

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı

9-14 YAŞ ARASI ÖĞRENCİLERİN DİJİTAL OYUN
BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN BENLİK ALGISI
ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Yüksek Lisans Tezi

Hayriye KÜRÜK

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Deniz YILDIZ

İstanbul - 2025

TEZ TANITIM FORMU

Yazar Adı Soyadı : Hayriye KÜRÜK

Tezin Dili : Türkçe

Tezin Adı : 9-14 Yaş Arası Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Benlik Algısı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Enstitü : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı

Tezin Türü : Yüksek Lisans

Tezin Tarihi : 04.07.2025

Sayfa Sayısı : 112

Tez : Dr. Öğr. Üyesi Deniz YILDIZ

Danışmanları

Dizin Terimleri : Bağımlılık, Benlik Algısı, Dijital Oyun Bağımlılığı, Ortaokul Öğrencileri

Türkçe Özet : Bu çalışma, 9-14 yaş arası öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin benlik algısı üzerindeki etkisinin incelenmesini amaçlamaktadır. Araştırma sonucunda dijital oyun oynama süresi ile benlik algısı arasında anlamlı ilişkilerin olduğu, oyun süresinin artmasıyla benlik algısı ve alt boyutlarında negatif ilişkilerin olduğu bulgulanmıştır.

Dağıtım Listesi : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

İmzası

Hayriye KÜRÜK

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı

**9-14 YAŞ ARASI ÖĞRENCİLERİN DİJİTAL OYUN
BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN BENLİK ALGISI
ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Hayriye KÜRÜK

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Deniz YILDIZ

İstanbul – 2025

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Hayriye KÜRÜK

.../.../2025



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Hayriye KÜRÜK'ün 9-14 Yaş Arası Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılık Düzeylerinin Benlik Algısı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı, Çocuk Gelişimi bilim dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan *Prof. Dr. Hale DERE ÇİFTÇİ*

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Nurten ELKİN*

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Deniz YILDIZ*
(Danışman)

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 20..

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Enstitü Müdürü

ÖZET

Bağımlılığın her türünün insanlar üzerinde fiziksel ve psikolojik olumsuz etkilerinin olduğu konusunda genel bir kanaat söz konusudur. Dijital oyun bağımlılığı da bağımlılık türlerinden biridir. Bu bağımlılık türü teknolojinin gelişmesi ile birlikte son 20 – 30 yıl içerisinde ortaya çıkmış ve her geçen gün hızlı bir artış göstermektedir. Çocukların dijital oyun bağımlılıkları da onların fiziksel ve psikolojik gelişimlerini olumsuz yönde etkilemektedir. Bu etkilerden biri de benlik algıları üzerindedir. Bu çalışma ile 9-14 yaş arası öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin benlik algısı üzerindeki etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma nicel araştırma şeklinde tasarlanmıştır. Araştırmanın evrenini İstanbul ilinin bir ilçesinde Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı okullarda ortaöğretim düzeyindeki öğrenciler, örneklemini ise bu okullardaki 359 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın verileri ölçek yöntemi ile yüz yüze görüşülerek toplanmıştır. Verilerin toplanmasında Demografik Bilgi Formu, Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği ve Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 22 paket programıyla analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek dijital oyun bağımlılığı olduğu, yaş grupları, kardeş sayıları ve anne-baba birlikte olma durumları açısından anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca anne eğitim durumunun bir etkisi tespit edilemezken, baba eğitim durumu açısından anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Dijital oyun oynama süresi ile benlik algısı arasında anlamlı ilişkilerin olduğu, oyun süresinin artmasıyla benlik algısı ve alt boyutlarında negatif ilişkilerin olduğu bulgulanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgular neticesinde çocukların dijital oyun bağımlılıklarının onların benlik algıları ile ilişkisi nedeniyle, bireylerin psikososyal gelişimini olumsuz yönde etkileyebileceği göz önünde bulundurularak, çocukların farklı aktivitelere yönlendirilmeleri önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Bağımlılık, benlik algısı, dijital oyun bağımlılığı, ortaokul öğrencileri

SUMMARY

There is a general consensus that every type of addiction has negative physical and psychological effects on people. Digital game addiction is also one of the addiction types. This addiction type has emerged in the last 20-30 years with the development of technology and is increasing rapidly every day. Children's digital game addiction also negatively affects their physical and psychological development. One of these effects is on their self-perception. This study aimed to examine the effect of digital game addiction levels on the self-perception of students aged 9-14. The research was designed as a qualitative research. The universe of the research was students at the secondary school level in schools affiliated with the Ministry of National Education in Istanbul, and the sample consisted of 359 students in these schools. The data of the research was collected through face-to-face interviews using the survey method. Demographic Information Form, Computer Game Addiction Scale for Children and Self-Perception Scale for Children were used in the collection of data. The data was analyzed using the SPSS 22 package program. As a result of the research, it was determined that male students had higher digital game addiction than female students, and there was no significant difference in terms of age groups, number of siblings and parental cohabitation. In addition, while no effect of mother's education status could be determined, a significant difference was determined in terms of father's education status. It was determined that there were significant relationships between game playing time and self-perception, and that there were negative relationships in self-perception and its sub-dimensions with increasing game playing time.

As a result of the findings obtained from the research, considering that children's digital game addiction can negatively affect the psychosocial development of individuals due to its relationship with their self-perception, we believe that it would be appropriate to direct individuals to different activities.

Keywords: Addiction, self-perception, digital game addiction, middle school students

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY	ii
İÇİNDEKİLER	iii
KISALTMALAR	v
TABLolar LİSTESİ.....	vi
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	viii
EKLER LİSTESİ	ix
ÖNSÖZ.....	x
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ

1.1. Araştırmanın Problemi	3
1.2. Araştırmanın Amacı	4
1.3. Hipotezler	4
1.4. Araştırmanın Önemi	5
1.5. Araştırmanın Sayıtları	6
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları	6
1.7. Tanımlar	6

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bağımlılık Kavramı.....	8
2.2. Dijital Bağımlılık Kavramı	10
2.2.1. Dijital Bağımlılık Türleri.....	10
2.2.1.1. İnternet Bağımlılığı.....	11
2.2.1.2. Televizyon Bağımlılığı	11
2.2.1.3. Sosyal Medya Bağımlılığı	12
2.2.1.4. Akıllı Telefon Bağımlılığı	13
2.2.2. Dijital Bağımlılığa İlişkin Kuramsal Açıklamalar	13
2.2.2.1. Young'un Bağımlılık Kuramı	13
2.2.2.2. Grohol'un Sosyalleşme Teorisi	14
2.2.2.3. Suler'in Bağımlılık Kuramı	16
2.2.2.4. Davis'in Bilişsel-Davranışsal Modeli.....	17
2.3. Dijital Oyun Bağımlılığı	18
2.3.1. Dijital Oyun Oynama Motivasyonu	21
2.3.2. Dijital Oyun Bağımlılığının Etkileri.....	22
2.4. Benlik	25
2.4.1. Benlik Algısı.....	27
2.5. Dijital Oyun Bağımlılığı ve Benlik Algısı ile İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışı Araştırmalar.....	28

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Yöntemi.....	34
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	34
3.3. Veri Toplama Araçları	34
3.4. Verilerin Toplanması	35
3.5. Verilerin Analizi.....	36

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

4.1. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular	37
4.2. Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeğine İlişkin Bulgular.....	38
4.3. Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeğine İlişkin Bulgular.....	47
4.4. Korelasyon Analizlerine İlişkin Bulgular	55
4.5. Regresyon Analizlerine İlişkin Bulgular.....	57
TARTIŞMA	62
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	67
KAYNAKÇA	72
EKLER.....	85

KISALTMALAR

APA	: Amerikan Psikiyatri Derneği (American Psychological Association)
BOBÖ	: Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği
DSM	: Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)
EBA	: Eğitim Bilişim Ağı
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
T.C.	: Türkiye Cumhuriyeti
TDK	: Türk Dil Kurumu
TRT	: Türkiye Radyo Televizyon Kurumu
Vb.	: Ve Benzeri
Vd.	: Ve Diğerleri
WHO	: Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization)
YGB	: Yaygın Gelişimsel Bozukluk

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri.....	38
Tablo 2. Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutları tanımlayıcı istatistikleri.....	39
Tablo 3. Öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların yaş değişkenine göre t testi sonuçları.....	40
Tablo 4. Öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre t testi sonuçları	41
Tablo 5. Öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların anne-baba birlikteliği durumuna göre t testi sonuçları	41
Tablo 6. Öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların kardeş sayısına göre ANOVA sonuçları	42
Tablo 7. Öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların anne eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları.....	43
Tablo 8. Öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların baba eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları.....	44
Tablo 9. Öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların günlük ekran saatine göre ANOVA sonuçları	45
Tablo 10. Öğrencilerin bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların günlük dijital oyun saatine göre ANOVA sonuçları.....	46
Tablo 11. Çocuklar için benlik algısı ölçeği tanımlayıcı istatistikleri.....	48
Tablo 12. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların yaş gruplarına göre t testi sonuçları.....	48
Tablo 13. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyete göre t testi sonuçları.....	49
Tablo 14. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların anne-baba birlikteliğine göre t testi sonuçları	50
Tablo 15. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların kardeş sayısına göre ANOVA testi sonuçları	51
Tablo 16. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların anne eğitim durumuna göre ANOVA testi sonuçları	52
Tablo 17. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların baba eğitim durumuna göre ANOVA testi sonuçları	53
Tablo 18. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların günlük ekran başında geçirilen zamana göre ANOVA testi sonuçları	54
Tablo 19. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların günlük dijital oyun oynama süresine göre ANOVA testi sonuçları	55
Tablo 20. Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği ile çocuklar için benlik algısı ölçeği arasındaki korelasyon	57

Tablo 21. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının eğitsel yeterliliğe etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları.....	58
Tablo 22. BOBÖ alt boyut puanlarının sosyal kabul üzerine etkisinin çoklu regresyon analizi sonuçları	58
Tablo 23. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının atletik yeterliliğe etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları.....	59
Tablo 24. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının fiziksel görünüm alt boyut puanına etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları	59
Tablo 25. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının davranışsal yönetim alt boyut puanına etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları	60
Tablo 26. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının özdeğer alt boyut puanına etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları	61



ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Grohol'un İnternet Bağımlılığı Modeli	15
Şekil 2. Davis'in Bilişsel Davranışçı Modeli	18



EKLER LİSTESİ

EK-A: Etik Kurul Kararı	85
EK-B: Uygulama İzinleri (İl Millî Eğitim Müdürlüğü).....	86
EK-C: Ölçek Kullanım İzinleri	91
EK-Ç: Demografik Bilgi Formu	92
EK-D: Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği	93
EK-E: Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği.....	94



ÖNSÖZ

Bu tez çalışmasının tüm aşamalarında bilgi, tecrübe ve desteğini her zaman yanımda hissettiğim, zamanını ve rehberliğini esirgemeyen hocam Dr. Öğr. Üyesi Deniz YILDIZ'a teşekkürlerimi sunarım.

Çalışmam boyunca benden desteklerini esirgemeyen aileme, her aşamasında yanımda olup benimle birlikte heyecanımı, mutluluğumu paylaşan tüm arkadaşlarıma sevgilerimi ve teşekkürlerimi borç bilirim.

Zorlu ancak öğretici bir yolculuk olan bu sürecin bana hem kişisel hem de akademik katkılar sağladığını belirtmek isterim. Elde edilen bulguların, konuya ilgi duyan araştırmacılara ve çocukların yolcuğuna rehberlik eden tüm çocuk gelişimcilere faydalı olmasını dilerim.

Çocuklar dijital ekranların değil, hayallerinin peşinden koşmalı.

Hayriye KÜRÜK

GİRİŞ

Oyun, “yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence (TDK, 2017)” olarak tanımlanmaktadır. Oyun kavramı teknolojiyle beraber dönüşerek etkisini değiştirmeye ve artırmaya başlamıştır. Oyunlar mekânsal olarak da yerlerini sokaklardan, oyun parklarından, boş arsa ve bahçelerden sıyrılarak, özellikle şehirlerde evlerin içerisine taşınmıştır. Oyunlar fiziksellikten dijitalliğe taşınmıştır. Her geçen gün gelişen teknoloji, insanların dijital materyallere ulaşmasını kolay hale getirmiştir. Günümüzde zamandan ve mekândan bağımsız olarak oyun oynama imkânı sunan dijital oyunlar, farklı yaş gruplarından bireylerin ilgisine çekmekle birlikte bu oyunlara en çok gençlerin ve çocukların ilgi duyduğu bilinmektedir. Şiddet, çatışma, savaş gibi unsurları içeren dijital oyunlar çocukların sosyal ve ruhsal dengelerinin bozulmasına ve çocukların zamanla dijital oyun bağımlısı olmasına sebep olmaktadır.

Yapılmış olan çalışmalarda dijital oyunların olumlu ve olumsuz özellikleri üzerinde durulmuştur. Nitekim yalnızca literatürle sınırlı kalmamakla birlikte, sosyal hayatta da dijital oyunlarla ilgili alanlar gün geçtikçe artmaktadır. Dijital oyun turnuvaları, yeni teknikler ve oyunlar pek çok farklı platformda görülmektedir. Bunun yanında dijital oyunlarla ilgili e-spor etkinlikleri kapsamında uluslararası turnuvalar dahi düzenlenmektedir. Tüm bu yönelimlerle cezbedicilik sağlamak ve dijital oyun bağımlılığını tetikleyici etkilere neden olabilmektedir. Bu durum da çocukların dijital oyun bağımlılıklarını daha da arttırabilmektedir.

Dijital oyun bağımlılığı sosyal, ruhsal, zihinsel ve bedensel pek çok olumsuzluğu beraberinde getirmektedir. Öyle ki dijital oyun bağımlısı olan çocuklar hayatlarının büyük kısmını ekran karşısında geçirerek yalnızlaşmaktadır. Bu durum ise sosyal bir varlık olan bireylerin etkileşimini azaltarak zamanla sosyal-duygusal ve ahlaki açıdan gerilemelere sebep olmaktadır (Uçak, 2021). Ayrıca dijital oyun bağımlısı olan bireylerin; öz denetim sağlayamadığı, sosyal ortamda saldırgan tavırlar sergilediği, karşılaştığı problemlerle mücadele edemediği, kendisini ifade edemediği, kendisini akran gruplarına kabul ettiremediği ve etrafındakilerle iyi ilişkiler kuramadığı belirtilmektedir (Atak, 2020). Tüm bu kuramsal teoriler çocuklardaki dijital oyun bağımlılığının, çocukların benlik algısını olumsuz yönde etkilemesi beklenmektedir.

Benlik kavramı, bireyin kendi benliğini kavrama ve algılama şekli olarak tanımlanmaktadır. Bireyin kendini nasıl gördüğünü, kendisine ne kadar değer verdiğini ve kendisine ilişkin doğru olduğunu düşündüğü karmaşık inançların tümünden oluşan dinamik bir kavramdır (Yavuzer, 2000). Benlik gelişimi, çocukluk yıllarından itibaren, aile ve çevreden gelen ilgi, sevgi, güven duygusu ve öz saygıyla olumlu yönde etkilenir. Aksi durumdaysa güvensizlik ve özgüven eksikliğiyle mutsuz bir yönde gelişebilir (MEB, 2013).

Araştırma Türkiye’de İstanbul’un bir ilçesinde MEB’e bağlı devlet okullarında eğitim gören 9-14 yaş 359 ortaokul öğrencileri ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada betimsel yöntemlerden ilişkisel tarama yönteminin kullanılması tercih edilmiştir. Araştırma verilerinin toplanmasında; “Demografik Bilgiler Formu”, Ayas, Çakır ve Horzum (2008) tarafından geliştirilmiş olan “Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği” ve Harter (1982) tarafından 8-12 yaş arasındaki çocuklar için benlik alanlarındaki yeterlik algılarının ölçülmesi amacı ile “Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada uygulanan ölçekler sonucunda toplanan veriler SPSS 22.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin normallik dağılımı kontrolü yapılmış, normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Analiz yöntemleri olarak parametrik testlerden korelasyon analizi, Ki kare testi, T-testi, ANOVA testi, Regresyon Analizi kullanılmıştır. Anket sorularının geçerlik ve güvenilirlik analizi için ise Cronbach Alpha testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, erkek öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı kız öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Yaş grupları, kardeş sayıları ve anne-baba birlikte olma durumları açısından anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Dijital oyun oynama süresi ile benlik algısı arasında anlamlı negatif ilişkilerin olduğu bulgulanmıştır.

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ

1.1. Araştırmanın Problemi

Oyun, çocukların hem fiziksel hem de ruhsal sağlıklarını geliştirerek, karakter oluşumuna ve gelişimine de yardımcı olmaktadır. Psikolojik ve sosyolojik açıdan düşünüldüğünde kendini tanıma, duygu ve düşüncelerini ifade etme, kazanma ve kaybetme, fikir oluşturma, duyguları öğrenme fırsatı sunan oyun; sağlıklı bireyler yetişmesine imkân sunmaktadır. Tüm bunların yanında oyun; toplum rollerini benimsetmesinden, bireyleri bir araya getirerek birleştirmesinden, kaynaştırmasından ve kazandırdığı değerlerden ötürü toplum için etkin bir mekanizmaya dönüşmektedir (Öçalan, 2019).

Oyun kavramı teknolojiyle beraber dönüşerek etkisini değiştirmeye ve artırmaya başlamıştır. Oyunlar mekânsal olarak da yerlerini sokaklardan, oyun parklarından, boş arsa ve bahçelerden sıyrılarak, özellikle şehirlerde evlerin içerisine taşınmıştır. Oyunlar fiziksellikten dijitalliğe taşınmıştır. Günümüzde pek çok evde internet bağlantısı bulunmaktadır. Bu durum internet üzerinden oynanabilen oyunların oynanmasını da kolaylaştırmıştır. Fakat dijital oyun bağımlılığı yalnızca ev içerisinde oynanan oyunlardan oluşmamaktadır. Konu ile ilgili yazın incelendiğinde hem dijital hem de diğer oyunların çocukların gelişimlerdeki ve eğitimlerdeki etkilerine ilişkin çalışmalarda artış olduğu görülmektedir. Yapılmış olan çalışmalarda dijital oyunların olumlu ve olumsuz özellikleri üzerinde durulmuştur. Nitekim yalnızca literatürle sınırlı kalmamakla birlikte, sosyal hayatta da dijital oyunlarla ilgili alanlar gün geçtikçe artmaktadır. Dijital oyun turnuvaları, yeni teknikler ve oyunlar pek çok farklı platformda görülmektedir. Bunun yanında dijital oyunlarla ilgili e-spor etkinlikleri kapsamında uluslararası turnuvalar dahi düzenlenmektedir. Tüm bu yönelimlerse cezbedicilik sağlamakta ve dijital oyun bağımlılığını tetikleyici etkilere neden olabilmektedir. Bu durum da çocukların dijital oyun bağımlılıklarını daha da arttırabilmektedir. Bu bağlamda araştırmanın problemi de ‘9-14 yaş arası öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin benlik algısı üzerinde etkisi var mıdır?’ şeklindedir.

1.2.Araştırmanın Amacı

Her geçen gün gelişen teknoloji, insanların dijital materyallere ulaşmasını kolay hale getirmiştir. Günümüzde zamandan ve mekândan bağımsız olarak oyun oynama imkânı sunan dijital oyunlar, farklı yaş gruplarından bireylerin ilgisine çekmekle birlikte bu oyunlara en çok gençlerin ve çocukların ilgi duyduğu bilinmektedir. Şiddet, çatışma, savaş gibi unsurları içeren dijital oyunlar çocukların sosyal ve ruhsal dengelerinin bozulmasına ve çocukların zamanla dijital oyun bağımlısı olmasına sebep olmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı sosyal, ruhsal, zihinsel ve bedensel pek çok olumsuzluğu beraberinde getirmektedir. Öyle ki dijital oyun bağımlısı olan çocuklar hayatlarının büyük kısmını ekran karşısında geçirerek yalnızlaşmaktadır. Bu durum ise sosyal bir varlık olan bireylerin etkileşimini azaltarak zamanla sosyal-duygusal ve ahlaki açıdan gerilemelere sebep olmaktadır (Uçak, 2021). Ayrıca dijital oyun bağımlısı olan bireylerin; öz denetim sağlayamadığı, sosyal ortamda saldırgan tavırlar sergilediği, karşılaştığı problemlerle mücadele edemediği, kendisini ifade edemediği, kendisini akran gruplarına kabul ettiremediği ve etrafındakilerle iyi ilişkiler kuramadığı belirtilmektedir (Atak, 2020).

Bu araştırmanın temel amacı 9-14 yaş arası öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin benlik algısı üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Çalışma bu amaç doğrultusunda çocukların dijital oyun bağımlılık seviyelerini de belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu kapsamda araştırmanın problemi de “9-14 yaş arası öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin benlik algısı üzerindeki etkisi nasıl değişmektedir?” şeklindedir.

Alt problemler:

a) Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı seviyeleri ile benlik algıları arasında anlamlı ilişki var mıdır?

b) Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı sosyo-demografik özellikler bakımından değişmekte midir?

c) Dijital oyun bağımlılığı, öğrencilerin benlik algısını etkiler mi?

1.3. Hipotezler

H1: Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı; yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba birlikte olma durumlarına, günün kaç saatini ekran

karşısında geçirdiklerine ve günlük kaç saat dijital ortamlarda oyun oynadıklarına göre farklılık göstermektedir.

H0: Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı; yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba birlikte olma durumlarına, günün kaç saatini ekran karşısında geçirdiklerine ve günlük kaç saat dijital ortamlarda oyun oynadıklarına göre farklılık göstermemektedir.

H1: Öğrencilerin benlik algısı; yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba birlikte olma durumlarına, günün kaç saatini ekran karşısında geçirdiklerine ve günlük kaç saat dijital ortamlarda oyun oynadıklarına göre farklılık göstermektedir.

H0: Öğrencilerin benlik algısı; yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba birlikte olma durumlarına, günün kaç saatini ekran karşısında geçirdiklerine ve günlük kaç saat dijital ortamlarda oyun oynadıklarına göre farklılık göstermemektedir.

H1: Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığıyla benlik algısı arasında anlamlı ilişki vardır.

H0: Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığıyla benlik algısı arasında anlamlı ilişki yoktur.

1.4. Araştırmanın Önemi

Hem ulusal hem de uluslararası alan yazında dijital oyun bağımlılığın okul öncesi, ilkökul, ortaokul, lise ve üniversiteden farkı öğrenci gruplarıyla çalışılarak dijital oyun bağımlılık düzeyleri, bağımlılık düzeylerinin; sosyal beceri, benlik algısı, aile tutumları, yaşam tarzı davranışları, kişiler arası ilişkiler, sosyal kaygı, alışkanlıklar, saldırganlık ve riskli davranışlar gibi konularla ilişkisinin incelendiği çalışmalarla karşılaşılmaktadır (Aksoy ve Erol, 2021; Dokumacı, 2023; Karaca, Karakoç, Onan ve Ünsal Barlar, 2020; Kay, 2022; Önlü, 2024; Özkale ve Tonbil, 2021; Savcı, Ercengiz ve Aysan, 2018; Ulaş, 2022).

Çocukluk dönemi bireyler için önemli bir gelişim dönemi olup, bu dönemde hem fiziksel hem sosyo-psikolojik gelişimler yaşanmaktadır. Bu dönemde çocuk gelişimini etkileyen öğelerden biri oyunlardır. Oyunlar çocukluk döneminden itibaren insan hayatına giren olgulardan biridir. Değişen ve gelişen teknoloji ile birlikte oyunlar da

değişmiş ve dönüşmüş dijital bir hale gelmiştir. Dijital oyunlar da çocukların gelişimleri için faydalı olabilmektedir. Ancak bağımlılık haline dönüşmesi de bir o kadar zararlı olabilmektedir. Dijital oyun bağımlılığı sadece çocuklar için değil yetişkinler için bile zararlı olabilmektedir. Çocukluk dönemlerindeki dijital oyun bağımlılığı etkisini yetişkinlik yıllarında da farklı şekillerde gösterebilmektedir. Bununla beraber çocuklarda dijital oyun bağımlılığının pek çok etkeni söz konusudur. Dijital oyun bağımlılığı çocuklarda sosyalleşme sağlayamamanın yanında yalnızlaşmaya neden olmaktadır. Bu kapsamda çocuklarla ilgili yapılan dijital oyun bağımlılığı çalışmaları önemlidir. İlgili literatüre bakıldığında 9-14 yaş arası öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının benlik algısına etkisinin yeteri kadar incelenmediği görülebilir. Dolayısıyla bu araştırma literatürü zenginleştirilmesi açısından da önemlidir.

1.5. Araştırmanın Sayıtları

Araştırma ile ilgili temel varsayımlar aşağıda sıralanmıştır:

1. Araştırma verilerinin toplanması için geliştirilen nicel ölçeklerin ilgili sorunları ölçebilecek yeterlilikte olduğu varsayılmaktadır.
2. Çalışmanın örnekleminin evreni temsil ettiği varsayılmaktadır.
3. Örnekleme dahil edilen çocukların soruları samimiyetle yanıtladıkları varsayılmaktadır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıda sıralanmaktadır:

1. Araştırma, çalışma için geliştirilmiş olan nicel toplama araçları ile ve bu araçlardan elde edilen veriler ile sınırlıdır.
2. Çalışmanın örneklemini İstanbul'un bir ilçesindeki 9-14 yaş grubundaki 359 öğrenci ile sınırlıdır.

1.7. Tanımlar

Oyun: Çocukların işittikleri, gördükleri ve merak ettikleri her şeyi deneyimleyebildikleri bir laboratuvar şeklinde tanımlanabilir (Ünal, 2009).

Bağımlılık: Bir nesneyi kullanmayı, bir davranışı sergilemeyi durduramama ya da kontrolün dışına çıkma durumu bağımlılık olarak tanımlanabilir (Egger ve Rauterberg, 1996).

Dijital: "Dijital" terimi, elektronik ve bilgisayar teknolojilerine dayalı olarak bilgi ve verilerin dijital (ikili) biçimde işlenmesi, depolanması ve iletilmesi anlamına gelir (Ökçeci, 2020).

Dijital oyun: Çeşitli yazılımlarla programlanan, oyun konsolları, diz üstü ve masa üstü bilgisayarlar ile akıllı mobil telefonlar gibi elektronik araçlarla oynanan, kullanıcıların görsel ortam ile birlikte kullanıcı girişi yapmasını sağlayan oyun biçimleridir (Çetin, 2013).

Dijital Oyun Bağımlılığı: Duygusal ve sosyal alanda sorunlara sebep olmasına rağmen çok fazla ve ısrarla dijital oyun oynanması oyun oynama davranışı noktasında özdenetim eksikliği yaşanarak günlük hayatı etkileyecek seviyede ve aşırı derecede oyun oynanması ve bireylerin bu aşırı oynama durumunu kontrol edememesi durumudur (Uslu, 2019).

