların umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Yaş azaldıkça, umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri artış göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin umutsuzluk düzeyleri çevrimiçi oyun bağımlılığı başarı ve ekonomik kazanç alt boyutları tarafından anlamlı düzeyde yordandığı ve katılımcıların %50'sinde bu yordayıcı ilişkinin anlamlı olduğu sonucu elde edilmiştir. Elde edilen bulguların, üniversite öğrencilerinin dijital oyunlar ve problemlili kullanımla ilgili geliştirilebilecek müdahale çalışmalarına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Sonuçlardan yola çıkarak, çalışmanın farklı bölgeler ve daha büyük örnekleme tekrarlanabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Çevrimiçi Oyun, Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı, Umutsuzluk
Üniversite Öğrencileri

(TELLİOĞLU, Ashhan, Master's Thesis, İstanbul 2020)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN ONLINE GAMING ADDICTION AND
HOPELESSNESS LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS**

ABSTRACT

This study aims to investigate the relationship between online game addiction and hopelessness levels in university students. Sociodemographic information form, Online Game Addiction Scale and Beck Hopelessness Scale were applied to 136 university students. In this study, differences in online game addiction and hopelessness scores were examined in terms of variables such as age, gender, grade point average, income level, types of online games, and the devices from which online games were accessed. In addition, age and online game addiction subscales as predictors of hopelessness were examined. According to the findings of the study, hopelessness and online game addiction levels differ significantly in terms of gender, GPA average, income level, preferred online games and access devices. Hopelessness and online gaming addiction levels were higher among male students, those with lower GPAs and those with mid-level income. As age decreases, levels of hopelessness and online gaming addiction increase. It was found that hopelessness levels of university students were significantly predicted by online game addiction success and economic gain sub-dimensions, and this predictive relationship was significant in 50% of the participants. It can be considered that the findings obtained may contribute to the intervention studies of university students on digital games and problematic use. Based on the results, it is thought that the study can be repeated with different regions and larger samples.

Keywords: Gaming, Gaming Addiction, Hopelessness, University Students

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	v
TABLOLAR LİSTESİ	viii
KISALTMALAR	ix
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Tanımı.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı	2
1.3. Araştırmanın Önemi.....	2
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	2
1.5. Araştırmanın Sayıltıları	2
1.6. Araştırma Soru ve Hipotezleri	3
1.7. Tanımlar	4
1.7.1. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı.....	4
1.7.2. Umutsuzluk	4
BÖLÜM II	5
GENEL BİLGİLER	5
2.1. Dijital Oyun Kavramı	5
2.1.1. Dijital Oyun Türleri.....	6
2.2. Dijital Oyun Bağımlılığı	8
2.2.1. Dijital Oyun Bağımlılığının Etiyolojisi.....	9
2.3. Umutsuzluk Kavramı	15

2.4. İlgili Literatür	16
BÖLÜM III.....	24
YÖNTEM.....	24
3.1. Evren ve Örneklem	24
3.2. Araştırmanın Modeli	24
3.3. Veri Toplama Araçları	24
3.3.1. Sosyodemografik Veri Formu.....	24
3.3.2. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği.....	24
3.3.3. Beck Umutsuzluk Ölçeği	25
3.4. Veri Analizi.....	25
BÖLÜM IV	26
BULGULAR	26
4.1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri	26
4.2. Katılımcıların Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Puan Ortalamalarının Demografik Değişkenlerle Karşılaştırılması.....	29
4.3. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	39
BÖLÜM V.....	41
TARTIŞMA	41
BÖLÜM VI	46
ÖNERİ VE SONUÇ	46
6.1. SONUÇ	46
6.2. ÖNERİLER.....	47
KAYNAKÇA	49
EKLER.....	56
EK-1. Demografik Bilgi Formu	56
Ek-2. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği (ÇOBÖ).....	57

Ek-3. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ).....	59
ÖZGEÇMİŞ.....	60

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri.....	26
Tablo 2. Çevrimiçi Oyun Türlerine Göre Katılımcıların Betimleyici İstatistikleri ...	27
Tablo 3. Çevrimiçi Oyunlara Erişilen Cihaz Türlerinin Katılımcılarda Dağılımı	28
Tablo 4. Çevrimiçi Oyun Oynama Durumu Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları ve Umutsuzluk Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi ..	29
Tablo 5. Cinsiyet Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Alt Boyutlarının ve Umutsuzluk Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi.....	30
Tablo 6. Not Ortalaması Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Alt Boyutlarının ve Umutsuzluk Puanlarının Kruskal Wallis H Testi.....	31
Tablo 7. Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Alt Boyutlarının ve Umutsuzluk Puanlarının Mann Whitney U Testi	32
Tablo 8. Çevrimiçi Oyunlara Bilgisayardan Erişim Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Bağımsız Örneklem t Testi	33
Tablo 9. Çevrimiçi Oyunlara Bilgisayardan Erişim Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Bağımsız Örneklem t Testi	34
Tablo 10. Çevrimiçi Oyunlara Facebook Üzerinden Erişim Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Mann Whitney U Testi.....	35
Tablo 11. Oyun Türleri-CSGO Bakımından Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Mann Whitney U Testi.....	36
Tablo 12. Oyun Türleri-101 Bakımından Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Mann Whitney U Testi	37
Tablo 13. Oyun Türleri-LOL Bakımından Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Mann Whitney U Testi.....	38
Tablo 14. Yaş, Umutsuzluk ve Çevrimiçi Oyun Bağımlılık Alt Boyutlarının Pearson Korelasyonu Analizi.....	39
Tablo 15. Umutsuzluk Düzeyinin Yaş ve Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Tarafından Yordayıcı Doğrusal Regresyon Analizi	40

KISALTMALAR

ANOVA	: Tek Yönlü Varyans Analizi
BUÖ	: Beck Umutsuzluk Ölçeği
CSGO	: Counter Strike Global Offensive
ÇOBÖ	: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği
DOTA	: Defense of the Ancients
DSM	: Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders
H	: Hipotez
MOM	: Massive Online Multiplayer Games
MMORPG	: Massive Multiple Online Role-Playing Games
LOL	: League of Legends
OFC	: Orbito-Frontal Korteks
PFC	: Prefrontal Korteks
Sd	: Serbestlik Derecesi
Ss	: Standart Sapma
Ve ark	: Ve arkadaşları
VTA	: Ventral Segmental Alan
\bar{X}	: Ortalama

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1.Problem Tanımı

Son zamanlarda gelişen teknoloji ile birlikte internet kullanımı hızla yaygınlaşarak vazgeçilmez bir hal almaya başlamıştır. Mekân ve zaman ayrımı yapılmaksızın sağlanabilen kolay internet erişimi, sanal bağımlılık türlerinden biri olarak bilinen çevrimiçi oyun bağımlılığını yoğun bir şekilde gündeme getirmiştir.

Oyun bağımlılığının olası nedenleri gözden geçirildiğinde özellikle sorun yaşayan insanların, gerçek hayattaki kimliklerinden uzaklaşarak zamanlarının tamamını bilgisayar başında geçirip, sanal alemde sanal bir karakter olmayı gerçek hayata tercih etmesinden kaynaklandığı görülmüştür (Gündüz, 2011). Tayland da yapılan bir araştırmada katılımcıların çevrimiçi oyunları, gerçek hayatta memnun ve tatmin olmadıkları ihtiyaçları telafi eden bir kanal olarak gördükleri bilgisine ulaşılmıştır (Wan ve ark, 2008).

Umutsuzluk, Beck ve ark. (1985) tarafından geleceğe ilişkin olumsuz beklentilerin varlığı ile karakterize olan motivasyonel/bilişsel bir durum olarak tanımlanmaktadır Gerçek hayatın olumsuzluklarından kaçışların bireyleri çevrimiçi oyunlara yönelmesine yönelik edinilen bilgiler, umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi gerektiğini düşündürmüştür.

Literatür incelemesi yapıldığında, internet ve oyun bağımlılığı konusunda ortaokul, lise ve üniversite öğrencileri ile farklı değişkenlerle yapılan çeşitli araştırmaların mevcut olduğu görülürken özellikle çevrimiçi oyun bağımlılığı kavramının yeni tanınmaya başlandığı ve konuyla ilgili yapılan çalışmaların sınırlı kaldığı gözlenmiştir. Bununla beraber çevrimiçi oyun bağımlılığı ile umutsuzluk düzeyi üzerine yapılan bir araştırmaya rastlanmamış olması bu araştırmanın gerekliliğini doğurmuştur.

Bu bilgiler ışığında bu çalışmada, üniversitelerin çeşitli bölümlerinde okuyan benzer yaştaki öğrenciler çevrimiçi oyun bağımlılığı ve umutsuzluk düzeyleri açısından değerlendirilecek ve literatürdeki boşluğun kapatılmasına ve konunun geliştirilmesine yönelik veriler elde edilmiştir.

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı ile umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin vermiş olduğu bilgiler doğrultusunda, sosyodemografik değişkenler bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ve umutsuzluk puanlarının farklılaşma düzeyleri araştırmanın diğer amacı olarak belirlenmiştir.

1.3.Araştırmanın Önemi

Araştırmada elde edilen bulgularla, sanal dünyaya ilişkin geçirilen zamanın giderek artış gösterdiği ve Dijital Çağ olarak tabir edilen dönemde kişiler için çevrimiçi olmanın önemine vurgu yapabilecek bir etkinlik olan dijital oyun alışkanları, ve bundan kaynaklı yaşanan sorunların umutsuzluk ve sosyodemografik değişkenlerle ilişkisi olup olmadığına bakılarak, ülkenin potansiyeli açısından önemli bir grup olan üniversite öğrencilerinde söz konusu olabilecek problemleri kullanımın sonucunda geliştirebilecek önleyici çalışmalar açısından önemli bilgiler sağlayabileceği düşünülmektedir.

1.4.Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın sınırlılıkları;

- 1.Bu araştırma örneklem grubunda yer alan üniversite öğrencileri ile sınırlıdır.
- 2.Araştırmanın sonuçları, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin verdiği yanıtlar ile sınırlıdır.
3. Araştırmada elde edilen sonuçlar, kullanılan veri ölçüm araçları ve istatistiksel analiz yöntemleriyle sınırlıdır.

1.5.Araştırmanın Sayıltıları

1. Üniversite okuyan bireylerin kullanılan ölçeklerdeki soruları kendilerine dair doğru yanıtlar şeklinde cevapladıkları varsayılmıştır.
- 2.Araştırmada kullanılan veri ölçüm araçlarının geçerli ve güvenilir olduğu ve araştırma soru ve hipotezleri çözebilecek sonuçları sağladığı varsayılmıştır.
- 3.Araştırmada oluşturulan örneklemin evreni temsil edebildiği varsayılmaktadır.

1.6.Araştırma Soru ve Hipotezleri

Araştırmanın temel problem “Üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı ile umutsuzluk düzeyleri arasında ilişki bulunmakta mıdır?” Araştırmanın problem doğrultusunda geliştirilen hipotezler aşağıdaki gibidir:

1. Üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyi cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?

H1: Erkeklerin dijital oyun bağımlılığı düzeyi kız öğrencilere göre daha yüksektir.

2. Üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyi not ortalamasına göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?

H2: Not ortalamaları düşük olan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyi daha yüksektir.

3. Üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyi aile gelir düzeyine göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?

H3: Yüksek gelir düzeyine sahip olan ailelerden gelen üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı düzeyi daha yüksektir.

4. Üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyi oynanan çevrimiçi oyunun türüne (League of legends, Counter Strike GO, Facebook oyunları, PubG) göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?

H4: Fantastik Rol Yapma (Fantasy Role Playing) türü oyun oynayan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyi daha yüksektir.

5. Üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı düzeyi oyun oynama platformuna göre anlamlı bir biçimde farklılaşmakta mıdır?

H5: Kişisel bilgisayarlarında dijital oyun oynayan üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyi daha yüksektir.

6. Sosyodemografik değişkenler bakımından, üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri ve umutsuzluk düzeyi anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

H6: Sosyodemografik değişkenler bakımından üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve umutsuzluk düzeyi farklılık göstermektedir.

1.7.Tanımlar

1.7.1. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı

Dijital oyunların problemli ve zararlı olabilecek düzeyde aşırı bir biçimde oynanması sonucunda ortaya çıkabilecek bir psikopatolojidir (Griffiths, 2011).

1.7.2. Umutsuzluk

Umut, tutku ve iyimserliğin az oluşuyla karakterize bir duygu durumudur (Beck ve ark, 1985).

BÖLÜM II

GENEL BİLGİLER

Bu bölümde, çevrimiçi oyun bağımlılığı ve umutsuzluk kavramlarının teorik çerçevesi, bu kavramlarla ilişkilendirilen psikolojik ve çevresel faktörler, dijital oyun bağımlılığı kriterlerine dair genel bilgiler yer almaktadır.

2.1. Dijital Oyun Kavramı

Dijital oyunlar, gelişen bir pazar olarak her geçen yıl artan sayıda kullanıcıyla özellikle gençler arasında önemli bir etkinlik haline gelmiştir. 2012 yılında, aynı yıl içinde bilgisayar oyun endüstrisinin % 8'ini arttırmış ve bir milyardan fazla kişi bilgisayar oyunu oynamıştır (PC Gaming Alliance, 2013). Pazar araştırması şirketi Niko Partners tarafından yayınlanan bir rapor, Çin Halk Cumhuriyeti'nde dijital oyun kullanıcılarını değerlendirmiştir. Çok Kullanıcılı ve Geniş Kitleli Çevrimiçi oyunlar (Massive Multiplayer Gaming), diğer birçok oyuncu ile birlikte oynama imkânı sunan ve oyun içeriği ve oyuncu deneyimine dayanarak farklılaşabilen oyun türleridir. Yapılan çalışmalar arasında, 4.374 Macar çevrimiçi oyuncunun bilgilerine dayanarak, en yaygın tercih edilen MMO'ların rol yapma (role-playing) oyunları ve gerçek zamanlı strateji oyunları olduğunu göstermiştir (Takahashi, 2013). MMO nişancılık oyunları, iyi bir reaksiyon süresi ve dikkat gerektirdikleri için yetenek temellidir ve rekabet bu oyunların temel bir özelliğidir. Gerçek zamanlı MMO strateji oyunlarında, oyuncular takımları organize etmekte, becerilerini geliştirmekte ve oyuncular statü kazanmak için oynamaktadır (Nagygyörgy ve ark, 2012).

Öte yandan, Çok Kullanıcılı Çevrimiçi Rol Yapma Oyunları (Massively Multiplayer Online Role Playing Games- MMORPG), diğer oyun türlerine göre çeşitli farklı özellikler sundukları için oyuncular tarafından fazlasıyla rağbet gören dijital oyun türleridir. Tüm çevrimiçi oyuncular arasında, %46'sı MMORPG'ler oluşturmaktadır. MMORPG'ler, binlerce oyuncunun aynı anda (kitlesel çok oyunculu) aynı zamanda mekansal veya zamansal sınırları olmayan bir biçimde yer aldığı sanal oyun dünyalarıdır. Çevrimiçi olarak oynanırlar ve oyuncuların avatarlarına göre çeşitli sanal kişileri benimsemelerine izin verirler (rol oynama) (Rice, 2006). Günümüzün en popüler MMORPG'si, Blizzard'ın Warcraft serisindeki en son oyun olan Azeroth'un

hayal dünyası olan “World of Warcraft” dır. Entertainment Software Association tarafından yayınlanan (Entertainment Software Association, 2012; Kuss, 2013). World of Warcraft'ın “Cataclysm” eklentisi, 2011'de en çok satan bilgisayar oyunları arasında yer almıştır. 2013'te, 8 milyon oyuncu, Azeroth dünyasına dalmıştır. Oyun çeşitli oyuncuların ilgi alanlarına ve tercihlerine göre çoğu yaş grubuna uymaktadır (Kuss, 2013).

World of Warcraft gibi çevrimiçi oyunlar çeşitli oyun motivasyonlarını karşılamaktadır. 3.000 MMORPG oyuncusunun oyun motivasyonlarını ele alan Yee'nin (2006) analizi, MMORPG'lerin oyuncuların oyun hedeflerine ulaşmalarını, sosyal hayata katılımı sağladığını ortaya koymuştur. Bu faktörlerin her biri, oyuncular tarafından özel olarak belirlenmiş birkaç alt bileşenden oluşmaktadır.

Başarı: Kişinin oyunda ilerlemesi, yani seviye atlatarak ilerlemesi, oyunda statü ve gücü elde etmesi ve rekabeti arttırması olarak saptanmıştır (Kuss, 2013). Oyun mekaniğinin ya da yapısal özelliklerin, oyunların başlatılmasına, geliştirilmesine ve devamlılığa yol açtığı için oyunların potansiyel olarak bağımlılık niteliğini güçlendirdiği iddia edilmiştir (King ve ark, 2010).

