



Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi)

www.bestdergi.net

Üniversite Öğrencilerinde Oyun Bağımlılığının Etkileri Üzerine Nitel Bir Çalışma

Seda Yalçın, Yasemin Bertiz
İstanbul Esenyurt Üniversitesi

Bu makaleye atıf için:

Yalçın, S., & Bertiz, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığının etkileri üzerine nitel bir çalışma. *Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi)*, 3(1), 27-34.

To cite this article:

Yalcin, S., & Bertiz, Y. (2019). Qualitative study on the effects of game addiction on university students. *Science, Education, Art and Technology Journal (SEAT Journal)*, 3(1), 27-34.

Makale Türü (Paper Type):

Araştırma (Research)

Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi):

Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi); bilimsel ve hakemli bir dergi olarak yılda iki kez yayınlanmaktadır. Bu dergide; bilim, eğitim, sanat veya teknoloji ile ilgili özgün kuramsal çalışmalar, literatür incelemeleri, araştırma raporları, sosyal konular, kitap incelemeleri ve araştırma makaleleri yayınlanmaktadır. Dergiye yayınlanmak üzere gönderilen makalelerin daha önce yayınlanmamış veya yayınlanmak üzere herhangi bir yere gönderilmemiş olması gerekmektedir. Bu makale araştırma, öğretim ve özel çalışma amaçları için kullanılabilir. Makalelerinin içeriğinden sadece yazarlar sorumludur. Dergi, makalelerin telif hakkına sahiptir. Yayıncı, araştırma materyalinin kullanımı ile ilgili olarak doğrudan veya dolaylı olarak ortaya çıkan herhangi bir kayıp, eylem, talep, işlem, maliyet veya zarardan sorumlu değildir.

Science, Education, Art and Technology Journal (SEAT Journal):

Science, Education, Art and Technology Journal (SEAT Journal) is published twice a year as a scientific and refereed and journal. In this journal, original theoretical works, literature reviews, research reports, social issues, psychological issues, curricula, learning environments, book reviews, and research articles related to science, education, art or technology are published. The articles submitted for publication must have not been published before or sent to be published anywhere. This article may be used for research, teaching, and private study purposes. Authors alone are responsible for the contents of their articles. The journal owns the copyright of the articles. The publisher shall not be liable for any loss, actions, claims, proceedings, demand, or costs or damages whatsoever or howsoever caused arising directly or indirectly in connection with or arising out of the use of the research material

Üniversite Öğrencilerinde Oyun Bağımlılığının Etkileri Üzerine Nitel Bir Çalışma

Seda Yalçın, Yasemin Bertiz

Makale Bilgisi	Öz
<i>Makale Tarihi</i> Gönderim Tarihi: 17 June 2018 Kabul Tarihi: 11 October 2018	Teknolojinin gelişmesiyle birlikte hayatımızın her alanında bulunan bilgisayarlar, günlük yaşantımızı kolaylaştırmakla birlikte bazı olumsuz etkilere de neden olmaktadır. Bu olumsuzlukların başında her yaş grubunda görülen internet bağımlılığı gelmektedir. İnternet bağımlılığın temel nedenlerinden birisi de oyun bağımlılığıdır. Oyun bağımlılığı olan kişilerde çeşitli olumsuz etkenler görülebilmektedir. Bu çalışmada, bireyleri bir hastalık gibi saran ve bağımlı hale getiren dijital oyunların üniversite öğrencileri üzerindeki etkilerini ortaya konulmaya çalışılmıştır. Çalışmada ayrıca, oyunlarının özellikle öğrenciler üzerindeki olumlu-olumsuz yönleri de ele alınmıştır. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden yapılandırılmış görüşme tekniği kullanılmıştır. Çalışma sonucunda, bireylerin dijital oyunları gerçek hayatla ilişkilendirdikleri, dijital oyun oynamayı başka etkinliklere tercih ettikleri ve dijital oyunların gerçek yaşamda karşılaşılan bir sorunun çözümünde yol gösterici olduğu görüşüne sahip oldukları elde edilmiştir.
<i>Anahtar Kelimeler</i> Dijital oyun Bağımlılık Öğrenci	