Benlik: Bireyin kendisi, özellikleri, yetenekleri, beğenileri ve ilgileri hakkında sahip olduğu genel düşünce ve bakış açısıdır.

Benlik Algısı: Bireyin kendisini nasıl gördüğü ve algıladığıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Bağımlılık Kavramı

Bağımlılık, kişinin yaşamsal faaliyetlerini ve sağlığını olumsuz şekilde etkilemesine rağmen kullanmayı bırakamaması veya kendini kontrol edememesi durumudur. Birey önce kullanım ile başlayıp, kötüye kullanım ile devam edip bağımlı bir bireye dönüşür. Bağımlılığı düşkünlük, kölelik ve tiryakilik olarak nitelendirmek de mümkündür (Tarhan, 2019). Aşırı kullanım sonucu kişinin kendini engelleyememesi, şiddetli bağımlılık dediğimiz durumu yaratır. Kişide hem kendine hem de başkalarına zarar verme gibi eğilimlere neden olmaktadır. Bu tür bağımlılıklarla baş edebilmenin tek yolu tedavi görmektir (Kappelle, 2019).

Kronik beyin hastalığı olarak bilinen bağımlılık beynin yerine getiremediği ödül sistemindeki bozukluk ve sonucunda ortaya çıkan savunma yoksunluğu olarak da düşünülmektedir (Carreno ve Pérez-Escobar, 2019). İki temel türü olan bağımlılığın ilki kişiye zihinsel, biyolojik ve fiziksel zararlar veren eroin, esrar, alkol gibi maddeler iken bir diğeri kişide bedensel, toplumsal ve psikolojik etkiler bırakarak bireyin çevre ile bağının kopmasına neden olan davranışsal bağımlılık türüdür (Büyükaslan ve Kırık, 2013). Bireyler uyuşturucu ve alkole karşı bağımlılık geliştirebildikleri gibi yeme, alışveriş veya teknoloji temelli bağımlılıklar da geliştirmektedirler (Kim ve Kim, 2002). Her iki bağımlılık türünde de ortak nokta eylemlerin kontrol edilememesi, yaşanan olumsuz sonuçlara rağmen süreklilik göstermesidir (Henderson, 2001).

Bağımlı bireylerde zaman kavramı farklılıklar gösterir. Bağımlı bireyler “istediğim zaman bırakabilirim” cümlesini tekrar ederken daha sonraki süreçlerde ortaya çıkabilecek olan sonuçlarla asla ilgilenmezler. O an yaşadıkları sonuca odaklıdırlar. Dünyadan kopmuş olmak, yaşadığı anlık deneyim kişinin o anki zaman kavramını oluşturmaktadır (Twerski, 2020). Her birey farklı bağımlılıklarla mücadele edip fiziksel, kaygı gibi alışlagelmiş birçok olguyu da beraberinde yaşamaktadır (Kappelle, 2019).

Bireylerin duygusal dünyaları bağımlılık kavramının en önemli özelliğidir. Birey kendine özgü farklı tutum ve davranışlar sergileyebilmektedir. Ancak birey tutum ve davranışları karşısında sapma gösterdiğinde kişilerde sinir hali, huysuzluk,

karamsarlık gibi durumlar oluşmaktadır. Bireyler endişe, mesleki ve sosyal kaygı yaşarken beraberinde birçok davranışsal bozukluklar göstermektedir (Koroğlu ve Güleç, 2007).

Bağımlılık sürecinde ‘tanı’ çok önemlidir. Bağımlılığın önlenmesinde ve kötü sonuçların önüne geçilmesinde erken tanı oldukça faydalıdır. Bu bağlamda DSM-5 Tanı Ölçütleri El Kitabına (2013) göre tanı kriterleri aşağıdaki gibi belirtilmiştir:

- Kullanım isteği
- Yoksunluk
- Tolerans geliştirme (Miktarın yeterli gelmemesi sebebiyle doyum sağlanmadığı için kullanımın giderek artırılması)
- Planlanan süreden daha uzun süre kullanım
- Bırakma isteğine rağmen başarısız bırakma girişimleri
- Zamanın çoğunu kullanım için harcamak
- Bireyin kendisinde oluşabilecek psikolojik ve fizyolojik sonuçları bilmesine rağmen kullanıma devam etmesi.

Amerikan Psikiyatri Derneği (APA) tarafından yukarıda sıralanan kriterlere göre bireyde bir sene içinde üç veya daha fazla durumun görülmesi bağımlılık tanısı koymak için yeterli görülmektedir.

Bağımlılık karmaşık bir kavramdır. Her ne kadar madde kullanımı ile ilişkilendirilse de birey zaman kavramını yitirerek yeme, içme, alışveriş ve sosyal medya gibi bazı olgulara da bağımlılık derecesinde tutku yaşayabilmektedir. Disiplinlerarası iş birliğine ihtiyaç duyulan bağımlılığın çözüme ulaşılmasında birçok neden bulunmaktadır (Akkaş, 2019). Kişinin kendisi bağımlılığa neden olan en önemli faktördür. Bu durum bireyi yalnız, stresli, sıkıntılı, zorluklarla baş edemeyen birey olarak tanımlamaktadır. Bağımlılığın bir diğer nedeni ise aile içinde başlayarak okul, arkadaş, akraba, iş hayatı ve demografik faktörlerle genişleyen sosyal çevresidir (Bahar, 2018).

Ailevi nedenler, sosyal nedenler ve psikolojik nedenler bağımlılığı tetikleyen önemli risk faktörleri arasında görülmektedir (Coşkunol ve Altıntoprak, 1999). Toplumun her kesiminde aynı özellikler gösteren risk faktörleri demografik, sosyoekonomik düzey ve cinsiyet özelliklerinden bağımsızdır (Bircan ve Erden, 2011).

2.2. Dijital Bağımlılık Kavramı

Bağımlılık kavramıyla ilgili alan yazın taraması yapıldığında kavram hakkında çok fazla sayıda tanıma ulaşılabilmektedir. Örneğin bir nesneyi kullanmayı veya bir davranışı sergilemeyi durduramama veya kullanımını kontrol edememe durumu bağımlılık olarak tanımlanabilir (Egger ve Rauterberg, 1996). Yapılan tanımlar arasındaki ortaklıklar incelendiğinde bağımlılığın belirgin özelliğinin ilişki türü olarak kabul edilmesidir. Kişi, bağımlı olduğu maddeyi veya davranışı devamlı şekilde kullanması, yapması sonucunda kendisini geçici şekilde mutlu hissediyorsa bağımlı olarak kabul edilmektedir (Seferoğlu ve Yıldız, 2013).

Bağımlılık kavramı belli başlı alanlarla sınırlandırılmayacak kadar kapsamlıdır. Herhangi bir madde, ürün veya davranış kişide bağımlılığa yol açabilmektedir. Dijital medya araçlarını amacı dışında ve aşırı bir biçimde kullanan kişinin durumu dijital bağımlılık olarak tanımlanmaktadır. Günümüzde teknolojik gelişmenin göstermekte olduğu süreklilikle beraber dijital araçlar daha ulaşılabilir hale gelmiş ve her yaş grubundan insanın kullanım şansı doğmuştur. Hızlı bir şekilde hayatın tamamına yayılan dijital araçlar, toplumun büyük bir bölümü için fiziksel, bilişsel ve duyuşsal olumsuzluklara yol açan dijital bağımlılık kavramını da hayatın içine sokmuştur. Modern hayatın karşısına çıkan en büyük tehlikelerden biri olan dijital bağımlılık, dünya çapında farklı yaş gruplarından insanları etkisi altına alarak yaşı olmayan bağımlılık olarak anılmaya başlanmıştır (Horzum, 2011).

Dijital bağımlılık kişide göz bozukluğu, kilo kaybı veya aşırı kilo gibi fiziksel sorunlara zemin hazırlaması dışında kişide iş ve sorumlulukları erteleme, sosyal ilişkileri bozma, kendine güveni yitirme ve gerçek hayattan kopma gibi psikolojik sorunları da beraberinde getirmektedir (Beyatlı, 2012). Teknolojinin geldiği noktada internet ve dijital araçların insan hayatından tamamen çıkarılması günümüz şartlarında artık mümkün olmayacak bir durumdur. Bu bağlamda her bireyin dijital bağımlılıkla farklı düzeylerde olsa da bir mücadele içinde olması, kontrolü elinde tutması zorunluluğu doğmuştur.

2.2.1. Dijital Bağımlılık Türleri

Dijital bağımlılık türlerine ilişkin tespitler; “İnternet Bağımlılığı”, “Televizyon Bağımlılığı”, “Sosyal Medya Bağımlılığı” ve “Akıllı Telefon Bağımlılığı” alt başlıkları şeklinde değerlendirilmiştir.

2.2.1.1. İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı; madde kullanımına dayanmayan ancak kişinin yaşamında psikolojik, sosyal ve fiziksel olumsuzluklara yol açan bir kontrol bozukluğudur (Young, 1998). İnternet bağımlılığının belirgin göstergeleri arasında düşük tolerans seviyesi, başkaları ile iletişim kurmakta zorluk, odak kaybı, duygular arasında ani ve kontrol edilemez geçişler yaşanması, özgüven kaybı, yoksunluk gibi duygular sebebiyle davranışı tekrarlama isteğinin duyulmasıdır (Genç, Odabaşıoğlu, Öztürk ve Pektaş, 2007).

İnternet bağımlılığı, internette çok fazla vakit geçiren kişilerde görülme eğilimindedir. İnternet bağımlılığı görülen kişilerde internette geçirilen süreyi gün geçtikçe arttırma isteği tespit edilmiştir (Alaçam, 2012). İnternette çok fazla vakit geçirilmesi bağımlılık için tek başına yeterli bir ölçüt değildir. Kişinin yaşı, mesleği, sosyal çevresi ve alışkanlıklarına göre internette geçirdiği vakit değişim gösterebilmektedir. Bu sebeple internette geçirilen süreden ziyade geçirilen sürenin hangi amaca yönelik değerlendirildiğine bakılmaktadır. Bu konuda yapılan araştırmalarda internet bağımlılığı gösterenlerin vakitlerini film, müzik, video oyunları, sosyal medya platformlarında değerlendirdiği; internet bağımlılığı göstermeyenlerin ise vakitlerini alışveriş siteleri üzerinde değerlendirdikleri tespit edilmiştir (Günüç ve Kayri, 2010).

2.2.1.2. Televizyon Bağımlılığı

Televizyon hemen hemen her hanede var olan ve dijital cihazlar içinde evlere ilk giren teknolojilerden biridir. Dijital cihazların sürekli değişmesi, güncellenmesi ve çeşitlenmesi televizyona da sıçramıştır. İnternetin yaygınlaşması ile beraber televizyon klasik kullanım şeklinin dışına çıkarak internet tabanlı cihazlar haline gelmiştir. İnternetin insan hayatındaki yeri ve etkisi gün geçtikçe artıyor olsa da televizyonun etkisinde herhangi bir azalma meydana gelmemektedir. Televizyonun etkililiğinin zamana direnmesi ile ilgili 2019 yılında Çin’de başlayan ve ülkemize de sıçrayan Covid-19 pandemisi örnek gösterilebilir. İlk vakanın ortaya çıkmasından sonra ülke genelinde okullar tatil edilmiş ve uzaktan eğitim süreci başlamıştır. Uzaktan eğitim sürecinin en önemli araçlarından biri TRT tarafından oluşturulan EBA TV kanalları olmuştur. Bu kanallar sayesinde okullarından uzak kalan öğrenciler, eğitime erişme imkânı bulmuştur.

Televizyonların kullanımının basit, ulaşılmasının kolay hem görsel hem işitsel içerikler ile izleyiciyi çekebilmesi, politik ve ekonomik bir haber kaynağı olması, eğitim ve eğlence amacıyla kullanılabilir olması nedeniyle her dönem kullanılan cihazlardan biri olmayı başarmıştır (Esslin, 1991). Televizyonun her çağda en sık kullanılan cihazlardan olması ve internet tabanlı bir cihazlar haline gelmesinden sonra klasik dizi ve film kültürüne ek olarak dijital platformlar tarafından yeni formatlar geliştirilmiştir. Yeni dijital platformlar, izleyicileri bir tüketici olarak değerlendirmekte ve onların ilgisini çekecek içerikler üretip onları başına oturtmayı amaçlamaktadır. İnternet tabanlı bir cihaz haline gelen televizyon için aile ve çocuklara yönelik yeni yaklaşımların oluşturulması gerekmektedir (Livingstone ve Helsper, 2008). İnternetin televizyonlarda kullanımı ile beraber televizyon bağımlılığı da daha sık gündeme gelmeye başlamıştır.

2.2.1.3. Sosyal Medya Bağımlılığı

Sosyal medya, hayatımıza teknolojik gelişmelerin hızlanması ve dijital araçların yaygınlaşması ile hızlı bir giriş yapmıştır. Başlangıçta çok daha kısıtlı topluluklar içinde kullanılmaya başlayan sosyal medya platformları zamanla tüm dünyaya yayılarak kitlesel bir güce ulaşmıştır. Zaman içerisinde internet bağımlılığı gösteren kişiler arasında ayrışarak başlı başına bir bağımlılık halini almıştır. Sosyal medya; yüz yüze olarak kurulan iletişimin yerini işaret, görsel, ses, görüntü gibi farklı kanalların alması ile kavram karşılığını bulmuştur. Sosyal medya platformlarının tüm dünyada yaygın hale gelmesiyle insanların bu platformlardaki ulaşılabilirlik sınırları genişlemiş, verilen emek ve zamana karşılık alınan verim artmıştır. Toplumu oluşturan birey; sosyal hayatta ilişkiler yaratmaya çalışmaktansa sosyal medya üzerinden ilişkiler kurmaya daha çok önem verir hale gelmiştir. Bu durum, her yaştan bireyin günümüzde sosyal medyanın etkisi altında olduğu gerçeğini göstermektedir (Vural ve Bat, 2010).

Bilgisayar kullanımı ile başlayan sosyal medya platformları zamanla akıllı telefonlar üzerinden de kolaylıkla erişilebilir hale gelmiştir. Akıllı telefonlar ile beraber sosyal medya her birey için sürekli bir şekilde elin altına hazır bulunabilen bir duruma gelmiştir. Gençler arasında sosyal medya bağımlılığının görülmesinin temel nedenleri arasında içekapanık kişilik özelliğı, zayıf iletişim becerileri, karamsarlık, umutsuzluk, depresyon, endişe gibi durumlar olduğu görülmüştür (Günüç, 2009).

Sosyal medya bağımlılığı gençler başta olmak üzere tüm yaş grupları için kritik seviyede önem arz eden bir tehdit haline gelmektedir.

2.2.1.4. Akıllı Telefon Bağımlılığı

Mesajlaşma, web arama özelliği, eğlence ve bilgi merkezleriyle küçük bilgisayar olarak taşınabilir araçlardır. Uydu bağlantısı ve kablosuz internetle kullanılabilir. Küçük bilgisayar özelliğine sahiptir. İnternete bağlanabiliyor olması temel özelliğidir (Akkaş, 2019). İnternet bağımlılığı ve akıllı telefon arasında doğrudan bağlantı bulunmaktadır. Araştırmalar, akıllı telefon bağımlısı bireyler kadar bağımlı olmayanların da aynı süreleri harcadıklarını göstermiştir. Aralarındaki tek fark bağımlı olmayanların hedef odaklı kullanmalarıdır (Ögel, 2012). Hayatımızı kolaylaştıran akıllı telefonların hızla yayılması bağımlılığın fark edilmesini zorlaştırmıştır.

2.2.2. Dijital Bağımlılığa İlişkin Kuramsal Açıklamalar

Dijital bağımlılığa ilişkin kuramsal açıklamalar başlıklar altında aşağıda sunulmuştur.

2.2.2.1. Young'un Bağımlılık Kuramı

Young'un (1998) internet bağımlılığı ile ilgili yapmış olduğu araştırmalarının neticesinde ulaştığı bulgular; internet bağımlılığının 4 kategoride incelenebileceğini ortaya koymuştur. Söz konusu bu kategoriler; yaşam koşulu, sosyal destek, cinsel ergi ve yeni kimlik yaratma imkanı şeklinde sıralanabilir.

Yaşam koşulu kavramı; bireyin sosyal hayatındaki eksikliklerini internet üzerinden tamamlama girişiminden bahsetmektedir. Young'a (1998) göre sosyal hayatlarında yalnız, depresif, fiziksel hareket kısıtları olan veya zamanlarının büyük bölümünü evlerinde geçirenlerin sosyal hayatta yer edinebilmek ve etkileşim kurabilmek amacıyla internet kullanım sürelerinin artabileceğini ifade etmiştir. Bireylerin başkalarıyla bağ kurma ihtiyaçlarının giderilmesi amacıyla internet bağımlısı olmaları ihtimal dahilindedir (Young, 1998). Bireyler internet aracılığı ile bağ kurduklarında, destek olacak farklı bireylere de sahip olabilmektedir (Young, 1997'den Akt: Söyler ve Yıldırım Kaptanoğlu, 2018).

Sosyal destek; bireylerin sürekli görüştüğü, karşılıklı etkileşim içerisinde oldukları bireyler yani sosyal çevreleridir. İnternet üzerindeki sosyal destek grubu,

bireylerin beraber oyun ve kumar oynadıkları, sohbet ettikleri veya tanışma uygulamalarından bire bir iletişim halinde oldukları kişilerdir (Esen, 2010). Sosyal desteğin söz konusu olabilmesi için bireylerin sadece başkalarıyla tanışmaları değil, onlara karşı anlayış, sevgi, empati veya sempati geliştirmeleri ya da bunu istemeleri gerekir. Zira; bireyleri internete bağlayacak olan sosyal desteğin duygularla pekiştirilmesi gerekir. Bireylerin kendilerini ifade edebilme yeteneklerinin internet üzerindeki sosyal hayatlarındakinden daha çok olması, bireylerin internet bağımlılığına dair pozitif yön kazandırmaktadır. Kendilerini sosyal ortamlarda ifade etme konusunda zorlanan, dinlenilmediğini düşünen veya görüşlerinin önemsenmediğini hisseden bireyler, internet ortamlarında kendilerini ifade ederken daha rahat olabilirler (Günel, 2021).

Cinsel ergi; internet ortamında pornografi, erotizm, sanal sex, fetişizm vb. türlerde bağlantılar olduğunu ve bu bağlantılara ulaşma konusunda bireylerin zorlanmayacağını ortaya koyar. Young'a (1997) göre sosyal yaşamlarında çekici olduğunu hissetmeyen veya bulmayan bireylerin, anonim bir şekilde cinselliği araştırması veya uygulamasının mümkün olur. Bireyler cinsel yönden aşağılanmış olabilirler, tecrübeleri neticesinde partnerleri tarafından olumsuz tepki veya sözlerle maruz kalmış olabilirler, utanıyor veya reddedilme korkusu yaşıyor olabilmektedirler. Bu sebeple sanal olarak internet bunun için uygun ortamlar sağlamaktadır (Esen, 2010; Young, 1997'den Akt: Söyler ve Yıldırım Kaptanoğlu, 2018).

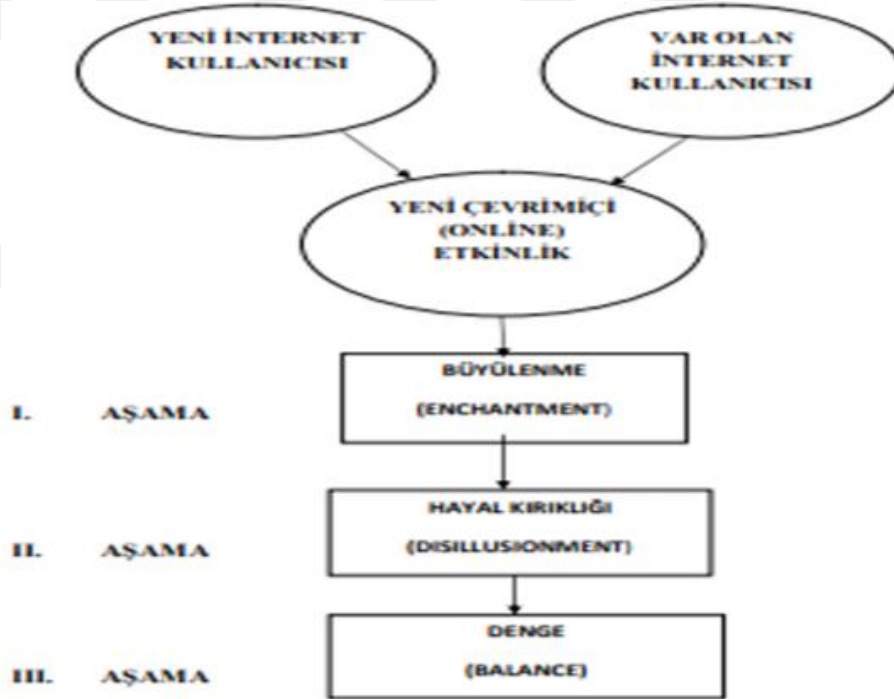
Yeni kimliğin yaratılması olanağı; bireylerin internet kullanımlarını artırdığı düşünülen bir diğer kategoridir. Bireyler kendilerine olmak istedikleri gibi bir kimlik oluşturarak internette yerlerini alabilmektedirler. Bireyler idealize etmiş oldukları kimlikleri, internet üzerinden yansıtarak onaylanma, beğenilme ve sevilme duygularını tatmin etmek istemektedirler. Bu kimlik oluşturma sürecinin altında Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisindeki değer görme ihtiyacı yatmaktadır (Günel, 2021).

2.2.2.2. *Grohol'un Sosyalleşme Teorisi*

Grohol bireylerin internet bağımlılığının nedenlerinin sosyalleşme olduğunu ifade eder. Bireyler sosyalleşmek amacıyla internet ortamında oldukça fazla zaman harcarlar, sosyal alanlarda yaşam tatmini karşılanamayan bireyler çare olarak interneti kullanırlar. Grohol'e göre, sorunlu internet kullanımının temeli sosyal yaşam veya

ödül odaklıdır (Çetinkaya, 2013; Esen, 2010; Grohol, 2012). Grohol'a göre internet kullanımı üç aşamadan geçer. Bu aşamalar; büyülenme, hayal kırıklığı ve denge şeklinde sıralanmaktadır.

Büyülenme aşaması; ilk aşama olup, bireyler daha evvel deneyimlememiş oldukları duyguları internet üzerinden deneyimlerler. İnternet üzerinde gerçekleştirdikleri eylemler büyülenmeye katkı sağlar. İkinci aşama; hayal kırıklığıdır. Başlarda büyülenerek etkilenen bireyler, internetin verdiği hazza alışmışlardır. Artık eskisi kadar zevk vermeyen internet bireyleri sıkır ve sonuç olarak internet kullanımları giderek azalır. İnternet kullanımların azalması bireyleri üçüncü ve son aşama olan denge aşamasına götürür (Grohol, 2012). Bireylerin durumun üstesinden gelmelerini, sosyal yaşamlarıyla sanal yaşamları arasındaki dengeyi kurmalarıyla sonlanır.



Şekil 1. Grohol'un İnternet Bağımlılığı Modeli

Kaynak: Çetinkaya, M. (2013). *İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Grohol'un modelinin aşamaları incelenecek olursa, aşamalara ilaveten kullanıcıların etkinliklerinin sadece yeni internet kullanıcılarını değil, mevcut kullanıcıları da etkilediği görülür. Bireylerin internet kullanımlarında bağımlılık sürecinde ilerlemeleri ve ayrılmalarıysa yine aynı evrelerden geçilerek ortaya

çıkılmaktadır. Bireyler başlarda büyülenirler, büyümenin etkisi geçtiği zaman düş kırıklığı ortaya çıkar ve sonunda dengeye oturur (Günel, 2021).

2.2.2.3. Suler'in Bağımlılık Kuramı

Suler'in bağımlılık kuramı, internet bağımlılığını Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi ile açıklanmaktadır. Suler'e (1999) göre bireyler çevreleri içerisinde ele alınmalıdır. Bireylerin gereksinimleri ve bu gereksinimlerin ne şekilde karşılandığı, bireylerin internet bağımlılıklarını açıklama konusunda yardımcı olmaktadır (Suler, 1999). Bu bağlamda Suler; fizyolojik, öğrenme ve saygınlık, kişilerarası temas, aitlik ve kendini gerçekleştirme ihtiyacı olarak beş kategori belirlemiştir.

Fizyolojik İhtiyaçlar: Bireylerin fizyolojik ihtiyaçları; yemek, içmek, barınmak, uyumak, cinsellik gibi en alttaki ihtiyaçlardır. Bu basamak Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde yer alan ilk basamakta yer almaktadır. Suler bireylerin interneti cinsel doyum veya araştırmalar için kullandığını, bunun sürdürülmesinin sorunlu internet kullanımına neden olabildiğini savunmuştur (Çetinkaya, 2013; Suler, 1999).

Bireylerarası Temas İhtiyacı: Suler'e (1999) göre bireyler çevresi içerisinde değerlendirilirler. Bu sebeple bireyler birbirleriyle etkileşim halindedirler, iletişim bireyler açısından önemli ihtiyaçlardan biridir. İnternet üzerinden bireyler, ideal benliklerine uygun davranabilirler, sosyal hayatlarında etkileşim ve iletişim yönünden yakalayamadıkları fırsatları yakalayabilirler. Bireylerarası iletişim ihtiyaçlarının, internet araçları üzerinden karşılanması bireylere sosyal çevre ve destek sağlamak ile beraber, internette daha uzun saatler geçirmesine neden olmaktadır.

Öğrenme ve Saygınlık İhtiyacı: Suler'e göre başarı, öğrenme ve saygınlık; özsaygı belirtisidir. Bireylerin çevreleri tarafından onaylanma beklentileri vardır. Bu ihtiyacın karşılanmaması durumunda bireyler saygınlık ihtiyaçlarını karşılayacak başka uğraşlara yönelecektir. Uğraşların sebebiyse kabul görme ihtiyacıdır. Bilgiye erişim internet ağlarından son derece kolay bir şekilde gerçekleştirilebilmektedir. Bunun yanında bireyler internet ağları üzerinde kendi ideal kimliklerini oluşturarak benlik saygılarının ihtiyacı olan rollere sahip olmalarını sağlayacak gücü vermektedir. Bireyler hangi sıklıkla bilgi edinirler ve yarattıkları kimliklere bağlanırlarsa, o derece de bağımlılığa yaklaşacaklardır (Günel, 2021).