Sosyalleşmek: Diğer oyuncularla Sohbet etmek ve oyunda yeni arkadaşlar edinmek, yeni ilişkiler kurmak ve bir ekip içinde çalışmak da dahil olmak üzere sosyalleşmekten ibarettir (Yee, 2006). Araştırma, MMORPG'lerin sosyal unsurunun oyuncular için özellikle önemli olduğunu düşündürmektedir. Dahası, sosyal faktörler, gerçek ve sanal sosyal ağlar arasında karmaşık bir etkileşime işaret etmekte ve bu ağlar arasındaki sınırları daha da bulanıklaştırarak MMORPG'leri doğal olarak sosyal alan haline getirebilmektedir (Cole & Griffiths, 2007).

Keşif: Oyunun keşfedilmesi ve “gizli” oyun içeriğinin keşfedilmesi, birinin avatari ile rol oynama, birinin çevrimiçi karakterinin kişiselleştirilmesi (cinsiyet, ırk, meslek, görünüm) ve kaçış, yani, gerçek hayattan kaçınmak için oyun oynamak.9 Kaçışçılık, bağımlılıktan muzdarip olan kişilerin, alışkanlık yapan bir davranışta bulunma yoluyla ruh hallerinde öznel bir kaymaya neden olarak ruhsal değişimin bir yönüdür. günlük problemler (Griffiths, 2005).

2.1.1. Dijital Oyun Türleri

Oyun Türü ve video oyunları kavramları, endüstride bazen birbirinin yerine kullanılsa dahi video oyunlarında ve oyun türü arasında belirgin bir fark vardır. Oyun

hikayesini tartişırken, oyun türünü oyunun açıklaması olarak ve oyun türünü oyunun anlatım içeriğinin bir açıklaması olarak ayırt etmek gereklidir (Grace, 2015).

Aksiyon: Birincil çekim noktası olarak aksiyon yoğunluğunu sunan oyunlar. Refleks tepkisi bu oyunları iyi oynamak için gereken temel beceridir. En yaygın aksiyon oyunları Doom ve Metal Gear Solid. Aksiyon oyunları aynı zamanda birçok spor başlığını da içermektedir, ancak bazı spor başlıkları simülasyon kategorisine girer (Grace, 2015).

Macera: Başlıca çekim alanı olarak keşif ve bulmaca çözme sunan oyunlardır. Bu oyunlar tarihsel olarak en ilgi çekici hikâyeyi sunmakta fakat popülerlikleri son 2 yılda diğer oyun türlerine kıyasla azalmıştır. Akıl yürütme, yaratıcılık ve merak, iyi bir macera oyunu oyuncusunun gerektirdiği en yaygın becerilerdir. Öncü macera oyunları Myst ve Syberia'dır (Grace, 2015).

Bulmaca: Bulmaca ve yap-bozların yer aldığı oyun türüdür. Bu oyunlar genellikle düşük bütçeli web sayfaları üzerinden yayınlanır. Bu oyunları oynayan insanlar, oyun oynayan topluluğun en yaşlı nüfusu olma eğilimindedir. En başarılı bulmaca oyunları arasında ünlü Tetris, Lemmings ve Mayın Tarlası. I.Q. Akıllı Küp yer almaktadır (Grace, 2015).

Rol Oynama (Role-Playing): Oyuncuya kendilerini oyuncu karakterine bürünme fırsatı veren oyunlardır. Rol Oynama Oyunları (RPG), hikâyeyi çeşitlendirmenin yenilikçi yollarını benimseyerek hikaye anlatımında zenginlik sağlamaktadır. Karakterler çeşitlidir ve karakter yönetimi RPG'lerdeki tekniktir. Ünlü RPG'ler arasında Ultima ve World of Warcraft bulunmaktadır (Grace, 2015).

Simülasyon: Simülasyonun ana oyun unsuru, gerçek dünya durumlarına uyma kabiliyetidir. Simülasyonlar canlandırma yoluyla eğlenceyi amaçlamaktadır. Savaş simülasyonları ve yarış simülasyonları bu oyun türünde popüler oyunlardır. Simülasyonlar arasındaki Sims ve Leisure Suit gibi sosyal simülasyon oyunlarını içermektedir. Başlıca oyunlara Gran Turismo ve Tycoon oyunları dahildir (Grace, 2015).

Strateji: Strateji oyunları muhakeme ve problem çözme yolunu bulmayı içeren oyunlar olarak tanımlanır. İlk strateji oyunları (örn. Civilizations) çok fazla hikaye anlatımı kullanmamasına rağmen, yeni oyunlar büyük ölçüde kaliteli anlatıya

dayanmaktadır. Command ve Conquer gibi oyunlar, hikâye temelli strateji oyunlarının örnekleridir (Grace, 2015).

2.2. Dijital Oyun Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı bozukluğu (IAD), “kişinin fiziksel, psikolojik ve sosyal zorluklara yol açabilecek İnternet kullanımını kontrol edememesi” olarak tanımlandı. İnternette özellikle bağımlılıklar çevrimiçi oyun, sosyal ağ ve çevrimiçi alışveriştir (Khan ve ark. 2017). Son yıllarda, “İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığı gibi teknolojik bağımlılıkların mit mi yoksa davranışsal bağımlılık mı?” Sorusuna cevap vermek için araştırmalar yapılmıştır. (Savcand Aysan, 2017) . Holden'e göre (2001) çoğu araştırmacı teknoloji bağımlılığının belirli bir davranışsal bağımlılık türü olduğunu tanımlamaktadır. Problemlili çevrimiçi video oyunu bağımlılığı ve video oyunu oynamaya ilişkin çeşitli bakış açıları hakkındaki deneysel araştırmaların sayısındaki önemli bir artış söz konusudur (Kuss ve ark, 2012). Bu konu çok değerli bir hal aldı, çünkü İnternet kullanımını dünya çapında 3,5 milyardan fazla kullanıcısı ile birlikte hızla arttı (Khan vd. 2017). Çünkü dijital oyunlar (video oyunları veya bilgisayar oyunları) gençler ve çocuklar için olumlu bir şekilde olumlu eleştiriler yapmaktadır (Zin ve ark. 2009).

Özellikle Amerika Birleşik Devletleri'nde video oyunu endüstrisi yıllık 15 milyar kazancı dokunuyor, çoğunluğu 14-19 yaşları arasında (Annetta ve Cheng, 2008). Bu konu çocuklar ve gençler için önemli çünkü oyunlar bazı olumsuz etkiler yarattı. “İnterneti içeren teknolojinin insanı kolaylaştırdığı modern yaşam tarzında, fiziksel aktivitenin azalmasının olası bir nedeni olabilir” (Cheng & Li, 2014). Dijital oyunlar oyuncuya çok büyük sonuçlara neden olabilir (Young, 2009; Block, 2008; Seok ve DaCosta 2014; Griffiths, 2008). Ayrıca, Caplan (2002), sağlıksız teknolojinin aşırı kullanımının sorunlu olabileceğini ve olumsuz sonuçlara yol açabileceğini ileri sürmüştür.

Oyun bağımlılığına ilişkin en önemli belirtiler arasında kontrol kaybı yer almaktadır. Kontrol kaybı, faaliyet için harcanan zamanı veya kaynakları kısıtlayamamak olarak tanımlanır (Ahrends, 2017). Kontrol kaybı bazı diğer sorunlara neden olur. Bu sorunlar arasında, düşük benlik saygısı, yüksek düzeyde yalnızlık ve sosyal geri çekilme (Julia ve ark. 2014), kalp atım hızı artışı (Griffiths ve Dancaster, 1995), öznel iyi oluş düzeyinde düşüş (Demirci ve ark. 2015), uyku kalitesi (Espinoza & Juvonen 2011), saldırganlık ve dürtüsellik (Wo, 2003), akademik performans

(Brunborg ve ark. 2014; Skoric ve ark. 2009), sosyal yaşam ve duygusal işleyiş (Turel ve ark. 2011) psikolojik sorunlar; depresyon, zorlama, intihar eğilimleri, dikkat eksikliği ve hiperaktivite (Julia ve ark. 2014) ve özgüven eksikliği (Montag ve ark. 2011) problemleri oyun eğilimleri ile pozitif ilişkilidir.

Wood et al. (2007) göre, çevrimiçi oyun bağımlılığında zaman geçirme ve zaman kaybı ile bir faaliyet için çok fazla zaman harcamak problemleri ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle, dijital oyun bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı gibi kavramlar, aktif maddenin internet olduğu bağımlılıklar olarak kabul edilebilir. Literatürde, oyunculara oyunlar için oyun oynarken çok zaman harcadıkları ve bağımlı hale gelmelerinin bir nedeni vardır. Wood et al. (2007), sıklıkla çevrimiçi oyun oynayanların nadiren çevrimiçi oyun oynayanlara kıyasla diğer sorunlardan kaçmak için oyun oynama olasılıkları daha fazla bulunmuştur. Kuss ve ark. (2012), “oyunlar, kullanıcıların dikkatini ve enerjisini gerçek yaşam problemlerinden ve stresten uzaklaştıracak benzersiz baş etme stratejileri sunduğu için yaygın olarak tercih edilmektedir”.

2.2.1. Dijital Oyun Bağımlılığının Etiyolojisi

Oyun bağımlılığı konusundaki araştırmalar, çevrimiçi oyun bağlamına çok az dikkat etmiştir. Bununla birlikte, şimdi birkaç çalışma, İnternet oyun bağımlılığının birey, bağlamda oyun ve oyun ortamı daha geniş bir kültür çerçevesi bağlamında değerlendirmeyi mümkün kılmaktadır.

Griffiths (2005), bireyin yaşamının bağlamının oyun bağımlılığını oyundan fazla oynamayı sınırlayan önemli bir faktör olduğunu vurgulamak için MMORPG'lerle günde ortalama 14 saat harcayan iki gencin vaka çalışması kanıtlarını sunmuştur. 21 yaşında, işsiz ve bekar olan “Dave”, oyunun hayatı üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu, çünkü sosyal yaşamının neredeyse sadece oyun etrafında döndüğünü ve oyun oynamasının kendine saygı duyduğunu ve günlük yaşamına bir yapı kazandırdığını söylemiştir. Dave, aşırı oyun oynamasının yaşamını hiçbir şekilde olumsuz etkilediğini algılayamadı. Dave için, geniş oyun alanı günlük yaşantısında önemli bir sıkıntı yaratmadı ya da olumsuz bir etkiye sahip değildi ve bu nedenle davranışı DSM'de belirtildiği gibi bir zihinsel bozukluk sınıflandırma şartlarını yerine getirebilecek bir durum olarak sınıflandırılmaz.

Bireysel içeriğe ek olarak, oyunun içeriği, aşırı oyun oynamanın gerçekte ne kadar bağımlılık olabileceğini belirlemede önemli görünüyor. Karlsen (2005) çevrimiçi oyuncularla 12 röportaj yapmıştır. Çalışmada, World of Warcraft oynamak ve aşırı oyun oynamanın sonuçlarını değerlendirmek için sanal etnografya kullanmıştır. Sonuçlar, bazı oyuncuların Griffiths (2012) tarafından belirlenen davranışsal bağımlılık semptomları yaşadıklarını, yani ikincisi potansiyel bağımlılık yaratan unsurların, oyunlardan aşırı derecede oynanması, ruh hali değişikliği, tolerans, geri çekilme, çatışma ve tekrarlama yaşadıklarını göstermiştir. Bununla birlikte, oyunun “patolojikleştirilmesine” yönelik bir tespitte bulunmak yerine, Karlsen, oyunun sosyal açıdan pratik ve oyunun sosyal anlamını ve aynı zamanda bireyin oyunla olan ilişkisini de içeren, oyun yapısının en önemli noktalarından ve oyun bağlamından görmeyi savunmaktadır.

Oyun ve medya çalışmaları açısından oyun. Bu anlayış, oyun motivasyonlarını, oyun yapısını ve mekaniği ve aynı zamanda birey için oyun anlamını derinlemesine araştırmayı içeren ve psikolojik ödüllere odaklanmanın kısıtlı olduğunu savunan bir yaklaşımdır. Bu bağlanma yapılan araştırmalar arasında, Kuss on bir World of Warcraft oyuncusuyla röportaj yaparak çevrimiçi oyun ve potansiyel oyun bağımlılığını analiz etmiştir. ve bu özel oyun oynamanın popüler medyaya katılımı nasıl yansıttığını anlamak için sanal etnografi kullanmıştır. Bu bağlamda, medya kültürü aktif katılım gerektiren esnek ve gelişen bir katılım alanı olarak anlaşılmaktadır. Buna ek olarak, psikolojik açıdan ele alındığında, potansiyel oyun bağımlılığının kaçma/kaçınma motivasyonu ile ilişkili olduğu bulunmuş ve bu bağlamda oyun oynamanın “narkotik” bir işlevi yerine getirdiği anlaşılmıştır.

Snodgrass ve arkadaşları, World of Warcraft'ta bağımlılık düzeyinde MMORPG oynamayı değerlendirmek ve oyun dünyasının kültür perspektifinden değerlendirmek için 252 katılımcıyı incelemiş ve bireysel ve potansiyel olarak bağımlılık yapıcı oyunun yaygın olarak paylaşılan inanç ve uygulamalar çerçevesinde konumlandığını öne sürmüştür. Snodgrass ve ark. (2012) Antropolojik bir yaklaşımla, oyun motivasyonları ve problemlerle oyun anlayışlarına da yansıyan anlam, uygulama ve deneyime odaklanmıştır. Oyuncular gerçek hayatta daha az başarılı olursa ve telafi etmek için oyun başarısını kullanırlarsa, başarı kıstası gerçeklikten sanal dünyaya geçebilir. Ayrıca, araştırma, çevrimiçi ilişkilerin çevrimdışı ilişkilerde daha önemli olduğunu, sosyal ağlarla ilgili kültürel uyumsuzluğun sağlığa olumsuz yönde etki

ettiğini göstermektedir. Bütünleşme ile ilgili olarak, çevrimiçi ve çevrimdışı yaşam ile kimliklerin birleşmesi değerlendirilmiştir. Oyunun ve avatarın öz benliği ayrışmasına yol açtığı ifade edilmiştir. Sonuçlar World of Warcraft'in oyun dünyasında bir şekilde gerçek anlamda yerini alabileceğini gösteren hedefler ve sorumluluklarla ilgili kültürel başarı modellerini yansıttığını göstermiştir. Dahası, kültürel açıdan hassas motivasyonlara yanıt vermesi, gerçek hayatla uyumsuz olmaları durumunda, yani oyunun gerçek hayatta başarı ve ilişkilerin eksikliğini telafi etmek için kullanılmış olması durumunda, problematik MMORPG oynamanın görülebileceği ve kişilerin gerçek hayattan ayrılacakları ifade edilmiştir.

Birlikte ele alındığında, birey, oyun ve kültürel bağlamlar, oyun bağımlılığının nasıl kavramsallaştırıldığı açısından aşırı oyun oynamanın bir sonucu olarak ortaya çıkan sorunların boyutu üzerinde önemli etkilere sahiptir. Bu şekilde kültürel bağlam, bireylerin ve etraflarındakilerin algıladığı davranışlara ve sonuçlarına anlam verdiği bir mercekle olarak görülebilmektedir. Oyun problemlerini sadece gözlemlenebilir semptomlar ile değil, aynı zamanda oyunun, bireylerin ve kültürün daha geniş kapsamına yerleştirmek açısından da kritik öneme sahip olduğu öne sürülmektedir.

2.2.1.1. Dijital Oyun Bağımlılığının Sinirbilim Açısından Değerlendirilmesi

Son yıllarda, psikiyatrik ve psikolojik rahatsızlıkların etiolojisinin değerlendirilmesinde nörobilimsel çalışmalara ivme kazandırılmıştır. Bu doğrultuda, nörobilim, öznel olarak nitelendirilebilecek klinik tanıdan farklı olarak daha nesnel veriler sunması açısından büyük önem teşkil etmektedir. Bu şekilde doğru tedavi yaklaşımının nörogelişimsel unsurlar çerçevesinde yapılandırılmasının etkisi olduğu düşünülmektedir. Nörobiyolojik ve nörokimyasal faktörlerin psikopatoloji ile ilişkisini inceleyen çalışmalar arasında bağımlılık bozukluklarının psikofizyolojisi yer almaktadır.