Qualitative Study on the Effects of Game Addiction on University Students

Article Info	Abstract
<i>Article History</i> Received: 17 Haziran 2018 Accepted: 11 Ekim 2018	With the development of technology, computers in all areas of our lives make daily life easier, but also cause some negative effects. One of these negativities is the internet addiction seen in every age group. One of the main reasons for internet addiction is game addiction. There are various negative factors that can be seen in people who are addicted to the game. In this study, the effects of digital games on university students, which enveloped individuals as a disease and made them dependent, were investigated. The study also discussed the positive and negative aspects of their games, especially on students. In this study, qualitative interviewing techniques were used. The study revealed that individuals associate digital games with real life, prefer digital gaming to other activities, and that digital games are a guide to solving a problem in real life.
<i>Key Words</i> Digital game Addiction Student	

Giriş

Teknolojinin her geçen gün geliştiği, toplumların da gelişen bu teknolojileri etkili bir şekilde kullanmak için son yıllarda bir biri ile rekabet halinde olduğu bilinen bir gerçektir. Toplumların bilişim teknolojilerini etkili kullanma ve bu konuda bir adım öne geçmek için sürekli bir yarış içinde oldukları görülmektedir. Günümüzde çocuklar teknolojiye oldukça ilgili duymakta, sosyal paylaşım sitelerini, blokları ve mobil uygulamaları aktif olarak kullanmaktadırlar. İçinde bulunduğumuz teknoloji çağında İnternet her yaş grubu tarafından yaygın olarak kullanılmakta ve İnternet'e sıklıkla bilgisayar, tablet, akıllı telefon gibi cihazlarla bağlantı yapılmaktadır. Teknoloji her yaş grubuna hitap ettiği gibi, çocuk ve ergenlerin de sürekli ilgisini çeken ortamlardan biri olmuştur. Türkiye İstatistik Kurumu'nun 2013'te yayınladığı 06-15 Yaş Grubu Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanımı ve Medya araştırmasının sonuçlarına göre; Türkiye'de ki 06-10 yaş grubundaki çocukların bilgisayarı kullanma yaşı ortalaması 6, 11-15 yaş grubundakilerin ise bilgisayarı kullanma yaşı ortalaması 10 olarak tespit edilmiştir. Aynı çalışmada 06-15 yaş grubundaki çocukların %24.4'ünün kendilerine ait bilgisayara sahip olduğu, %13.1'inin cep telefonuna ve %2.9'unun da oyun konsoluna sahip olduğu ifade edilmiştir (TÜİK, 2013).

İnternet'te bağımlılık yapan aktivitelerin en önemli olanlarından birisi bu ortamda oynanan dijital oyunlardır. Örneğin İnternet'e bağımlı olan bireylerin İnternet'i en fazla tercih etme sebeplerinden birisinin dijital oyun oynama olduğu görülmektedir (Günüç, 2009). İnternet bağımlılığı ile dijital oyuna bağımlılığı birbiri ile ilişkili kavramlardır (Ng ve Wiener-Hastings, 2005; Günüç, 2015). Davranışsal bağımlılıklar kategorisinde bulunan İnternet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır (Günüç, 2015). Alanyazında İnternet bağımlılığı ile dijital oyun bağımlılığının belirtileri ve olumsuz etkilerinin aynı paralellikte ifade edildiği görülmektedir (Kim, Jeong ve Zhong, 2010).

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, günümüzde insanlığı bir hastalık gibi saran ve bağımlı hale getiren oyunlarının üniversite öğrencileri üzerindeki etkilerini ortaya koymaktır. Çalışmada ayrıca, oyunların özellikle öğrenciler üzerindeki olumlu-olumsuz yönleri de ele alınmıştır.