Aitlik İhtiyacı: Bireyler sosyal hayata, iletişim kurma, sevgi ve saygı görme, başkalarının kabul görme ihtiyacı duyarlar (Suler, 1999). Bireyler ne kadar iletişim

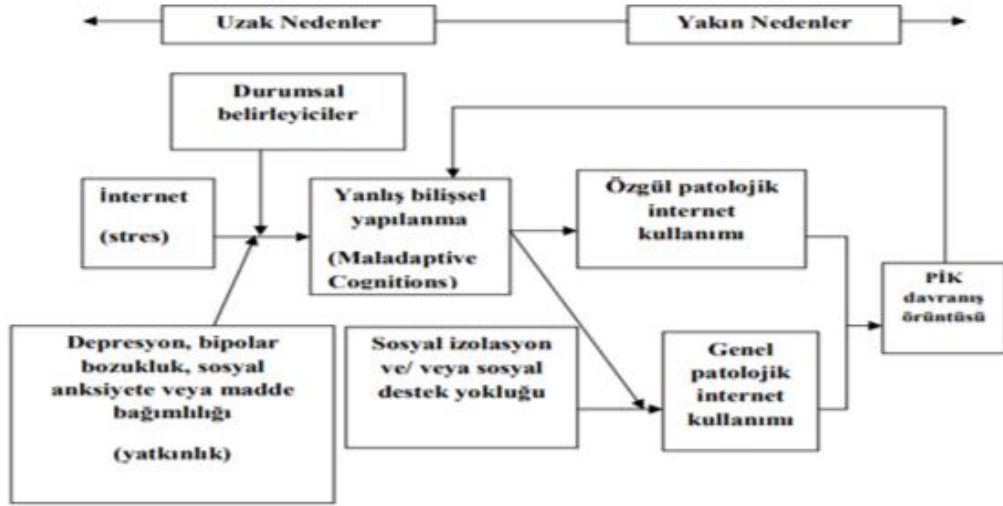
kurularlar, rollerine uygun davranırlarsa çevreleri ve toplumun onayını o kadar hızlı kazanırlar. Günlük yaşamlarında aitlik ihtiyaçlarını karşılayamayan bireyler, internet üzerinden kendilerine farklı çevreler yaratarak veya mevcut bir çevreye katılmak suretiyle grubun bir parçası olacaklardır. Bu aitlik ihtiyacının giderilmesi için gruplara bağlanan bireyler, aitlik ihtiyacı hissettiklerinde ve bu ihtiyacın karşılanmasıyla beraber oluşan pekişme internete bağımlılığı artırır (Günel, 2021).

Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı: Suler'in kuramının en üst basamağında bulunan ihtiyaç da kendini gerçekleştirmedir. Bireyler bu seviyede, sevgi görmüş, toplumca kabullenilmiş, öğrenen, etkileşim kuran bireylerdir. Artık nihai ihtiyacı kendini gerçekleştirme olan bireyler, potansiyellerinin farkına varmaktadır. Özsaygıları ve öz şefkatleri yoğundur veya yoğunlaşmaktadır. Bireyler bu seviyede kendilerini geliştirmeye başlamışlar ve bunu sürdüreceklerdir. Bağımlılık seviyeleri artmış, hayatları internet üzerine kurulu olmuş olabilirler (Günel, 2021).

2.2.2.4. Davis'in Bilişsel-Davranışsal Modeli

Davis'in bu modeli, internet bağımlılığının yanında tedavisini de kapsamlı olarak ele alan bir modeldir. Davis'in modeline göre normal olan internet kullanımları belli bir amaç için, makul saat dilimlerinde yapılan internet kullanımlarıdır (Davis, 2001). Davis, sorunlu internet kullanımının tanımında, bilişsel süreçlerin öneminden bahsetmektedir. Bu yaklaşıma göre davranışlar bilişsel süreçlerden geçtikten sonra ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla Davis'e göre sorunlu internet kullanımları yalnızca bireylerin ve çevrelerinin hayatlarını olumsuz etkilemekten çıkarak, olumsuz bilişsel süreçlerden geçerek davranışlara yansımaktadır (Çetinkaya, 2013).

Bilişsel davranışçı yaklaşım internet bağımlılığının tedavi edilmesinde olumlu sonuçlar ortaya koyabilir (Erden ve Hatun, 2015).



Şekil 2. Davis'in Bilişsel Davranışçı Modeli

Kaynak: Şenormancı, Ö., Konkan, R. ve Sungur, M. Z. (2010). İnternet bağımlılığı ve bilişsel davranışçı terapisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10(6), 261-268.

Şekilde görüldüğü gibi sorunlu internet kullanımında uzak ve yakın nedenler söz konusudur. Uzak nedenler; sorunlu internet kullanımının ortaya çıkması için önemlidir. Bireylerin internet üzerindeki bir şeyi ilk kez deneyimlemesi, aldıkları doyuma yeniden ulaşmak için davranışları tekrarlamaları buna örnek olarak verilebilir. Bireyler benzer tepkiler alana kadar bu davranışı sürdürebilirler (Şenormancı, Konkan ve Sungur, 2010). Bireylerin internet üzerinden ilk defa deneyimlediği şeyler arasında; pornografi, oyun, alışveriş, tanışma veya sohbet uygulamaları sayılabilir (Çetinkaya, 2013).

Yakın nedenler; algı yanılgılarından oluşur. İnternetteki bireylerin, bireyi anlayarak onaylayacakları fikri bireylere çekici gelebilen nedenlerdir (Davis, 2001). Yalnızlık içerisinde olan kişiler açısından internet, akran zorbalığına uğrayan bireyler için kaçış ve diğerleri tarafından onaylanma, depresyon durumlarında olumsuz hisleri olan bireyler için kendilerini anlayacak diğer insanların varlığına işaret olarak görülebilir. Bireyler böylesi durumlarda sosyal destek ihtiyacı duyar. Yaşam tatminlerinin de düşük olduğu söylenebilir (Durualp ve Çiçekoğlu, 2013; Kurtoğlu ve Karaman, 2009).

2.3. Dijital Oyun Bağımlılığı

Bağımlılık kavramı birçok alanda kullanıldığı için birçok tanımlanmıştır. Sağlık Bakanlığı tarafından 2018'de gerçekleştirilen "Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı Sonuç Raporu"na göre bağımlılık, "bilişsel, motivasyonel ve duygusal

değişiklikler ile karakterize edilen kalıcı, kronik ve tekrarlayıcı bir hastalık” olarak tanımlanmıştır. Türk Dil Kurumu [TDK] (2024) sözlüğünde ise bağımlılık, herhangi bir uyarıcıya, belli bir uyarıya ya da uyarım sağlayan bir etkinliğe psikolojik anlamda dayanılmayacak ölçüde bağımlı olma hali olarak açıklanmıştır. Bireylerce kabul edilmeyen ve anlaşılması güç bir yapıda olan bağımlılığın temeldeki üç özelliği; bağımlı olunan şeye karşı duyulan güçlü bir istek, zaman kontrolünü yitirmek ve ısrarcı olmak olarak sıralanabilmektedir (Shaffer, Hall ve Bilt, 2000).

Binark, Bayraktutan Sütçü ve Fidaner (2009), oyunun özgürlük özelliği kapsamında istenildiği kadar oynanabilmesini, ertelenebilmesini ya da iptal edilebilmesini geleneksel ve dijital oyunların ortak özelliği olarak açıklamıştır. Fakat geleneksel oyunlarda oyun oynayan çocuklara kolaylıkla vaktin geç olduğunu hatırlatılması ve çocuğun oyunu ertelemesine veya iptal etmesine ilişkin davranışlar dijital oyunlarda çok da uygulanmamaktadır. Elbette bu durumun birkaç sebebi bulunmaktadır; oynayan kişinin her zaman çocuk olmaması hatta belki de çoğunlukla bir yetişkin olması durumunda yetişkinleri uyuracak bir üst mekanizma bulunmayabilir. Dijital bir oyunun yarıda bırakılması, bir sonraki aşamaya geçememeye hatta bir sonraki sefere oyunun bırakılan yerden devam etmemesine ve oyun dışı kalmaya sebep olabilmektedir. Dijital oyunların bu özellikleri oynayan bireylerin hırslanmalarına her defasında daha uzun süre oyun oynamalarına ve ilerleyen süreçlerde bu bireylerin oyun bağımlılarına dönüşmesine sebep olabilir.

Çocukların ve ergenlerin sıklıkla oynadıkları video oyunlardaki hayat çekici olduğu için çocuklar ve ergenler üzerinde sürekli oyun oynama isteği uyandırabilmekte, kendini uzak tutamayan çocuklar ve ergenler gerçek hayatta yapamayacakları birçok şeyi dijital oyunlarda yapma fırsatı bularak kendilerini daha başarılı hissedebilmektedir. Çocukları zamanla gerçek hayattan uzaklaştıran bu durum ise süreç içerisinde dijital oyun bağımlılığına dönüşebilmektedir (Güvendi, Demir ve Keskin, 2019).

Alan yazında dijital oyun bağımlılığı tanımları incelendiğinde; aşırıya kaçan oyun oynama, oyun bağımlılığı, sorunlu oyun davranışı ya da obsesif-kompulsif oyun oynama gibi farklı terimler ile karşılaşılmaktadır. American Psychological Association (APA, 2013), Mayıs 2013’de yayımladığı Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı-5’nda [DSM 5] dijital oyun bağımlılığını; internette oynanan oyun

bozuklukları olarak açıklamıştır. APA tarafından bu bozukluklara ilişkin konuyla ilgili daha fazla araştırma yapılması önerilmiştir (Irmak ve Erdoğan, 2016).

Dijital oyun bağımlılığında ortaya çıkan oyun oynama sıklığı ve zamanına ait tolerans artışı, aniden gelen oyun oynama arzusu, huzursuzluk ve davranışın kontrol edilememesi gibi belirtiler diğer bağımlılık türleri ile benzer özelliklere sahiptir. İnternet bağımlılığı kapsamında değerlendirilerek teknoloji bağımlılığının bir türü olduğu düşünülen dijital oyun bağımlılığı; dijital oyunlar oynamaya ilişkin inatçı ve uyumsuz bir davranış olarak nitelendirilmektedir (Müller, Janikan, Dreier, Wölfing, Beutel, Tzavara ve Tsitsika, 2014). Dijital oyunlar oynanırken kontrolün tamamen kaybedilmesi ve aşırı oyun oynama davranışı sonucunda iş ve eğitim hayatı, hobi, sağlık, arkadaşlık, kişilerarası iletişim ve ruhsal açıdan iyilik hali gibi hayatın pek çok yönü olumsuz etkilenebilmektedir. Bununla birlikte farklı oyun türlerinde ve kişilik tiplerinde dijital oyunu bağımlılığının farklı etkilerinin olduğu da ifade edilmektedir (Gökçearslan ve Durakoğlu, 2014).

Horzum vd. (2008)'ne göre dijital oyunlara duyulan ilginin bir müddet sonra dijital oyun bağımlılığı hale gelmesinin temeli incelendiğinde: Bireylerin boş zamanlarını değerlendirmek istemeleri, yapacak daha iyi bir şey bulamadıklarına inanmaları, eğlenmek ve içinde buldukları olumsuz koşullardan uzaklaşarak gerçek yaşam ile olan bağlarını kısa süreliğine de olsa koparmak istemeleri, stresten uzaklaşma, rahatlama ve sanal da olsa farklı karakterlerle iletişime geçme arzuları sebebiyle dijital oyunları tercih ettikleri ancak bu durumun zamanla bağımlılığa dönüştüğü ve bireyleri etkilediği görülmektedir. Cep telefonları, internet ve sosyal medya gibi dijital medya araçlarının bilhassa günümüz koşullarında günlük yaşamın dışında tutulabilecek nitelikte olmadığı bir gerçektir. Ancak dijital medya araçlarının doğru kullanılmadığı durumlarda dijital bağımlılığa neden olacağı unutulmamalıdır. Çünkü bireyler bu araçları dijital bağımlı olmadan dengeli bir şekilde kullanmayı bilmediklerinde sorunlarla karşılaşabilmekte ve özellikle yaşları sebebiyle gelişim dönemindeki çocuklar fiziksel, sosyal ve ruhsal açıdan ve birçok yönden bu durumdan etkilenebilmektedir (Hazar ve Hazar, 2017).

2.3.1. Dijital Oyun Oynama Motivasyonu

Malone (1981)'a göre insanlar meydan okuma, merak ve fantezi gibi üç ana nedenle dijital oyun oynamaktadır. Ek olarak yapacak bir şey bulamama, rahatlama, eğlence, boş zamanı değerlendirme, başkalarıyla tanışma ve sosyalleşme, gerçek hayattan uzaklaşma, stres atma ve rekabet gibi amaçlar da bireylerin dijital oyun oynama sebepleri arasında gösterilebilmektedir (Wan ve Chiou, 2006).

Genel anlamda bireylerin dijital oyun oynama sebepleri incelendiğinde;

Merak; keşfetme duygusunu harekete geçiren oyunların aynı zamanda biliş ve cazibe uyandırması (Uysal, 2005).

Eğlence; oyunların hem boş zamanı değerlendirme fırsatı sunması hem de hoş vakit geçirmeyi sağlaması (Sucu, 2012).

Rekabet; oyuncuların tüm güçleriyle diğer oyuncuları yok etmeye ya da üstünlük sağlamaya çalışması.

Zorluklar; hem oyuna hem de oyuncuların becerilerine dair zorlukların canlandırıcı ve sürükleyici etkisi.

Kontrol; oyuncuların oyun sürecini kendilerinin kontrol etmesi (Sağlam, 2019).

Durdur-devam et; sayesinde istenilen bölüme geri dönebilme imkânı ve zevk veren bir ortamda uzun müddet kalabilme şansı.

Aşinalık; oyuncuların oyunun hikâyesini bilmeleri, sürece aşina olmaları vb. amaçlarla bireylerin günlük hayatlarında yapamayacaklarını dijital oyunlar aracılığıyla yapabilmeleri dijital oyun oynama nedenlerini oluşturmaktadır (Sağlam, 2019; Sucu, 2012).

Dijital oyun oynama motivasyonlarını; kendini kaptırma bileşeni, sosyal bileşen ve başarı bileşeni olarak üç ana tema altında açıklayan Yee (2006)'e göre oyuncuların güç, ilerleme, rekabet ve işleyiş mekaniği istekleri dijital oyunların başarı bileşenini oluşturmaktadır. Ayrıca sosyalleşme, takım çalışması, iletişim kurma ve ilişkiler sosyal bileşeni oluştururken; özelleştirme ve kontrol, keşif isteği, rol yapma ve gerçeklerden kaçma ise oyuna dalma bileşenini oluşturmaktadır. Uysal (2017)'da çocukların ve gençlerin sanal ve gerçek dünyada oyunlarda oyalanma, bir şeyleri birlikte deneyimleme, iletişim kurma, hayatı akıcı yaşamayı isteme ve rekabet etme gibi benzer sebeplerle dijital oyunlar oynadıklarını ifade etmiştir. Dijital Oyun

Bağımlılığı Çalıştayı (2018) raporu incelendiğinde ise dijital oyun oynama motivasyonlarının; bireysel faktörler, oyuna bağlı, ailesel ve çevresel faktörler olarak dört başlıkta açıklandığı görülmektedir.

2.3.2. Dijital Oyun Bağımlılığının Etkileri

Çocukların ve gençlerin sürekli gelişim içinde olan teknolojiye ve dijital oyunlara hızla uyum sağladıkları bilinmektedir. Alan yazında özellikle çocukların ve gençlerin yaygın olan dijital oyun oynama davranışının normal olduğuna, hatta geliştirici ve öğretici dijital oyunların uygun zamanda ve kontrollü oynanmasının bu bireylere olumlu katkılar sunduğuna ilişkin bilgiler bulunmaktadır (Irmak ve Erdoğan, 2016).

Alanyazı incelendiğinde dijital oyunlar oynayan çocukların; görsel, motor ve uzaysal beceri, motivasyonlarının artış göstermesi, etkileşime açıklık, yaratıcılık, dikkat ve problem çözme alanındaki tepki süreleri, okul dışındaki ortamlarda arkadaşlarıyla etkileşim seviyesi gibi pek çok faktör bakımından dijital oyun oynamayan çocuklardan daha fazla ilerleme gösterdikleri tespit edilmiştir (Yücelyigit ve Aral, 2020). Tüm bunların yanı sıra dijital oyunların başarı ve özgüven duygusu kazandırdığı ve gerçek dünya sorunlarıyla baş edebilme becerisi edinme noktasında katkılar sağladığı da farklı çalışmalarla desteklenmektedir (Gunawardhana ve Palaniappan, 2015).

Dijital oyunların olumlu etkileri incelendiğinde genel anlamda pratik ve doğru karar verebilme, analitik düşünebilme, stratejik düşünme, sorun çözebilme ve teknolojiyi kullanmayı öğrenme, profesyonel olarak iş yapabilme kapasitesini geliştirme noktasında bilişsel gelişime katkı sağladığı ileri sürülmekle (Çavuş, Ayhan ve Tuncer, 2016; Horzum vd., 2008) birlikte el-göz koordinasyonunun gelişimini destekleme, eğlenme olanağı sunma, rahatlama, can sıkıntısını yorgunluğu ve stresi azaltma noktasında da olumlu etkilere sahip olduğu görülmektedir (Horzum vd., 2008; Horzum, 2011; Şahin ve Tuğrul, 2012). Ayrıca akademik başarının artması, el göz koordinasyonunun gelişmesi, motor becerilerin hız kazanması, stresin ve yorgunluğun azalması, rahatlama ve eğlenebilmeye yardımcı olması dijital oyunların olumlu etkileri arasında değerlendirilmektedir (Irmak ve Erdoğan, 2016).

Birçok teknolojik bağımlılıkta karşılaşıldığı gibi dijital oyunların da fazla ve kontrolsüzce kullanılması yani dijital oyun bağımlılığı, bireyler üzerinde birçok etkiye

sahiptir. Günümüzde çocukların zamanlarının büyük kısmını bilgisayardan, tablettan ya da telefondan dijital oyun oynayarak geçirdikleri, ailelerinse bu durumdan şikâyetçi oldukları ancak bu duruma engel olamadıkları bilinmektedir (Güçlü, 2015).

Dijital oyunların oyuncular üzerinde meydana getirdikleri etkilere yönelik çalışmalar incelendiğinde bu oyunların olumlu ve olumsuz etkilerinin olduğu görülmektedir (Çavuş vd., 2016). Genel bir bakış açısı ile değerlendirildiğinde ise dijital oyunlar hem çocuklar ve ergenler için hem de yetişkinler için keyif veren bir eğlence aracı olmasına karşın her yaş grubu için bilinçsizce kullanıldığında bireyler, aileler ve toplum açısından olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Çakır, Horzum ve Ayas, 2013).

Çocukların akademik başarısını düşüren dijital oyun bağımlılığı, aynı zamanda sosyal yaşantıyı, kişisel gelişimi ve akranlarla olan etkileşimi de olumsuz yönde etkilemektedir. Sürekli ekran karşısında oyun oynayarak zaman geçiren çocukların düşünme ve dikkat becerileri zarar görmektedir. Dijital oyun oynarken hızlı düşünüp hızlı hareket eden çocuklar derse odaklanamamakta ve yoğunlaşma problemi yaşamakta ve derse odaklanamayan bu çocukların ders başarıları da düşmektedir (Akyurt, 2019).

Dijital oyunlardaki kaybetme ve kazanma üzerine kurulan düzen; çocukların oyun bittikten sonra tekrar oynama isteği duymalarına ve oynamak için sabırsızlanmalarına sebep olmaktadır. Oyuna bağımlı hale gelen bu çocuklar için oyuna ara vererek ondan uzaklaşmak çok zor olmakta, ailesi tarafından oyundan uzaklaştırılan ve ara vermesi istenenler saldırgan bir tutum gösterebilmektedir. Bu durum ise aile içi çatışmalar yaşanmasına sebep olabilmektedir (Horzum, 2011).

WHO tarafından hazırlanan raporda dijital oyun bağımlılığının sebep olduğu sorunlar şu şekilde özetlenmiştir (WHO, 2014).

Fiziksel sağlık: Fiziksel sağlık, vücudun genel refahı ve işleyişini ifade eder. Hastalık veya rahatsızlığın olmaması, organların ve sistemlerin düzgün çalışması ve fiziksel görevleri ve aktiviteleri etkili bir şekilde gerçekleştirme yeteneği dahil olmak üzere vücudun durumunun çeşitli yönlerini kapsar.

Sedanter yaşam tarzı: Aşırı kullanım süresi, uyku süresinin azalması, atıştırmalar ya da düzensiz beslenme; obezitenin yanı sıra diğer potansiyel sağlık risklerini de beraberinde getirmektedir.

Görme: Elektronik ekrana uzun süre maruz kalma; göz rahatsızlıklarına, göz yorgunluğuna, göz kuruluğuna, bulanık görmeye ve hatta bazen çift görmeye sebep olmaktadır.

Kas ve iskelet sistemi problemleri: Elektronik ekran karşısında sabit bir duruşla uzun süre kalınması, kas ve iskelet sisteminde bazı semptomlara neden olmakta ya da var olan semptomları şiddetlendirmektedir.

İşitme: İşitsel eğlence işlevi bulunan elektronik aletler, kalıcı işitme hasarı oluşturacak zararlı ses seviyeleri üretebilmektedir.

Enfeksiyonlar: Yetersiz alınan sağlık önlemleri ve akıllı telefonlar gibi mobil cihazların zaman zaman paylaşılması bulaşıcı hastalıkların yayılmalarına fırsat vermektedir.

Yaralanmalar ve kazalar: Diğer görevleri yaparken yaygın olarak kullanılan akıllı telefonlar kullanıcıların kazalara daha açık hale gelmesine neden olabilmektedir.

Psikososyal sağlık: Bireyin psikolojik ve sosyal iyi oluşunu kapsar. İyi bir psikososyal sağlık, bireyin duygusal denge, etkili iletişim ve sosyal uyum becerilerini içerir.

Siber zorbalık: İnternet ve modern teknolojiler yeni bir zorbalık türü olarak kabul edilen siber zorbalığa maruz kalınmasına neden olabilmektedir.

Sosyal gelişim: Çevrimiçi ortamda fazla zaman geçirmek bireylerin sosyal olarak geri çekilmesine neden olmakta; yüz yüze etkileşimin azalmasıyla sosyal beceri gelişimi engellenebilmektedir.

Uyku yoksunluğu: Cihazların aşırı kullanımıyla birlikte, özellikle çocuklarda büyümeyi ve gelişimi etkileyen uyku bozukluğu yaşanabilmektedir.

Riskli cinsel davranışlar: İnternet ve elektronik cihazların kullanılabilirlik oranlarının artması riskli cinsel davranışları beraberinde getirebilmektedir.

Agresif davranışlar: Videolardaki ve online oyunlardaki şiddet içerikleri, çocukların, ergenlerin ve hatta yetişkinlerin davranışlarını olumsuz etkimektedir.

Diğer psikolojik ve sosyal sorunlar: Aşırı internetin ve elektronik cihazların kullanımı, zayıf psikolojik iyi olma halinden, azalan iş ve akademik performansa aile

sorunlarına, özgüven eksikliğine, evlilik ilişkisinde sorunlara kadar çeşitli sosyal ve psikolojik sorunlara sebep olabilmektedir.

2.4. Benlik

Bireylerin diğer insanlarla ilişkilerini belirleyen ve davranış ve tepkileri üzerinde etki eden birçok farklı etmen vardır. Bu etmenlerden biri de benlik kavramıdır. Benlik kavramı bireyin kendisi hakkındaki düşünce ve tutumlarını temsil eder ve genellikle bireyin kendi varlığını, kimliğini ve özelliklerini algıladığı ve tanımladığı içsel bir yapıdır. Benlik, kişinin deneyimlediği düşünceler, duygular, inançlar, değerler, beklentiler ve davranışları içerir. Bireyin kimliği ve özüyle ilgili derinlemesine düşüncelere karşılık gelmekte ve bireyin benliğini oluşturan unsurları ve bu unsurların nasıl etkileşim içinde olduğunu açıklamaktadır. Yani bir bütün olarak benlik kavramı, bireyin kendisi, özellikleri yetenekleri, beğenileri ve ilgileri hakkında sahip olduğu genel düşünce ve bakış açısı olarak tanımlanabilir (Yavuzer, 2001). Genel olarak, benlik, bireyin davranışlarını, değerlerini, amaçlarını ve ideallerini belirleyen dinamik bir organizasyon olarak tanımlanabilir. Benlik, bireyin kendisini ve özgünlüğünü ifade eden temel ve özgün özelliklerin, dış etkenlerden ve diğer benliklerden farklılaşarak soyutlanmasıdır (Özoğlu, 1976).

Birey, kendi içsel dünyası ve sosyal çevresi ile sürekli iletişindedir. Benlik kavramı, kişinin kendi gelişimini sağlayarak, onu diğerlerinden ayıran ve kişiliğin temelindeki bir basamağı olan, farkındalık ile gelişen ruhsal deneyimler bütünüdür (Özüğurlu, 1985). Benlikle beraber insanın kişiliği de güçlenir. Bu kavram, bireyin doğumuyla başlayan yaşamı boyunca devam eden deneyimler ve sosyal çevresine karşı ortaklaşa gelişen bir olgudur. Benlik kavramı, bireylerin kendileri hakkındaki bilgilerine gönderme yapar ve benliğin zihinsel yanının ifadesidir. Benlik, bireyin kendini nasıl ifade ettiği ve kendini nasıl algıladığıdır (Baymur, 1985; Yavuzer, 2001). Bir başka tanıma göre, benlik; bireyin geliştirdiği, diğer bireylerden ayıran ve kişiliğinin belirleyici, ayırt edici temel kişilik katmanını farkındalık ile edinmiş olduğu ruhsal süreçlerin oluşumudur. Benlik kavramının önemi, bireylerin benlik algılarının farkındalığa dönüşmesinin doğal bir sonucu olarak ortaya çıktığı görülmektedir (Jones, 1982; Özüğurlu, 1985).

Benlik; bireyi denetleyen, yargılayan, gözetleyen ve davranışlarına yön veren güçtür. Benlik kavramı bireyin kendi etrafında yaşadığı gelişmeler sonucunda ortaya

çıkabilmektedir (Öz, 2004). Bu gelişmeler sonucunda ortaya çıkan benlik kavramı çocukların özellikle ergenlik dönemlerinde daha önemli hale gelebilmektedir. Benlik saygısı, bireyin doğumundan itibaren gelişmeye başlar ve yaşamı boyunca çevresel etkileşimler ile şekillenir. Özellikle anne-baba ve bakım verenlerle olan etkileşim, benlik saygısının temelini oluşturur. Ancak zaman ilerledikçe, bireyin çevresi ve aldığı geri bildirimler de bu gelişimde belirleyici hale gelir (Chao, Vidacovich ve Green, 2017). Benlik saygısı, bireyin fiziksel sağlığı, ruh sağlığı, akademik başarıları, sosyal ilişkileri ve meslek tercihleri gibi pek çok yönünü etkiler ve dolayısıyla bireyin gelecekteki yaşamını olumlu ya da olumsuz yönde etkileyebilir (Adana vd., 2017). Bireyin kendi duygularını ve kişiliğini değerli bulup bulmaması, benlik saygısıyla doğrudan ilişkilidir. Bu nedenle, bireyin düşünceleri pozitifse benlik saygısı yüksek olabilir, ancak düşünceler negatifse benlik saygısı düşebilir (Tutar, Altınöz ve Çakıroğlu, 2009).