Yapılan araştırmalarda, bağımlılık ve beyin aktivitesindeki değişikliklerin ödül, motivasyon ve hafıza süreçlerinden sorumlu olan beyin bölgeleriyle açıklandığı görülmektedir. (Volkow ve ark, 2003). Prefrontal Korteks ve Ventral Striatum bölgelerinin belirtilen işlevlerden sorumlu olduğu ifade edilmiştir. Bağımlılık davranışının gelişmesinde birincil olarak işleve sahip olan bu bölgeler, zaman içerisinde bireyin davranışa alışması dopamin eksikliği ile dorsal striatumdaki aktivitenin değişmesiyle birlikte kişileri ödül arayışına sevk etmektedir. Dopamin serbestliği konusunda araştırmalar ayrıca literatürde yer almaktadır (Everitt &

Robbins, 2005). Buna ek olarak kişinin davranışla meşguliyeti devam ettikçe dopaminerjik yollardaki değişiklikler daha kalıcı hale gelmektedir. Bu süreçte, ön singulat, orbitofrontal korteks (OFC) ve ödül merkezinden sorumlu olan nükleus akumbens'teki aktivite, kişilerin doğal ödüllere eskisi kadar haz almamasına ve daha farklı davranışları aşırı bir biçimde sergilemesi sonrasında davranışlar üzerindeki kontrolün azalmasıyla sonuçlanabilmektedir (Craven, 2006). Yoksunluk belirtilerinin nörobiyolojik süreçleri olarak, Ventral Tegmental Alan'da (VTA) yer alan sinapsların güçlenmesi, nükleus akumbensteki glutamatin azalması, amigdala ve hipokampüsteki aktivitenin artması belirtilerinin görüldüğü belirtilmiştir (Kalivas & Volkow, 2005).

Yapılan bazı araştırmalarda, bağımlılığa sebep olan davranışın güçlenmesinin, ödül merkezinin bölgesi olan nükleus akumbensteki aktiviteden kaynaklı olduğu ifade edilmiştir (di Chiara, 2002). Tolerans gelişmesi, ödül merkezindeki dopamin eksikliği neticesinde görülmekte ve mezokortikal bölgedeki dopamin eksikliği yoksunluk belirtilerine yol açmaktadır. Kişiler bu durumun üstesinden gelebilmek adına bağımlılığa yol açan davranışa daha fazla katılım gösterebilmektedir (Prochaska ve ark, 1992; Potenza, 2006).

Son on yıl içerisinde, çevrimiçi oyun bağımlılığı alanında yapılan çalışmalar arasında, EEG bulgularında, elektrotlar üzerindeki voltaj değişimlerinin görüldüğü bir çevrimiçi oyun bağımlılığı çalışması yer almaktadır (Kim ve ark, 2011). Ayrıca, fonksiyonel MR ölçümlerinin yapıldığı farklı çalışmalarda, bağımlılığa ilişkin beyin aktivitesi kanıtlanmıştır (Dong ve ark, 2011; Han ve ark, 2012).

2012 yılına dek yapılan nörogörüntüleme çalışmalarında, problemlili internet kullanımı ve çevrimiçi oyun bağımlılığının sistematik incelemeleri, söz konusu psikopatolojilerin sinir iletimi ve davranışlar bakımından davranışsal bağımlılık ve alkol-madde bağımlılık bozukluklarıyla benzer yönleri olduğunu ortaya koymuştur (Koepp & Gunn, 1998). Ayrıca, yapılan çalışmalardaki küçük örneklem gruplarında, problemlili internet kullanımı ve çevrimiçi oyun bağımlılığının, dopaminerjik sistemdeki ödül eksikliği ile ilişkisi olduğu ifade edilmiştir. Ödül arayışında olan bireyler, biyokimyasal dengeyi yeniden sağlayabilmek için davranışsal bağımlılıkla telafi yolunu seçebilmektedir. Kişi, ödül sistemi eksikliği sebebiyle ödül aradığı ve bu ödül arayışları içerisinde cinsellik ve yemek yeme gibi doğal ödüllere ve uyuşturucu

madde gibi doğal olmayan bağımlılık davranışları sergileyebilmektedir (Comings & Blim, 2000).

Bağımlılık bozuklukları genel olarak ele alındığında, zaman içerisinde internet kullanımı veya çevrimiçi oyun oynamanın kişiler üzerinde yarattığı haz verici duygular neticesinde, daha fazla kullanım ve yoksunluk belirtileri görülebilmektedir (Solomon, 1977). Bu şekilde ödül sisteminin sürekli çalışma isteği haz alma isteğinden ileri gelmektedir. Bu durum problemlerle internet kullanımı ve çevrimiçi oyun bağımlılığı için başlangıç noktası kabul edilebilir (Kuss & Griffiths, 2012). Ayrıca, kişilerdeki azalmış dopaminerjik taşıyıcılar, depresyon, iki uçlu duygu durum bozukluğu ve sınırdaki kişilik bozukluğu gibi psikopatolojiler için risk faktörü oluşturabilmektedir. (Bernandi & Pallanti, 2009). Bu durumun, duygu durum değişimleri ile dopaminerjik taşıyıcılar arasındaki ilişkinin anlamlı ölçüde olduğu; bağımlılık bozukluklarındaki duygu durum değişimlerinin ve haz arayışının belirtilen durumla ilişkili olduğu düşünülmektedir.

Çevrimiçi oyun oynandığı esnada, ortaya çıkan sinir devrelerinin bağımlılıkla ilgili beyin alanlarında görüldüğü ifade edilmektedir. Çevrimiçi oyun oynandığı esnada, özellikle, orbitofrontal korteks (OFC) ve singulat girus gibi bölgelerde aktivitenin yüksek olduğu görülmüştür. Davranış açısından ele alındığında, çevrimiçi oyunları aşırı düzeyde oynamanın kişilerde dürtü kontrol mekanizma, inhibisyon, yürütücü işlevler, dikkat ve genel bilişsel işlevsellik gibi alanlarda sorunları beraberinde getirdiği öne sürülmektedir. Ayrıca, çevrimiçi oyun bağımlılığı görülen bireylerde duyuşsal bilgilerin el-göz koordinasyonuna entegrasyonunda işlev sorunları gözlenmiştir (Kuss & Griffiths, 2012).

Çevrimiçi oyun bağımlılığı alanında yapılan araştırmalar ele alındığında, nörobilimsel açıdan bazı nörokimyasal ve nöroanatomik ilişkilerin tespit edildiği ifade edilmektedir. Bu çalışmalarda kullanılan farklı teknikler, çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkili beyin aktiviteleri konusunda net bir bulgu elde edememiş olsa da bazı nörokimyasal değişimlerin problemlerle internet kullanımı ve çevrimiçi oyun bağımlılığının benzer yönleri olduğunu ortaya koymaktadır. Çevrimiçi oyun bağımlılığı araştırmalarında yapılan işlevsel beyin görüntüleme çalışmaları doğrultusunda, söz konusu psikopatolojinin bağımlılık bozukluğu olduğuna ilişkin kanıtlar bulunmuştur (Comings & Blum, 2000). Nörobiyolojik farklılıklar ve çevrimiçi oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin U şekli ilişkisi olduğu ifade edilmektedir.

Bir diğerk deyişle, çevrimiçi oyunların bireylerde görülebilen nörokimyasal değışimlere yol açması ve bağımlılık söz konusu olmasının nörokimyasal değışimlerin meydana getirdiğı psikopatolojiler olarak düşünölmektedir. Buna ek olarak, ilerleyen çalışmalarda ileri düzey görüntöleme çalışmalarının kullanılması, tanı kriterlerinin yapılandırılmasında önemli katkılar sağlamıştır. Problemlili internet kullanımı ve çevrimiçi oyun bağımlılığının, araştırmalarla desteklenmiş nörobilimsel faktörler doğrultusunda profesyonel yardım gerektiren kronik bir nörobiyolojik durum olduğı öne sürölmektedir (American Society of Addiction Medicine, 2012).

2.2.2.2. Dijital Oyun Bağımlılığı Tanı Kriterleri

20 yıl süresince yapılan araştırmalardan sonra, Amerikan Psikiyatri Birliğı, internet ve oyun bağımlılığının pratisyenler ve araştırmacılar tarafından değıerlendirilmesi gereken önemli bir psikopatoloji olduğunu öne sürmüştür. Resmen tanınan internet ve oyun bağımlılığı, Haziran 2013 tarihinde, DSM 5'in güncellenmiş versiyonunun ek kısmında kriterleriyle belirtilmiştir (American Psychiatry Association, 2013). İnternet ve çevrimiçi oyun bağımlılığı dahil olmak üzere, davranışsal bağımlılık olarak nitelendirilen psikopatolojiler, kumar bağımlılığı tanı kriterleri kapsamında yapılandırılmıştır. Ayrıca, üzerinde çalışmalar yürütölen tanı kriterlerinin temelini madde kullanım ve bağımlılık bozuklukları tanı kriterleri oluşturmaktadır. Günümüz koşullarında ise, problemlili internet kullanımı, problemlili sosyal medya kullanımı ve çevrimiçi oyun bağımlılığı, diğerk davranışsal bağımlılık (örn. Egzersiz, alışveriş ve iş bağımlılığı gibi) türlerinin önüne geçmiştir (Adams & Kirkby, 1997; Griffiths, Szabo, & Terry, 2005; Andreasen ve ark, 2012; Clark & Calleja, 2008).

Yapılan araştırmalar, problemlili internet kullanımı ve çevrimiçi oyun bağımlılığının dürtü kontrol bozukluğu olarak değıerlendirilen patolojik kumar oynama, alkol ve madde kullanım bozukluğu belirtilerinin kombinasyonu üzerinden yapılandırılmış kavramlar olduğı belirtilmiştir (Bear ve ark, 2011). Ayrıca, çevrimiçi oyun bağımlılığı ve benzer diğerk kavramlar (problemlili çevrimiçi oyun oynama, problemlili internet kullanımı, problemlili sosyal medya kullanımı gibi), yapılan araştırmalarda kullanılan veri ölçüm araçlarının içeriğinden farklı kavramlar olarak literatürde yer almıştır. Bununla birlikte, araştırmacılar internet bağımlılığı için ortaya çıkan farklı tanımlamalara karşın, yapılan çalışmaların tutarlı ve güvenilir sonuçlarıyla birlikte görüş birliğı sağlamışlardır (Kuss & Griffiths, 2012).

DSM 5 çerçevesinde, çevrimiçi oyun bağımlılığı, kişilerde klinik düzeyde ve belirgin bozulmanın iş, okul, mesleki ve toplumsal alanlarda gözlenmesi, sanal ortamda dijital oyunları uzun süre ve tekrar oynama, olumsuz sonuçlarına rağmen dijital oyun oynamaya devam etmek, dijital oyun oynama ile ilgili olarak kişinin çevresindeki diğer insanlara yalan söylemesi, dijital oyun oynadığı esnada ya da mahrum kalındığı sırada duygusal değişimlerin olması belirtileri şeklinde tanımlanmaktadır (American Psychiatry Association, 2013).

Tanı kriterleri kapsamında, diğer bağımlılık bozukluklarında olduğu gibi, kişinin zaman içerisinde dijital oyun oynama süresinde artış görülmesi (tolerans) ve dijital oyun oynamaktan uzak kalındığı esnada birtakım duygu durum değişikliklerinin gözlenmesi (çekilme) belirtileri görülebilmektedir (Pies, 2009). Ayrıca, kişilerin çevredekilere yalan söylemesi, dikkat dağınıklığı söz konusu psikopatolojiyi açıklayan belirtiler arasındadır.

2.3. Umutsuzluk Kavramı

Umut, gelecek ile ilgili bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan fazla olan beklentilerdir (Rideout ve Montemuro 1986). Bir çıkış yolu olduğuna ve yardım ile bireyin varlığında değişiklikler oluşabileceği inancı en önemli özelliğidir. Umutsuzluk ise bir amacı gerçekleştirmede sıfırdan az olan olumsuz beklentiler şeklinde tanımlanır. Gerek umut gerekse umutsuzluk, her ikisi de kişinin gelecekteki gerçek hedeflerine ulaşma olanaklarının olası yansımasıdır (Melges 1969). Umut ve umutsuzluk karşıt beklentileri simgeler. Umuda hedefe ulaşmak için uygulamaya konulan planların başarılıacağı öngörüsü varken; umutsuzlukta başarısızlık yargısı vardır. Bu iki uç beklenti kişiden kişiye, durumdan duruma beklenen sonucun ne zaman ve nasıl gerçekleştiğine bağlı olarak değişiklik gösterir. Bu plan ve beklentilerin her biri yalnızca bireyin planlarını hedefine nasıl oturttuğu değil, kendisi için oluşturduğu hedefin şeklini de etkiler. Birey bu düşünce biçimini aşağıdaki şu süreçlerden geçirir (Melges 1969).

Bireyin yaşam kalitesi ve değerleri ile ilgili olarak günlük yaşamdan mutluluk duyma, yaşamı anlamlı bulma, amaçlara ulaşma konusunda uyum, pozitif bireysel kimlik, fiziksel olarak kendisini iyi hissetmesi, ekonomik güvenlik ve sosyal ilişkilerinin yeterli bulması umut duygusunu ve hayata bağlılığını arttıracak aksi durum ise umutsuzluk duygusuna yol açabilecektir. Türk Dil Kurumu'nun Türkçe Sözlüğünde umut, bireyde ummaktan doğan güven duygusu olarak tanımlanmaktadır.

Umut, bireyin geleceğe ilişkin, kendi yaşamında gerçekleşmesini istediği bir olay ya da olgu ile ilgili olumlu beklentilerini, dileklerini ve isteklerini ifade etmek için kullanılmaktadır. Bireyin, hayatında gerçekleşmesini dilediği olaylara ilişkin olumlu beklentisi, bu durumlara ilişkin tavırlarının da değişmesini sağlamaktadır. Böylelikle birey, gerçekleşme ihtimali olduğunu, umut ettiği, istek ve dilekleri için çaba sarf etmeye başlayabilmektedir. Bu anlamda umut, bireyin davranışlarını yönlendirici ve motive edici nitelik taşımaktadır. Dolayısıyla umut, bireyin yaşamını daha olumlu algılayarak, kendi gelişimini destekleyici davranışlara yönelerek, yaşamını değiştirebilmesini, geliştirebilmesini sağlayan itici bir güçtür (Melges 1969).

Umut duygusu her birey için farklı anlam taşıyabilmektedir; gelecekle ilgili olumlu beklentileri ifade etmiş olsa da her birey için olumlu kabul edilen ve gerçekleşmesi beklenen yaşam dinamikleri aynı olamayacağı için umut duygusu, bireyden bireye farklılık göstermektedir. Farklı bir değerlendirme ile bireylerin yaşam dinamikleri, çok çeşitli faktörlerden dolayı birbirlerinden farklı olabileceğinden, umut etmeye ilişkin düşünce ve duyguları da farklılık gösterebilecektir. Budinamiklerin etkileri, bireylerin beklentilerini gerçekleştirmek için gösterdikleri davranışlarda da kendini göstermekte, yani bireyin davranış biçimini de etkilemektedir. Dolayısıyla her bireyin umut duygusuna ilişkin kapasitesi ve umut ettiği şeyleri gerçekleştirme biçimleri birbirlerinden farklı olmaktadır (Beck, 1975).

Umut kavramının, duygu, beklenti, yanılsama, istek olarak, yaşamı motive edici, kolaylaştırıcı ve yönlendirici nitelikte olumlu bir duygu olduğunu söyleyebilmek mümkündür. Birey, umut duygusu ile kendi potansiyelini kullanarak yaşamını geliştirmekle kalmamaktadır. Aynı zamanda süreç içinde yaşayabileceği hayal kırıklarını duygusal olarak yöneterek, olumsuz düşünce ve duygulara karşı, ruhsal kendini koruyabilecek araçlar geliştirebilmektedir (Beck, 1975).

2.4. İlgili Literatür

Literatürde, problemlerle internet ve çevrimiçi oyun ile ilgili yapılan çalışmalarda, psikolojik ve ailesel faktörlerle ilişkisi incelenmiş ve üniversite öğrencileriyle çalışmalar yürütülmüştür. Ariatama ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, çevrimiçi oyun bağımlılığının depresif bozukluklar ve dopamin taşıyıcılığı durumu açısından karşılaştırması yapılmıştır. Araştırma için 48 çevrimiçi oyun oynayan ve en az 12 ay boyunca çevrimiçi oyun oynayan katılımcı seçilmiştir. Yaşları 20-40 arasında olan oyunculara uygulanan anketler sonucunda, depresif semptomlar

ile çevrimiçi oyun bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. ayrıca, çevrimiçi oyun bağımlılığı olan kişilerde düşük düzeyde dopamin taşıma düzeyi saptanmıştır. Bu durumun, çevrimiçi oyunların ödül merkezindeki etkilerinin zamanla azalmasıyla gözlenen toleransın dopamin açısından kaynaklı olmasıyla ilişkili bir durum olduğu öne sürülmüştür. Diğer davranışsal bağımlılık türlerinde olduğu gibi, dopaminin ödül merkezindeki işlevi ve artan kullanım veya davranışın istenilen dopamin seviyesini sağlamaya yönelik olması bakımından araştırmanın tutarlı sonuçlar verdiği düşünülmektedir.