Bu amaca yönelik olarak aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Dijital oyun bağımlılığı nedir?
2. Dijital oyunların öğrenciler üzerindeki olumsuz etkileri nelerdir?
3. Dijital oyunların öğrenciler üzerindeki olumlu etkileri nelerdir?
4. Dijital oyun bağımlılığının nedenleri nelerdir?

Araştırmanın Önemi

Dijital oyunlar gelişen teknolojinin bir meyvesidir. Teknoloji yaşamımıza önemli katkılar sağlamakla birlikte, bilgisayar oyunları çocukların ve gençlerin yaşamlarında farklı etkiler de oluşturmaktadır. Bu çalışmada, üniversite çağındaki öğrencilerin oyun bağımlılığı ve bu bağımlılığın öğrenciler üzerindeki etkileri incelenerek, yapılan çalışmalar ışığında bu durumun önlenmesi ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Hem bilimsel araştırmalar hem de medyada yer bulan haberler, özellikle çocukların gün geçtikçe mobil cihazlar, bilgisayarlar ya da oyun konsolları ile oynamaya daha fazla vakit harcadıklarını göstermektedir. Bu sebeple dijital oyun bağımlılığının incelenmesi gereken önemli bir konu olduğu görülmektedir (İlgaz, 2015). Bu çalışma vakıf üniversitesinde okuyan, sosyo-ekonomik düzeyi orta dereceli olan çocuklarda dijital oyun bağımlılığının belirlenmesi ve dijital oyun bağımlılığının önlenmesi ve tedavisi konusunda önemli veriler sunacaktır.

Oyun

Türk Dil Kurumuna göre "oyun" kelimesi değişik amaçlar için kullanılabilir. Bu araştırmaya konu olan kısmı için oyun; "Yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence" şeklinde tanımlanmıştır (TDK, 2016). Yavuzer (2012) oyunu; sonucu düşünülmeden, eğlenmek amacıyla yapılan hareketler olarak tanımlamaktadır. Ayrıca alanyazın incelendiğinde oyun kavramına; "çocuğun en önemli işi", "çocuğun gerçek uğraşı", "yaratıcılığın kaynaklarından biri", "hayal ile gerçek arasındaki köprü", "doğal ve aktif bir öğrenme ortamı", "eğlenceli bir öğrenme metodu", "mutluluk getiren serbest bir aktivite", "zorlama

olmayan gönüllü bir eylem” gibi farklı anlamların da yüklendiği görülmektedir (Mangır ve Aktaş, 1993; Çamlıyer ve Çamlıyer, 1997; Yörükoğlu, 2008; Aydın, 2010; Durualp ve Aral, 2011).

Oyun, çocukların sosyal ilişkilerini etkileyen sosyal ve zihinsel becerilerini geliştirmesini sağlayan doğal bir araçtır. Çocukların gelişiminde oyunlar önemlidir, özellikle ilköğretim ve okul öncesi dönemlerde, çocukların sosyokültürel, zihinsel, psikolojik ve biyolojik gelişimine fayda sağlar. Oyunlar, çocukların sosyal ilişkiler kurmasına, iletişim ve dil becerilerinin geliştirmesine, kendilerini ifade etmelerine ve paylaşma alışkanlığı kazanmalarına yardımcı olur. Ayrıca oyunlar, karar vermelerine, çevrelerini tanımalarına, problem çözme becerisi edinmelerini sağlar.

Oyunlar çocukların biyolojik açıdan gelişimlerinde yardımcı olmaktadır, örneğin kasların çeşitli şekillerde kullanımı ve enerji harcanması da çocukların biyolojik açıdan gelişimini sağlamaktadır. Günümüzde bilgisayar, internet ve oyun hayatın her alanında yer almakta ve sanal oyunlar çocuklar, ergenler ve yetişkinler arasında hızla yayılmaktadır.