Kötü alışkanlıkların önlenmesinde etkili olan en önemli faktörlerden biride bireyin benlik saygısının olumlu yönde gelişim göstermesi ve bununla bireyin sağlığını olumlu etkilemesi gelmektedir. Benlik saygısının olumsuz geliştiği durumlarda birey, sağlığına daha az özen gösterebilir (Atak, 2011). Benlik saygısı yüksek olan bireyler, net düşünme, olumlu bakış açısıyla olaylara yaklaşma, başarı hırsları, zorluklarla mücadele etme gibi özelliklere sahipken, benlik saygısı düşük olanlar kendine güvensizlik, negatif düşünce kalıpları, toplumsal çevreden kaçınma gibi davranışlar sergileyebilir (Aydoğan ve Deniz, 2012).

Benlik kavramı ve yapısı, kısa sürede tamamlanacak bir süreç değildir. Bu kavram ergenlik ve erken yetişkinlik dönemlerinde oldukça önemlidir ve yaşam boyunca süren bir gelişim süreci içerisinde bulunur. Diğer insanlarla ve çevreyle etkileşimden, içsel diyaloglarımızdan ve duygularımızdan oluşur. Ana-babadan gelen disiplin ve sevgi, yaşlıların uygun davranış beklentileri, okul başarısı veya başarısızlığı gibi birçok yaşantıdan etkilenir. Bu etkileşimler, psikolojik ve fiziksel sağlığımızı, ilişkilerimizi, akademik başarılarımızı ve kariyer seçimimizi etkileyebilir. Genellikle, her şey yolunda giderse, çeşitli unsurlar bir araya gelir ve kapsamlı bir benlik kavramı ve yapı oluşur (Gender ve Gardiner, 1993).

2.4.1. Benlik Algısı

Benlik kavramı, bireyin kendi benliğini kavrama ve algılama şekli olarak tanımlanmaktadır. Bireyin kendini nasıl gördüğünü, kendisine ne kadar değer verdiğini ve kendisine ilişkin doğru olduğunu düşündüğü karmaşık inançların tümünden oluşan dinamik bir kavramdır (Yavuzer, 2000).

Freud'un psikoanalitik kuramına göre benlik; id, ego ve süper egoyu içine alan bir yapıdır, kişinin kendini nasıl gördüğünü ve kendisi hakkında ne düşündüğü ile ilgilidir ve dolayısıyla olumlu ya da olumsuz olabilir (Açıkgöz, 2007). Benlik, bireyin karşı karşıya kaldığı yeni durumlar, roller ve hayattaki geçişler gibi değişimlerden etkilenir, buna bağlı olarak hem değişmez ve sürekli hem de dinamik özellikler gösteren karmaşık bir yapıdır (Yıldız, 2006).

Benlik ve kişilik kavramları zaman zaman birbirine karıştırılan iç içe geçmiş kavramlar olsa da birbirlerinden farklıdır. Birey, sahip olduğu kişilik ve mizaç özelliklerini bilmeyebilir fakat benlik direkt olarak bireyin kendi kişiliği hakkındaki görüşleri ve bu görüşlerin değerlendirilip kabul görmesi sürecidir (Bacanlı, 2006). Kişiliğin bir boyutu olan ve kişilik gelişimi sırasında oluşan benlik, bireyin doğuştan getirdiği özelliklerinin ve sosyal çevresi ile etkileşiminin sonucunda ortaya çıkan bir yapıdır. Bireyler sosyal çevrede birbirleriyle etkileşim içindeyken kendilerini başkalarının gördüğü şekilde görmeye başlayarak kendi benliklerini oluştururlar (Bednar, Wells ve Peterson, 1992).

Benlik ile ilgili düşünceler, şemalar ve tutumlar benlik kavramının çok yönlü bir yapısının olduğunu göstermektedir. Bu çok yönlü yapının içinde birçok boyut yer alır (Yıldız, 2006). Benlik kavramının bilişsel, duyuşsal ve davranışsal olarak üç boyuttan oluştuğunu savunulmaktadır (Pişkin, 2003).

Benlik, ideal benlik, benlik saygısı ve benlik imgesi kavramlarını da bünyesine alan kavram olarak düşünülebilir. Benlik imgesi; bireylerin kendi fiziksel ve zihinsel özelliklerinin farkına varmasıdır. İdeal benlik, bireylerin olmak istedikleri benliktir. İdeal benlikle benlik imgesi arasındaki farkın farkına varılması benlik saygısıdır (Yörükoğlu, 1986). Benlik algısı ise, bir bireyin kendisini nasıl gördüğü ve algıladığı şeklinde tanımlanabilir. "Ben kimim?" sorusuna verdiği yanıt, sahip olduğu özellikler, yetenekler, değerler, amaçlar ve ilkeleriyle ilgilidir. Yeni doğan bebekler, doğum sonrası çevreleri ile bedenlerinin ayırımını yapamaz; çevrelerini, kendilerinin bir

parçasıymış gibi algılar. Zaman içerisinde kendi bedenlerinin sınırlarını keşfederler ve bu süreçte benlik algısının temelleri atılır. İstekleri arttıkça kendilerinin farkına varırlar. Bu süreçte, öncelikle aile üyeleri, ardından çevreleriyle olan akran ilişkileri ile etkileşimleri artar. Bireylerin bireysel ihtiyaçlarını ve bu ihtiyaçları olumlu etkileşimlerle topluma dönük olarak nasıl karşılayacaklarını ve uygulayacaklarını öğrenmeleri, benlik gelişimleri için son derece önemlidir. Benlik gelişimi, çocukluk yıllarından itibaren, aile ve çevreden gelen ilgi, sevgi, güven duygusu ve öz saygıyla olumlu yönde etkilenir. Aksi durumdaysa güvensizlik ve özgüven eksikliğiyle mutsuz bir yönde gelişebilir (MEB, 2013). Benlik algısı; bireyin yaşamının ilk yıllarından başlayarak bireyin çevresi ile etkileşim sonucu aldığı geri bildirimler ve yaşadığı deneyimlerle oluşur (Kuzgun, 1996).

İnsanların kişi hakkında düşündükleri ve bu düşüncelerini bireye aktarmaları benlik kavramın temel tanımlamalarını oluşturur. İnsanlar tarafından bireye verilen etiket birey tarafından kabullenilir, birey kendini gerçekten öyle görmeye başlar ona uygun davranmaya başlar (Baymur, 1985). “Benlik saygısı bireylerin kendilerine ilişkin değerlendirmeleri neticesinde ulaştıkları benlik kavramı onaylanmasından doğan beğeni halidir” (Yavuzer, 1986). Benlik saygısına benzer bir kavram olan "kendini kabul" (self-acceptance), insanın kendisini tüm olumlu ve olumsuz yönleriyle, sorumluluk, yetersizlik, beğenme veya övünme duygularına kapılmadan kabul etmesidir. Bu, bireyin kendisiyle barışık olması ve kendine yönelik içsel bir olumlu tutumu ifade eder (Enç, 1990).

2.5. Dijital Oyun Bağımlılığı ve Benlik Algısı ile İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışı Araştırmalar

Bechtoldt, Buchman, Funk ve Jenks (2003) şiddet içerikli video oyunu oynayan çocukların bu oyunlara kısa ve uzun süre maruz kalmalarının duyarsızlaşmayla ilişkisini incelemiş ve bu kapsamında, 5-12 yaş arasındaki 66 çocuğa ulaşmıştır. Araştırma neticesinde; şiddet içerikli bilgisayar oyunlarına uzun müddet maruz kalmayla duygudaşlık düzeyleri arasında negatif bir ilişkinin varlığı saptanmıştır.

Yen, Ko, Yen, Wu ve Yang (2007), 338 bağımlı bireyin interneti en çok dijital oyunlar ve çevrimiçi sohbetler amacıyla kullandığı, erkeklerin kadınlara oranla internet bağımlılıklarının daha yüksek düzeyde olduğu bulmuşlardır.

Choo, Fung, Gentile, Khoo, Li, Liao ve Sim (2011) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada ilkokul ve ortaokul seviyelerinde eğitim alan 3034 öğrenciye ulaşmışlardır. Araştırma, patolojik oyun oynama ve internet bağımlılığı olgularının yaygınlaşmasında; risk unsurları, süresi, engelleyici faktörlerle birlikte bağımlılık oluşturan ve bağımlılıktan kurtulan kişilerin deneyimledikleri sonuçları gün yüzüne çıkarma amacıyla yapılmıştır. Araştırma bulgularına bakıldığında patolojik oyun bağımlılığının gelişiminde risk unsurunu, sosyal becerilerin düşük düzeyde olması ile dürtüsellik özelliklerinin yüksek düzeyde olması etkilemektedir. Oyun oynama ve internet bağımlılıkları yüksek olan öğrencilerin sosyal fobi, depresyon, anksiyete ve okul başarışının düşük olması gibi problemler yaşadıkları tespit edilmiştir.

Aydıner ve Demirli (2017), ortaokul öğrencilerinin benlik saygıları ve bilgisayar bağımlılığı arasındaki ilişkiyi demografik değişkenlere göre incelediği araştırmalarında 200 orta eğitim öğrencisine ulaşılmış ve benlik saygısıyla bilgisayar oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Oral (2018) ilkokul dördüncü sınıf öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarını farklı değişkenlere göre incelemiş ve bu kapsamda dördüncü sınıfa devam eden 302 öğrenciye ulaşmıştır. Araştırma sonucunda; araştırmaya katılan %13,9 oranında öğrencinin dijital oyun bağımlısı olduğu ve öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarını etkileyen en önemli yordayıcının cinsiyet değişkeni olduğu saptanmıştır. Cinsiyet değişkeni açısından erkeklerin dijital oyun bağımlılıkları en iyi oyun oynama sıklığı bağımsız değişkeni ile ağıklanmakta iken kızların dijital oyun bağımlılıkları en iyi başkasının hesabını kullanma bağımsız değişkeni ile açıklanmaktadır.

Boyacı (2019) tarafından yapılmış ve Türkiye’de 2010-2019 yıllarını kapsayan internet bağımlılığıyla ilgili yapılmış çalışmaları derlemiştir. Çalışma sonucunda internet bağımlılığıyla ilgili yapılmış çalışmaların ağırlıklı olarak lise ve üniversite öğrencileriyle yapıldığı sonucuna varmıştır.

Demir, Güvendi ve Keskin (2019), ortaokula devam eden öğrencilerin dijital bağımlılıklarının incelendiği çalışmada saldırganlık ölçeği ve çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ölçeğini kullanmışlardır. Araştırma sonucuna göre erkeklerin bağımlılıklarının ve saldırganlıklarının kız öğrencilere oranla yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Şimşek ve Karakuş Yılmaz (2020), 2010-2018 yıllarını kapsayan, Türkiye’de dijital oyun bağımlılığı konusunda yapılmış çalışmaları inceledikleri araştırmalarında çalışmaların ağırlıklı olarak ilkokul, ortaokul ve ortaöğretim düzeyinde yapıldığını bulgulamışlardır.

Taneri (2020) tarafından hazırlanan “ortaöğretim öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı sonrası akran ilişkisine yönelik şiddet eğilimi ve zorbalık ilişkisinin incelenmesi” adlı çalışmanın araştırma yöntemi nicel araştırma yöntemidir. Araştırmanın örneklemi: İstanbul ili Özel Atacan Eğitim Kurumlarında öğrenim gören 150 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada katılımcılardan veri toplanması için akran ilişkileri, akran zorbalığı belirleme ergen formu ve dijital oyun bağımlılığı ölçeklerinden yararlanılmıştır. Araştırmadaki bulgulara göre dijital oyun bağımlılığının akran zorbalık ölçeği arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu anlaşılmaktadır. Bunun yanında dijital oyun bağımlılığıyla cinsiyet arasında da anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Ayyıldız (2021) ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeyleriyle olumsuz bilişsel hatalar ve duygusal-davranışsal sorunlar arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bu kapsamda 739 ortaokul öğrencisine ulaşmıştır. Araştırma sonucunda; ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarıyla olumsuz bilişsel hatalar ve duygusal-davranışsal sorunlar arasında anlamlı fark olduğunu tespit edilmiştir. Bunun yanında dijital oyun bağımlılığını; dikkat eksikliği, öğrencilerin davranış sorunları, akran sorunları, olumsuz bilişsel hatalar, duygusal sorunlar ve prososyal davranışların yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tilki (2021) tarafından yazılan “Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” isimli tezde ilişkiisel tarama, betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemi Mersin ilinin merkez ilçelerindeki ortaokullarda öğrenim gören ve dijital oyun oynadığını belirtilen öğrencilerden kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiş 394’ü erkek, 358’i kız olmak üzere toplam 752 öğrenciden oluşmuştur. Araştırma verileri sosyal duygusal öğrenme becerileri ölçeği ve çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği aracılığı ile toplanmıştır. Buradan hareketle araştırmadan elde edilen sonuçlara göre: dijital oyun bağımlılığı ölçeği cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık erkeklerde daha anlamlıdır. Dijital oyun bağımlılığı ebeveyn

tutumlarına göre anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu farklılık koruyucu ebeveyn ile otoriter, otoriter ebeveyn ile demokratik arasında görülmektedir.

Aras (2021) ortaokul seviyesinde eğitim gören öğrencilerinin dahil edildiği dijital oyun bağımlılığı demografik özelliklere göre incelediği ve dijital oyun bağımlılığıyla benlik saygısı ve yalnızlık arasındaki ilişkisi ortaya koyduğu çalışmada 323 ortaokul öğrencisine ulaşmıştır. Araştırma sonucunda; yalnızlık puanlarındaki artışın ve benlik saygısındaki azalışın dijital oyun bağımlılığını arttırdığı tespit edilmiştir. Ayrıca cinsiyet, kardeş sayısı, sınıf düzeyi ve bir dijital oyunu kesintisiz oynama süresi gibi değişkenler ile dijital oyun bağımlılığının arasında anlamlı farkın olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ali, Alya, El-Mawgood ve Yousef (2021) tarafından yapılan bir araştırmada Mısır'ın Sohag kentindeki lise öğrencileri arasında internet bağımlılığın yaygınlığı ve yordayıcılığı bunların zihinsel ve sağlık gibi çeşitli faktörler üzerine etkileri araştırılmıştır. Araştırmada yapılandırılmış bir anket kullanılarak kesitsel bir çalışma gerçekleştirilmiştir. Araştırma rastgele seçilmiş 400 Mısırlı lise öğrencisi arasında gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre: İncelenen lise öğrencilerinin üçte birinden fazlası (%34,8) hafif derecede internet bağımlısı, %21'i orta derecede internet bağımlısı ve %4'ü ciddi derecede internet bağımlısıdır. Facebook hesabına sahip olmak, akıllı telefonda internete erişim, ev dışından internete erişim, kötü aile ilişkileri, evde internetin varlığı, lise 2. sınıfta olmak ve eğlence amaçlı internete erişim internet bağımlılığını yordayıcılarındandır. İnternet bağımlılığı ile ruh sağlıklarının bozulması arasında anlamlı pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Mevcut çalışmada gösterilen internet bağımlılığının yüksek prevalansı ve kötüleşen ruh sağlığıyla ilişkisi özel ilgiyi gerektirmektedir ve daha iyi ebeveynlik tarzına ve akıllı telefonların daha kontrollü kullanımına duyulan ihtiyacı göstermektedir.

Anitha, Janakarajan, Janakiraman, ve Tamilselvan (2021) Hintli çocuklar arasındaki medyaya maruz kalma durumunun erken çocukluk gelişimi ve davranışı üzerindeki etkisini incelemiş ve bu bağlamda 18 ay ile 12 yaş arası 613 çocuğa ulaşmıştır. Araştırma sonucunda; en çok kullanılan dijital araçların televizyon ve akıllı telefonlar olduğu, günlük ortalama 2,11 saat ekrana bakıldığı ve %28,1 oranındaki ekran bağımlılığı yaygınlığının çoğunluğu erkek çocuklarda olduğu saptanmıştır. Ayrıca ekran süresi ve medya bağımlılığı artışının problem çözme, iletişim ve kişisel-

sosyal alanlara ek olarak hiperaktivite, davranış ve yaygın gelişimsel bozukluk (YGB) problemleriyle ilişkili kaygılarla anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ulaş (2022) tarafından yazılan ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıkları ve internet bağımlılıklarının sosyal problem çözme becerileri arasındaki ilişkilerin incelendiği tez çalışması ilişkisel tarama modeli yöntemi ile yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini 418 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın veri toplama araçları çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği, ergenler için internet bağımlılığı ölçeği ve ilköğretim düzeyindeki çocuklar için problem çözme envanteridir. Araştırmanın sonuçlarına göre: dijital oyun bağımlılığı cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermiştir. Bu farklılık erkeklerde daha yüksektir. Sınıf düzeyi olarak incelendiğinde ise dijital oyun bağımlılığının 6. sınıf ve 7. sınıf öğrencileri arasında farklı düzeyde olduğu görülmüştür.

Dokumacı (2023) çalışmasında, okul öncesi dönem çocuklarının dijital oyun bağımlılığına olan eğilimleri ve sosyal becerileri arasındaki ilişki incelenmiş ve okul öncesi eğitime devam eden 592 çocuğun ebeveynine ulaşılmıştır. Araştırmanın neticesinde okul öncesi dönemdeki bu çocukların sosyal becerileriyle dijital oyun bağımlılık eğilimleri arasında negatif bir ilişki saptanmıştır. Bunun yanında dijital oyun bağımlılık eğilimlerinin; erkek çocuklarda kızlara göre, dijital oyunlara daha çok zaman ayıran çocuklarda ayırmayanlara nazaran yüksek olduğu ve dijital oyun bağımlılığı eğiliminin kardeş sayısından etkilenmediği sonucuna ulaşılmıştır. Ebeveyn öğrenim düzeyindeki ve ailenin sosyoekonomik düzeyindeki artışın ise dijital oyun bağımlılık eğilimini azalttığı tespit edilmiş çocukların dijital oyunlarla geçirdikleri süredeki artışın sosyal becerileri azalttığı sonucuna da ulaşılmıştır.

Köse (2023) ilkokul 3 ve 4. sınıf öğrencilerinin narsisizm düzeylerinin ve yaşam doyumlarının dijital oyun bağımlılığını yordama düzeyini incelediği ve dijital oyun bağımlılığının demografik değişkenlere göre farklılaşma durumlarını incelediği çalışma kapsamında 721 3. ve 4. sınıf öğrencisine ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda; çocukların dijital oyun bağımlılığını yordamada yaşam doyum ölçeğinin negatif bir etkiye; çocukluk çağı narsisizm ölçeğinin ise pozitif bir etkiye sahip olduğu saptanmıştır. Çocukların dijital oyun bağımlılığını en fazla açıklayan değişken ise çocukluk çağı narsisizmi olarak belirlenmiştir. Ayrıca dijital oyun bağımlılığının cinsiyete, sınıf düzeyine, teknolojik alet kullanım süresine, anne öğrenim durumuna ve oynanan oyun türüne göre anlamlı fark gösterdiği sonucuna da ulaşılmıştır.

Dou, Geng, Liu ve Xu (2023) video oyununa katılım ile çocukların sosyal gelişimleri arasındaki ilişkiyi incelenmiş ve 431 ebeveyne ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda; çocukların video oyununa katılımlarıyla sosyal gelişimlerinin negatif bir ilişki içinde olduğu ve yürütücü işlevlerin bu ilişkiye aracılık ettiği tespit edilmiştir. Ayrıca video oyununa katılımı yürütme işlevi arasında negatif yönlü ilişkinin, çocuklar büyüdükçe daha da belirginleştiği sonucuna da ulaşılmıştır.

Han (2023) tarafından yazılan “Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı Durumlarının Öz Denetim ve Sosyal Duygusal Beceriler Açısından İncelenmesi” çalışma ilişkisel tarama modeli ile yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini İstanbul ili Bağcılar ilçesinde 7. ve 8. sınıfta okuyan ve kolayda örneklemeyle ulaşılan öğrenciler oluşturmuştur. Araştırmanın veri toplama araçları ise ergenler için oyun bağımlılığı ölçeği, ergenlerde öz-denetim becerileri ölçeği ve sosyal duygusal öğrenme becerileri ölçekleridir. Araştırmada dayanıklılık, belirginlik, geri çekilme, durum değiştirme, nüksetme ve dijital oyun bağımlılıklarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği anlaşılmıştır.

Peçe (2023) tarafından yapılan ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığının yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş ve öz-yeterlik ile ilişkisi isimli tez çalışması betimsel ve ilişkisel tarama modeli ile yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini İstanbul ilindeki MEB’e bağlı ortaokul kurumlarında 5-8. sınıflardaki 490 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma verileri stirling çocuklar için duygusal, psikolojik iyi oluş ölçeği, çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği ve çocuklar için yaşam doyum ölçeği ve çocuklar için öz-yeterlilik ölçekleri ile toplanmıştır. Araştırmanın sonuçları: dijital oyun bağımlılığı cinsiyete göre anlamlı bir farkın olduğu bu farklığın erkeklerde kızlara oranla daha fazla olduğunu tespit etmiştir. Ancak dijital oyun bağımlılığın sınıf düzeyi ile farklılıklarına bakıldığında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Buradan sınıf düzeyi her ne olursa olsun dijital oyun bağımlılıkları benzer seviyede olduğu anlaşılmaktadır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırma 9-14 yaş arası öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin benlik algısı üzerindeki etkisinin incelenmesi amacı ile planlanmıştır. Araştırmada betimsel yöntemlerden ilişkisel tarama yönteminin kullanılması tercih edilmiştir. İlişkisel tarama modelinde iki veya daha fazla sayıda değişken arasında birlikte değişim varlığını ya da derecesini belirlemek amaçlanmaktadır. Araştırmanın verileri ölçek yöntemiyle toplanmıştır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Çalışma evreni Türkiye’de İstanbul’un bir ilçesinde MEB’e bağlı devlet okullarında eğitim gören ortaokul öğrencileridir. Çalışma örnekleme 359 öğrenciden oluşmuştur. Örneklem alma yöntemi basit seçkisiz atamadır. 400 ölçek formu hazırlanarak, 9-14 yaş öğrencilerine dağıtılmıştır. Dağıtılan formlardan 370’i geri alınabilmiş, alınan formlardan 11’inin eksik ya da hatalı doldurulduğu görüldüğünden araştırma dışı bırakılmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Ayrıca araştırmaya velisinden izin alınamayan öğrenciler de dahil edilmemiştir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgiler Formu: Örneklem grubundaki öğrenciler hakkında bilgi almak için araştırmacı Demografik Bilgi Formu hazırlamıştır. Demografik form çocuğun; yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, anne-baba eğitim durumu, anne-baba birlikte olma durumlarına, kendilerine ait dijital cihazının olma durumuna, ne kadar zamandır bu cihazlara sahip olma durumlarına, günün kaç saatini ekran karşısında geçirdiklerine günlük kaç saat dijital ortamlarda oyun oynadıklarına, hangi oyunları tercih ettiklerine, hangi oyunu ne kadar süredir oynadıkları ile ilgili bilgileri içermektedir.

Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği: Horzum vd. (2008)’nin geliştirdiği Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği toplam 24 maddeden oluşmaktadır ve 5’li likert türündedir. Ölçeğin puanlaması “hiçbir zaman” (1) ve “her zaman” (5) aralığında puanlanmaktadır. Ölçek puanının yüksekliği öğrencilerin oyun bağımlılığının yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçek 4 alt boyuttan oluşmaktadır. 1.

alt boyutta 11 madde, 2. alt boyutta 4 madde, 3. alt boyutta 3 madde ve 4. alt boyutta 4 madde bulunmaktadır. Alt boyutlarının adlandırılması; “1.Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”, “2.Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”, “3.Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”, “4.Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme” şeklindedir. Ölçeğin 4 alt boyutta açıkladığı toplam varyans %45 olup, ölçeğin geneline ilişkin Cronbac’h Alfa (α) güvenilirlik kat sayısı ,85 olarak tespit edilmiştir. Bu bakımdan ölçeğin yeterli derecede geçerli ve güvenilir olduğu anlaşılmaktadır.

Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği: Ölçeği, Harter (1982), 8-12 yaş çocukları için benlik alanlarındaki yeterlik algılarının ölçülmesi için geliştirmiştir. Türkçeye uyarlama ve geçerlik çalışmalarını Şekercioğlu (2009) yapmıştır. Ölçeğin toplamda 36 maddesi bulunmaktadır. 6 farklı benlik boyutu 6’şar maddeyle değerlendirilmiştir. Bu alt boyutlar; sosyal onay, akademik yeterlik, fiziksel görünüm, atletik yeterlik, bütünsel özdeğer algısı ve davranıştan hoşnutluk şeklindedir. Maddeler 1-4 puan arasında değerlendirilir. Buna göre, en pozitif ifadeye 4 puan verilirken, en negatif ifadeye ise 1 puan verilmektedir. Ölçekte yer alan her maddede birbirlerinin tam tersi olan iki çocuğun tanımını verilmektedir. Katılımcı çocuklardan öncelikle bu iki çocuktan hangisine daha fazla benzediklerini seçmeleri ve ardından seçtikleri çocuğa “çok” mu yoksa “biraz” mı benzediklerini işaretlemeleri istenmektedir. Yüksek puan alanların olumlu benlik algısına sahip oldukları kabul edilmektedir. Alt ölçeklerin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları sosyal onay alt ölçeği için .60, akademik yeterlik alt ölçeği için .72, atletik yeterlik alt ölçeği için .71, davranıştan hoşnut olma alt ölçeği için .72, bütünsel öz değer alt ölçeği için .75 ve fiziksel görünüm alt ölçeği için .79 bulunmuştur.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma için anket, ölçek ve form yoluyla bilgi toplanmıştır. Araştırmanın çalışma planı kapsamında İstanbul’un bir ilçesinde MEB’e bağlı 5 devlet ortaokulunda eğitim gören öğrencilerin ebeveynlerine onam formu iletilmiş, ardından onay alınan çocuklara belirlenen ölçek ve formlar yüz yüze iletilmiş ve sonrasında toplanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmada uygulanan ölçekler sonucunda toplanan veriler SPSS 22.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin normallik dağılımı kontrolü yapılmış, normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Analiz yöntemleri olarak parametrik testlerden korelasyon analizi, Ki kare testi, T-testi, ANOVA testi, Regresyon Analizi kullanılmıştır. Anket sorularının geçerlik ve güvenilirlik analizi için ise Cronbach Alpha testi kullanılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

4.1. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Çalışmaya katılan 359 katılımcının yaş ortalaması $12,39 \pm 1,23$ olup, %50,1'i 9-12 yaş aralığında, %49,9'u ise 13-14 yaş aralığındadır. Katılımcıların %48,5'i kız, %51,5'i erkektir. Kardeş sayısı açısından değerlendirildiğinde, katılımcıların %54'ünün 0-2, %42,1'inin 3-5, %3,9'unun ise 6-9 kardeşi olduğu görülmektedir. Annelerin eğitim durumu incelendiğinde, %20,3'ü ilkokul mezunu/okur yazar değil, %18,1'i ortaokul, %42,3'ü lise ve %19,2'i üniversite mezunudur. Babaların eğitim durumuna bakıldığında ise %17,8'inin ilkokul mezunu/okur yazar değil, %19,2'sinin ortaokul, %37,3'ünün lise ve %25,6'sının üniversite mezunu olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %93,9'u anne ve babalarının birlikte yaşadığını, %6,1'i ise ayrı olduklarını ifade etmişlerdir.