Diğer bir çalışmada, Berte ve meslektaşları (2019), üniversite öğrencilerinde algılanan özyetkinlik ve problemlili internet kullanımı arasındaki ilişki incelenmiştir. Filistin’de yapılan çalışmaya 505 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, algılanan özyetkinlik ve problemlili internet kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca, cinsiyet, akademik başarı ve çalışmanın yürütüldüğü bölge açısından öğrencilerin algılanan özyetkinlik algısı ve problemlili internet kullanımı arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır.

Bonnaire ve Baptista (2019) tarafından yapılan çalışmada, genç erişkin kadın ve erkeklerde çevrimiçi oyun bağımlılığında aleksitimi, depresyon, anksiyete ve oyun türünün rolleri incelenmiştir. Oyun türleri açısından MMORPG (Geniş ve Çok kullanıcıli çevrimiçi rol oynama türü dijital oyunlar) ve MOBA (Çok oyunculu çevrimiçi kapışma sahası türü oyunlar) karşılaştırılmıştır. 429 katılımcıyla yürütülen anket çalışması sonucunda, tüm örnekleme aleksitimi, depresyon ve anksiyete skorları çevrimiçi oyun bağımlılığı olan kişilerde anlamlı düzeyde daha yüksektir. Kadınlardan, liseden düşük eğitim seviyesinde olanların çevrimiçi oyun bağımlılığı ve depresif belirtileri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca, kapışma sahası türü oyunların rol oynama türünde olanlara kıyasla duygu denetimini sağlama işlevinde olduğu ve rol oynama türü oyunları tercih eden kişilerin uyumsuz ve işlevsel olmayan başa çıkma becerileri olduğu sonucu elde edilmiştir.

Chang ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, çocukların mobil cihazları kullanımı, akıllı telefon bağımlılığı ve ebeveyn tutumlarının aracı işlevi incelenmiştir. 5. Sınıf öğrencileriyle yapılan çalışmada, 2621 öğrencinin ve 2468 ebeveynin bilgileri değerlendirilmiştir. Bulgulara göre, 5. Sınıf öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı yaygınlığı %15,2 olarak bulunmuştur. Ayrıca, kısıtlayıcı ebeveyn

tutumunda olanların çocukların internet ve mobil cihaz kullanımına daha fazla yönelttiği sonucu elde edilmiştir. Akademik başarısı düşük olanlar, depresyonda olanlar ve kendilerine ait cep telefonu olanların problemleri kullanımı daha fazla bulunmuştur.

Cheng ve meslektaşları (2018) tarafından yapılan bir çalışmada ise problemleri internet kullanımı ve intihar eğilimi arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan sistematik gözden geçirme ve metaanaliz sonucunda, problemleri internet kullanımı olan kişilerin intihar düşüncesi daha fazla bulunmuştur. Ayrıca, yaşa göre değerlendirildiğinde, 18 yaş altında olanların erişkinlere kıyasla problemleri internet kullanımı ve intihar düşüncesi daha yüksek bulunmuştur.

Chiang ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada, akıllı telefon bağımlılığının çocuk ve gençlerdeki geçişi incelenmiştir. Cinsiyet ve kullanım amaçları açısından akıllı telefon bağımlılığının ele alındığı çalışmada, 2155 çocuğun iki yıllık dönem içerisinde akıllı telefon kullanımı incelenmiştir. Ayrıca, depresyon belirtileri ile akıllı telefon kullanımının problemleri kullanıma geçişi değerlendirilen çalışmada, akıllı telefon bağımlılığı olan çocuklar arasında 6. Sınıf öğrencilerinin daha fazla yoksunluk belirtisi olduğu görülmüştür. Ek olarak, akıllı telefon kullanımının problemleri kullanıma geçişini tetikleyen kullanım amacının sosyal medya uygulamaları olduğu görülmüştür.

Cudo ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, genç erişkin bilgisayar oyuncularında Facebook kullanımında depresyon ve benlik saygısının rolü incelenmiştir. 235 dijital oyun kullanıcısının katıldığı araştırmada, benlik saygısı, genel sağlık durumu ve problemleri çevrimiçi oyun oynama değişkenlerine yönelik sorular yöneltilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, depresif belirtiler, benlik saygısı ve oyun bağımlılığı arasındaki ilişkide aracı değişken olarak saptanmıştır. Ayrıca, Facebook kullanımının aşırılığı ve oyun bağımlılığı arasında anlamlı ilişki bulunan çalışmada düşük benlik saygısının anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucu elde edilmiştir.

Dang ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan bir yıllık boylamsal çalışmada, oyun bağımlılığının yordayıcısı olarak duygusal zeka incelenmiştir. Çin’de yapılan çalışmaya 282 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre, duygusal zekanın oyun bağımlılığı konusunda dolaylı olarak koruyucu bir etkisi olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca, depresyonun duygusal zeka ve oyun bağımlılığı arasındaki ilişkide tam aracı rolü olduğu saptanmıştır.

Elsalhy ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada, problemlili internet kullanımıyla klinikodemografik ve davranışsal faktörlerin ilişkisi incelenmiştir. 3224 öğrenciyle yapılan çalışmada problemlili internet kullanımı düzeyinin klinikodemografik ve davranışsal faktörler bakımından karşılaştırması yapılmıştır. Bulgulara göre, e-mesajlaşma, sosyal medya uygulamaları, tatillerde internet kullanımı, sınav notları problemlili internet kullanımı ile ilişkili bulunmuştur. Öte yandan, internetin eğitim amacıyla kullanılması, internetle tanışma yaşı ve uyku süresiyle problemlili internet kullanımı arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır.

Evren ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, oyun bağımlılığının üniversite öğrencilerinde anksiyete, depresyon, aleksitimi ve saldırganlık düzeyleriyle ilişkisi incelenmiştir. 987 katılımcıyla yürütülen çalışmada, psikolojik belirtilerin değerlendirilmesi için Scl-90-R kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, saldırganlık, aleksitimi alt boyutlarından duyguları tanımda güçlük ve dış odaklı düşünme ve saldırganlık düzeylerinin çevrimiçi oyun bağımlılığını anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular, üniversite öğrencilerinde aleksitimi düzeylerinin saldırganlıkla birlikte çevrimiçi oyun bağımlılığını anlamlı düzeyde yordamaktadır.

Evren ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan diğer bir çalışmada, problemlili internet kullanımının depresyon, anksiyete, nörotisizm, DEHB belirtileri ve uykusuzluk arasındaki ilişki incelenmiştir. 1010 üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada, çevrimiçi oyun oynayanların bulunduğu forumlar ve e-spor turnuvalarına katılan katılımlar arasından çalışma için örneklem oluşturulmuştur. Çalışma sonuçları, çevrimiçi oyun oynayan ve e-spor turnuvalarına katılan öğrencilerde uykusuzluk rahatsızlığının 2.7 kat daha fazla olduğu bulunmuştur. Ayrıca, DEHB belirtileri açısından risk grubunda olduğu saptanan oyuncuların hiperaktif ve dürtüsel tipte olma olasılıklarının daha fazla olduğu görülmüştür. DEHB belirtilerinin uykusuzluk problemiyle ilişkili olduğu; söz konusu ilişkide depresyon, anksiyete, nörotisizm anlamlı yordayıcı olduğu saptanmıştır.

Gibbons ve Bouldin (2019) tarafından yapılan çalışmada, çevrimiçi oyunların işlevsel olmayan duygu düzenleme becerileri ile ilişkisi incelenmiştir. Duygu düzenleme becerisi olarak duygunun deneyimlenmesine yönelik yanlılığın, keyif vermeyen bir duygunun yerine keyif veren bir duyguyu deneyimlemeyi tercih etme durumunun, çevrimiçi oyun oynama üzerindeki etkisi ele alınmıştır. Bulgulara göre,

çevrimiçi oyun oynayan kişilerin keyif veren duyguları tercih etme konusundaki yanlılığının daha fazla olduğu ve işlevsel olmayan duygu düzenleme stratejilerine sahip oldukları sonucu elde edilmiştir.

Iacolino ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada, klinik olmayan örnekleme çok oyunculu kapışma ve rol oynama oyunlarını oynayan kişilerde çevrimiçi oyun bağımlılığı incelenmiştir. Çalışmada, her iki oyun türüne göre gruplara ayrılan katılımcılara uygulanan anket çalışmasına göre, problemlı olmayan, problemlı olan ve bağımlı olan şeklinde gruplara göre incelenen katılımcıların, çevrimiçi oyun bağımlılığı kesme puanı üzerinde puan almadığı sonucu elde edilmiştir.

Kim ve meslektaşları (2018) tarafından yapılan çalışmada, Güney Kore'deki kız ve erkek ergenlerde problemlı internet kullanımı ile ilişkili faktörler incelenmiştir. 653 öğrenciyle yapılan çalışmada, problemlı internet kullanımı riski olan öğrencilerin riskli grup içerisinde olmasında rolü olan değişkenler, mizaç, duygu durum, sosyal eğilimler ve oyun davranışları olarak bulunmuştur. erkeklerde mizaç olarak yenilik arayışı ve zararı azaltma özelliklerinin problemlı internet kullanımı ile ilişkisi olduğu bulunmuştur. Kızlarda ise, oyun oynama süresi, yakın arkadaş sayısı, iş birliği ve kendini yönlendirme becerisinin problemlı internet kullanımı ile ilişkisi olduğu bulunmuştur.

King ve meslektaşları (2019), uyumsuz oyuncu-oyun ilişkisinin çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkisi incelenmiştir. Yapılan sistematik gözden geçirme çalışmasında, oyun bağımlılığı ile ilişkilendirilen özellikler arasında, risk alma, dürtüsellik, depresyon ve anksiyete gibi psikopatolojik semptomlar ve kaçış ya da başarı hissi gibi oyuncu motivasyonları anlamlı ilişkili bulunmuştur. Ayrıca, MMORPG oynayanların çevrimiçi oyun bağımlılığı geliştirme düzeylerinin daha fazla olduğu bulunmuştur. Mizaç özellikleri açısından ele alındığında, haz arayışı ve dürtüsellğin atış oyunlarını tercih eden kullanıcılarda daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir.

Lissak (2018) tarafından yapılan çalışmada, çocuk ve ergenlerin ekran başında geçirdikleri sürenin olumsuz fizyolojik ve psikolojik etkileri üzerine literatür taraması yapılmıştır. Çalışmada, çoğunlukla mobil cihaz kullanımına ilişkin çalışmalara yer verilmiştir. Çalışmada yer alan örnek araştırmaların bulgularına göre, uyku kalitesinin düşük olması, kardiyovasküler rahatsızlıklar ve obezitenin mobil cihazların aşırı kullanımı ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca, yüksek tansiyon, düşük ve uyumsuz

stres yönetimi becerileri ve insülin direncinin mobil cihazların çocuk ve ergenlerde problemli mobil cihaz kullanımı ile ilişkisi olduğu bulunmuştur.

Lopez-Fernandez ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada, çevrimiçi oyun oynayan kadınlar, oyun bağımlılığı, oyun kültüründe kadının yerini incelemişlerdir. Bu konuya ilişkin yapılan gözden geçirme çalışmasında 49 araştırma değerlendirme amaçlı kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, çevrimiçi oyunlar kadınların kognitif, sosyal ve fiziksel kabiliyetlerine katkı sağlamaktadır. Ayrıca, kadınlar için çevrimiçi oyun sahasında baş etme yöntemlerine daha fazla ihtiyaç duymaktadır. Kadınların çevrimiçi oyunlarda farklı davranışları olduğu görülmüştür. Örneğin, kullanılan avatarların hiperseksüel nitelikte olduğu ve bu durumun maruz kaldıkları zorbalık neticesinde iyi oluş düzeylerine olumsuz etkileri olduğu görülmektedir.

Maroney ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada, çevrimiçi oyun bağımlılığının stresle başa çıkma yöntemi olarak nasıl kullanıldığı değerlendirilmiştir. 2261 kişinin katıldığı çalışmada oyun alışkanlıkları, depresyon, sosyal anksiyete, yalnızlık ve oyun oynamaya yönelik sosyal motivasyon incelenmiştir. Stresle başa çıkma modeli kapsamında değerlendirilen değişkenlerden elde edilen sonuçlara göre, depresyon, yalnızlık ve sosyal anksiyete problemli internet kullanımını anlamlı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Ayrıca, oyun türlerine göre incelendiğinde “First Person Shooter (FPS)” (Birinci şahıs nişancı) oyunlarını tercih eden kişilerin olumsuz duygu ve deneyimlerden uzak durma eğiliminde olduğu bulunmuş ve rol oynama türü oyunlarda da gerçek zamanlı sosyal etkileşimin yerini çevrimiçi iletişim ve etkileşim sağlaması sebebiyle sosyalleşme aracı olarak tercih edildiği bulunmuştur.

Moudiab ve Spada (2019) tarafından yapılan araştırmada, çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilgili işlevsel olmayan biliş ve dürtüler incelenmiştir. Çevrimiçi oyun oynayan 79 kişinin katıldığı araştırmada, stres algısı, depresyon, anksiyete ve çevrimiçi oyun oynamaya yönelik dürtüler incelenmiştir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre, tüm değişkenlerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkisi olduğu bulunmuştur. Ayrıca, oyun ödüllere aşırı değer verme durumunun işlevsel olmayan bir bilişsel çarpıtma olarak çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Nasution, Effendy ve Amin (2019) tarafından yapılan çalışmada, sosyal anksiyete ve çevrimiçi oyun bağımlılığı bir olgu sunumu ile incelenmiştir. Çalışmada, çevrimiçi oyun bağımlılığının depresyon, düşmanlık ve sosyal anksiyete ile ilişkili

olduğu bulunmuştur. Ayrıca, olgudan yola çıkarak, uyku problemlerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkisi olduğu bulunmuştur.

İtalya’da yapılan bir çalışmada, Peracchia ve meslektaşları (2019), çevrimiçi oyun bağımlılığını değerlendirmek için kullanılan Oyun Motivasyonu Ölçeği’nin İtalyan versiyonunun depresyon ve anksiyeteyi yordayıcı sonuçlar sağlayıp sağlamadığı incelenmiştir. Çalışmaya 172 ergen katılmıştır. Çalışmada, çevrimiçi oyun bağımlılığını değerlendirmek için kullanılan ölçek dışında durumluk-sürekli kaygı ve depresyon incelenmiştir. Bulgular göre oyun motivasyonunun düşük olması depresyon ve anksiyete düzeyleriyle ilişkilendirilmiş olup, uyarlanan ölçeğin çevrimiçi oyun bağımlılığının ölçülmesi için güvenilir ve geçerli bir ölçüm aracı olduğu sonucu elde edilmiştir.

Ramos-Diaz ve meslektaşları (2018) tarafından yapılan bir çalışmada, Perulu çevrimiçi oyun kullanıcılarının çevrimiçi oyun bağımlılığı, depresyon ve anksiyete düzeyleri incelenmiştir. Araştırmada, çevrimiçi oyun bağımlılığıyla ilişkili demografik ve psikolojik faktörler ele alınmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, çevrimiçi oyun bağımlılığı ile anksiyete, depresyon ve oyun oynama süresi anlamlı ilişkili bulunmuştur.

Sander ve Williams (2019) tarafından Kanada’da yapılan çalışmada, patolojik kumar ve bilgisayar oyunları bağımlılığı arasındaki ilişki ve benzerlikler değerlendirilmiştir. 3942 kişinin katıldığı araştırmada, katılımcılar arasından son bir yılda bilgisayar ve kumar oynayanlar çalışmaya dahil edilmiştir. Çalışmada, kumar oynama sıklığı ve bilgisayar oyunu oynama sıklığı arasında düşük düzeyde korelasyon bulunmuştur. Ayrıca, kumar ve bilgisayar oyunu oynayanların benzer demografik değişkenleri olduğu ve dürtüsellik ve ruh sağlığı problemleri açısından benzer özellikleri olduğu sonucu elde edilmiştir. Farklılıklar olarak, bilgisayar oyunu bağımlılığı olanların yaşının daha genç olduğu ve daha az dürtüsel olduğu görülmüştür. Ayrıca, alkol ve madde kullanımı bu kişilerde daha az görülmekte; fakat depresyon daha fazla görülmektedir.

Priyadharshini ve Patchainayagi (2019) tarafından yapılan diğer bir çalışmada, kişilerin gerçeklikten uzaklaşma ve sanal dünyayla kurdukları bağlantının boyutları incelenmiştir. Erken erişkinlerle yapılan bireylerde özellikle ebeveynlerin yoğun çalışma rutinlerinin olmasının çocuklarıyla verimli zaman geçirmelerini zorlaştıran bir durum olduğu ve çocuk ve ergenlerin yaşayabilecekleri mahrumiyet duygusundan

kaynaklı olarak gerçek dünyadan uzaklaşmayı tercih ederek sanal dünyaya yönelmeleri söz konusu olabilmektedir. Çocukların sanal dünyaya yönelmesi, sosyal ihtiyaçlarını karşılayabilecek bir durum olabilmekle birlikte onları daha yalnız hissettirebilmektedir. Özellikle evrimii oyun alışkanlığı göz önünde bulundurulduğunda, gerçekte çok fazla konuşmayı ve kendini ifade etmeyi tercih etmeyen bireylerin oyun ortamında istedikleri şekilde ve profilde istediği eylemleri gerçekleştirme olanağı söz konusu olmaktadır. Bu durum, kişiler için sanal oyun ortamını daha cazip hale getiren bir unsur olarak nitelendirilmektedir. Problemleri kullanımın ve davranışsal bağımlılığın önüne geçmek amacıyla ailelerin çocuklarına yaklaşımı ve zaman yönetiminin olması önem arz etmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan 136 üniversite öğrencisi bulunmaktadır.