Katılımcıların cihaz sahiplik durumlarına bakıldığında; telefona 76 çocuğun (%21,17), bilgisayara 25 çocuğun (%6,96), tablete 22 çocuğun (%6,13) sahip olduğu görülmektedir. Bilgisayar ve telefona 78 çocuğun (%21,73), tablet ve telefona 45 çocuğun (%12,53), tablet, telefon ve bilgisayara 76 çocuğun (%21,17), tablet ve bilgisayara 27 çocuğun (%7,52) sahip olduğu görülmektedir. Kendisine ait bu cihazlardan hiçbirine sahip olmayan çocuk sayısının ise 10 (%2,79) olduğu görülmektedir.

Günlük ekran süresi açısından değerlendirildiğinde, katılımcıların %32,9'u 0-2 saat, %44'ü 3-5 saat, %23,1'i ise 6-13 saat aralığında ekran başında zaman geçirdiğini belirtmiştir. Günlük dijital oyun süresine bakıldığında ise, katılımcıların %20,89'u 0-30 dakika, %55,71'i 30 dakika-2 saat, %5,84'ü 3-5 saat, %17,54'ü 6-13 saat oyun oynadığını ifade etmiştir. 72 kişi (%21,4) Brawl Stars, 61 kişi (%17,0) Pubg, 41 kişi (%11,4) futbol, 40 kişi (%11,1) Minecraft, 19 kişi (%5,3) Valorant, 17 kişi (%4,7) GTA, 16 kişi (%4,5) Hay Day, 14 kişi (%3,9) Roblox, 13 kişi (%3,6) Barbie oyunlarını oynadığını bildirmiştir (Tablo 1). Katılımcıların gün içerisinde ekran karşısında geçirdikleri vakit ortalama $4 \pm 2,42$ saat, gün içerisinde dijital oyun oynarken geçirdikleri zaman ise ortalama $2,39 \pm 1,9$ saat olarak bulunmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri

Değişken	Grup	n	%
Yaş	9-12 yaş	180	50,1
	13-14 yaş	179	49,9
Cinsiyet	Kız	174	48,5
	Erkek	185	51,5
Kardeş sayısı	0-2	194	54,0
	3-5	151	42,1
	6-9	14	3,9
Anne eğitim durumu	Okuma yazma bilmiyor/İlkokul	73	17,8
	Ortaokul	65	19,2
	Lise	152	37,3
	Üniversite	69	25,6
Baba eğitim durumu	Okuma yazma bilmiyor/İlkokul	64	17,8
	Ortaokul	69	19,2
	Lise	134	37,3
	Üniversite	92	25,6
Anne-baba birliktelik durumu	Evet	337	93,9
	Hayır	22	6,1
Cihaz sahiplik durumu	Telefon	76	21,17
	Bilgisayar+telefon	78	21,73
	Tablet+telefon	45	12,53
	Tablet+telefon+bilgisayar	76	21,17
	Bilgisayar	25	6,96
	Tablet+bilgisayar	27	7,52
	Tablet	22	6,13
	Kendine ait cihazı yok	10	2,79
Günlük ekran saati	0-2 saat	118	32,9
	3-5 saat	158	44,0
	6-13 saat	83	23,1
Günlük dijital oyun saati	0-30 dakika	75	20,89
	30 dakika-2 saat	200	55,71
	3-5 saat	21	5,84
	6-13 saat	63	17,54

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

4.2. Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeğine İlişkin Bulgular

Katılımcıların bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma alt boyutunda puanlar 10 ile 50 arasında değişmekte olup ortalama puan $24 \pm 9,21$ olarak hesaplanmıştır. Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutunda puanlar 4 ile 20 arasında değişmekte, ortalama puan $8,3 \pm 3,82$ olarak bulunmuştur. Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma alt boyutunda puanlar 3 ile 15 arasında olup ortalama puan $5,41 \pm 2,74$ şeklindedir. Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme alt boyutunda puanlar 4 ile 20 arasında değişmekte, ortalama puan $8,46 \pm 4,12$ olarak belirlenmiştir.

Ölçeğin toplam puanı ise 21 ile 93 arasında değişmekte olup, ortalama puan 46,16 \pm 16,71 olarak saptanmıştır (Tablo 2).

Tablo 2. Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutları tanımlayıcı istatistikleri

Madde	Mini mum	Maxi mum	Ortal ama	Standart sapma
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vaz geçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	10,00	50,00	24,00	9,21
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	4,00	20,00	8,30	3,82
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	3,00	15,00	5,41	2,74
“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	4,00	20,00	8,46	4,12
Toplam	21,00	93,00	46,16	16,71

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma alt boyutu açısından, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma ve bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme alt boyutları ve toplam puan açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 3). Ancak, bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutunda $p=0,05$ ile anlamlılık sınırında bir fark gözlemlenmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların yaş değişkenine göre t testi sonuçları

Madde	Yaş Grubu	n	Ortalama ± SS	t	p
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	9–12 yaş	180,00	23,95±9,11	-0,1	0,91
	13–14 yaş	179,00	24,05±9,33		
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	9–12 yaş	180,00	8,68±3,94	1,93	0,05
	13–14 yaş	179,0	7,91±3,94		
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	9–12 yaş	180,00	5,52±2,8	0,76	0,44
	13–14 yaş	179,00	5,3±2,68		
“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	9–12 yaş	180,00	8,77±4,12	1,45	0,14
	13–14 yaş	179,00	8,14±4,12		
Toplam	9–12 yaş	180,00	46,93±16,91	0,86	0,38
	13–14 yaş	179,00	44,4±16,52		

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Araştırma bulgularına göre, cinsiyet değişkenine göre bilgisayar oyunu oynama ölçek puanlarında anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Erkekler, bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatla ilişkilendirme, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma ve bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme maddelerinde kız öğrencilere kıyasla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek puanlara sahip olmuştur ($p<0,05$). Toplam puanlar açısından da erkeklerin kızlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek puan aldığı görülmüştür ($p<0,05$). Bu sonuçlar, erkek katılımcıların bilgisayar oyunu oynama davranışlarında daha yoğun ve riskli bir eğilim gösterdiğini ortaya koymaktadır (Tablo 4).

Tablo 4. Katılımcıların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre t testi sonuçları

Madde	Cinsiyet	n	Ortalama ± SS	t	p
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	Kız	174,00	22,19±8,95	3,76	0,00*
	Erkek	185,00	25,7±9,15		
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	Kız	174,00	7,53±3,57	3,72	0,00*
	Erkek	185,00	9,01±3,57		
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	Kız	174,00	4,76±2,26	4,5	0,00*
	Erkek	185,00	6,03±3,00		
“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	Kız	174,00	7,47±3,83	4,5	0,00*
	Erkek	185,00	9,38±4,5		
Toplam	Kız	174,00	41,95±15,4	4,76	0,00*
	Erkek	185,00	50,12±16,97		

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma ve bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme alt boyutları ve toplam puanlarında, anne-babası birlikte olan ve olmayan katılımcılar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır (p > 0,05) (Tablo 5).

Tablo 5. Katılımcıların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların anne-baba birlikteliği durumuna göre t testi sonuçları

Madde	Anne-baba birlikteliği	n	Ortalama ± SS	t	p
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	Evet	337,00	24,07±9,23	0,59	0,55
	Hayır	22,00	22,86±9,04		
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	Evet	337,00	8,29±3,87	-0,14	0,88
	Hayır	22,00	8,41±3,16		
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	Evet	337,00	5,38±2,72	-0,87	0,38
	Hayır	22,00	5,91±2,97		
“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	Evet	337,00	8,51±4,15	1,01	0,31
	Hayır	22,00	7,59±3,65		
Toplam	Evet	337,00	46,26±16,78	0,40	0,68
	Hayır	22,00	44,77±15,9		

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme, bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma ve bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutlarında kardeş sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptandı ($p>0,05$) (Tablo 6).

Tablo 6. Katılımcıların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların kardeş sayısına göre ANOVA sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	Gruplar arası	212,075	2	106,03	1,2 5	0,2 8
	Grup içi	30149,92	356	84,691		
	Toplam	30362	358			
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	Gruplar arası	20,846	2	10,423	0,7 1	0,4 9
	Grup içi	5209,856	356	14,634		
	Toplam	5230,702	358			
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	Gruplar arası	3,729	2	1,864	0,2 4	0,7 8
	Grup içi	2681,257	356	7,532		
	Toplam	2684,986	358			
“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	Gruplar arası	23,614	2	11,807	0,6 9	0,5 0
	Grup içi	6067,467	356	17,043		
	Toplam	6091,081	358			
Toplam	Gruplar arası	500,819	2	250,409	2,8 9	0,4 0
	Grup içi	99480,48	356	279,44		
	Toplam	99981,30	4	358		

* $P<0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme, bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma ve bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek

hayatıyla ilişkilendirme alt boyutlarında, anne eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptandı ($p > 0,05$) (Tablo 7).

Tablo 7. Katılımcıların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların anne eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	Gruplar arası	201,584	3	67,195	0,791	0,5
	Grup içi	30160,416	355	84,959		
	Toplam	30362	358			
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	Gruplar arası	8,638	3	2,879	0,196	0,89
	Grup içi	5222,064	355	14,71		
	Toplam	5230,702	358			
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	Gruplar arası	2,943	3	0,981	0,13	0,94
	Grup içi	2682,043	355	7,555		
	Toplam	2684,986	358			
“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	Gruplar arası	65,435	3	21,812	1,285	0,27
	Grup içi	6025,646	355	16,974		
	Toplam	6091,081	358			
Toplam	Gruplar arası	68,401	3	22,8	0,081	0,97
	Grup içi	99912,902	355	281,445		
	Toplam	99981,304	358			

* $P < 0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme, bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutları ve toplam puanlarında baba eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptandı ($p > 0,05$) (Tablo 8).

Tablo 8. Katılımcıların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların baba eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	Gruplar arası	444,604	3	148,201	1,759	0,15
	Grup içi	29917,396	355	84,274		
	Toplam	30362	358			
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	Gruplar arası	27,058	3	9,019	0,615	0,60
	Grup içi	5203,644	355	14,658		
	Toplam	5230,702	358			
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	Gruplar arası	10,427	3	3,476	0,461	0,70
	Grup içi	2674,559	355	7,534		
	Toplam	2684,986	358			
“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	Gruplar arası	114,224	3	38,075	2,261	0,08
	Grup içi	5976,856	355	16,836		
	Toplam	6091,081	358			
Toplam	Gruplar arası	1159,316	3	386,439	1,388	0,24
	Grup içi	98821,988	355	278,372		
	Toplam	99981,304	358			

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme, bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma ve bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutlarında çocukların günlük ekran başında harcadıkları süre arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ($p = 0,00$). Tukey testi sonuçlarına göre, ekran saati 6-13 saat olan çocukların, ekran başında 3-5 saat ve 30 dakika-2 saat harcayanlara göre alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 9).

Tablo 9. Katılımcıların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların günlük ekran saatine göre ANOVA sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı fark (Tukey)
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	Gruplar arası	2680,577	2	1340,289	17,23	0,00*	3-5
	Grup içi	27681,423	356	77,757			saat>0-2
	Toplam	30362	358				saat, 6-13
							saat>3-5
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	Gruplar arası	190,022	2	95,011	6,71	0,00*	6-13
	Grup içi	5040,68	356	14,159			saat>3-5
	Toplam	5230,702	358				saat, 6-13
							saat>0-2
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	Gruplar arası	192,913	2	96,457	13,77	0,00*	6-13
	Grup içi	2492,073	356	7			saat>3-5
	Toplam	2684,986	358				saat, 6-13
							saat>0-2
“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	Gruplar arası	242,044	2	121,022	7,36	0,00*	6-13
	Grup içi	5849,037	356	16,43			saat>3-5
	Toplam	6091,081	358				saat, 6-13
							saat>0-2
Toplam	Gruplar arası	8681,024	2	4340,512	16,92	0,00*	6-13
	Grup içi	91300,28	356	256,461			saat>3-5
	Toplam	99981,304	358				saat, 6-13
							saat>0-2

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme, bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma ve bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutlarında çocukların günlük dijital oyun oynarken harcadıkları süre arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ($p = 0,00$). Yapılan analiz sonuçlarına göre, günlük dijital oyun oynama süresi arttıkça çocukların bilgisayar oyunlarına yönelik bağımlılık düzeyleri anlamlı şekilde artmaktadır. Özellikle 6–13 saat oyun oynayanlar, oyunu bırakmakta zorlanma ve engellendiğinde rahatsız olma, oyunu hayalinde yaşatma ve gerçek yaşamla ilişkilendirme, oyun nedeniyle görevlerini aksatma ve diğer etkinliklere kıyasla oyunu tercih etme gibi davranışlarda en yüksek puanlara sahiptir. Buna karşılık, 0-30 dakika oyun oynayanlar tüm bu alt boyutlardan en düşük puanları almıştır. Tüm bu sonuçlar, dijital oyun saati arttıkça bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinin alt boyut ve toplam puanların anlamlı şekilde değiştiğini göstermektedir (Tablo 10).

Tablo 10. Katılımcıların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların günlük dijital oyun saatine göre ANOVA sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı fark (Tukey)
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	Gruplar arası	9149,866	3	3049,955	52,30	0,00*	30 dk-2 saat>0-30 dk, 3-5>30 dk-2 saat,
	Grup içi	20176,088	346	58,312			6-13>3-5, 6-13>30 dk-2 saat,
	Toplam	29325,954	349				6-13>0-30 dk
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	Gruplar arası	1240,684	3	413,561	37,50	0,00*	30 dk-2 saat >0-30 dk, 6-13>3-5, 6-13>30 dk-2 saat,
	Grup içi	3815,213	346	11,027			6-13>0-30 dk
	Toplam	5055,897	349				
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	Gruplar arası	479,668	3	159,889	26,11	0,00*	30 dk-2 saat> 0-30 dk, 3-5>30 dk-2 saat,
	Grup içi	2118,721	346	6,123			6-13>3-5, 6-13>30 dk-2 saat,
	Toplam	2598,389	349				6-13>0-30 dk

“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	Gruplar arası	1109,909	3	369,97			6-13 saat>3-5 saat, 6-13 saat>30 dk-2 saat
	Grup içi	4718,448	346	13,637	27,13	0,00*	
	Toplam	5828,357	349				
Toplam	Gruplar arası	34254,418	3	11418,139			30 dk-2 saat >0-30 dk, 3-5>30 dk-2 saat, 6-13>3-5, 6-13>30 dk-2 saat, 6-13>0-30 dk
	Grup içi	61342,579	346	177,291	64,40	0,00*	
	Toplam	95596,997	349				

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

4.3. Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeğine İlişkin Bulgular

Çocuklar için benlik algısı ölçeği eğitsel yeterlilik alt boyutunda puanlar 7 ile 24 arasında değişmekte olup, ortalama puan $15,86 \pm 3,51$ olarak belirlenmiştir. Bu bulgu, katılımcıların akademik yeterliliklerine ilişkin algılarının orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Sosyal kabul alt boyutunda puanlar 8 ile 24 arasında değişmekte olup, ortalama $17,13 \pm 3,06$ olarak hesaplanmıştır. Bu durum, katılımcıların sosyal çevreleri tarafından kabul görme düzeylerinin görece yüksek olduğunu düşündüklerini göstermektedir. Atletik yeterlilik alt boyutunda puanlar 8 ile 24 arasında olup, ortalama değer $16,01 \pm 3,13$ olarak bulunmuştur. Katılımcılar fiziksel becerilerine yönelik algılarını orta düzeyde değerlendirmiştir. Fiziksel görünüm alt boyutunda puanlar 6 ile 23 arasında değişmekte olup, ortalama puan $15,69 \pm 2,85$ 'tir. Bu değer, katılımcıların fiziksel görünümüne ilişkin algılarının da orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Davranışsal yönetim alt boyutunda puanlar 9 ile 24 arasında değişmekte olup, ortalama $15,75 \pm 2,85$ olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç, katılımcıların kendi davranışlarını kontrol etme ve düzenleme becerilerine ilişkin olumlu bir algıya sahip olduklarını göstermektedir. Öz değer alt boyutunda puanlar 7 ile 24 arasında değişmekte olup, ortalama değer $16,82 \pm 3,52$ olarak bulunmuştur. Katılımcıların kendilerine ilişkin genel değer algılarının orta-yüksek düzeyde olduğu söylenebilir (Tablo 11).

Genel olarak değerlendirildiğinde, katılımcıların benlik algılarının tüm alt boyutlarda orta düzeyde ve dengeli bir dağılım gösterdiği, sosyal kabul ve öz değer alt boyutlarında ise nispeten daha yüksek ortalamalara sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 11. Çocuklar için benlik algısı ölçeği tanımlayıcı istatistikleri

	Minimum	Maximum	Ortalama	Standart sapma
Eğitsel yeterlilik	7,00	24,00	15,86	3,51
Sosyal kabul	8,00	24,00	17,13	3,06
Atletik yeterlilik	8,00	24,00	16,01	3,13
Fiziksel görünüm	6,00	23,00	15,75	2,85
Davranışsal yönetim	9,00	24,00	16,50	3,19
Öz değer	7,00	24,00	16,82	3,52

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyutlarında, yaş grupları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Atletik yeterlilik alt boyut puanlarının yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği, 13-14 yaş grubundaki çocukların puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 12).

Tablo 12. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların yaş gruplarına göre t testi sonuçları

Madde	Yaş Grubu	n	Ortalama \pm SS	t	p
Eğitsel yeterlilik	9-12 yaş	180	15,79 \pm 3,59	-0,35	0,72
	13-14 yaş	179	15,92 \pm 3,44		
Sosyal kabul	9-12 yaş	180	17,09 \pm 3,13	-0,22	0,82
	13-14 yaş	179	17,16 \pm 2,99		
Atletik yeterlilik	9-12 yaş	180	15,64 \pm 3,14	-2,25	0,02*
	13-14 yaş	179	16,38 \pm 3,09		
Fiziksel görünüm	9-12 yaş	180	15,83 \pm 2,92	0,56	0,57
	13-14 yaş	179	15,66 \pm 2,78		
Davranışsal yönetim	9-12 yaş	180	16,61 \pm 3,17	0,60	0,54
	13-14 yaş	179	16,4 \pm 3,21		
Özdeğer	9-12 yaş	180	17,04 \pm 3,44	1,18	0,23
	13-14 yaş	179	16,6 \pm 3,59		

* $P<0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, atletik yeterlilik, fiziksel görünüm alt boyutlarında, cinsiyetler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p = 0,10$, $p = 0,67$, $p = 0,66$). Davranışsal yönetim ve öz değer alt boyutlarında ise, kızlar erkeklere göre daha yüksek puanlar elde etmiştir ve bu fark anlamlıdır ($p < 0,05$) (Tablo 13).

Tablo 13. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların cinsiyete göre t testi sonuçları

Madde	Cinsiyet	n	Ortalama \pm SS	t	p
Eğitsel yeterlilik	Erkek	185	15,5 \pm 3,24	-1,97	0,05
	Kız	174	16,23 \pm 3,75		
Sosyal kabul	Erkek	185	16,96 \pm 3,05	-1,07	0,28
	Kız	174	17,3 \pm 3,06		
Atletik yeterlilik	Erkek	185	16,09 \pm 2,74	0,48	0,62
	Kız	174	15,93 \pm 3,5		
Fiziksel görünüm	Erkek	185	15,61 \pm 2,81	-0,98	0,32
	Kız	174	15,9 \pm 2,89		
Davranışsal yönetim	Erkek	185	15,98 \pm 3	-3,23	0,00*
	Kız	174	17,06 \pm 3,3		
Özdeğer	Erkek	185	16,26 \pm 3,35	-3,11	0,00*
	Kız	174	17,41 \pm 3,6		

* $P < 0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Benlik algısı ölçeğinin eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, atletik yeterlilik, fiziksel görünüm ve özdeğer alt boyutlarında, anne-babası birlikte olan ve olmayan çocuklar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > 0,05$). Davranışsal yönetim alt boyut puanının anne-babası birlikte olanlarda daha yüksek olduğu ve bu farklılığın istatistiksel olarak daha anlamlı olduğu saptanmıştır ($p < 0,05$) (Tablo 14).

Tablo 14. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların anne-baba birlikteliğine göre t testi sonuçları

Madde	Anne-baba birlikte mi	n	Ortalama \pm SS	t	p
Eğitsel yeterlilik	Evet	337	15,82 \pm 3,55	-0,63	0,52
	Hayır	22	16,32 \pm 2,85		
Sosyal kabul	Evet	337	17,1 \pm 3,03	-0,52	0,60
	Hayır	22	17,45 \pm 3,5		
Atletik yeterlilik	Evet	337	15,98 \pm 3,15	-0,76	0,44
	Hayır	22	16,5 \pm 2,81		
Fiziksel görünüm	Evet	337	15,73 \pm 2,85	-0,50	0,61
	Hayır	22	16,05 \pm 2,87		
Davranışsal yönetim	Evet	337	16,59 \pm 3,19	2,01	0,04*
	Hayır	22	15,18 \pm 2,92		
Özdeğer	Evet	337	16,81 \pm 3,52	-0,18	0,85
	Hayır	22	16,95 \pm 3,57		

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Benlik algısı ölçeği puanlarının öğrencilerin kardeş sayılarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermediği saptanmıştır (p >0,05) (Tablo 15).

Tablo 15. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların kardeş sayısına göre ANOVA testi sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p
Eğitsel yeterlilik	Gruplar arası	47,999	2	23,999	1,96	0,14
	Grup içi	4362,469	356	12,254		
	Toplam	4410,468	358			
Sosyal kabul	Gruplar arası	1,14	2	0,57	0,06	0,94
	Grup içi	3344,219	356	9,394		
	Toplam	3345,359	358			
Atletik yeterlilik	Gruplar arası	46,926	2	23,463	2,42	0,09
	Grup içi	3458,049	356	9,714		
	Toplam	3504,975	358			
Fiziksel görünüm	Gruplar arası	8,698	2	4,349	0,54	0,59
	Grup içi	2892,74	356	8,126		
	Toplam	2901,437	358			
Davranışsal yönetim	Gruplar arası	17,108	2	8,554	0,84	0,43
	Grup içi	3622,635	356	10,176		
	Toplam	3639,744	358			
Özdeğer	Gruplar arası	43,662	2	21,831	1,77	0,17
	Grup içi	4383,57	356	12,313		
	Toplam	4427,231	358			

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Eğitsel yeterlilik ($F = 3,58$, $p = 0,01$) ve atletik yeterlilik ($F = 3,04$, $p = 0,03$) alt boyut puanlarının anne eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Tukey testine göre bu fark, lise mezunu annelerin çocuklarının eğitsel ve atletik yeterlilik algılarının ilkokul mezunu/okur yazar olmayan annelerin çocuklarına göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Buna karşın, sosyal kabul, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 16).

Tablo 16. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların anne eğitim durumuna göre ANOVA testi sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı fark (Tukey)
Eğitsel yeterlilik	Gruplar arası	129,497	3	43,166	3,58	0,01*	Lise> ilkokul mezunu/okur yazar olmayan
	Grup içi	4280,971	355	12,059			
	Toplam	4410,468	358				
Sosyal kabul	Gruplar arası	9,772	3	3,257	0,35	0,79	
	Grup içi	3335,588	355	9,396			
	Toplam	3345,359	358				
Atletik yeterlilik	Gruplar arası	87,751	3	29,25	3,04	0,03*	Lise> ilkokul mezunu/okur yazar olmayan
	Grup içi	3417,224	355	9,626			
	Toplam	3504,975	358				
Fiziksel görünüm	Gruplar arası	20,803	3	6,934	0,86	0,47	
	Grup içi	2880,634	355	8,114			
	Toplam	2901,437	358				
Davranışsal yönetim	Gruplar arası	12,827	3	4,276	0,42	0,74	
	Grup içi	3626,916	355	10,217			
	Toplam	3639,744	358				
Özdeğer	Gruplar arası	72,991	3	24,33	1,98	0,12	
	Grup içi	4354,241	355	12,265			
	Toplam	4427,231	358				

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Eğitsel yeterlilik alt boyut puanında baba eğitim durumuna göre arasında anlamlı bir fark bulunmuştur (F=3,4, p=0,02). Babaları üniversite mezunu olan çocukların eğitsel yeterlilik ve özdeğer puanlarının babaları ortaokul mezunu olan çocuklara kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Diğer alt boyut puanlarında ise baba eğitim durumu arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir (p>0,05) (Tablo 17).

Tablo 17. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların baba eğitim durumuna göre ANOVA testi sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı fark (Tukey)
Eğitsel yeterlilik	Gruplar arası	125,215	3	41,738	3,46	0,02*	Üniversite >ortaokul
	Grup içi	4285,253	355	12,071			
	Toplam	4410,468	358				
Sosyal kabul	Gruplar arası	4,766	3	1,589	0,17	0,92	
	Grup içi	3340,594	355	9,41			
	Toplam	3345,359	358				
Atletik yeterlilik	Gruplar arası	21,546	3	7,182	0,73	0,53	
	Grup içi	3483,429	355	9,812			
	Toplam	3504,975	358				
Fiziksel görünüm	Gruplar arası	32,461	3	10,82	1,34	0,26	
	Grup içi	2868,977	355	8,082			
	Toplam	2901,437	358				
Davranışsal yönetim	Gruplar arası	23,626	3	7,875	0,77	0,51	
	Grup içi	3616,117	355	10,186			
	Toplam	3639,744	358				
Özdeğer	Gruplar arası	64,481	3	21,494	1,75	0,16	
	Grup içi	4362,751	355	12,289			
	Toplam	4427,231	358				

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, atletik yeterlilik, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyut puanlarında ekran başında geçirilen zamana göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0,05$) (Tablo 18).

Tablo 18. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların günlük ekran başında geçirilen zamana göre ANOVA testi sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p
Eğitsel yeterlilik	Gruplar arası	14,62	2	7,31	0,59	0,55
	Grup içi	4395,848	356	12,348		
	Toplam	4410,468	358			
Sosyal kabul	Gruplar arası	4,269	2	2,135	0,23	0,80
	Grup içi	3341,09	356	9,385		
	Toplam	3345,359	358			
Atletik yeterlilik	Gruplar arası	0,64	2	0,32	0,03	0,97
	Grup içi	3504,335	356	9,844		
	Toplam	3504,975	358			
Fiziksel görünüm	Gruplar arası	6,926	2	3,463	0,43	0,65
	Grup içi	2894,511	356	8,131		
	Toplam	2901,437	358			
Davranışsal yönetim	Gruplar arası	13,502	2	6,751	0,66	0,52
	Grup içi	3626,242	356	10,186		
	Toplam	3639,744	358			
Özdeğer	Gruplar arası	37,941	2	18,97	1,54	0,22
	Grup içi	4389,29	356	12,329		
	Toplam	4427,231	358			

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Eğitsel yeterlilik ($p=0,01$), davranışsal yönetim ($p=0,03$) ve özdeğer ($p=0,00$) alt boyut puanlarında günlük dijital oyun oynama süresine anlamlı farklar bulunmuştur. Tukey testine göre bu farklılıklar 30 dk-2 saat dijital oyun oynayan çocukların, 3-5 saat oynayanlara göre daha yüksek eğitsel yeterlilik ve davranışsal yönetim puanlarına sahip olduğunu, ayrıca 30 dk-2 saat dijital oyun oynayan ve 0-30 dk oyun oynayan grupların 3-5 saat oyun oynayanlara göre daha yüksek özdeğer algısına sahip olduğunu göstermektedir. Sosyal kabul, atletik yeterlilik ve fiziksel görünüm alt boyutlarında ise anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0,05$). Bu sonuçlar, dijital oyun başında geçirilen sürenin özellikle özdeğer, eğitsel yeterlilik ve davranışsal yönetim üzerinde etkili olabileceğini düşündürmektedir (Tablo 19).

Tablo 19. Katılımcıların çocuklar için benlik algısı ölçeğinden aldıkları puanların günlük dijital oyun oynama süresine göre ANOVA testi sonuçları

Madde	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	SD	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı fark (Tukey)
Eğitsel yeterlilik	Gruplar arası	144,103	3	48,034	3,94	0,01*	30 dk-2 saat>3-5 saat
	Grup içi	4221,466	346	12,201			
	Toplam	4365,569	349				
Sosyal kabul	Gruplar arası	26,871	3	8,957	0,96	0,41	
	Grup içi	3239,726	346	9,363			
	Toplam	3266,597	349				
Atletik yeterlilik	Gruplar arası	61,947	3	20,649	2,10	0,10	
	Grup içi	3406,053	346	9,844			
	Toplam	3468	349				
Fiziksel görünüm	Gruplar arası	10,281	3	3,427	0,41	0,74	
	Grup içi	2861,593	346	8,271			
	Toplam	2871,874	349				
Davranışsal yönetim	Gruplar arası	95,197	3	31,732	3,15	0,03*	30 dk-2 saat>3-5 saat
	Grup içi	3484,201	346	10,07			
	Toplam	3579,397	349				
Özdeğer	Gruplar arası	235,691	3	78,564	6,70	0,00*	30 dk-2 saat>3-5 saat
	Grup içi	4058,998	346	11,731			
	Toplam	4294,689	349				

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

4.4. Korelasyon Analizlerine İlişkin Bulgular

Pearson korelasyon analizi sonucunda, çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği (BOBÖ) alt boyutlarından bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma davranışı ile Çocuklar için Benlik Algısı Ölçeği alt boyutlarından eğitsel yeterlilik ($r = -0,203$; $p = 0,00^*$), atletik yeterlilik ($r = -0,126$; $p = 0,017^*$), davranışsal yönetim ($r = -0,16$; $p = 0,002^*$) ve özdeğer ($r = -0,16$; $p = 0,002^*$) arasında negatif ve anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu durum, oyun oynamayı aşırı şekilde tercih etmenin, bireylerin özgüvenini ve akademik başarılarını olumsuz etkileyebileceğini ortaya koymaktadır.

Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutu ile eğitsel yeterlilik ($r = -0,273$; $p = 0,00^*$), sosyal kabul ($r = -0,133$; $p =$

0,012*), atletik yeterlilik ($r = -0,142$; $p = 0,007^*$), fiziksel görünüm ($r = -0,145$; $p = 0,006^*$), davranışsal yönetim ($r = -0,146$; $p = 0,005^*$) ve özdeğer ($r = -0,257$; $p = 0,00^*$) alt boyutları arasında anlamlı negatif korelasyonlar bulunmuştur. Bu durum, bilgisayar oyunlarını hayaletinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme düzeyi artarken Benlik Algısı Ölçeği tüm alt boyutları puanlarının düşük olduğunu göstermektedir.

Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma alt boyutu ile eğitsel yeterlilik ($r = -0,305$; $p = 0,00^*$), özdeğer ($r = -0,287$; $p = 0,00^*$) arasında negatif yönlü anlamlı korelasyon saptanmıştır (sosyal kabul $p > 0,05$ ile anlamlı değildir). Bilgisayar oyunlarının günlük sorumlulukları yerine getirmekte zorluk yaratabileceği ve bireylerin genel psikososyal iyilik hallerini olumsuz etkileyebileceği göstermektedir. Bu tür davranışların, özellikle eğitsel yeterlilik ve özdeğer gibi önemli alanlarla olan negatif ilişkisi, bireylerin akademik başarılarını ve özgüvenlerini olumsuz yönde etkileyebilir.

Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme alt boyutu ile özdeğer ($r = -0,204$; $p = 0,00^*$) ve davranışsal yönetim ($r = -0,193$; $p = 0,00^*$) alt boyutları arasında anlamlı negatif korelasyon bulunmuştur.

Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği toplam puanı, genel olarak Çocuklar için Benlik Algısı Ölçeği alt boyut puanlarının tamamı ile eğitsel yeterlilik ($r = -0,28$; $p = 0,00^*$), sosyal kabul ($r = -0,1$; $p = 0,059$), atletik yeterlilik ($r = -0,19$; $p = 0,00^*$), fiziksel görünüm ($r = -0,2$; $p = 0,00^*$), davranışsal yönetim ($r = -0,21$; $p = 0,00^*$), özdeğer ($r = -0,29$; $p = 0,00^*$) arasında negatif korelasyonlar göstermektedir (sosyal kabul alt boyutu dışında tamamı $p < 0,01$ ile anlamlıdır). Bu genel ilişki, katılımcıların bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puanların, benlik algısı ölçeği alt boyutlarındaki puanları düşürdüğünü ortaya koymaktadır.

Elde edilen r^2 değerleri genel olarak 0,01 ile 0,09 arasında olup, korelasyonların düşük ancak gözlemlenebilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu, bilgisayar oyunlarının benlik algısı üzerindeki ilişkisinin karmaşık ve çok boyutlu olabileceğini, ancak yine de bu faktörlerin birbirleriyle etkileşimde bulunduğunu ortaya koymaktadır (Tablo 20).

Tablo 20. Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği ile çocuklar için benlik algısı ölçeği arasındaki korelasyon

Madde		Eğitsel yeterlilik	Sosyal kabul	Atletik yeterlilik	Fiziksel görünüm	Davranışsal yönetim	Özdeğer
“Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”	r	-0,203	-0,1	-0,126	-0,077	-0,16	-0,16
	p	0,00*	0,058	0,017*	0,146	0,002*	0,002*
	r ²	0,04	0,01	0,02	0,01	0,03	0,03
“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”	r	-0,273	-0,133	-0,142	-0,18	-0,145	-0,257
	p	0,00*	0,012*	0,007*	0,001*	0,006*	0,00*
	r ²	0,07	0,02	0,02	0,03	0,02	0,07
“Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”	r	-0,305	-0,102	-0,1	-0,182	-0,169	-0,287
	p	0*	0,054	0,059	0,001*	0,001*	0*
	r ²	0,09	0,01	0,01	0,03	0,03	0,08
“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”	r	-0,271	0,036	-0,093	-0,1	-0,117	-0,193
	p	0,00*	0,499	0,079	0,059	0,026*	0,00*
	r ²	0,07	0,00	0,01	0,01	0,01	0,04
BOBÖ Toplam	r	-0,291	-0,093	-0,141	-0,138	-0,178	-0,242
	p	0,00*	0,077	0,007*	0,009*	0,001*	0,00*
	r ²	0,08	0,01	0,02	0,02	0,03	0,06

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

4.5. Regresyon Analizlerine İlişkin Bulgular

Çalışmada, çocukların bilgisayar oyunu bağımlılığının benlik algısı üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

BOBÖ1 (bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma) alt boyutu, ön analizlerde diğer değişkenlerle yüksek korelasyon göstermesi ve çoklu doğrusal bağlantı (multicollinearity) riskini artırması nedeniyle modele dahil edilmemiştir.

Çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, BOBÖ3 (p = 0,008) alt boyutu eğitsel yeterlilik puanını negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı şekilde etkilemektedir. Regresyon modeli istatistiksel olarak anlamlıdır ve değişkenler birlikte eğitsel yeterlilik algısındaki varyansın %11’ini açıklamaktadır (R = .34, R² = .11) (Tablo 21).

Tablo 21. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının eğitsel yeterliliğe etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişken	B (Katsayı)	Standart Hata	Beta	T	P
BOBÖ2	-0,137	0,08	-0,149	-1,703	0,089
BOBÖ3	-0,269	0,1	-0,21	-2,684	0,008*
BOBÖ4	-0,125	0,063	-0,147	-1,969	0,05
BOBÖ TOPLAM	0,021	0,027	0,099	0,779	0,437

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

BOBÖ 1: Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma,

BOBÖ 2: Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme,

BOBÖ 3: Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma,

BOBÖ 4: Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

BOBÖ2 ve BOBÖ3 alt boyut puanlarının sosyal kabul üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır. BOBÖ4'ün sosyal kabul üzerine etkisi ise istatistiksel olarak anlamlıdır (p = 0,008). Modelin genel anlamlılığına ilişkin veriler incelendiğinde, $F(4, 354) = 3,724$ ve $p = 0,006$ değeri ile regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. BOBÖ alt boyut puanları sosyal kabul değişkenindeki toplam varyansın %4'ünü açıklamaktadır (Tablo 22).

Tablo 22. BOBÖ alt boyut puanlarının sosyal kabul üzerine etkisinin çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişken	B (Katsayı)	Standart Hata	Beta	T	P
BOBÖ2	-0,109	0,073	-0,136	-1,494	0,136
BOBÖ3	-0,087	0,091	-0,078	-0,959	0,338
BOBÖ4	0,153	0,058	0,207	2,66	0,008*
BOBÖ TOPLAM	-0,014	0,024	-0,074	-0,559	0,577

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

BOBÖ 1: Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma,

BOBÖ 2: Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme,

BOBÖ 3: Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma,

BOBÖ 4: Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

BOBÖ1, BOBÖ2, BOBÖ3 alt boyutları ve BOBÖ toplam puanının atletik yeterlilik alt boyut puanı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır (tüm p-değerleri > 0,05). Bu durum, bilgisayar oyunu bağımlılığı ölçeği puanlarının çocukların atletik yeterlilik algısı üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmadığını göstermektedir (Tablo 23).

Tablo 23. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının atletik yeterliliğe etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişken	B (Katsayı)	Standart Hata	Beta	T	P
BOBÖ2	-0,062	0,075	-0,076	-0,826	0,409
BOBÖ3	0,019	0,094	0,017	0,204	0,838
BOBÖ4	0,01	0,06	0,014	0,173	0,862
BOBÖ TOPLAM	-0,019	0,025	-0,102	-0,763	0,446

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

BOBÖ 1: Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma,

BOBÖ 2: Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme,

BOBÖ 3: Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma,

BOBÖ 4: Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

BOBÖ2 alt boyutu fiziksel görünüm alt boyut puanını negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı biçimde etkilemektedir ($\beta = -0,222$, $p = 0,015$); bu durum, bu alt boyuttaki artışın fiziksel görünüm algısını olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir. Regresyon modeli, fiziksel görünümün varyansının %4,9'unu açıklamaktadır ($R = .222$, $R^2 = .049$). BOBÖ3 (bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma) alt boyutu, fiziksel görünüm üzerinde anlamlı ve negatif bir etkiye sahiptir ($\beta = -0,2$ ve $p = 0,014$). Bu durum, çocukların oyunları gerçek hayatla ilişkilendirmesi ya da oyun nedeniyle sorumluluklarını aksatmasının, fiziksel benlik algılarını olumsuz etkileyebileceğini göstermektedir. BOBÖ4 (oyunu başka etkinliklere tercih etme) alt boyutu ve toplam puan ise fiziksel görünüm üzerinde anlamlı bir etki göstermemiştir ($p > 0,05$). Bu bulgular, bilgisayar oyunu bağımlılığı alt boyutlarının fiziksel benlik algısı üzerindeki etkisinin farklı boyutlar açısından değişebileceğini göstermektedir (Tablo 24).

Tablo 24. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının fiziksel görünüm alt boyut puanına etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişken	B (Katsayı)	Standart Hata	Beta	T	P
BOBÖ2	-0,166	0,068	-0,222	-2,451	0,015*
BOBÖ3	-0,207	0,084	-0,2	-2,459	0,014*
BOBÖ4	-0,021	0,053	-0,03	-0,384	0,701
BOBÖ TOPLAM	0,037	0,023	0,218	1,651	0,1

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

BOBÖ 1: Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma,

BOBÖ 2: Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme,

BOBÖ 3: Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma,

BOBÖ 4: Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

BOBÖ alt boyut puanları (BOBÖ2, BOBÖ3, BOBÖ4) ve toplam puanının davranışsal yönetim alt boyut puanı üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır ($p > 0,05$). Bu sonuç, bilgisayar oyunu bağımlılığı ölçeği puanlarının davranışsal yönetimle doğrudan ilişkili olmadığını göstermektedir (Tablo 25).

Tablo 25. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının davranışsal yönetim alt boyut puanına etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişken	B (Katsayı)	Standart Hata	Beta	T	P
BOBÖ2	-0,001	0,076	-0,001	-0,008	0,993
BOBÖ3	-0,091	0,095	-0,078	-0,953	0,341
BOBÖ4	0,021	0,06	0,027	0,351	0,725
BOBÖ TOPLAM	-0,026	0,025	-0,138	-1,033	0,302

* $P < 0,05$ düzeyinde anlamlıdır.

BOBÖ 1: Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma,

BOBÖ 2: Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme,

BOBÖ 3: Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma,

BOBÖ 4: Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

Bu regresyon analizi sonuçlarına göre, BOBÖ2 (bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatla ilişkilendirme) ve BOBÖ3 (bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma) değişkenlerinin, özdeğer üzerinde anlamlı ve negatif etkileri olduğu görülmektedir ($p = 0,018$ ve $p = 0,001$). Bu durum, çocukların oyunları zihinsel olarak gerçek hayatla ilişkilendirmesi ya da oyun nedeniyle görevlerini aksatmasının, benlik algılarının bu alanı olumsuz etkilediğini göstermektedir. Buna karşılık, BOBÖ4 (bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme) ve BOBÖ toplam puanlarının etkisi anlamlı bulunmamıştır ($p = 0,38$ ve $p = 0,167$), yani bu değişkenler modelde bağımlı değişken üzerinde anlamlı bir yordayıcı değildir. Sonuç olarak, özellikle hayalinde yaşatma ve görev aksatma gibi alt boyutların, özdeğer algısının bazı yönleri üzerinde olumsuz etkiler yarattığı söylenebilir. Regresyon modeli tüm değişkenler birlikte ele alındığında özdeğer değişkenindeki toplam varyansın %4'ünü açıklamaktadır ($R = 0,201$, $R^2 = 0,040$). Bu açıklayıcılık düzeyi düşük olmakla birlikte, modelin anlamlı olduğunu göstermektedir. Modelin genel geçerliliği test edildiğinde $F(4, 354) = 3,724$, $p = 0,006$; $p < 0,01$ bulunmuştur. Bu da modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ve en az bir bağımsız değişkenin özdeğer üzerinde anlamlı etkisi bulunduğunu göstermektedir (Tablo 26).

Tablo 26. BOBÖ alt boyut puanları ve toplam puanının özdeğer alt boyut puanına etkisi üzerine çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişken	B (Katsayı)	Standart Hata	Beta	T	P
BOBÖ2	-0,193	0,081	-0,209	-2,368	0,018*
BOBÖ3	-0,336	0,101	-0,262	-3,312	0,001*
BOBÖ4	-0,056	0,064	-0,066	-0,879	0,38
BOBÖ TOPLAM	0,038	0,027	0,178	1,386	0,167

*P<0,05 düzeyinde anlamlıdır.

BOBÖ 1: Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma,

BOBÖ 2: Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme,

BOBÖ 3: Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma,

BOBÖ 4: Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme

Kaynak: Kürük, H. (2025). *Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul.

TARTIŞMA

Araştırma kapsamında; araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının cinsiyete göre farklılaştığı ve erkek öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının kızlardan daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerin dijital oyun bağımlılıklarının kızlardan daha yüksek düzeyde olması, erkeklerin dijital oyunlara, kızların da sosyal medyaya daha fazla süre ayırmalarıyla açıklanabilir. Alan yazında araştırma bulgularıyla paralel şekilde erkeklerin dijital oyun bağımlılıklarının kızlardan daha yüksek olduğuna işaret eden pek çok güncel çalışma bulunmaktadır (Demirbozan, 2019; Dokumacı, 2023; Durmaz, 2023; Eskili, 2023; Taş ve Güneş, 2019). Kadınlar ve erkekler bilgisayar kullanımı konusunda farklı eğilimler gösterebilir. Araştırmalar, bu farklılıkların hem biyolojik hem de kültürel faktörlerden kaynaklanabileceğini öne sürmektedir. Örneğin, bazı çalışmalar erkeklerin teknik konulara daha fazla ilgi duyduğunu ve bilgisayarları daha çok oyun, programlama veya donanım geliştirme amaçlı kullandığını gösterirken, kadınların bilgisayarları daha çok iletişim, sosyal medya ve yaratıcı projeler için kullandığını belirtiyor (Yavuz, 2019).

Araştırma kapsamında yapılan analizlere göre; araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının, yaşına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Alan yazında araştırma bulgularıyla paralel şekilde dijital oyun bağımlılığının çocukların yaşına göre farklılaşmadığına, bazı çalışmalarda ise alt boyutlarına göre farklılaşma olduğuna (Gül, 2023; Kılıç, 2020; Önlü, 2024) ilişkin sonuçlara ulaşan çalışmalar bulunmaktadır. Ancak bazı çalışmalarda dijital oyun bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı farklılığın olduğu da ortaya koyulmuştur (Altun ve Atasoy, 2018; Aydoğdu, 2018; Balıkçı, 2018; Demircioğlu, 2020; Sağır ve Okutan, 2022).

Araştırma kapsamında yapılan analizlere göre; araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları kardeş sayılarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Alan yazında araştırma bulgularıyla paralel şekilde dijital oyun bağımlılığının kardeş sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermediğine ilişkin sonuçlara ulaşan çalışmalar bulunmaktadır (Çiçek, 2021; Dokumacı, 2023; Küçük ve Çakır, 2020; Sezer, 2023; Yerlikaya Alim, 2023) Ancak araştırma bulgularından farklı olarak dijital oyun bağımlılığının kardeş sayısına göre farklılık gösterdiği ve kardeş sayısı fazla olan çocukların dijital oyun bağımlılıklarının daha yüksek olduğu

(Aydoğdu, 2018; Günüç ve Doğan, 2013) ya da kardeş sayısı az olanların dijital oyun bağımlılıklarının daha yüksek olduğu (Koç, 2020) sonucuna ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır. Bu araştırma sonucunu destekleyen çalışmaların yanında desteklemeyen çalışmaların da olduğu görülmektedir. Bu durum oyun bağımlılığının kardeş sayısının dışında başka verilerden de etkilenmesinin bir sonucu olabilir. Bunun yanında araştırmamızda kardeş sayısı grup dağılımlarının eşit olmaması da bu durumu açıklayabilir.

Araştırma kapsamında yapılan analizlerde; araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının anne-baba öğrenim düzeyine göre herhangi bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazında araştırma bulgularıyla paralel şekilde dijital oyun bağımlılığının anne öğrenim düzeyine göre herhangi bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılan çalışmalar bulunmaktadır (Eskili, 2023; Şen, 2023). Araştırma kapsamında yapılan analizlerde araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının günlük dijital oyun oynama süresine göre anlamlı fark gösterdiği ve çocukların günlük dijital oyun oynama süresi arttıkça dijital oyun bağımlılıklarının da aynı şekilde arttığı görülmüştür. Alan yazında pek çok çalışmanın araştırma bulgularıyla paralellik gösterdiği görülmektedir (Aktaş ve Daştan, 2021; Dokumacı, 2023; Güzen, 2021; Şen, 2023). Ancak araştırma bulgularından farklı olarak dijital oyun bağımlılığının günlük dijital oyun oynama süresine göre farklılık göstermediği sonucuna ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır (Çakıcı, 2018).

Öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre benlik algısı puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Kızların ortalama puanları davranışsal yönetim ve öz değer alt boyutlarında erkeklerden daha yüksek bulunmuştur. Erikçi (2005), Metin ve Kangal (2012) çalışmalarında kız çocuklarının benlik algısının erkek çocuklara oranla yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bal (2006), Maraba (2007) ve Turaşlı (2006) yapmış oldukları çalışmalarında ilköğretimdeki öğrencilerde benlik algısının cinsiyet açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını bulmuşlardır. Ancak alanyazında, erkek öğrencilerin benlik algılarının kız öğrencilere oranla daha olumlu olduğunun gösterildiği çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin, Özgüroğlu (1991), Çelik (2003), Kundakçı (2005) ve Sarı (2008) gibi araştırmacılar, erkek öğrencilerin kız öğrencilere nazaran daha olumlu benlik algıları olduğunu tespit etmişlerdir. Burada yapılan araştırmaların sonuçlarına dayanarak benlik algısının sadece cinsiyetle ilişkili olduğunu söyleyebilmek mümkün değildir.

Öğrencilerin yaş değişkenine göre benlik algısı ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Genel olarak değerlendirildiğinde benlik algıları orta-iyi seviyede olduğu bulunmuştur. Ancak atletik yeterlilik alt boyut puanlarının yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği, 13-14 yaş grubundaki öğrencilerinin puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmamızda benlik algısı ölçeğinin eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, atletik yeterlilik, fiziksel görünüm ve özdeğer alt boyutlarında, anne-babası birlikte olan ve olmayan çocuklar arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Davranışsal yönetim alt boyut puanının anne-babası birlikte olanlarda daha yüksek olduğu ve bu farklılığın istatistiksel olarak daha anlamlı olduğu saptanmıştır. Erikçi (2005) ise ana baba yoksunluğunun 9-15 yaş grubu çocukların benlik kavramı üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma sonuçları, ana-baba yoksunluğu içinde bulunan kız çocuklarının benlik algısının, erkek çocuklara oranla daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Metin ve Kangal'ın (2012) çocukların benlik algılarını incelemek için yaptıkları çalışmada ise, örneklemdaki kız çocuklarının erkeklere oranla daha olumlu bir benlik algısına sahip oldukları tespit edilmiştir.

Öğrencilerin kardeş sayısına göre benlik algısı puan ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Erikçi (2005), anne-baba yoksunluğunun 9-15 yaş grubu çocukların benlik kavramı üzerindeki etkisini araştırmıştır. 6 ve daha fazla kardeşe sahip çocukların daha düşük benlik algısına sahip olduğu, buna karşılık kardeşi olmayan anne-baba yoksunu çocukların benlik algılarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yiğit'in (2010) çalışmasının sonucunda kardeşi olmayan ergenlerin, kardeşi olan ergenlere göre benlik saygısı puan ortalamaları arasındaki farklar tespit edilmiştir. Yapmış olduğumuz çalışmanın sonucunun alanyazındaki çalışmalardan farklı olması demografik dağılımların eşit olmamasından ve benlik algısının sadece kardeş sayısına bağlı olmamasından kaynaklandığı şeklinde açıklanabilir.

Öğrencilerin anne-baba eğitim seviyesine göre benlik algısı puan ortalamalarında anlamlı bir tespit edilmiştir. Araştırmada lise mezunu annelerin çocuklarının eğitsel ve atletik yeterlilik algılarının ilkökul mezunu/okur yazar olmayan annelerin çocuklarına göre daha yüksek olduğu, babaları üniversite mezunu olan çocukların eğitsel yeterlilik ve özdeğer puanlarının babaları ortaokul mezunu/okur yazar olmayan ve ortaokul mezunu olan çocuklara kıyasla daha yüksek olduğu tespit

edilmiştir. Ancak, sosyal kabul, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bencik (2006) tarafından yapılan bir çalışmada benlik algısıyla anne babanın eğitim durumları arasında ilişki olmamasına rağmen çalışmada anne babanın eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin benlik algıları olumlu yönde artmakta olduğunu tespit etmiştir. Özyürek vd., (2016), üstün yetenekli olarak aday gösterilen öğrenciler ile gerçekleştirdikleri çalışmada, öğrencilerin benlik kavramının anne-baba öğrenim düzeyinden etkilendiğini tespit etmişlerdir.

Eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, atletik yeterlilik, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyut puanlarının hiçbirinde ekran başında geçirilen zamana göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Araştırmalar, uzun süre ekran başında kalmanın, bireylerin kendilerini başkalarıyla kıyaslamasına neden olabileceği ve bu durumun özgüven eksikliğine, beden algısı bozukluğuna ve kaygı gibi sorunlara neden olabileceğini göstermektedir (TSV, 2025). Eğitsel yeterlilik, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyut puanlarında günlük dijital oyun oynama süresine anlamlı farklar bulunmuştur. Bu farklılıklar 30 dakika-2 saat dijital oyun oynayan bireylerin, 3-5 saat oynayanlara göre daha yüksek eğitsel yeterlilik ve davranışsal yönetim puanlarına sahip olduğunu, ayrıca 30 dakika-2 saat dijital oyun oynayan ve 0-30 dk oyun oynayan grupların 3-5 saat oyun oynayanlara göre daha yüksek özdeğer algısına sahip olduğunu göstermektedir. Atletik yeterlilik, sosyal kabul ve fiziksel görünüm alt boyutlarındaysa anlamlı bir farklılık saptanamamıştır. Bu sonuçlar, dijital oyun başında geçirilen sürenin özellikle özdeğer, eğitsel yeterlilik ve davranışsal yönetim üzerinde etkili olabileceğini düşündürmektedir. Kelleci ve Kulaksız'a (2020) göre dijital eğitsel oyunlar, öğrenme sürecini destekleyebilir ve öğrencilerin akademik başarılarını artırabilir. Özellikle oyun tabanlı öğrenme modelleri, öğrencilerin problem çözme ve eleştirel düşünme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olabilir. Demir'e (2023) göre Oyun süresi, bireylerin öz düzenleme becerilerini etkileyebilir. Aşırı oyun oynama, zaman yönetimi ve dikkat kontrolü gibi becerileri olumsuz yönde etkileyebilirken, stratejik oyunlar bireylerin planlama ve karar verme yeteneklerini geliştirebilir. Ekran karşısında geçirilen süre benlik algısı düzeylerini etkilemezken, dijital oyun süresi benlik algısı düzeyini etkilediği görülmektedir. Bu noktada ekran karşısında geçirilen sürenin nasıl geçirildiğinin önemli olduğu söylenebilir. Örneğin bir film izleyerek ya da online derse katılarak 2 saat harcanabilir. Bu durumda ekran süresi uzun olsa da

benlik algısı olumsuz yönde etkilenmeyebilir. Ancak aynı süre sadece oyun oynayarak geçirilirse benlik algısı olumsuz yönde etkilenebilir.