3.2. Araştırmanın Modeli

Araştırma betimsel tarama modeli olarak belirlenmiş olup, betimleyici karşılaştırmalı ve ilişkisel incelemelerin yapıp hipotezlerin test edildiği nicel bir çalışmadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Sosyodemografik Veri Formu

Bu form literatürde yer alan benzer çalışmalar ve örneklem özellikleri göz önünde bulundurularak araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Katılımcıların cinsiyeti, not ortalaması, gelir düzeyi, çevrimiçi oyun oynama durumu, çevrimiçi oyun türleri ve çevrimiçi oyunlara hangi cihazlardan erişim sağladıkları gibi değişkenlere yönelik sorular içermektedir.

3.3.2. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Türkçe dilinde Kaya (2012) tarafından geliştirilmiştir. ÇOBÖ, aksaklıklar, başarı ve ekonomik kazanç olmak üzere üç alt boyuttan meydana gelmektedir. Çevrimiçi oyun bağımlılık düzeylerini ölçmek için geliştirilen ölçek 5 dereceli Likert tipi ölçektir. Ölçek de ters madde bulunmamaktadır. Ölçekte üç alt boyut bulunmaktadır. Bunlar, *Aksaklıklar*, çevrimiçi oyuncuların, oyun oynama alışkanlıklarından dolayı yaşadıkları aksaklıkları karşılayan maddelerden oluşmaktadır. *Başarı* faktörü altındaki maddeler ise çevrimiçi oyuncuların oyun oynarken yaşadıkları başarı hissini ifade etmektedir. Son olarak, *Ekonomik Kazanç* faktörü çevrimiçi oyuncuların, oyun oynama davranışlarında ekonomik kaygıların varlığını ortaya koyan ifadelerden oluşmaktadır. Bekir ve Yıldırım tarafından

üniversite örneklemeine uyarlanan ölçeğin Cronbach's Alpha değeri 0,93 olarak bulunmuştur. Ölçeğin genelinden 21-105 arası puan alınabilmektedir. Alınan toplam puan çevrimiçi oyunların, oyuncunun hayatındaki olumlu-olumsuz etki düzeyi olarak kabul edilmektedir. Ölçeğin tamamı EK2'de verilmiştir.

3.3.3. Beck Umutsuzluk Ölçeği

Beck ve arkadaşları tarafından 1974 yılında geliştirilmiştir. Bireyin geleceğe yönelik umut, umutsuzluk durumunu değerlendirmek amacıyla kullanılmaktadır. Gelecek ile ilgili duygular ve beklentiler, motivasyon kaybı ve umut olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte evet ve hayır yanıtlarını içeren toplam 20 madde bulunmaktadır. Her bir maddeye beklenen yanıt verildiğinde 1 puan, beklenmeyen yanıt verildiğinde ise 0 puan verilir. Ölçekten alınabilecek toplam puan 0-20 arasında değişmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Durak ve Palabıyıköğlü tarafından 1994 yılında yapılmıştır. Durak ve Palabıyıköğlü'nun çalışmasında ölçeğin Cronbach's Alpha değeri 0,85 olarak bulunmuştur.

3.4. Veri Analizi

Araştırmada, katılımcıların verileri, sosyal bilimler için istatistik yazılımı olan SPSS-24 üzerinde girişleri yapılarak, araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla istatistiksel veri analiz yöntemleri kullanılmıştır. Veri analiz yöntemleri olarak kişisel değişkenleri incelemek için betimleyici istatistiksel yöntemler, araştırma değişkenleri ve kişisel değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için ve veri ölçüm araçlarından elde edilen puanların demografik değişkenlerle karşılaştırılmasında, demografik değişkenlerin içerdiği ikili bağımsız gruplar için "Bağımsız Örneklem t Testi" ve "Mann Whitney U testi"; çoklu bağımsız gruplar için "Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)" ve "Kruskal Wallis Homojenlik Testi" kullanılmıştır. Demografik değişkenler bakımından karşılaştırma analizi yapılacak araştırma değişkenleri sonraki adımda aralarındaki ilişkiyi incelemek için Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmada incelenen değişkenlerin istatistiksel analiz bulguları yer almaktadır.

4.1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri

Katılımcılara ilk olarak verilen demografik bilgi formu içerisinde yer alan sorulara ilişkin frekans dağılımı Tablo 1’de verilmiştir:

Tablo 1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri

Demografik Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	83	61,0
	Erkek	53	39,0
	Toplam	136	100,0
Not Ortalaması	Düşük	15	11,0
	Orta	68	50,0
	Yüksek	53	39,0
Toplam	136	100,0	
Gelir Düzeyi	Düşük	4	2,9
	Orta	105	77,2
	Yüksek	27	19,9
Toplam	136	100,0	
Çevrimiçi Oyun	Hayır	62	45,6
	Evet	74	54,4
	Toplam	136	100,0

Tablo 1’de demografik değişkenlerin dağılımı incelendiğinde, %61 (n=83) kadın ve %39 (n=53) erkek öğrenci bulunmaktadır. Not ortalaması değişkenine göre düşük not ortalaması olan öğrenciler %11 (n=15), orta not ortalaması olan öğrenciler %50 (n=68) ve yüksek not ortalaması olan öğrencilerin oranı %19,9 (n=27)’dir. Çevrimiçi oyun

oynadığını söyleyenlerin oranı %54,4 (n=74) ve oynamadığını belirtenlerin oranı %45,6 (n=62)'dir.

Tablo 2. Çevrimiçi Oyun Türlerine Göre Katılımcıların Betimleyici İstatistikleri

Dijital Oyun Türleri		N	%
Facebook Oyunları	Hayır	109	80,1
	Evet	27	19,9
	Toplam	136	100,0
101	Hayır	102	75,0
	Evet	34	25,0
	Toplam	136	100,0
CSGO	Hayır	109	80,1
	Evet	27	19,9
	Toplam	136	100,0
LOL	Hayır	118	86,8
	Evet	18	13,2
	Toplam	136	100,0
DOTA	Hayır	135	99,3
	Evet	1	,7
	Toplam	136	100,0
Ultima Online	Hayır	133	97,8
	Evet	3	2,2
	Toplam	136	100,0
Metin2	Hayır	126	92,6
	Evet	10	7,4
	Toplam	136	100,0
Knight Online	Hayır	122	89,7
	Evet	14	10,3
	Toplam	136	100,0

Tablo 2’de çevrimiçi oyun türlerini oynama sıklığı incelendiğinde, Facebook oyunları oynayanların oranı %19,9 (n=27) ve %80,1 (n=109) oranında katılımcı Facebook üzerinden oyun oynamamaktadır. 101 oynayanların oranı %25 (n=34) ve oynamayanların oranı %75 (n=102)'dir. CSGO (Counter Strike) oynayanların oranı %19,9 (n=27) ve oynamayanların oranı %80,1 (n=109)'dir. LOL (League of Legends)

oynayanların oranı %13,2 (n=18) ve oynamayanların oranı %86,8 (n=118)'dir. DOTA oynayanların oranı %0,7 (n=1) ve oynamayanların oranı %99,3 (n=135)'dir. Ultima Online oynayanların oranı %2,2 (n=3) ve oynamayanların oranı %97,8 (n=133)'dir. Metin 2 oynayanların oranı %7,4 (n=10) ve oynamayanların oranı %92,6 (n=126)'dir. Knight Online oynayanların oranı %10,3 (n=14) ve oynamayanların oranı %89,7 (n=122)'dir.

Tablo 3. Çevrimiçi Oyunlara Erişilen Cihaz Türlerinin Katılımcılarda Dağılımı

Dijital Oyunlara Erişim		N	%
Bilgisayar	Hayır	83	61,0
	Evet	53	39,0
	Toplam	136	100,0
Telefon	Hayır	73	53,7
	Evet	63	46,3
	Toplam	136	100,0
Tablet	Hayır	129	94,9
	Evet	7	5,1
	Toplam	136	100,0
Oyun Konsolu	Hayır	131	96,3
	Evet	5	3,7
	Toplam	136	100,0

Tablo 3'te dijital oyunlara erişim platformlarının dağılımı incelendiğinde, bilgisayar kullanan katılımcıların oranı %39,0 (n=53) ve oynamayanların oranı %61 (n=83)'dir. Telefon üzerinden dijital oyunlara erişim sağlayanların oranı %46,3 (n=63) ve kullanmayanların oranı %53,7 (n=73)'dir. Tableten erişim sağlayanların oranı %5,1 (n=7) ve kullanmayanların oranı %94,9 (n=129)'dir. Oyun konsolu kullananların oranı %3,7 (n=5) ve kullanmayanların oranı %96,3 (n=131)'dir.

4.2. Katılımcıların Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Puan Ortalamalarının Demografik Değişkenlerle Karşılaştırılması

Katılımcıların puanları doğrultusunda, araştırma değişkenlerinin demografik değişkenlere göre farklılaşma düzeylerini incelemek için, ikili bağımsız gruplarla Bağımsız Örneklem t Testi; ikiden fazla bağımsız grup için Kruskal Wallis H Testi Analizi ve Post Hoc olarak Mann Whitney U Testi uygulanmıştır. Analizlerde anlamlılık değeri 0,05 olarak alınmıştır.

Tablo 4. Çevrimiçi Oyun Oynama Durumu Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Alt Boyutları ve Umutsuzluk Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi

Ölçekler	Çevrimiçi (online) oyun oynuyor musunuz?	N	\bar{X}	Ss	t	p
BUÖ Toplam	Evet	74	8,89	4,735	6,519	<0,001***
	Hayır	62	4,79	1,579		
ÇOBÖ Aksaklık	Evet	74	26,39	11,823	8,749	<0,001***
	Hayır	62	11,61	6,646		
ÇOBÖ Başarı	Evet	74	29,41	9,168	12,203	<0,001***
	Hayır	62	11,69	7,467		
ÇOBÖ_Ekonomik Kazanç	Evet	74	10,16	6,305	6,816	<0,001***
	Hayır	62	4,48	1,964		
ÇOBÖ Toplam	Evet	74	65,97	24,716	10,593	<0,001***
	Hayır	62	27,79	15,223		

*** $p < 0,001$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 4'te çevrimiçi oyun oynama durumuna göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları puan ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi bulgularına göre, umutsuzluk ($t=6,519$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Aksaklık alt boyutu ($t=8,749$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Başarı alt boyutu ($t=12,203$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Ekonomik Kazanç ($t=6,816$; $p < 0,001$) ve ÇOBÖ Toplam puan ($t=10,593$; $p < 0,001$).

Sonuçlar, çevrimiçi oyun oynadığını belirten katılımcıların umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyut ve toplam puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 5. Cinsiyet Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Alt Boyutlarının ve Umutsuzluk Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	p
BUÖ Toplam	Kadın	83	5,56	2,846	-5,634	<0,001***
	Erkek	53	9,30	4,885		
ÇOBÖ Aksaklık	Kadın	83	13,54	7,553	-9,306	<0,001***
	Erkek	53	29,22	12,115		
ÇOBÖ Başarı	Kadın	83	16,08	10,169	-7,433	<0,001***
	Erkek	53	29,56	10,540		
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	Kadın	83	4,91	2,714	-8,608	<0,001***
	Erkek	53	11,73	6,379		
ÇOBÖ Toplam	Kadın	83	34,54	18,495	-9,220	<0,001***
	Erkek	53	70,52	27,024		

*** $p < 0,001$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 5’te cinsiyete göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları puan ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi bulgularına göre, umutsuzluk ($t=-5,634$; $p<0,001$), ÇOBÖ Aksaklık alt boyutu ($t=-9,306$; $p<0,001$), ÇOBÖ Başarı alt boyutu ($t=-7,433$; $p<0,001$), ÇOBÖ Ekonomik Kazanç ($t=-8,608$; $p<0,001$) ve ÇOBÖ Toplam puan ($t=-9,220$; $p<0,001$). Sonuçlar, erkeklerin umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyut ve toplam puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 6. Not Ortalaması Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Alt Boyutlarının ve Umutsuzluk Puanlarının Kruskal Wallis H Testi

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Not Ortalaması	N	\bar{X} Sırası	Z	sd	p	MW
BUÖ Toplam	Düşük	15	120,73				
	Orta	68	63,68	31,372	2	<0,001***	1-3
	Yüksek	53	59,91				
	Toplam	136					
ÇOBÖ Aksaklık	Düşük	15	122,93				
	Orta	68	72,17	46,082	2	<0,001***	1-3
	Yüksek	53	48,39				
	Toplam	136					
ÇOBÖ Başarı	Düşük	15	117,70				
	Orta	68	71,41	35,912	2	<0,001***	1-3
	Yüksek	53	50,84				
	Toplam	136					
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	Düşük	15	122,13				
	Orta	68	68,71	47,035	2	<0,001***	1-3
	Yüksek	53	53,06				
	Toplam	136					
ÇOBÖ Toplam	Düşük	15	123,50				
	Orta	68	72,33	45,967	2	<0,001***	1-3
	Yüksek	53	48,02				
	Toplam	136					

*** $p < 0,001$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 6'da not ortalamalarına göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutlarının karşılaştırılması için yapılan Kruskal Wallis H Testi bulgularına göre, umutsuzluk ($Z=31,372$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Aksaklık ($Z=46,082$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Başarı ($Z=35,912$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Ekonomik kazanç ($Z=47,035$; $p < 0,001$) ve ÇOBÖ Toplam puan ($Z=45,967$; $p < 0,001$) anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Farklılığın kaynağını saptamak için yapılan ikili gruplu Mann Whitney U testi bulguları doğrultusunda, not ortalaması düşük olan öğrencilerin umutsuzluk ve ÇOBÖ

alt boyutları ile toplam puanlarının yüksek not ortalaması olan öğrencilere kıyasla daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 7. Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Alt Boyutlarının ve Umutsuzluk Puanlarının Mann Whitney U Testi

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Gelir Düzeyi	N	\bar{X} Sırası	Sıralar Toplamı	U	p
BUÖ Toplam	Orta	105	68,95	7240,00		
	Yüksek	27	56,96	1538,00	1160,000	0,137
	Toplam	132				
ÇOBÖ Aksaklık	Orta	105	71,90	7549,50		
	Yüksek	27	45,50	1228,50	850,500	0,001**
	Toplam	132				
ÇOBÖ Başarı	Orta	105	72,13	7573,50		
	Yüksek	27	44,61	1204,50	826,500	0,001**
	Toplam	132				
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	Orta	105	71,77	7536,00		
	Yüksek	27	46,00	1242,00	864,000	<0,001***
	Toplam	132				
ÇOBÖ Toplam	Orta	105	72,39	7600,50		
	Yüksek	27	43,61	1177,50	799,500	<0,001***
	Toplam	132				

*** $p < 0,001$ ** $p < 0,01$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 7’de gelir düzeyine göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları puan ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan Mann Whitney U Testi bulgularına göre ÇOBÖ Aksaklık alt boyutu ($U=850,500$; $p < 0,01$), ÇOBÖ Başarı alt boyutu ($U=836,500$; $p < 0,01$), ve ÇOBÖ Ekonomik kazanç ($U=864,000$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Toplam puan ($U=799,500$; $p < 0,01$) puan sıraları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Umutsuzluk puanlarının gelir düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir. ($p > 0,05$). Sonuçlar, orta gelir düzeyi bildiren katılımcıların ÇOBÖ Aksaklık, ÇOBÖ Başarı, ÇOBÖ Ekonomik kazanç ve ÇOBÖ Toplam puanları daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 8. Çevrimiçi Oyunlara Bilgisayardan Erişim Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Bağımsız Örneklem t Testi

Ölçekler ve Alt Boyutlar		Bilgisayar	N	\bar{X}	Ss	t	p
BUÖ Toplam	Evet	53	9,71	4,813	6,997	<0,001***	
	Hayır	83	5,30	2,521			
ÇOBÖ Aksaklık	Evet	53	30,62	10,654	11,939	<0,001***	
	Hayır	83	12,65	6,913			
ÇOBÖ Başarı	Evet	53	31,01	8,605	9,534	<0,001***	
	Hayır	83	15,15	9,967			
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	Evet	53	12,37	6,111	10,995	<0,001***	
	Hayır	83	4,50	1,843			
ÇOBÖ Toplam	Evet	53	74,01	23,134	12,081	<0,001***	
	Hayır	83	32,31	17,045			