Analiz sonuçlarına göre, bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma ve bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme alt boyutları eğitsel yeterlilik puanını negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı şekilde etkilemektedir; bu da bu alt boyutlardaki artışın eğitsel yeterlilik algısını olumsuz etkilediğini göstermektedir. Fiziksel aktiviteler, sosyal etkileşimler ve akademik çalışmalar yerine oyun oynamayı tercih etmek, bireyin genel gelişimini sınırlayabilir. Bu durum, özellikle çocuklar ve gençler için kritik bir konu olarak değerlendirilmektedir (Horzum vd., 2008). Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutu ile eğitsel yeterlilik, sosyal kabul, atletik yeterlilik, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyutları arasında anlamlı negatif korelasyonlar bulunmuştur. Bu durum, bilgisayar oyunlarını sürekli olarak hayal etmenin ve gerçek dünyadaki deneyimlerle ilişkilendirmenin, bireylerin eğitsel ve kişisel gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebileceğini göstermektedir. Horzum vd. (2008), bireylerin oyun dünyasına aşırı derecede bağlanması, gerçek hayattaki sorumluluklarını ihmal etmelerine neden olabileceğini ifade etmişlerdir. Özellikle gençlerin, oyun içindeki karakterlerle özdeşleşerek sosyal ilişkilerinde değişimler yaşayabilecekleri ifade edilmektedir. Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme ve bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma alt boyutları özdeğer alt boyut puanını negatif ve istatistiksel olarak anlamlı şekilde etkilemektedir; bu durum, bireyin bu alanlardaki düşük puanlarının özdeğeri olumsuz etkilediğini göstermektedir. Aksoy ve Yılmaz Bursa'da (2020) oyun bağımlılığının, akademik görevlerin ihmal edilmesine neden olabileceğini ifade etmişlerdir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

9-14 yaş arası öğrencilerin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin benlik algısı üzerindeki etkisinin incelendiği bu çalışmaya toplam 359 öğrenci katılmıştır. Çocukların gün içerisinde ekran karşısında geçirdikleri vakit ortalama $4\pm 2,42$ saat, gün içerisinde dijital oyun oynarken geçirdikleri zaman ise ortalama $2,39\pm 1,9$ saat olarak bulunmuştur. Araştırma sonucunda çocukların en fazla oynadıkları oyunun 72 kişi ile Brawl Stars olduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular aşağıda sunulmuştur.

Cinsiyet değişkenine göre bilgisayar oyunu oynama bağımlılığında anlamlı farklılıklar gözlemlenmiştir. Erkek öğrencilerin bilgisayar oyunu bağımlılığı ölçek puanları daha yüksektir.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe, engellendiğinde rahatsız olma, görevleri aksatma ve bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme tutumları açısından yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Araştırma bulgularına göre; araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin dijital oyun bağımlılıkları kardeş sayılarına göre herhangi bir farklılık göstermemektedir.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma alt boyutunda, anne-babası birlikte olan ve olmayan gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme, bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma ve bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme alt boyutlarında kardeş sayısına ve anne-baba eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma, bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma, bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme, bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma ve bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatı ile ilişkilendirme alt boyutlarında çocukların günlük ekran başında harcadıkları

süre arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Özellikle, 6-13 saat oyun oynayan grup ile 30 dakika-2 saat ve 3-5 saat oyun oynayan gruplar arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Buna göre, günlük ekran başında harcanan süre arttıkça bilgisayar oyun bağımlılığının da arttığı görülmüştür.

Çocuklar için benlik algısı ölçeği puanlarına göre katılımcıların akademik yeterliliklerine ilişkin algılarının orta düzeyde, sosyal çevreleri tarafından kabul görme düzeylerinin yüksek, fiziksel becerilerine ve fiziksel görünümüne ilişkin algılarının orta düzeyde ve kendilerine ilişkin genel değer algılarının orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Eğitsel yeterlilik, fiziksel görünüm, atletik yeterlilik, sosyal kabul, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyutlarında, yaş grupları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Eğitsel yeterlilik alt boyutunda, kızlar ve erkekler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Davranışsal yönetim ve öz değer alt boyutlarında ise, kızlar erkeklere göre daha yüksek puanlar elde etmiştir ve bu fark anlamlıdır, kızlar erkeklere göre daha yüksek özdeğer puanlarına sahiptir.

Benlik algısı ölçeğinin eğitsel yeterlilik, atletik yeterlilik, sosyal kabul, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyutlarında, anne-babası birlikte olan ve olmayan çocuklar arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Davranışsal yönetim alt boyut puanının anne-babası birlikte olanlarda daha yüksek olduğu ve bu farklılığın istatistiksel olarak daha anlamlı olduğu saptanmıştır.

Atletik yeterlilik alt boyut puanlarının çocukların kardeş sayısına göre anlamlı olarak farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Eğitsel yeterlilik ve atletik yeterlilik alt boyut puanlarının anne ve baba eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Lise mezunu annelerin çocuklarının eğitsel ve atletik yeterlilik algılarının ilkökul mezunu/okur yazar olmayan annelerin çocuklarına göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Buna karşın, sosyal kabul, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Babaları üniversite mezunu olan çocukların eğitsel yeterlilik ve özdeğer puanlarının babaları ilkökul mezunu/okur yazar olmayan ve ortaokul mezunu olan çocuklara kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Buna karşın, sosyal kabul, fiziksel görünüm, davranışsal

yönetim ve özdeğer alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Eğitsel yeterlilik, atletik yeterlilik, sosyal kabul, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyut puanlarının hiçbirinde ekran başında geçirilen zamana göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır.

Eğitsel yeterlilik, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyut puanlarında günlük dijital oyun oynama süresine anlamlı farklar bulunmuştur. 30 dakika-2 saat dijital oyun oynayan çocukların, 3-5 saat oynayanlara göre daha yüksek eğitsel yeterlilik ve davranışsal yönetim puanlarına sahip olduğunu, ayrıca 30 dakika-2 saat dijital oyun oynayan ve 0-30 dakika oyun oynayan grupların 3-5 saat oyun oynayanlara göre daha yüksek özdeğer algısına sahip olduğunu göstermektedir. Sosyal kabul, atletik yeterlilik ve fiziksel görünüm alt boyutlarında ise anlamlı bir fark saptanmamıştır. Bu sonuçlar, dijital oyun başında geçirilen sürenin özellikle özdeğer, eğitsel yeterlilik ve davranışsal yönetim üzerinde etkili olabileceğini düşündürmektedir.

Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği alt boyutlarından bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma davranışı ile çocuklar için benlik algısı ölçeği alt boyutlarından eğitsel yeterlilik, atletik yeterlilik, davranışsal yönetim ve özdeğer arasında negatif ve anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu durum, oyun oynamayı aşırı şekilde tercih etmenin, çocukların özgüvenini ve akademik başarılarını olumsuz etkileyebileceğini ortaya koymaktadır.

Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme alt boyutu ile sosyal kabul, eğitsel yeterlilik, fiziksel görünüm, atletik yeterlilik, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyutları arasında anlamlı negatif korelasyonlar bulunmuştur. Bu durum, bilgisayar oyunlarını sürekli olarak hayal etmenin ve gerçek dünyadaki deneyimlerle ilişkilendirmenin, çocukların eğitsel ve kişisel gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebileceğini göstermektedir.

Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma alt boyutu ile eğitsel yeterlilik, fiziksel görünüm, davranışsal yönetim ve özdeğer ile negatif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır. Bilgisayar oyunlarının günlük sorumlulukları yerine getirmekte zorluk yaratabileceği ve bireylerin genel psikososyal iyilik hallerini olumsuz etkileyebileceği düşünülebilir. Bu tür davranışların, özellikle eğitsel yeterlilik ve

özdeğer gibi önemli alanlarla olan negatif ilişkisi, bireylerin akademik başarılarını ve özgüvenlerini olumsuz yönde etkileyebilir.

Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme alt boyutu ile eğitsel yeterlilik, davranışsal yönetim ve özdeğer alt boyutları arasında anlamlı negatif ilişki bulunmuştur.

Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği toplam puanı, genel olarak çocuklar için benlik algısı ölçeği alt boyut puanları ile anlamlı negatif ilişki göstermektedir. Bu genel ilişki, bilgisayar oyunlarının çocukların psikososyal gelişimini olumsuz yönde etkileyebileceği ve bu etkinliklerin kişinin eğitimsel ve sosyal yeterliliklerini bozabileceğini düşündürmektedir.

Çalışmada, çocukların bilgisayar oyunu bağımlılığının benlik algısı üzerindeki etkisini belirlemek amacı ile çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

Çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre, bilgisayar oyunu bağımlılığı alt boyutları eğitsel yeterlilik puanını negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı şekilde etkilemektedir; bu da bu alt boyutlardaki artışın eğitsel yeterlilik algısını olumsuz etkilediğini göstermektedir.

Öte yandan, bilgisayar oyunu bağımlılığı toplam puanının eğitsel yeterliliğe etkisi pozitif yönde olsa da istatistiksel olarak anlamlı değildir. Bu sonuç, eğitsel yeterliliği yordamada daha güçlü olduğunu ortaya koymaktadır.

Bilgisayar oyunu bağımlılığının sosyal kabul, atletik yeterlilik, davranışsal yönetim üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır. Bu bulgular, bilgisayar oyunu bağımlılığı ölçeği alt boyutlarının sosyal kabul algısını anlamlı düzeyde yordamadığını göstermektedir. Bilgisayar oyunu bağımlılığının toplam puanının özdeğer puanına negatif ve anlamlı bir etkisi olduğu saptanmıştır.

Araştırma sonucunda aşağıdaki gibi önerilerde bulunulabilir;

- Dijital oyun süresindeki artışın çocukların dijital oyun bağımlılıklarını da arttırdığı görülmüştür. Bu sebeple ebeveynlerin gün içinde çocukların dijital oyun oynama süresini sınırlandırmaları önerilebilir. Bu sınırlar belirlenirken; oynanan dijital oyunların içeriklerine, dikkat edilmesi gereken güvenlik kurallarına ve kararların çocuklarla birlikte alınmasına dikkat edilmesi önerilebilir.

- Dijital oyun oynama isteği olan çocukların oyun süresini azaltmak adına egzersiz yapmaya, fiziksel aktiviteye, arkadaşlarıyla ya da kardeşleriyle birlikte oynayabileceği çocuk oyunlarına ya da çocuğun ilgisi dahilinde farklı hobilere yönlendirilmesi önerilebilir.
- Dijital oyunların avantajlarını ve dezavantajlarını fark eden eğitimcilerin ve çocuk gelişimcilerin; teknoloji ve medya kullanımını konusunda çocuklara ve ailelere rehberlik etmeleri, ailelerin bu konuda bilgi düzeyini arttırmaları önerilebilir.
- Dijital süreçlerin aşırı kullanımı sebebiyle çocukların nasıl etkileneceğine ilişkin ailelere yönelik toplantılar ve seminerler düzenlemeleri önerilebilir. Ek olarak bu konuya ilişkin kılavuzlar hazırlanması ve dijital oyun süreçlerinde ebeveynlerin doğru müdahalelerine rehberlik etmeleri önerilebilir.
- Bu çalışma çocuklarla yürütülmüştür. Gelecek çalışmalarda ebeveynler ile görüşmeler yapılarak çocukların dijital oyun oynama durumlarının dışarıdan bir gözle değerlendirilmesi önerilebilir.
- Bu çalışma İstanbul'un bir ilçesindeki öğrenciler ile yürütülmüştür. Dijital oyun bağımlılığının çok boyutlu olarak pek çok faktörden etkilendiği ve alan yazındaki diğer araştırma sonuçları göz önüne alındığında farklı bir bölgede farklı örneklem gruplarıyla konunun tekrar incelenmesi önerilebilir.

KAYNAKÇA

- Açıkgöz, F. (2007). *Psikolojiye giriş*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Akkaş, İ. (2019). *Teknoloji bağımlılığı*. Konya: Eğitim Yayınevi.
- Aksoy, A. B. ve Yılmaz Bursa, G. (2020). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığı ile benlik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 56, 206-226.
- Aksoy, Z. ve Erol, S. (2021). Türk ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ve yaşam tarzı davranışları. *Klinik ve Deneysel Sağlık Bilimleri*, 11(3), 589-597.
- Aktaş, B. ve Daştan, N. B. (2021). Covid-19 pandemisinde üniversite öğrencilerindeki oyun bağımlılığı düzeyleri ve pandeminin dijital oyun oynama durumlarına etkisi. *Bağımlılık*, 22(2), 129-138.
- Aktaş, G. (2019). Günümüz toplumlarında anneliğin değişen biçimlerini sosyal medya kullanıcıları üzerinden değerlendirmek. *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 36(2), 253-271.
- Akyurt, G. K. (2019). *İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin matematik motivasyonu, kaygısı ve başarısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ordu.
- Alaçam, H. (2012). *Denizli bölgesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının görülme sıklığı ve yetişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Denizli.
- Altun, M. ve Atasoy, M. (2018). 9-11 yaş grubu çocuklarda dijital oyun bağımlılığının incelenmesi: Kırşehir Örneği. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(33), 1740-1757.
- Anitha, F. S., Narasimhan, U., Janakiraman, A., Janakarajan, N. ve Tamilselvan, P. (2021). Association of digital media exposure and addiction with child development and behavior: A cross-sectional study. *Ind Psychiatry J.*, 30(2), 265-271.
- APA. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 5th edition (DSM 5)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Aras, E. (2021). *Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığının yalnızlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkisi ve dijital oyun bağımlılığının çeşitli demografikler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Bahçeşehir Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Atak, F. (2020). *10-14 yaş arasındaki çocukların dijital oyun bağımlılığı ile sosyal becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Atak, H. (2011). Kimlik gelişimi ve kimlik biçimlenmesi: Kuramsal bir değerlendirme. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(1), 163-213.
- Aydoğan, S. ve Deniz, M. E. (2012). Son çocukluk döneminde benlik saygısı ve umut. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 97-106.
- Aydoğdu, F. (2018). Dijital oyun oynayan çocukların dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ulakbilge*, 6(31), 1-18.
- Ayyıldız, D. (2021). *Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı, davranışsal-duygusal sorunlar ve olumsuz bilişsel hatalar arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Bacanlı, H. (2006). *Kişilik ve sosyal psikoloji*. Ankara: Vize Yayıncılık.
- Bahar, A. (2018). Uyuşturucu madde kullanımının nedenleri ve bağımlılık oluşum sürecinde iletişimsel yaklaşımların rolü ve önemi: Polis kayıtları üzerinden olgusal bir inceleme. *Connectist: Istanbul University Journal of Communication Sciences*, (55), 1-36.
- Bal, E. (2006). *İlköğretim öğrencilerinin benlik algıları ile atılganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Balat, G.U. (2003). Erken çocuklukta gelişim ve eğitimde yeni yaklaşımlar. Sevinç, M (Ed.), *Erken çocuklukta benlik saygısının gelişimi ve önemi*. Morpa Kültür Yayınları. İstanbul.
- Balıkçı, R. (2018). *Çocuklarda ve ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığı ve agresif davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Baymur, F. (1985). *Genel psikoloji*. İstanbul: İnkılâp Kitabevi.
- Bednar, R. L., Wells, M. G. ve Peterson, S. R. (1992). Self-esteem: paradoxes and innovations in clinical theory and practice. American Psychological Association.
- Bencik, S. (2006). *Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Beyatlı, Ö. (2012). *Orta öğretim kademesindeki öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin belirlenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yakındoğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, KKTC.
- Binark, M., Bayraktutan Sütçü, G. ve Fidaner, I. B. (2009). *Dijital oyun rehberi "Oyun tasarımı türler ve oyuncu"*. İstanbul: Kalkedon Yayınları.

- Bircan, S. ve Erden, G. (2011). Madde bağımlılığı: Aile ile ilgili olası risk faktörleri, algılanan ebeveyn kabul-reddi ve çocuk yetiştirme stilleri. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 18(3), 211-222.
- Boyacı, M. (2019). Türkiye’de internet bağımlılığı araştırmaları: Bir içerik analizi çalışması. *Addicta: The Turkish Journal On Addictions*, 6(3), 777-795.
- Büyükaslan, A. ve Kırık, A. M. (2013). *Sosyal medya araştırmaları 1: “Sosyalleşen birey”*. Konya: Çizgi Kitabevi.
- Carreno, D. F. ve Pérez-Escobar, J. A. (2019). Addiction in existential positive psychology (EPP, PP2.0): from a critique of the brain disease model towards a meaning-centered approach. *Counselling Psychology Quarterly*, 32(3-4), 415-435.
- Cevher, F. N. ve Buluş, M. (2007). Benlik kavramı ve benlik saygısı: önemi ve geliştirilmesi. *Akademik Düzayn Dergisi*, Sayı:2, 52–64.
- Chao, R. C., Vidacovich, C. ve Green, K. E. (2017). Analysis of the rosenberg self esteem scale with african americans. *Psychological Assessment*, 29(3), 329-342.
- Chedraui, P., Lopezi F. R. R., Mendoza, M., Leimberg, M. L., Martinez, M. A., Vallarino, V. ve Hidalgo, L. (2010). Assessment of self esteem in mid-aged women. *Maturitas*, Sayı:66, 77–82.
- Cheng, E. ve Furnham, A. (2003). Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression. *Personality and Individual Differences*, 34, 921–942.
- Coşkunol, H. ve Altıntoprak, E. (1999). Alkol kullanımının genetik yönleri. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 2(4), 222-229.
- Çakıcı, G. (2018). *Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ve öfkeyi ifade etme biçimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çakır, Ö., Horzum, M. B. ve Ayas, T. (2013). *İnternet bağımlılığının tanımı ve tarihçesi, internet bağımlılığı-sorunlar ve çözümler*. Kalkan, M. Ve Kaygusuz C. (Ed.), Ankara: Anı Yayıncılık.
- Çavuş, S., Ayhan, B. ve Tuncer, M. (2016). Bilgisayar oyunları ve bağımlılık: Üniversite öğrencileri üzerine bir alan araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*.
- Çelik, D. K. (2003). *9-11 yaş grubundaki çocukların ebeveynlerinin evlilik uyumları ile çocukların benlik kavramı gelişimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi.
- Çetin, E. (2013). Tanımlar ve temel kavramlar. *Eğitsel dijital oyunlar kuram, tasarım ve uygulama*. (M. Akif Ocak, Editör). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.

- Çetinkaya, M. (2013). İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çiçek, F. (2021). *Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile psikolojik sağlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 187-195.
- Demir, Y. (2023). Dijital oyun bağımlılığı ve öz yeterliğin ortaokul öğrencilerinin sosyal bilgiler dersi akademik başarısına etkisi: Bir yapısal eşitlik modeli. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 14(6), 72-91. <https://doi.org/10.19160/e-ijer.1318399>.
- Demirbozan, N. (2019). *Ergenlerde dijital oyun bağımlılığın anne baba tutumu ve benlik saygısı ile ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demircioğlu, R. (2020). *Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığı, saldırganlık düzeyleri ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Yapısal eşitlik modellemesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Demirli, C. ve Aydın, S. (2017). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar bağımlılıkları ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmesi. *İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi/İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(31).
- Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştay sonuç raporu, (2018). Sağlık Bakanlığı Sağlık Geliştirilmesi Genel Müdürlüğü, Ankara. <https://www.guvenliweb.org.tr/dosya/usxdh.pdf> (12.11.2024).
- Dokumacı, C. (2023). *Okul öncesi dönemdeki çocukların dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin sosyal becerileriyle ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual). (2013). *Mental Disorders, The Committee on Nomenclature and Statistics of the American Psychiatric Association*. Washington.
- Durmaz, Ö. (2023). *İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Durualp, E. ve Çiçekoğlu, P. (2013). Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin yalnızlık düzeylerinin internet bağımlılığı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 15 (1), 29-46.
- Egger, O. ve Rauterberg, M. (1996). *Internet behaviour and addiction*. Work ve Organisational Psychology Unit (IfAP), Swiss Federal Institute of Technology

- El-Mawgood, A., Alya, E., Yousef, F., ve Ali, R. A. (2021). Internet addiction among secondary school students in upper Egypt. *Journal of High Institute of Public Health*, 51(2), 67-75.
- Enç, M. (1990). *Psikolojik danışma ve rehberlik*. Hacettepe Üniversitesi Yayınları. Ankara.
- Erbil, N., Divan, Z. ve Önder, P. (2006). Ergenlerin benlik saygısına ailelerinin tutum ve davranışlarının etkisi. *Aile ve Toplum, Eğitim, Kültür ve Araştırma Dergisi*, 3(10), 7-15.
- Erden, Ş. ve Hatun, O. (2015). İnternet bağımlılığı ile başa çıkmada bilişsel davranışçı yaklaşımın kullanılması: Bir olgu sunumu. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 2(1), 53-83.
- Erikçi, M. (2005). *Ana baba yoksunluğunun 9-15 yaş grubu çocukların benlik kavramı üzerindeki etkilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi. Konya.
- Erşan, E. E., Doğan, O. ve Doğan, S. (2009). Beden eğitimi ve antrenörlük bölümü öğrencilerinde benlik saygısı düzeyi ve bazı sosyo demografik özelliklerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, Sayı:12, 35–42.
- Esen, E. (2010). *Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi*. Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Eskili, Y. (2023). *İlkokul dördüncü sınıf öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile öğrenme ve çalışma sorumluluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Esslin, M. (1991). *TV beyaz camın arkası*. Pınar Yayınları.
- Funk, J. B., Buchman, D. D., Jenks, J. ve Bechtoldt, H. (2003). Playing violent video games, desensitization, and moral evaluation in children. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 24(4), 413-436.
- Gender, J.M., ve Gardiner, W. (1993). *Çocuk ve ergen gelişimi*. Çev. Bekir Onur: Ankara: İmge Yay.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D. ve Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319-e329.
- Gökçearsan, Ş. ve Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 419-435.

- Grohol, J. M. (2012). Internet addiction guide. Psych central: <https://psychcentral.com/netaddiction> adresinden alınmıştır.
- Güçlü, G. (2015). *Yaşam boyu öğrenme argümanı olarak teknoloji bağımlılığı ve yaşama yansımaları*. (Yüksek Lisans Tezi), Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Gül, I. (2023). *Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıkları ile ailelerin dijital ebeveynlik farkındalıkları arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Trakya Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Günel, E. (2021), Sosyal hizmet perspektifinden internet bağımlılığı üzerine bir gözden geçirme, *Karabük Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi (UNIKA Toplum ve Bilim) Dergisi*, 1(1), 18-27.
- Günüç, S. ve Doğan, A. (2013). The relationships between Turkish adolescents' Internet addiction, their perceived social support and family activities. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2197-2207.
- Günüç, S. ve Kayri, M. (2010). Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (39), 220-232.
- Güvendi, B., Demir, G. T. ve Keskin, B. (2019). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 1194-1217.
- Güvendi, B., Tekkurşun Demir, G. ve Keskin, B. (2019). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 1196-1217.
- Güzen, M. (2021). *Covid-19 pandemi öncesi ve pandemi sürecinde 4-6 yaş çocuklarının dijital oyun bağımlılık eğilimleri ve ebeveyn rehberlik stratejilerinde görülen farklılıkların incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
- Han, D. (2023). *Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı durumlarının öz denetim (öz kontrol) ve sosyal duygusal beceriler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Harter, S. (1982). The perceived competence scale for children, *Child Development*, 53(1), 87-97.
- Hazar, Z., ve Hazar, M. (2017). Digital game addiction scale for children. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 203-216.
- Henderson, E. C. (2001). *Understanding addiction*. Jackson, MS: University Press of Mississippi.

- Horzum, M. B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36(159), 57-68.
- Horzum, M. B., Ayas, T. ve Çakır, Ö. B. (2008). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 3, 76-88.
- Hu, L., Mcauley, E. ve Elavsky, S. (2005). Does the physical self efficacy scale assess self-efficacy or self esteem. *Journal of Sport ve Exercise Psychology*, 2005, 27, 152-170.
- Irmak, A. Y. ve Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.
- Jones, R. (1982). *Danışma psikolojisi kuramları*, Çev., Füsun Akkoyun, Cassel Educational Limited.
- Kappelle, R. (2019). *Addiction: How we get stuck and unstuck in compulsive patterns and behavior*. Eugene, OR: Wipf and Stock.
- Karaca, S., Karakoç, A., Can Gürkan, O., Onan, N. ve Ünsal Barlas, G. (2020). Investigation of the online game addiction level, sociodemographic characteristics and social anxiety as risk factors for online game addiction in middle school students. *Community Mental Health Journal*, 56(5), 830-838.
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B. ve Kafkas, M. E. (2010). Beden eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zeka. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, Cilt:18, No:2, 653-674.
- Kay, M. A. (2022). *Erken çocuklukta dijital oyun bağımlılığının yordayıcıları olarak; dijital ebeveynlik, aile içi ilişkiler ve sosyal yeterlilik*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Kelleci, Ö., Kulaksız, T. (2021). Dijital eğitsel oyun geliştirme öz-yeterlik ölçeğinin geliştirilmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 52, 1-30.doi:10.9779/pauefd.716426.
- Kılıç, M. A. (2020). *15-18 yaş arası okul sporlarına katılan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ile sosyal ve duygusal yalnızlık düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Kim, S. ve Kim, R. (2002). A study of internet addiction: Status, causes, and remedies-focusing on the alienation factor. *International Journal of Human Ecology*, 3(1), 1-19.
- Koç, M. (2020). Gelişim psikolojisi açısından yaşlılık döneminde ruhsal gelişim. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(12), 287-304.
- Köroğlu, E. ve Güleç, C. (2007). *Psikiyatri temel kitabı* (2. Baskı.). Ankara: HYB Yayıncılık.