*** $p < 0,001$ ** $p < 0,01$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 8’de bilgisayar kullanımına göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları puan ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi bulgularına göre, umutsuzluk ($t = -6,997$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Aksaklık alt boyutu ($t = 11,939$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Başarı alt boyutu ($t = 9,534$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Ekonomik Kazanç ($t = 10,995$; $p < 0,001$) ve ÇOBÖ Toplam puan ($t = 12,081$; $p < 0,001$). Sonuçlar, bilgisayar kullananların umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyut ve toplam puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 9. Çevrimiçi Oyunlara Telefonda Erişim Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Bağımsız Örneklem t Testi

Ölçekler ve Alt					t	p
Boyutlar	Telefon	N	\bar{X}	Ss		
BUÖ Toplam	Evet	63	8,80	4,855	5,035	<0,001***
	Hayır	73	5,47	2,687		
ÇOBÖ Aksaklık	Evet	63	24,11	13,275	4,173	<0,001***
	Hayır	73	15,80	9,868		
ÇOBÖ Başarı	Evet	63	26,68	11,018	5,173	<0,001***
	Hayır	73	16,72	11,338		
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	Evet	63	9,82	6,719	4,687	<0,001***
	Hayır	73	5,63	3,397		
ÇOBÖ Toplam	Evet	63	60,61	29,180	5,014	<0,001***
	Hayır	73	38,16	22,994		

*** $p < 0,001$ ** $p < 0,01$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 9'da telefon kullanımına göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları puan ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız örneklem t testi bulgularına göre, umutsuzluk ($t=5,035$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Aksaklık alt boyutu ($t=4,173$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Başarı alt boyutu ($t=5,173$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Ekonomik Kazanç ($t=4,687$; $p < 0,001$) ve ÇOBÖ Toplam puan ($t=5,014$; $p < 0,001$). Sonuçlar, telefon kullananların umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyut ve toplam puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 10. Çevrimiçi Oyunlara Facebook Üzerinden Erişim Değişkenine Göre Çevrimiçi Oyun Bağımlılığının Mann Whitney U Testi

Ölçekler ve Alt Boyutlar	Facebook Oyunları	N	\bar{X} Sırası	Sıralar Toplamı	U	p
BUÖ Toplam	Hayır	109	69,01	7522,50	1415,500	0,755
	Evet	27	66,43	1793,50		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Aksaklık	Hayır	109	64,04	6980,50	985,500	0,010*
	Evet	27	86,50	2335,50		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Başarı	Hayır	109	64,26	7004,00	1009,000	0,009**
	Evet	27	85,63	2312,00		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	Hayır	109	65,82	7174,00	1179,000	0,068
	Evet	27	79,33	2142,00		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Toplam	Hayır	109	64,11	6988,00	993,000	0,008**
	Evet	27	86,22	2328,00		
	Toplam	136				

* $p < 0,05$

** $p < 0,01$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 10’da Facebook oyunları oynama durumuna göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları puan ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan Mann Whitney U Testi bulgularına göre, ÇOBÖ Aksaklık alt boyutu ($U=985,500$; $p < 0,05$), ÇOBÖ Başarı alt boyutu ($U=1009,000$; $p < 0,01$), ve ÇOBÖ Toplam puan ($U=993,000$; $p < 0,01$) puan sıraları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Umutsuzluk ve ÇOBÖ ekonomik kazanç alt boyutunun facebook üzerinden oyun oynama değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir. ($p > 0,05$). Sonuçlar, Facebook üzerinden oyun oynadığını bildiren katılımcıların ÇOBÖ Aksaklık, ÇOBÖ Başarı ve ÇOBÖ Toplam puanları daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 11. Oyun Türleri-CSGO Bakımından Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Mann Whitney U Testi

Ölçekler ve Alt Boyutlar	CSGO	N	\bar{X} Sırası	Sıralar Toplamı	U	p
BUÖ Toplam	Hayır	109	58,88	6417,50	422,500	<0,001***
	Evet	27	107,35	2898,50		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Aksaklık	Hayır	109	56,02	6106,00	111,000	<0,001***
	Evet	27	118,89	3210,00		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Başarı	Hayır	109	57,85	6305,50	310,500	<0,001***
	Evet	27	111,50	3010,50		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	Hayır	109	56,61	6171,00	176,000	<0,001***
	Evet	27	116,48	3145,00		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Toplam	Hayır	109	55,98	6102,00	107,000	<0,001***
	Evet	27	119,04	3214,00		
	Toplam	136				

*** $p < 0,001$ ** $p < 0,01$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 11’de CSGO oynama durumuna göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları puan ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan Mann Whitney U Testi bulgularına göre, umutsuzluk ($U=422,500$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Aksaklık alt boyutu ($U=111,000$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Başarı alt boyutu ($U=310,500$; $p < 0,01$), ÇOBÖ Ekonomik kazanç ($U=176,000$; $p < 0,001$) ve ÇOBÖ Toplam puan ($U=107,000$; $p < 0,01$) puan sıraları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Sonuçlar, CSGO oynadığını bildiren katılımcıların ÇOBÖ Aksaklık, ÇOBÖ Başarı ve ÇOBÖ Toplam puanları daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 12. Oyun Türleri-101 Bakımından Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Mann Whitney U Testi

Ölçekler ve Alt					U	p
Boyutlar	101	N	\bar{X} Sırası	Sıralar Toplamı		
BUÖ Toplam	Hayır	102	73,31	7477,50		
	Evet	34	54,07	1838,50	1243,500	0,012*
	Toplam	136				
ÇOBÖ Aksaklık	Hayır	102	72,43	7388,00		
	Evet	34	56,71	1928,00	1333,000	0,037*
	Toplam	136				
ÇOBÖ Başarı	Hayır	102	68,51	6988,50		
	Evet	34	68,46	2327,50	1732,500	0,994
	Toplam	136				
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	Hayır	102	74,76	7626,00		
	Evet	34	49,71	1690,00	1095,000	<0,001***
	Toplam	136				
ÇOBÖ Toplam	Hayır	102	70,49	7189,50		
	Evet	34	62,54	2126,50	1531,500	0,299
	Toplam	136				

*** $p < 0,001$ ** $p < 0,01$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 12’de 101 oynama durumuna göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları puan ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan Mann Whitney U Testi bulgularına göre, umutsuzluk ($U=1243,500$; $p < 0,05$), ÇOBÖ Aksaklık alt boyutu ($U=1333,000$; $p < 0,05$) ve ÇOBÖ Ekonomik kazanç ($U=1095,000$; $p < 0,001$) puan sıraları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. ÇOBÖ Başarı ve toplam puan sıraları 101 oynama durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır. Sonuçlar, 101 oynadığını bildiren katılımcıların umutsuzluk, ÇOBÖ Aksaklık ve ÇOBÖ Ekonomik kazanç puanları daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 13. Oyun Türleri-LOL Bakımından Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyinin Mann Whitney U Testi

Ölçekler ve Alt					U	p
Boyutlar	LOL	N	\bar{X} Sırası	Sıralar Toplamı		
BUÖ Toplam	Hayır	118	63,64	7510,00	489,000	<0,001***
	Evet	18	100,33	1806,00		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Aksaklık	Hayır	118	61,72	7283,50	262,500	<0,001***
	Evet	18	112,92	2032,50		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Başarı	Hayır	118	62,57	7383,00	362,000	<0,001***
	Evet	18	107,39	1933,00		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	Hayır	118	61,58	7267,00	246,000	<0,001***
	Evet	18	113,83	2049,00		
	Toplam	136				
ÇOBÖ Toplam	Hayır	118	61,71	7282,00	261,000	<0,001***
	Evet	18	113,00	2034,00		
	Toplam	136				

*** $p < 0,001$ ** $p < 0,01$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 13'te LOL oynama durumuna göre umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları puan ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan Mann Whitney U Testi bulgularına göre, umutsuzluk ($U=489,000$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Aksaklık alt boyutu ($U=262,500$; $p < 0,001$), ÇOBÖ Başarı alt boyutu ($U=362,000$; $p < 0,01$), ÇOBÖ Ekonomik kazanç ($U=246,000$; $p < 0,001$) ve ÇOBÖ Toplam puan ($U=261,000$; $p < 0,01$) puan sıraları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Sonuçlar, LOL oynadığını bildiren katılımcıların ÇOBÖ Aksaklık, ÇOBÖ Başarı ve ÇOBÖ Toplam puanları daha yüksek bulunmuştur.

4.3. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Katılımcıların umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları ve yaş arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır. Analizlerde anlamlılık değeri 0,01 olarak alınmıştır.

Tablo 14. Yaş, Umutsuzluk ve Çevrimiçi Oyun Bağımlılık Alt Boyutlarının Pearson Korelasyonu Analizi

Değişkenler (n=136)	1	2	3	4	5	6
Yaş	1					
BUÖ Toplam	136 -,284** ,001	1				
ÇOBÖ Aksaklık	136 -,363** ,000	136 ,638** ,000	1			
ÇOBÖ Başarı	136 -,365** ,000	136 ,574** ,000	136 ,842** ,000	1		
ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	136 -,378** ,000	136 ,709** ,000	136 ,888** ,000	136 ,697** ,000	1	
ÇOBÖ Toplam	136 -,390** ,000	136 ,664** ,000	136 ,973** ,000	136 ,935** ,000	136 ,884** ,000	1
	136	136	136	136	136	136

** $p < 0,01$

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

BUÖ: Beck Umutsuzluk Ölçeği

Tablo 14'teki korelasyon bulgularına göre, katılımcıların yaşı ile umutsuzluk ($r = -,284$; $p < 0,01$), ÇOBÖ Aksaklık ($r = -,363$; $p < 0,01$), ÇOBÖ Başarı ($r = -,365$; $p < 0,01$), ÇOBÖ Ekonomik kazanç ($r = -,378$; $p < 0,01$) ve ÇOBÖ Toplam puan ($r = -,390$; $p < 0,01$) negatif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

Umutsuzluk ile ÇOBÖ Aksaklık ($r=,638$; $p<0,01$), ÇOBÖ Başarı ($r=,574$; $p<0,01$), ÇOBÖ Ekonomik kazanç ($r=,709$; $p<0,01$) ve ÇOBÖ Toplam puan ($r=,664$; $p<0,01$) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

Tablo 15. Umutsuzluk Düzeyinin Yaş ve Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Tarafından Yordayıcı Doğrusal Regresyon Analizi

Model		B	SH	β	F	t	p
1	(Sabit)	2,437	1,629			1,496	,137
	ÇOBÖ Aksaklık	-,078	,061	-,228	35,618***	-1,280	,203
	ÇOBÖ Başarı	,087	,040	,255		2,204	,029*
	ÇOBÖ Ekonomik Kazanç	,550	,102	,736		5,415	<0,001***
	Yaş	,004	,057	,004		,068	,946
		R²=0,521		Düzeltilmiş (adjusted) R²=0,506			

Bağımlı Değişken: Umutsuzluk

ÇOBÖ: Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği

*** $p<0,001$ * $p<0,05$

Tablo 15’te umutsuzluğun yordayıcılığını incelemek için yapılan Doğrusal Regresyon Analizi bulgularına göre model istatistiksel olarak anlamlıdır ($F=35,618$; $p<0,01$). Sonuçlar, ÇOBÖ başarı alt boyutu ($\beta=0,25$; $p<0,05$) ve ÇOBÖ Ekonomik Kazanç ($\beta=0,73$; $p<0,001$) umutsuzluk düzeyini anlamlı düzeyde yordamaktadır. Başarı ve ekonomik kazanç alt boyutu puanlarının artışı umutsuzluğun artışı ile açıklanmaktadır. Modelin açıklayıcılığına yönelik, örneklemin %50’sinde ilişkinin anlamlı olduğu sonucu elde edilmiştir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA

5.1. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Umutsuzluk Düzeyleri ile İlgili Bulguların Tartışılması

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektedir. 136 üniversite öğrencisiyle yapılan anket çalışmasında, öğrencilerin sosyodemografik değişkenleri, çevrimiçi oyun oynama alışkanlıkları ve umutsuzluk düzeyleri hakkında veriler elde edilmiştir. Anket çalışmasında, öğrencilerin hangi cihazlardan çevrimiçi oyunlara erişim sağladığı ve hangi oyunları tercih ettiğine yönelik sorular yer almaktadır. İlk olarak, demografik değişkenlerin dağılımı incelendiğinde, katılımcıların cinsiyete göre çoğunluğunun kız öğrenciler olduğu görülmektedir. Ayrıca, not ortalamaları orta düzeyde olan öğrenciler arasında çevrimiçi oyun oynadığını belirten öğrencilerin sayısı az farkla daha fazla olarak bulunmuştur. Orta gelir düzeyinde olduklarını belirten katılımcıların çevrimiçi oyunlara erişim sağladıkları cihazlar arasında bilgisayar ve cep telefonu gelmektedir. Yapılan araştırmalarda, çevrimiçi oyun bağımlılığı ve problemlili internet kullanımına ilişkin mobil cihazların kullanım sıklığının değerlendirildiği görülmektedir (Chang ve ark, 2019; Lissak, 2018). Mobil cihaz kullanımının erişilebilirliği artırabilmesi ve kullanım kolaylığı sebebiyle problemlili kullanımın ve davranışsal bağımlılığın gelişmesi açısından risk faktörü olarak nitelendirilmektedir (Chang ve ark, 2019).

Araştırmada, sosyodemografik ve çevrimiçi oyun oynama alışkanlıkları ile ilgili değişkenleri bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığı ve umutsuzluk düzeyleri karşılaştırılmıştır. İlk olarak, cinsiyet değişkenine göre katılımcıların umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları ve toplam skorlarının farklılaşma düzeyleri incelenmiştir. Sonuçlara göre, erkek öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı aksaklık, başarı, ekonomik kazanç, toplam puan ve umutsuzluk puanlarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Çalışmada elde edilen bulgunun literatürle uyumlu olduğu görülmektedir (Lopez-Fernandez ve ark, 2019; Bonnaire & Baptista, 2019; Chiang ve ark, 2019; Kim ve ark, 2018). Lopez-Fernandez ve meslektaşları (2019),

çevrimiçi oyunların özellikle erkeklerde yaygınlığının fazla olduğunu belirtmiştir. Ayrıca, kadın ve erkeklerin çevrimiçi oyun tercihlerinde farklılıklar olduğunu ve duygu durum açısından ele alındığında erkeklerin kadınlara göre daha aleksitimik özellikleri olduğu sonucu elde edilmiştir. Bonnaire ve Baptista (2019), çevrimiçi oyun bağımlılığına yönelik cinsiyet farklılıklarını incelemiştir. Bulgulara göre erkeklerin çevrimiçi kitlesel kapışma alanı (MOBA) türünde oyunları tercih ettiği görülmüştür. Ayrıca, erkeklerde depresyon ve anksiyetenin çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkisi olduğu sonucu elde edilmiştir. Oyun türleri açısından değerlendirildiğinde ise MOBA türünün kişiler için duygu düzenlemeye yardımcı bir işlevi bulunurken, MMORPG (Çevrimiçi Geniş Kitlesel Rol Oynama) türünü tercih edenlerin uyumsuz başa çıkma becerilerinin daha fazla olduğu görülmüştür. Kim ve meslektaşları (2018) tarafından yapılan çalışmada, erkeklerin kız öğrencilere göre mizaç özellikleri ve çevrimiçi oyun oynama alışkanlıklarının farklılık gösterdiği görülmüştür. Erkeklerin mizaç özelliklerinin yenilik ve ödül arayışı olduğu; kızların ise arkadaş sayısının çevrimiçi oyun bağımlılığında belirleyici olduğu bulunmuştur. Bu doğrultuda, erkeklerin çevrimiçi oyun bağımlılığı açısından riskli grupta olduğu düşünülmektedir.

Diğer bir demografik değişken olan not ortalaması umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları açısından karşılaştırması yapıldığında, not ortalaması düşük olan öğrencilerin umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgular literatürle tutarlılık göstermektedir (Chiu ve ark, 2004; Gentile, 2009; Haghbin ve ark, 2013; von der Heiden ve ark, 2019). Öte yandan, literatürde, çevrimiçi oyunların akademik başarıya etkisinin negatif yönlü olmadığını öne süren çalışmalar da mevcuttur (Drummond & Sauer, 2014). Haghbin ve meslektaşları tarafından yapılan çalışmada, 339 öğrencinin özdenetim, akademik başarı, DEHB belirtileri ve çevrimiçi oyun oynama alışkanlıkları incelenmiş, bulgulara göre, kız ve erkek öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ile özdenetim, akademik başarı arasındaki ilişki farklılık göstermektedir. Çevrimiçi oyun bağımlılığı ve akademik başarı arasındaki ilişkinin negatif saptandığı çalışmada erkek öğrencilerde ilişkinin anlamlı olduğu sonucu elde edilmiştir. Von der Heiden ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan diğer bir çalışmada ise, çevrimiçi oyun bağımlılığı ve psikolojik işlevsellik incelenmiştir. Çalışmada, akademik başarıyla çevrimiçi oyun bağımlılığının akademik başarıda düşüş ile ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Diğer demografik değişken olan gelir düzeyi bakımından, üniversite öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları ve toplam puanları ile umutsuzluk puanlarının farklılıkları incelendiğinde, orta gelir düzeyindeki öğrencilerin skorlarının yüksek gelir düzeyine göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Ailenin ekonomik düzeyi bakımından çevrimiçi oyun bağımlılığının farklılık gösterdiğine ilişkin bulgular literatürde yer almaktadır (Chiang ve ark, 2019). Ayrıca, umutsuzluk açısından ele alındığında, kişilerin ihtiyaçlarını kısıtlı bir biçimde karşılayabiliyor oluşunun algılanan yaşam kalitesinin düşmesine ve psikolojik işlevsellik üzerinde olumsuz etkiye yol açabilmektedir. Bu durumda, orta gelir düzeyindeki kişilerin yüksek gelir düzeyine göre umutsuzluk puanlarının daha yüksek oluşu sonucu tutarlı olarak nitelendirilebilir.

Üniversite öğrencilerinin çevrimiçi oyunlara erişim sağladığı cihazlar incelendiğinde, yaygın olarak kullanılan cihazların bilgisayar ve cep telefonu olduğu görülmektedir. Tablet ve oyun konsolunu tercih eden öğrencilerin sayısı azdır. Bilgisayar ve cep telefonu kullanımı açısından öğrencilerin çevrimiçi oyun bağımlılığı ve umutsuzluk düzeyleri incelendiğinde hem bilgisayar kullanımı hem de cep telefonu kullanımı açısından anlamlı farklılık olduğu sonucu elde edilmiştir. Bulgulara göre, çevrimiçi oyunlara bilgisayar veya cep telefonu üzerinden erişim sağlayanların umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyut ve toplam puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulguların literatürle tutarlı olduğu görülmektedir (Scerri ve ark, 2019; Throuvala ve ark, 2019).

Scerri ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada, kişilerin erişim sağladıkları cihazların kullanım kolaylığı neticesinde çevrimiçi oyun oynarken daha fazla vakit geçirdikleri ve daha fazla haz duygusu deneyimledikleri öne sürülmüştür. Bir diğer çalışmada, Throuvala ve meslektaşları (2019), ergenlerin problemliliği internet kullanımına ilişkin çevresel etmenlerin önemli işlevleri olduğu ve erişilebilirliğin çok fazla olması neticesinde bağımlılığının artış gösterdiğini öne sürmüşlerdir. Bu doğrultuda, okullarda gerekli müdahale çalışmalarının ve internet okur-yazarlığının geliştirilmesi gerektiğini önermişlerdir. Seong ve meslektaşları (2019), çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkili faktörler arasında yordayıcılığı en yüksek olan değişkenlerin mizaç ve demografik değişkenler olduğunu öne sürmüşlerdir. Bireylerin mizaç

özellikleri ve demografik değişkenlerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı semptomları ve tedavi arayışı ile ilişkisi olduğu bulunmuştur.

Oyun türleri incelendiğinde, üniversite öğrencileri tarafından yaygın olarak oynanan çevrimiçi oyunun CSGO (Counter Strike Global Offence) isimli FPS (Birinci şahıs nişancı) ve LOL (League of Legends) isimli MMORPG (Geniş Kitleli Çevrimiçi Rol Oynama) türü oyun olduğu görülmektedir. Ayrıca, öğrencilerin Facebook üzerinden erişim sağlanabilen oyunları da tercih ettikleri belirtilmiştir. Diğer oyunlar arasında LOL (League of Legends), Metin 2, Knight Online ve Ultima Online yer almakta olup, MMORPG sınıfına giren oyunlardır. Oyun türlerine göre bakıldığında, en çok oynanan oyunlar arasındaki LOL ve CSGO oynadığını belirten katılımcıların umutsuzluk ve çevrimiçi oyun bağımlılığı skorlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Yapılan araştırmalarda, MMORPG ve MOBA ya da FPS tarzı oyunların çevrimiçi oyun bağımlılığı ile ilişkili olduğu saptanmıştır (Bonnaire & Baptista, 2019; Iacolino ve ark, 2019; King ve ark, 2019). Bu doğrultuda, elde edilen sonuçların literatürle bağlantılı olduğu düşünülmektedir.

Araştırmada, çevrimiçi oyun bağımlılığının, yaş ve umutsuzluk düzeyleri ile ilişkisi incelenmiştir. Bulgulara göre, yaş ve çevrimiçi oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü ilişki saptanmıştır. Örneklem grubunda yaşı daha küçük olan katılımcıların çevrimiçi oyun bağımlılığına karşılık gelen yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Çevrimiçi oyun bağımlılığı ve problemlili internet kullanımı ile ilgili yapılan araştırmaların çocuk ve ergenleri incelemeye odaklandığı görülmektedir (Chang, 2019; Chiang ve ark, 2019; Kim ve ark, 2018; Lissak, 2018; Peracchia ve ark, 2019; Priyadharshini & Patchainayagi, 2019; Throuvala ve ark, 2019). Ayrıca, çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutları ve toplam puanlarının umutsuzluk puanlarıyla anlamlı ilişkili olduğu saptanmıştır. Yapılan araştırmalarda çevrimiçi oyun bağımlılığı ile stres, depresyon, psikolojik dayanıklılık, sosyal fobi ve anksiyete gibi psikolojik faktörlerin ilişkili olduğu saptanmıştır (Peracchia ve ark, 2019; Ramos-Diaz ve ark, 2018; Yen ve ark, 2019). Bulgular, bireylerin yaşadıkları olumsuz duygularla baş etme yöntemi olarak duyguların onlarda bıraktığı yükten kurtulmak adına dikkatini bir alana yönlendirebilmektedir. Davranışsal bağımlılıkların anlaşılmasında, bireylerin yenilik ve ödül arayışında olması sebebiyle eylemde sıklığın görülmesi önemli bir özelliktir. Çevrimiçi oyun bağımlılığı ele alınırken, kişilerin kendilerini iyi hissetmedikleri, çaresizlik veya umutsuzluk içerisinde olduklarında kendilerini daha iyi

hissedebilecekleri bir mecraya ihtiyaç söz konusu olmaktadır. Ayrıca, kişinin dikkatini yönelttiği ve zamanla o davranışa bağımlılık geliştirdiği aşamada, bağımlı olduğu nesne ya da davranışa yönelik duygu durum değişimleri deneyimlemektedir. Başlangıçta olumsuz duygularının etkisinden kurtulmaz ve haz elde etmek için yapılanlar, daha sonrasında mahrum kaldığı zamanlarda hissedilen yoksunluk durumunu telafi etmeyi içermektedir.

Araştırmanın son adımında, ilişkili saptanan çevrimiçi oyun bağımlılığı ve umutsuzluk puanlarının yordayıcı ilişkisi incelenmiştir. Araştırmanın bulguları, umutsuzluk düzeyinin çevrimiçi oyun bağımlılığının iki alt boyutu tarafından anlamlı ölçüde yordandığını göstermektedir. Çalışmada elde edilen bulguların, çevrimiçi oyun bağımlılığı veya problemlili internet kullanımının yordayıcıları olan depresyon ve anksiyete gibi psikopatolojilerin sağlamış olduğu bulgularla tutarlılık göstermektedir.

BÖLÜM VI

ÖNERİ VE SONUÇ

6.1. SONUÇ

Araştırmada elde edilen bulgulara göre,

- Kadınların sayısı örneklem grubunda erkeklere göre daha fazladır.
- Öğrencilerin bildirdiği not ortalamaları arasında orta düzeyde olanların sayısı en fazladır.
- Gelir düzeyini orta olarak belirtenlerin sayısı en fazladır.
- Çevrimiçi oyun oynadığını belirten katılımcılar, örneklem grubunda çevrimiçi oyunlar oynamadığını belirten katılımcılardan daha fazladır.
- Çevrimiçi oyun oynayan katılımcılar, oyun oynamak için en fazla bilgisayar ve mobil telefonları tercih ettiğini belirtmiştir.
- En sık oynanan oyunlar arasında Facebook üzerinden oynanan oyunlar, CS:GO (Counter Strike Global Offensive) ve 101 yer almaktadır.
- Cinsiyet değişkenine göre, erkeklerin umutsuzluk puanı erkeklere göre daha yüksektir.
- Cinsiyet değişkenine göre, ÇOBÖ aksaklık, başarı, ekonomik kazanç ve toplam skorlar erkek katılımcılarda daha yüksektir.
- Not ortalaması değişkenine göre, düşük not ortalaması olan öğrencilerin umutsuzluk ve ÇOBÖ aksaklık, başarı, ekonomik kazanç ve toplam puanları daha yüksek bulunmuştur.
- Gelir düzeyine göre, orta gelir düzeyine sahip olanların ÇOBÖ aksaklık, başarı, ekonomik kazanç ve toplam puanları daha yüksek bulunmuştur.
- Tercih edilen oyun türüne göre LOL (League of Legends) oynadığını belirten katılımcıların umutsuzluk, ÇOBÖ aksaklık, başarı, ekonomik kazanç ve toplam puanları oynamayanlara göre daha yüksektir.

- 101 oynayan katılımcıların umutsuzluk, ÇOBÖ aksaklık ve ekonomik kazanç puanları oynamayan katılımcılara göre daha düşüktür.
- Facebook oyunları oynayan katılımcıların ÇOBÖ aksaklık, başarı ve toplam puanları daha yüksektir.
- Telefon ve bilgisayar üzerinden oyunlara erişim sağlayan katılımcıların, tablet ve oyun konsolunda oyun oynayan katılımcılara göre çevrimiçi oyun oynamayanlara kıyasla umutsuzluk ve ÇOBÖ aksaklık, başarı, ekonomik kazanç ve toplam puanları anlamlı düzeyde daha yüksektir.
- Yaş değişkenine göre, katılımcılarda yaş azaldıkça umutsuzluk ve ÇOBÖ alt boyutlarıyla toplam puanları anlamlı düzeyde düşmektedir.
- Umutsuzluk düzeyinin üniversite öğrencilerinde yordayıcılığının incelenmesinde, ÇOBÖ başarı ve ekonomik kazanç alt boyutları tarafından anlamlı düzeyde yordanmaktadır.

6.2. ÖNERİLER

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda, üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığının çeşitli demografik ve bireysel değişkenler bakımından farklılık gösterdiği ve umutsuzluk düzeyi ile anlamlı ilişkili olduğu görülmektedir. Sonuçlar kapsamında, öğrencilerin umutsuzluk düzeylerinin yordayan çevrimiçi oyun bağımlılığının bir başa çıkma yöntemi olabileceği ve bu durumun üniversite öğrencilerinde problemleri kullanımını beraberinde getirebileceğinden ötürü önleyici ve bilgilendirici çalışmaların yürütülmesi gerekmektedir. Bununla birlikte, çevrimiçi oyun bağımlılığının üniversite öğrencilerindeki yaygınlığına yönelik, farklı örneklem gruplarıyla yürütülebilecek ileri çalışmalara ihtiyaç vardır. Dünya çapında araştırılan bir konu niteliğindeki dijital oyun bağımlılığının, ülkemizde de geniş örneklem gruplarıyla araştırılmasının genellenebilir sonuçlar elde edebilmek açısından katkısı olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, umutsuzluğa ek olarak, üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerine yönelik sosyal fobi, anksiyete ve depresyon gibi farklı psikopatolojilerin değerlendirilebileceği, bağımlılık bozukluklarında yaygın olarak incelenen duygu düzenleme becerilerinin dijital oyun bağımlılığı ile ilişkisi üniversite öğrencilerinin oluşturduğu örneklem grubuyla yeniden değerlendirilebilir.

Uygulayıcılar açısından, hem dijital oyun oynayanlara yönelik hem de ebeveynlere yönelik psikoeğitim çalışmalarının, problemlili kullanıma yönelik önleyici bir işlevi olabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Adams J, Kirkby R. Exercise dependence: a problem for sports physiotherapists. *Aust J Physiother.* 1997;43:53–58.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. Arlington, VA: American Psychiatric Association; 2013.
- American Society of Addiction Medicine. The voice of addiction medicine. 2012. Available from: <http://www.asam.org/>. Accessed August 29, 2013
- Andreassen CS, Griffiths MD, Hetland J, Pallesen S. Development of a work addiction scale. *Scand J Psychol.* 2012;53:265–272.
- Ariatama, B., Effendy, E., & Amin, M. M. (2019). Relationship between internet gaming disorder with depressive syndrome and dopamine transporter condition in online games player. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(16), 2638-2642. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.476>
- Bear S, Bogusz E, Green DA. Stuck on screens: patterns of computer and gaming station use in youth seen in a psychiatric clinic. *J Can Acad Child Adolesc Psychiatry.* 2011;20:86–95.
- Bernardi S, Pallanti S. Internet addiction: a descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. *Compr Psychiatry.* 2009;50:510–516.
- Berte, D. Z., Mahamid, F. A., & Affouneh, S. (2019). Internet Addiction and Perceived Self-Efficacy Among University Students. *International Journal of Mental Health and Addiction.* <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00160-8>
- Bonnaire, C., & Baptista, D. (2019). Internet gaming disorder in male and female young adults: The role of alexithymia, depression, anxiety and gaming type. *Psychiatry Research*, 272, 521-530. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.158>
- Chang, F.-C., Chiu, C.-H., Chen, P.-H., Chiang, J.-T., Miao, N.-F., Chuang, H.-Y., & Liu, S. (2019). Children's use of mobile devices, smartphone addiction and parental mediation in Taiwan. *Computers in Human Behavior*, 93, 25-32.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.11.048>

- Cheng, Y.-S., Tseng, P.-T., Lin, P.-Y., Chen, T.-Y., Stubbs, B., Carvalho, A. F., ... Wu, M.-K. (2018). Internet addiction and its relationship with suicidal behaviors: A meta-analysis of multinational observational studies. *Journal of Clinical Psychiatry, 79*(4). <https://doi.org/10.4088/JCP.17r11761>
- Chiang, J.-T., Chang, F.-C., Lee, K.-W., & Hsu, S.-Y. (2019). Transitions in smartphone addiction proneness among children: The effect of gender and use patterns. *PLoS ONE, 14*(5). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217235>
- Chiu S. I., Lee J. Z., Huang D. H. (2004). Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. *Cyberpsychol. Behav. 7* 571–581.
- Clark M, Calleja K. Shopping addiction: a preliminary investigation among Maltese university students. *Addict Res Theory*. 2008;16: 633–649.
- Comings DE, Blum K. Reward deficiency syndrome: genetic aspects of behavioral disorders. In: Uylings HBM, VanEden CG, DeBruin JPC, Feenstra MGP, Pennartz CMA, editors. *Cognition, Emotion and Autonomic Responses: The Integrative Role of the Prefrontal Cortex and Limbic Structures*. Amsterdam, The Netherlands: Elsevier; 2000
- Craven R. Targeting neural correlates of addiction. *Nat Rev Neurosci*. 2006;7:1.
- Cudo, A., Szewczyk, M., Błachnio, A., Przepiórka, A., & Jarzabek-Cudo, A. (2019). The Role of Depression and Self-Esteem in Facebook Intrusion and Gaming Disorder among Young Adult Gamers. *Psychiatric Quarterly*. <https://doi.org/10.1007/s11126-019-09685-6>
- Dang, D. L., Zhang, M. X., Leong, K. K.-H., & Anise, M. S. W. (2019). The predictive value of emotional intelligence for internet gaming disorder: A 1-year longitudinal study. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 16*(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph16152762>
- di Chiara G. Nucleus accumbens shell and core dopamine: differential role in behavior and addiction. *Behav Brain Res*. 2002;137:75–114.
- Dong G, Huang J, Du X. Enhanced reward sensitivity and decreased loss sensitivity in Internet addicts: an fMRI study during a guessing task. *J Psychiatr Res*. 2011;45:1525–1529