- Köse, N. (2023). *İlkokul öğrencilerinin çocukluk çağı narsisizmi ve yaşam doyumlarının dijital oyun bağımlılıklarını yordama gücünün incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kundakçı, A.H. (2005). *Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları, benlik algısı, vücut algısı ve stres belirtileri açısından karşılaştırılması*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara Üniversitesi.
- Kurtoğlu, M. ve Karaman, M. K. (2009). Öğretmen adaylarının internet bağımlılığı hakkındaki görüşleri. Akademik Bilişim'09 - XI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri (s. 641-650). Şanlıurfa: Uşak Üniversitesi, Enformatik Bölümü.
- Kuzgun, Y. (1996). *Akademik benlik kavramı ölçeği*. Ankara: T. C. MEB Yayınları.
- Küçük, Y. ve Çakır, R. (2020). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Turkish Journal of Primary Education*, 5(2), 133-154.
- Lafreniere, M. A. K., Belanger, J. J., Sedikides, C. ve Vallerand, R.J. (2011). Self-esteem and passion for activities. *Personality and Individual Differences*, 51, 541-544.
- Lim, L. L. ve Chang, W. C. (2009). Role of collective self-esteem on youth violence in a collective culture. *International Journal of Psychology*, 44(1), 71-78.
- Livingstone, S. ve Helsper, E. J. (2008). Parental mediation and children's internet use. *Journal Of Broadcasting ve Electronic Media*, 52(4), 581-599.
- Malone, T. (1981). Toward a theory of intrinsically motivating instruction. *Cognitive Science*, (4), 333-369.
- Maraba, K. (2007). *Algılanan sınıf atmosferi ile benlik imgesi arasındaki ilişki*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Karadeniz Teknik Üniversitesi. Trabzon.
- Mcmullin, J. A. ve Cairney, J. (2004). Self-esteem and intersection of age, class, and gender. *Journal of Aging Studies*, 18, 75-90.
- Metin, N. ve Bencik Kangal S. (2012). Bilim sanat merkezlerine devam eden 12-14 yaş grubu üstün yetenekli çocukların benlik algılarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 37(163), 3-16.
- Milli Eğitim Bakanlığı, (2013). Sosyal gelişim. İçinde *Çocuk gelişimi ve eğitimi* (ss. 123-145). Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Müller, K. W., Janikian, M., Dreier, M., Wölfling, K., Beutel, M. E., Tzavara, C. ve Tsitsika, A. (2014). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 24(5), 565-574.

- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y. ve Pektaş, Ö. (2007). On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünümleri. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 46-51.
- Oral, A. H. (2018). *İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Öçalan, Z. (2019). *Farklı okullarda öğrenim gören 10-14 yaş grubu öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı ve oyunsallık düzeylerinin karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Ökçeci, H. (2020). Dijital iletişim ve küresel kültürel etkileşimin homojenleşme, kutuplaşma ve melezleşme süreçleri, *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 50, 146-163.
- Önlü, M. (2024). *Ortaöğretim çağındaki öğrencilerde obezite ile dijital oyun bağımlılığı ve uyku kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Tıpta Uzmanlık Tezi), Sağlık Bilimleri Üniversitesi Aile Hekimliği Kliniği, Konya.
- Öz, R., Yılmaz, H. B. ve Akçay, N. (2009). Tip 1 diyabetli çocuklarda benlik saygısını etkileyen faktörler. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 308.
- Özgüroğlu, M. (1991). *Adolesans döneminde benlik imajı*, (Uzmanlık Tezi), İstanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.
- Özkale, İ. ve Tonbil, S. N. (2021). Examination of parental attitudes in digital game addiction of primary school 4th grade students. *Technology, Innovation and Special Education Research*, 1(1), 80-101.
- Özoğlu, S.Ç. (1976). Psikolojik danışmada benlik kavramı. Ankara Üniversitesi, *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi* 8: 1-4.
- Özüğurlu, K. (1985). *Evlilik raporu bilimsel sorunlar dizisi*, 2. baskı, İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Özyürek, A., Yavuz, N. F., Çetin, A. ve Adıbatmaz, M. (2016). The relationship between parental attitudes and self perception of the children who are nominated as gifted children, *Advances in Environmental Biology*, 10(3), 93-98.
- Peçe, Z. (2023). *Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığının psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu ve öz-yeterlikle ilişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Ankara.
- Pişkin, M. (2003). *Özsaygı geliştirme eğitimi: İlköğretimde rehberlik*. Nobel Yayınları.

- Pritchard, M. (2010). Does self esteem moderate the relation between gender and weight preoccupation in undergraduates. *Personality and Individual Differences*, 48, 224–227.
- Sağır, A. ve Okutan, S. (2022). Dijital oyunların ortaokul öğrencileri üzerindeki etkisi: Karabük örneği. *Milli Eğitim Dergisi*, 51(233), 715-744.
- Sağlam, M. (2019). *Dijital oyunların öznel iyi oluşa etkisi y kuşağına yönelik bir araştırma*. (Doktora Tezi), Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Sam, N., Sam, R. ve Öngen, K. B. (2010). Üniversite öğrencilerinin çevresel tutumlarının yeni çevresel paradigma ve benlik saygısı ölçeği ile incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, Sayı: 21.
- Sarı, C. (2008). *Ergenlerin psikolojik belirti düzeyleri ve uyumlarını yordayan bazı değişkenler*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Savcı, M., Ercengiz, M. ve Aysan, F. (2018). Turkish adaptation of the social media disorder scale in adolescents. *Archives of Neuropsychiatry*, 55(3), 248.
- Sezer, M. (2023). *Erken ergenlik döneminde dijital oyun bağımlılığı, akran ilişkileri ve serbest zaman aktivite düzeyi arasındaki ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Siirt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Siirt.
- Shaffer, H. J., Hall, M.N. ve Bilt, J. V. (2000). Computer addiction: A critical consideration. *American Journal of Orthopsychiatry*, 70(2), 162- 168.
- Söyler, S. ve Yıldırım Kaptanoğlu, A. (2018). Sanal uyuşturucu: İnternet. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 7(2), 37-46.
- Stenseng, F. ve Dalskau, L. H. (2010). Passion, self-esteem, and the role of comparative performance evaluation. *Journal of Sportve Exercise Psychology*, 32, 881–894.
- Sucu, İ. (2012). Sosyal medya oyunlarında gerçeklik olgusunun yön değiştirmesi: Smeet oyunu örneği. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 1(3).
- Suler, J. (1999). Healthy and pathological internet use. *Cyber Psychology and Behavior*, 385-394.
- Şen, İ. (2023). *Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı: kırıkale lise öğrencileri üzerine bir araştırma*. (Yüksek Lisans Tezi), Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.
- Şenormancı, Ö., Konkan, R. ve Sungur, M. Z. (2010). İnternet bağımlılığı ve bilişsel davranışçı terapisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10(6), 261-268.
- Şimşek, E. ve Karakuş Yılmaz, T. (2020). Türkiye'de yürütülen dijital oyun bağımlılığı çalışmalarındaki yöntem ve sonuçların sistematik incelemesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(4), 1851-1866.

- Taner, B. (2020). *Ortaöğretim öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı sonrası ekran ilişkisine yönelik şiddet eğilimi ve zorbalık ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi. Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Tarhan, N. (2019). *Mutluluk psikolojisi ve stresle başa çıkma*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taş, İ. ve Güneş, Z. (2019). 8-12 yaş arası çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı, aleksitimi, sosyal anksiyete, yaş ve cinsiyetin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 22(1), 83- 92.
- Tilki, M. (2021). *Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Turaşlı, N. K. (2006). *6 Yaş grubu çocuklarda "benlik algısını desteklemeye yönelik sosyal-duygusal hazırlık programı"nın etkiliğinin incelenmesi*, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi. İstanbul.
- Tutar, K., M, Altınöz., ve D, Çakıroğlu. (2009). İşgörenlerin kendilik algılarının bireysel özellikler bakımından değerlendirilmesi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Sayı 21, 489-496.
- Türk Dil Kurumu, (2024). Bağımlılık, <https://sozluk.gov.tr/> (10.11.2024).
- Türkiye Sağlık Vakfı (TSV), (2025). Dijital çağda çocukların ruh sağlığı: ekran süresi, sosyal medya ve siberzorbalık, <https://www.saglik.org.tr/yazilar/dijital-cagda-cocukların-ruh-sagligi-ekran-suresi-sosyal-medya-ve-siberzorbalik>, (25.05.2025).
- Twerski, A. J. (2020). *Bağımlılık psikolojisi* (Çev. Uzun, B A.). İstanbul: Say Yayınları.
- Uçak, E. R. (2021). *5-6 yaş çocuklarının tablet/telefon kullanımlarının sosyal duygusal gelişimleri üzerine etkisinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Kırklareli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırklareli.
- Ulaş, S. (2022). *Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve internet bağımlılığının sosyal problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Uslu, Ş. (2019). *Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve sosyal medyaya yönelik tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ege Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Uyanık, B. G. ve Akman, B. (2004). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(2), 175–183.

- Uysal, A. (2005). *Üç boyutlu bilgisayar oyunları görsel tasarımı*. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Uysal, D. (2017). Bilgisayar oyunlarında bağımlılık, şiddet ve kimlik kaybının çocuk ve gençler üzerindeki etkileri: Burkhard Spinnen'in "Nevena" adlı romanı. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 56, 177-200.
- Ünal, M. (2009). Çocuk eğitiminde oyun alanlarının yeri ve önemi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 95-109.
- Vural, B. A. ve Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege Üniversitesi iletişim fakültesine yönelik bir araştırma. *Journal of Yaşar University*, 20(5), 3348-3382.
- Wan, C. S. ve Chiou, W. B. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming? An interview study in Taiwan. *Cyberpsychology ve Behavior*. 9(6), 762-766.
- Xu K., Geng S., Dou D. ve Liu X. (2023). Relations between video game engagement and social development in children: The mediating role of executive function and age-related moderation. *Behav Sci (Basel)*, 13(10), 833.
- Yavuz, M. (2019). *Kadın ve erkek beyni arasındaki farklar*, <https://www.hurriyet.com.tr/mahmure/yazarlar/mehmet-yavuz/kadin-ve-erkek-beyni-arasindaki-farklar-35125830>, (Erişim Tarihi: 25.05.2025).
- Yavuzer, H. (1986). *Ana-baba ve çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2000). *Çocuk ve suç*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2001). *Okul çağı çocuğu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yee, N. (2006). Motivations of play in online games. *Journal of Cyber Psychology and Behavior*, 9, 772-775.
- Yen, J., Ko, C., Yen, C., Wu, H. ve Yang, M. (2007). The comorbid psychiatric symptoms of internet addiction: Attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD), depression, social phobia, and hostility. *Journal of Adolescent Health*, 41, 93-98.
- Yerlikaya Alim, K. (2023). *İlkokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık eğilimlerinin veli görüşlerine göre incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Yıldız, M. (2006). Benlik kavramı ve benliğin gelişiminde dinin rolü. *Dokuz Eylül Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13(13), 87-127.
- Yıldız, M. ve Çapar, B. (2010). Orta öğretim öğrencilerinde benlik saygısı ile dindarlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 10(3), 103-131.

Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumu ve bazı özlük nitelikleri açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Young, K. (1997). *What makes the internet addictive: potential explanations for pathological internet use*. 100. Annual Conference of the American Psychological Association. Chicago.

Young, K. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology ve Behavior*, 237-244.

Yörükoğlu, A. (1986). *İnsan ruhuna yolculuk*. İstanbul: Özgür Yayınları.

Zafarmand, N. (2010). *Halkla ilişkiler alanında yeni mecra ve uygulamaların yeri ve önemi: Sosyal medya ve pr2.0* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi.



EKLER

EK-A: Etik Kurul Kararı



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

Toplantı No	Toplantı Tarihi	Toplantı Saati	Toplantı Yeri
2024 – 19	29.11.2024	14.00	Rektör Yardımcısı Odası

KARAR NO: 2024-19-59: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Çocuk Gelişimi Tezli Yüksek Lisans Programı ██████████ numaralı Hayriye KÜRÜK' ün, Dr. Öğr. Üyesi Deniz YILDIZ' ın danışmanlığında yürütülen "Çocuklarda Dijital Oyun Bağımlılığı ile Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu çalışması görüşüldü yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığı tespit etmek üzere, İGÜ Etik Kurulumuzun 30.10.2024 tarih ve 2024-16 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

ASLI GİBİDİR

Etik Kurul Başkanlığı 29.11.2024 TARİH 2024 – 19 ETİK KURUL TOPLANTI TUTANAĞI KARAR ÖRNEĞİ

Cihangir Mah. Şehit Jandarma Komando Er Hakan Öner Sokak No:1 34310 Avcılar / İSTANBUL
Tel: (+90212) 422 70 00 Faks: (+90212) 422 74 01
www.gelisim.edu.tr [https://\(birim\).gelisim.edu.tr](https://(birim).gelisim.edu.tr) [\(birim\)@gelisim.edu.tr](mailto:(birim)@gelisim.edu.tr)

KYS.YD.004 / 4.08.2022 / 0 / 4.08.2022

1/1

EK-B: Uygulama İzinleri (İl Millî Eğitim Müdürlüğü)



Mehmet Akif Ersoy Ortaokulu Müdürlüğüne



Başvuru No: MEB.TT.2025.014711

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu: 731918

T.C. Kimlik No:

Adı Soyadı: HAYRİYE KÜRÜK

Araştırmanın Adı: Çocuklarda Dijital Oyun Bağımlılığı ile Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmanın Niteliği: Arastırma

Araştırmanın Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatı: Mehmet Akif Ersoy Ortaokulu

Uygulama Yapılacak Birim: Ortaokul

Uygulama Yapılacak İl: İSTANBUL

Veri Toplama Aracının Başlığı: Demografik Bilgi Formu, Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği

Araştırma Uygulama İzninin Kabul Tarihi: 08.01.2025

Araştırmanın Uygulama İzninin Bitiş Tarihi: 08.01.2026

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup araştırma uygulama izni İSTANBUL İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından onaylanmıştır.

NOT: Okul/kurum yöneticileri tarafından "Araştırma Uygulama İzni" belgesinin ve veri toplama araçlarının (araçlardaki maddelerinin) modülide yer alan belge ve araçlarla aynı olduğu kontrol edilmiştir. Belgeler aynı olmadığı durumda araştırma uygulama izni verilmeyecektir.

* Başvuru detayını görüntülemek ve belgeyi doğrulamak için '<https://arastirmaiznleri.meb.gov.tr/belge-dogrula>' bağlantısını kullanınız.

- Araştırma Uygulama İzinleri Başvuru ve Değerlendirme Sistemi -



Prof.Dr.Aziz Sancar Ortaokulu Müdürlüğüne



Başvuru No: MEB.TT.2025.014711

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu: 766740

T.C. Kimlik No:

Adı Soyadı: HAYRİYE KÜRÜK

Araştırmanın Adı: Çocuklarda Dijital Oyun Bağımlılığı ile Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmanın Niteliği: Araştırma

Araştırmanın Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatı: Prof.Dr.Aziz Sancar Ortaokulu

Uygulama Yapılacak Birim: Ortaokul

Uygulama Yapılacak İl: İSTANBUL

Veri Toplama Aracının Başlığı: Demografik Bilgi Formu, Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği

Araştırma Uygulama İzninin Kabul Tarihi: 08.01.2025

Araştırmanın Uygulama İzninin Bitiş Tarihi: 08.01.2026

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup araştırma uygulama izni İSTANBUL İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından onaylanmıştır.

NOT: Okul/kurum yöneticileri tarafından "Araştırma Uygulama İzni" belgesinin ve veri toplama araçlarının (araçlardaki maddelerinin) modülde yer alan belge ve araçlarla aynı olduğu kontrol edilmiştir. Belgeler aynı olmadığı durumda araştırma uygulama izni verilmeyecektir.

* Başvuru detayını görüntülemek ve belgeyi doğrulamak için '<https://arastirmaiznleri.meb.gov.tr/belge-dogrula>' bağlantısını kullanınız.



Siyavuşpaşa İmam Hatip Ortaokulu Müdürlüğüne



Başvuru No: MEB.TT.2025.014711

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu: 733801

T.C. Kimlik No:

Adı Soyadı: HAYRİYE KÜRÜK

Araştırmanın Adı: Çocuklarda Dijital Oyun Bağımlılığı ile Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmanın Niteliği: Araştırma

Araştırmanın Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatı: Siyavuşpaşa İmam Hatip Ortaokulu

Uygulama Yapılacak Birim: İmam Hatip Ortaokulu

Uygulama Yapılacak İl: İSTANBUL

Veri Toplama Aracının Başlığı: Demografik Bilgi Formu, Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği

Araştırma Uygulama İzninin Kabul Tarihi: 08.01.2025

Araştırmanın Uygulama İzninin Bitiş Tarihi: 08.01.2026

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup araştırma uygulama izni İSTANBUL İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından onaylanmıştır.

NOT: Okul/kurum yöneticileri tarafından "Araştırma Uygulama İzni" belgesinin ve veri toplama araçlarının (araçlardaki maddelerinin) modülde yer alan belge ve araçlarla aynı olduğu kontrol edilmiştir. Belgeler aynı olmadığı durumda araştırma uygulama izni verilmeyecektir.

* Başvuru detayını görüntülemek ve belgeyi doğrulamak için '<https://arastirmaiznleri.meb.gov.tr/belge-dogrula>' bağlantısını kullanınız.

- Araştırma Uygulama İzinleri Başvuru ve Değerlendirme Sistemi -



Şair Zihni Ortaokulu Müdürlüğüne



Başvuru No: MEB.TT.2025.014711

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu: 742529

T.C. Kimlik No:

Adı Soyadı: HAYRİYE KÜRÜK

Araştırmanın Adı: Çocuklarda Dijital Oyun Bağımlılığı ile Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmanın Niteliği: Araştırma

Araştırmanın Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatı: Şair Zihni Ortaokulu

Uygulama Yapılacak Birim: Ortaokul

Uygulama Yapılacak İl: İSTANBUL

Veri Toplama Aracının Başlığı: Demografik Bilgi Formu, Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği

Araştırma Uygulama İzininin Kabul Tarihi: 08.01.2025

Araştırmanın Uygulama İzininin Bitiş Tarihi: 08.01.2026

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup araştırma uygulama izni İSTANBUL İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından onaylanmıştır.

NOT: Okul/kurum yöneticileri tarafından "Araştırma Uygulama İzni" belgesinin ve veri toplama araçlarının (araçlardaki maddelerinin) modülde yer alan belge ve araçlarla aynı olduğu kontrol edilmiştir. Belgeler aynı olmadığı durumda araştırma uygulama izni verilmeyecektir.

* Başvuru detayını görüntülemek ve belgeyi doğrulamak için '<https://arastirmaiznleri.meb.gov.tr/belge-dogrula>' bağlantısını kullanınız.



Orgeneral Eşref Bitlis Ortaokulu Müdürlüğüne



Başvuru No: MEB.TT.2025.014711

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu: 731923

T.C. Kimlik No:

Adı Soyadı: HAYRİYE KÜRÜK

Araştırmanın Adı: Çocuklarda Dijital Oyun Bağımlılığı ile Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmanın Niteliği: Araştırma

Araştırmanın Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatı: Orgeneral Eşref Bitlis Ortaokulu

Uygulama Yapılacak Birim: Ortaokul

Uygulama Yapılacak İl: İSTANBUL

Veri Toplama Aracının Başlığı: Demografik Bilgi Formu, Çocuklar için Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği

Araştırma Uygulama İzninin Kabul Tarihi: 08.01.2025

Araştırmanın Uygulama İzninin Bitiş Tarihi: 08.01.2026

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup araştırma uygulama izni İSTANBUL İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından onaylanmıştır.

NOT: Okul/kurum yöneticileri tarafından "Araştırma Uygulama İzni" belgesinin ve veri toplama araçlarının (araçlardaki maddelerinin) modülde yer alan belge ve araçlarla aynı olduğu kontrol edilmiştir. Belgeler aynı olmadığı durumda araştırma uygulama izni verilmeyecektir.

* Başvuru detayını görüntülemek ve belgeyi doğrulamak için <https://arastirmaiznleri.meb.gov.tr/belge-dogrula> bağlantısını kullanınız.

- Araştırma Uygulama İzinleri Başvuru ve Değerlendirme Sistemi -

EK-C: Ölçek Kullanım İzinleri

Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Harici

Gelen Kutusu x

X 🖨️ 📄



HAYRİYE KÜRÜK

Alıcı:

4 Eki 2024 Cum 14:45

☆ ↩️ ⋮

Hocam merhaba. Ben İstanbul Gelişim Üniversitesinde Çocuk Gelişimi ana bilim dalında tezli yüksek lisans öğrencisiyim. 'Çocuklarda Dijital Oyun Bağımlılığı ile Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi' konulu tezim için geliştirdiğiniz ölçeği kullanmam sizin için uygun mudur?



Mehmet Barış Horzum

Alıcı: ben

6 Eki 2024 Paz 19:56

☆ ↩️ ⋮

merhaba

ölçek ketedir. kolay gelsin.

Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği

Harici

Gelen Kutusu x

X 🖨️ 📄



HAYRİYE KÜRÜK

Alıcı: guclus

4 Eki 2024 14:50

☆ ↩️ ⋮

Hocam merhaba. Ben İstanbul Gelişim Üniversitesinde Çocuk Gelişimi ana bilim dalında tezli yüksek lisans öğrencisiyim. 'Çocuklarda Dijital Oyun Bağımlılığı ile Benlik Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi' konulu tezim için geliştirdiğiniz ölçeği kullanmam sizin için uygun mudur?



Guclu Sekercioglu

Alıcı: ben

9 Eki 2024 13:28

☆ ↩️ ⋮

Merhaba, ölçeği elbette araştırma amacıyla kullanabilirsiniz. Kolaylıklar dilerim.

EK-Ç: Demografik Bilgi Formu

Yaş :

Cinsiyet :

Kardeş Sayısı :

Anne Eğitim Durumu :

Baba Eğitim Durumu :

Anne-Baba Birlikte mi? :

Kendinize Ait Hangi Dijital Cihazınız Var? (Birden fazla işaretleyebilirsiniz)

Telefon Tablet Bilgisayar

Ne Kadar Zamandır Bu Cihazlara Sahipsiniz?

.....

Günün Kaç Saatini Ekran Karşısında Geçiriyorsunuz? (Telefon, Tablet, Bilgisayar, Televizyon vb.)

.....

Günlük Kaç Saat Dijital Ortamlarda Oyun Oynuyorsunuz? (Telefon, Tablet, Bilgisayar vb. ile)

.....

Sırasıyla hangi oyunları tercih ediyorsunuz?

.....

Hangi Oyunu Ne Kadar Süredir Oynuyorsunuz?

.....

EK-D: Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Aşağıdaki sorularda size en uygun gelen şıkı (X) ile işaretleyiniz.	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1-Bilgisayarda oynadığım oyunu bitirmek için yemek yemeyi geciktiririm					
5-Bilgisayar oyunu oynamaya başladığımda bana verilen süreden daha uzun süre oyun oynarım.					
6-Bilgisayar oyunu oynamaya doyamam					
9-Bilgisayar oyunu oynadığım zaman kendimi yalnız hissetmem					
10-Bilgisayar oyunu oynarken kendimi çoğu zaman kendi kendime bir şeyler söylerken bulurum					
11-Arkadaşlarımın beni kabul etmesi için ben de onların oynadığı					
14-Gerçek hayatta bilgisayardaki oyun karakterlerimin özelliklerini gösteririm					
15-Bilgisayarda oyun oynamak için ödevimi aksatırım					
16-Bilgisayarda oyun oynadığım için okula geç kalırım					
17-Okul dışındaki vaktimin çoğunu bilgisayar oyunu oynayarak geçiririm					
18-Bilgisayarda oyun oynamayı dışarıda vakit geçirmeye tercih ederim					

EK-E: Çocuklar İçin Benlik Algısı Ölçeği

Ben Nasıl Biriyim?

Adı Soyadı : _____ Yaş: _____ Doğum Tarihi: _____
Gün Ay Yıl
 Kız Erkek Sınıf: _____

	Bana Tamamen Uygun	Bana Kısmen Uygun			Bana Kısmen Uygun	Bana Tamamen Uygun	
ÖRNEK CÜMLE							
(a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, boş zamanlarında dışarıda (sokakta) oynamayı tercih ederler	AMA	Diğer çocuklar, televizyon izlemeyi tercih ederler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, okul etkinliklerinde çok iyi olduklarını düşünürler	AMA	Diğer çocuklar, kendilerine verilen okul etkinliklerini yapip yapamayacakları konusunda endişelenirler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar için arkadaşlık kurmak zordur	AMA	Diğer çocuklar için arkadaşlık kurmak oldukça kolaydır.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, her türlü sporu çok iyi yaparlar	AMA	Diğer çocuklar, konu spora gelince çok iyi olduklarını düşünmezler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Bana Tamamen Uygun	Bana Kısmen Uygun			Bana Kısmen Uygun	Bana Tamamen Uygun	
8.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocukların çok sayıda arkadaşı vardır	AMA	Diğer çocukların pek fazla arkadaşı yoktur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, sporda çok daha iyi (başarılı) olabilmeyi isterler	AMA	Diğer çocuklar, sporda zaten yeterince iyi (başarılı) olduklarını düşünürler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, boylarından ve kilolarından memnundurlar	AMA	Diğer çocuklar, boylarının veya kilolarının farklı olmasını isterler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, genellikle doğru olan şeyleri yaparlar	AMA	Diğer çocuklar, çoğu zaman doğru olan şeyleri yapmazlar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Bana Tamamen Uygun	Bana Kısmen Uygun			Bana Kısmen Uygun	Bana Tamamen Uygun	
20.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, yapacakları şeyleri her zaman çok sayıda arkadaşı ile birlikte yaparlar	AMA	Diğer çocuklar, yapacakları şeyleri genellikle yalnız başlarına yaparlar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, sporda diğer yaşlılarından daha iy olduklarını düşünürler	AMA	Diğer çocuklar, yaşları kadar iyi oynayabileceklerini düşünmezler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, fiziksel görünümlerinin (nasıl göründüklerinin) farklı olmasını isterler	AMA	Diğer çocuklar, şu andaki fiziksel görünümlerinden memnundurlar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, yaptıklarından dolayı genellikle başlarını belaya sokarlar	AMA	Diğer çocuklar, genellikle başlarını belaya sokacak şeyler yapmazlar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Bana Tamamen Uygun	Bana Kısmen Uygun			Bana Kısmen Uygun	Bana Tamamen Uygun	
31.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, okuldaki sorulara cevap bulmakta zorluk çekerler	AMA	Diğer çocuklar, hemen hemen her zaman cevapları bulabilirler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Bazı çocuklar, diğer yaşlıları arasında popülerdir (herkesçe tanınır)	AMA	Diğer çocuklar, çok popüler değildir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