- Dongdong L, Liao A, Khoo A. Examining the influence of actual-ideal self-discrepancies, depression, and escapism, on pathological gaming among massively multiplayer online adolescent gamers. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*. 2011;14:535–539.
- Drummond, A., & Sauer, J. D. (2014). Video-games do not negatively impact adolescent academic performance in science, mathematics or reading. *PLoS one*, 9(4), e87943. doi:10.1371/journal.pone.0087943
- ElSalhy, M., Miyazaki, T., Noda, Y., Nakajima, S., Nakayama, H., Mihara, S., ... Mimura, M. (2019). Relationships between internet addiction and clinicodemographic and behavioral factors. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 15, 739-752. <https://doi.org/10.2147/NDT.S193357>
- Entertainment Software Association. Essential facts about the computer and video game industry. 2012. Available from: http://www.theesa.com/facts/pdfs/esa_ef_2012.pdf. Accessed October 15, 2013
- Everitt BJ, Robbins TW. Neural systems of reinforcement for drug addiction: from actions to habits to compulsion. *Nat Neurosci*. 2005;8: 1481–1489.
- Evren, B., Evren, C., Dalbudak, E., Topcu, M., & Kutlu, N. (2019). The impact of depression, anxiety, neuroticism, and severity of Internet addiction symptoms on the relationship between probable ADHD and severity of insomnia among young adults. *Psychiatry Research*, 271, 726-731. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.010>
- Evren, C., Evren, B., Dalbudak, E., Topcu, M., & Kutlu, N. (2019). Relationship of internet gaming disorder severity with symptoms of anxiety, depression, alexithymia, and aggression among university students. *Dusunen Adam*, 32(3), 227-235. <https://doi.org/10.14744/DAJPNS.2019.00032>
- Gentile D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: a national study. *Psychol. Sci*. 20 594–602. 10.1111/j.1467-9280.2009.02340.x
- Gibbons, J. A., & Bouldin, B. (2019). Videogame play and events are related to unhealthy emotion regulation in the form of low fading affect bias in autobiographical memory. *Consciousness and Cognition*, 74. <https://doi.org/10.1016/j.concog.2019.102778>

- Griffiths MD, Szabo A, Terry A. The exercise addiction inventory: a quick and easy screening tool for health practitioners. *Br J Sports Med.* 2005;39:e30.
- Haghbin, M., Shaterian, F., Hosseinzadeh, D., & Griffiths, M. D. (2013). A brief report on the relationship between self-control, video game addiction and academic achievement in normal and ADHD students. *Journal of behavioral addictions*, 2(4), 239–243. doi:10.1556/JBA.2.2013.4.7
- Han DH, Lyoo IK, Renshaw PF. Differential regional gray matter volumes in patients with on-line game addiction and professional gamers. *J Psychiatr Res.* 2012;46:507–515.
- Iacolino, C., Lombardo, E. M. C., Cervellione, B., Mannino, G., & Micieli, S. (2019). Internet Addiction Disorder: Internet Gaming Disorder in a Nonclinical Sample Of Moba And Mmorpg Videoplayers. *World Futures*, 75(7), 543-569. <https://doi.org/10.1080/02604027.2019.1654775>
- Kalivas PW, Volkow ND. The neural basis of addiction: a pathology of motivation and choice. *Am J Psychiatry.* 2005;162:1403–1413.
- Kim SH, Baik SH, Park CS, Kim SJ, Choi SW, Kim SE. Reduced striatal dopamine D2 receptors in people with Internet addiction. *Neuroreport.* 2011;22:407–411
- Kim, Y.-J., Roh, D., Lee, S.-K., Canan, F., & Potenza, M. N. (2018). Factors statistically predicting at-risk/problematic internet use in a sample of young adolescent boys and girls in South Korea. *Frontiers in Psychiatry*, 9(AUG). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00351>
- King DL, Delfabbro P, Griffiths MD. Video game structural characteristics: a new psychological taxonomy. *Int J Ment Health Addict.* 2010;8:90–106.
- King, D. L., Delfabbro, P. H., Perales, J. C., Deleuze, J., Király, O., Krossbakken, E., & Billieux, J. (2019). Maladaptive player-game relationships in problematic gaming and gaming disorder: A systematic review. *Clinical Psychology Review*, 73. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2019.101777>
- Koepp MJ, Gunn RN, Lawrence AD, et al. Evidence for striatal dopamine release during a video game. *Nature.* 1998;393:266–268.
- Koob GF, Le Moal M. Addiction and the brain antireward system. *Annu Rev Psychol.* 2008;59:29–53.

- Kuss DJ, Griffiths MD. Internet gaming addiction: a systematic review of empirical research. *Int J Ment Health Addict*. 2012;10:278–296.
- Kuss DJ. *For the Horde! How Playing World of Warcraft Reflects our Participation in Popular Media Culture*. Saarbrücken, Germany: LAP Lambert Academic Publishing; 2013.
- Lissak, G. (2018). Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. *Environmental Research*, 164, 149-157. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2018.01.015>
- Lopez-Fernandez, O., Jess Williams, A., Griffiths, M. D., & Kuss, D. J. (2019). Female gaming, gaming addiction, and the role of women within gaming culture: A narrative literature review. *Frontiers in Psychiatry*, 10(JULY). <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2019.00454>
- Maroney, N., Williams, B. J., Thomas, A., Skues, J., & Moulding, R. (2019). A Stress-Coping Model of Problem Online Video Game Use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17(4), 845-858. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9887-7>
- Moudiab, S., & Spada, M. M. (2019a). The relative contribution of motives and maladaptive cognitions to levels of Internet Gaming Disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 9. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100160>
- Moudiab, S., & Spada, M. M. (2019b). The relative contribution of motives and maladaptive cognitions to levels of Internet Gaming Disorder. *Addictive Behaviors Reports*, 9. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100160>
- Nagygyörgy K, Urbán R, Farkas J, et al. Typology and sociodemographic characteristics of massively multiplayer online game players. *Int J Hum Comput Interact*. 2013;29:192–200
- Nasution, F. A., Effendy, E., & Amin, M. M. (2019). Internet gaming disorder (IGD): A case report of social anxiety. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(16), 2664-2666. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.398>
- PC Gaming Alliance. PC Gaming Alliance releases two member-exclusive reports covering all aspects of the still-dominant PC gaming industry. 2013. Available from: <http://pcgamingalliance.org/press/entry/pc-gaming-alliance-releases-two->

- member-exclusive-reports- Naggygyörgy covering-pc-gaming. Accessed July 31, 2013.
- Peracchia, S., Presaghi, F., & Curcio, G. (2019). Pathologic use of video games and motivation: Can the gaming motivation scale (GAMS) predict depression and trait anxiety? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph16061008>
- Pies R. Should DSM-V designate “Internet addiction” a mental disorder? *Psychiatry (Edgmont)*. 2009;6:31–37.
- Potenza MN. Should addictive disorders include non-substance-related conditions? *Addiction*. 2006;101:142–151
- Prochaska JO, DiClemente CC, Norcross JC. In search of how people change. applications to addictive behaviours. *Am Psychol*. 1992;47: 1102–1114.
- Ramos-Diaz, J., Guevara-Cordero, C., Kiraly, O., Demetrovics, Z., & Griffiths, M. D. (2018). *Excessive gaming and internet use: Preliminary results with anxiety and depression among highly engaged Peruvian gamers*. Program ad1: Proceedings of the 2018 IEEE 25th International Conference on Electronics, Electrical Engineering and Computing, INTERCON 2018.
- Sanders, J., & Williams, R. (2019). The Relationship Between Video Gaming, Gambling, and Problematic Levels of Video Gaming and Gambling. *Journal of gambling studies*, 35(2), 559-569. <https://doi.org/10.1007/s10899-018-9798-3>
- Sarayu Priyadarshini, S., & Patchainayagi, S. (2019). Escape from reality: An analysis of corporate culture and quest for quasi-relationships in the virtual world. *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 10(8), 266-270. <https://doi.org/10.5958/0976-5506.2019.01890.4>
- Scerri, M., Anderson, A., Stavropoulos, V., & Hu, E. (2019). Need fulfilment and internet gaming disorder: A preliminary integrative model. *Addictive Behaviors Reports*, 9, 100144. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.100144>
- Seong, W., Hong, J. S., Kim, S., Kim, S. M., & Han, D. H. (2019). Personality and psychological factors of problematic internet gamers seeking hospital treatment. *Frontiers in Psychiatry*, 10(AUG).

<https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00583>

Skoric MM, Teo LLC, Neo RL. Children and video games: addiction, engagement, and scholastic achievement. *Cyberpsychol Behav.* 2009;12:567–572.

Snodgrass, J. G., Dengah, H. J. F., II, Polzer, E., & Else, R. (2019). Intensive online videogame involvement: A new global idiom of wellness and distress. *Transcultural Psychiatry*, 56(4), 748-774. <https://doi.org/10.1177/1363461519844356>

Solomon RL. Addiction: an opponent process theory of acquired motivation: the affective dynamics of addiction. In: Maser JD, editor. *Psychopathology: Experimental Models*. San Francisco, CA: Freeman; 1977.

Takahashi D. China's PC online game market to hit \$11.9B in 2013. Available from: <http://venturebeat.com/2013/05/02/chinas-pc-online-game-market-to-hit-11-19b-in-2013/>. Accessed August

Throuvala, M. A., Griffiths, M. D., Rennoldson, M., & Kuss, D. J. (2019). School-based prevention for adolescent internet addiction: Prevention is the key. A systematic literature review. *Current Neuropharmacology*, 17(6), 507-525. <https://doi.org/10.2174/1570159X16666180813153806>

Throuvala, M. A., Janikian, M., Griffiths, M. D., Rennoldson, M., & Kuss, D. J. (2019). The role of family and personality traits in Internet gaming disorder: A mediation model combining cognitive and attachment perspectives. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(1), 48-62. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.05>

Volkow ND, Fowler JS, Wang GJ. The addicted human brain: insights from imaging studies. *J Clin Invest.* 2003;111:1444–1451.

von der Heiden, J. M., Braun, B., Müller, K. W., & Egloff, B. (2019). The Association Between Video Gaming and Psychological Functioning. *Frontiers in psychology*, 10, 1731. doi:10.3389/fpsyg.2019.01731

Yee N. Motivations for play in online games. *Cyberpsychol Behav.* 2006;9:772–775.

Yen, J.-Y., Lin, H.-C., Chou, W.-P., Liu, T.-L., & Ko, C.-H. (2019). Associations among resilience, stress, depression, and internet gaming disorder in young adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(17).

EKLER

EK-1. Demografik Bilgi Formu

1. Cinsiyetiniz: Kadın () Erkek ()
2. Yaşınız:
3. Ailenizin gelir durumu: Düşük () Orta () Yüksek ()
4. Çevrimiçi (online) oyun oynuyor musunuz?: Evet () Hayır ()
5. Oynanan Oyun Türü: Facebook () 101 () CSGO () LOL ()
DOTA () MMORPG () Ultima Online () Cabal Online ()
Metin2 () Knight Online ()
6. Oyun oynamak için en çok tercih ettiğiniz platform hangisidir?
Bilgisayar () Telefon () Tablet () Oyun konsolu ()

Ek-2. Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği (ÇOBÖ)

		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1.	Çevrimiçi oyun oynadığım için uyku düzenim bozuldu.					
2.	Çevrimiçi oyunlarda level (seviye) atladığımda mutlu hissederim.					
3.	Çevrimiçi oyunda hedefime ulaşmak için (puan, level, item vs.) işlerimi ertelediğim olmuştur.					
4.	Çevrimiçi oyunda en üst seviyeye ulaşmak için elimden geleni yaparım.					
5.	Çevrimiçi oyun oynadığım için geç yatıp geç kalkarım					
6.	Çevrimiçi oyunlarda geliştirdiğim karakteri satarak para kazandım.					
7.	Gece geç saatlere kadar çevrimiçi oyun oynadığım için kaçırdığım dersler oldu.					
8.	Çevrimiçi oyunlarda rakibimi alt ettiğimde mutlu hissederim.					
9.	Çevrimiçi oyun oynarken yemeğimi genelde bilgisayar başında yerim.					
10.	Çevrimiçi oyunlarda rakibim beni yendiğinde öfkelenirim.					
11.	Çevrimiçi oyunlarda kazandığım itemleri satarak para kazandım.					
12.	Çevrimiçi oyun oynadığım için arkadaşlık ilişkilerim sekteye uğradı.					

13.	Çevrimiçi oyunlarda yeni bir item aldığımda mutlu hissederim.					
14.	Çevrimiçi oyuna ara vermemek için yemeği ertelediğim olmuştur					
15.	Çevrimiçi oyun benim için kazanç kapısıdır.					
16.	Level atladığımda emeklerimin karşılığını aldığımı hissederim					
17.	Çevrimiçi oyun grubumuzun oyun içi bir faaliyeti için gece uykumdan feragat ederim.					
18.	Çevrimiçi oyundaki başarılarımdan dolayı kendimle gurur duyarım					
19.	Çevrimiçi oyunda seviyesi benden yüksek oyuncularını yendiğimde gururlanırım.					
20.	Takasa girerek oyun karakterimi geliştirdim.					
21.	Çevrimiçi oyunda hedefime ulaşmak için (puan, level, item vs.) uyku saatimi ertelemiştir.					

Ek-3. Beck Umutsuzluk Ölçeği (BUÖ)

Aşağıda geleceğe ait düşünceleri ifade eden bazı cümleler verilmiştir. Lütfen her bir ifadeyi okuyarak, bunların size ne kadar uygun olduğuna karar veriniz. Örneğin okuduğunuz ilk ifade size uygun ise “Evet”, uygun değil ise “Hayır” ifadesinin altındaki kutuyu işaretleyiniz.

	Evet	Hayır
1. Geleceğe umut ve coşku ile bakıyorum.		
2. Kendim ile ilgili şeyleri düzeltmediğime göre çabalamayı bıraksam iyi olur		
3. İşler kötüye giderken bile her şeyin hep böyle kalmayacağını bilmek beni rahatlatıyor.		
4. Gelecek on yıl içinde hayatımın nasıl olacağını hayal bile edemiyorum		
5. Yapmayı en çok istediğim şeyleri gerçekleştirmek için yeterli zamanım var.		
6. Benim için çok önemli konularda ileride başarılı olacağımı umuyorum.		
7. Geleceğimi karanlık görüyorum.		
8. Dünya nimetlerinden sıradan bir insandan daha çok yararlanacağımı umuyorum		
9. İyi fırsatlar yakalayamıyorum. Gelecekte yakalayacağıma inanmam için de hiçbir neden yok		
10. Geçmiş deneyimlerim beni geleceğe iyi hazırladı.		
11. Gelecek benim için hoş şeylerden çok tatsızlıklarla dolu.		
12. Gerçekten özlediğim şeylere kavuşabileceğimi umuyorum.		
13. Geleceğe baktığımda şimdikine oranla daha mutlu olacağımı umuyorum.		
14. İşler bir türlü benim istediğim gibi gitmiyor		
15. Geleceğe büyük inancım var.		
16. Arzu ettiğim şeyleri elde edemediğime göre bir şeyler istemek aptallık olur.		
17. Gelecekte gerçek doyuma ulaşmam olanaksız gibi		
18. Gelecek bana bulanık ve belirsiz görünüyor.		
19. Kötü günlerden çok, iyi günler bekliyorum		
20. İstediğim her şeyi elde etmek için çaba göstermenin gerçekten yararı yok, nasıl olsa onu elde edemeyeceğim.		

Ek-4. Etik Kurul Onay Formu



www.uskudar.edu.tr

Altunizade Mahallesi Haluk Türksoy Sokak No:14 34662 Üsküdar/İSTANBUL
T: 0216 400 22 22 F: 0216 474 12 56 bilgi@uskudar.edu.tr

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

SAYI: B.08.6.YÖK.2.ÜS.0.05.0.06 /2018/1030

24/12/2018

Sayın Dr.Öğr.Üyesi Habib ERENŞOY
(Aşlıhan ERÇAKAR)

Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulunun 24/12/2018 tarihinde yapılan 13 No.lu toplantısında "Üniversite Öğrencilerinde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ile Umutsuzluk Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" adlı araştırma projenizin etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Doç. Dr. Cumhuriyet TAŞ
Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik
Kurulu Başkanı

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Ad, Soyad : Aslıhan Telliöğlü
Cinsiyet : Kadın
Doğum Tarihi : 19.05.1995
Medeni Durum : Bekar
Eposta : aslihanercakar@hotmail.com
Adres : Doğu Mah. Aydınlı yolu Caddesi Ekol Sokak B Blok No:3
D:6 Pendik/ İstanbul
GSM : 05321393277

EĞİTİM DURUMU:

2017/.... Üsküdar Üniversitesi- İstanbul
Klinik Psikoloji (Tezli) Yüksek Lisans
2017 Abant İzzet Baysal Üniversitesi- Bolu
Fen Edebiyat Fakültesi- Psikoloji Bölümü

İŞ DENEYİMİ

07/2017- (halen devam) Psikolog- İlkadım Psikolojik Danışmanlık Merkezi

STAJLAR

07/2018- 08/2018 Yüksek Lisans Stajı - Nöropsikiyatri Hastanesi (NP)

01/2017-04/2017 Gönüllü Stajyer Özel Bayramlar Anaokulu

09/2016-01/2017 Gönüllü Stajyer Bolu Toplum Ruh Sağlığı Merkezi

07/2015-08/2018 Gönüllü Stajyer Pendik Belediyesi Engelliler Koordinasyon Merkezi

YABANCI DİLLER

- İngilizce