Geçmişte oyun parklarında ve sokaklarda arkadaşlarla birlikte gerçekleştirilen gerçek etkinlikler olan oyunlar, günümüzde evlerde ya da internet kafelerde video oyunları ve bilgisayar başında gerçekleştirilen sanal etkinlikler haline gelmiştir (Horzum, 2011). Teknolojik gelişmeler, şehirleşme ve oyun alanlarının yetersizliği gibi nedenlerden dolayı geleneksel oyunların yerini dijital oyunlar almıştır. Günümüzde bilgisayar ve internet birçok alanda yaşamımızı kolaylaştırırken, oyun ve eğlence aracı olarak da giderek yaygınlaşan bir ilgi alanı haline gelmiştir. Teknolojiyi yakından takip eden gençler arasında dijital oyunlar popüler kültürün bir simgesi olmuştur.

Dijital Oyun

Dijital oyunlar, başta masaüstü ve dizüstü bilgisayar olmak üzere, oyun konsolu, cep telefonu, tablet, Playstation, Xbox vb. elektronik araçlarla oynanabilmektedir. Birçok farklı ortamda oynanan oyunlar artık dijital ortamlarda (bilgisayar, tablet, cep telefonu, oyun konsolu gibi) sıklıkla oynanmaktadır. Dijital ortam denildiğinde bilgisayar, İnternet ve oyun kavramlarını birbirinden ayırt etmek oldukça zordur. Kirriemuir (2002) “video oyunları” ve “bilgisayar oyunları” kavramlarının genellikle birbirlerinin yerine kullanılabileceğini ifade etmiştir. Bu kavramlara “dijital oyun” ya da “konsol oyunları” da eklenebilir. Bu çalışmada “dijital oyun” kavramı tercih edilmiştir. Dijital oyunlar bilgisayar, akıllı telefon, oyun konsolu, tablet vb. cihazlarla oynanan oyunlar olarak tanımlanabilir. Kirriemuir’a (2002) göre dijital oyun çeşitleri şunlardır;

1. Oyun kolu gibi giriş aygıtı yardımıyla televizyona bağlı bir oyun konsolu kullanılarak,
2. Televizyon aracılığıyla, oynanabilir bir uydu ya da dijital abonelik sistemi üzerinden erişilebilen sistemleri kullanarak,
3. Bir bilgisayar ya da Macintosh kullanarak,
4. Atari salonlarında bulunan (arcade tipi) oyun kabinleri kullanılarak,
5. Taşınabilir gameboy türü cihazlar kullanılarak,
6. Cep telefonu, el bilgisayarı gibi elektronik cihazlar kullanılarak oynanan oyunlardır.

Dijital Oyun Bağımlılığı

Dijital Oyunların Olumsuz Etkileri

Oyun oynarken bilgisayarla zaman harcayan bir çocuk ya da yetişkinde, aile ve arkadaşlarıyla sosyal ilişkilerinin bozulması, okul ve çalışma hayatının değişmesi ya da bu kişilerin bağımlı hale gelmesi gibi problemler oluşabilir. Diğer bağımlılıklarda olduğu gibi giderek artan haz alma nedeniyle bağımlı kişiler oyun oynamaya daha fazla zaman ayırırlar. Bu kişiler çok fazla oyun oynadıklarında aile ve arkadaşları ile iletişim problemleri olabilmekte, bu nedenle okul ve iş yaşantıları olumsuz etkilenebilmektedir (NIMF, 2005).

Yapılan araştırmalar, dijital oyunların sanıldığı kadar masum olmadığına, bağımlılığa yol açtığına, video oyunlarının çocuklarımızın kültürel çevresine zarar verdiğine, çocukların beyin gelişimlerine olumsuz etkilerinin olduğuna ve saldırgan davranışları yönlendirdiğine dikkat çekmektedir (Öztütüncü-Doğan, 2006).

Bağımlı düzeyinde bilgisayar oyunu oynama, öğrencilerin oyun oynamayı bırakamaması, oyunu gerçek hayatıyla ilişkilendirmesi, oyunu oynamaktan dolayı görevlerini aksatması ve oyun oynamayı başka etkinliklere

tercih etmesi gibi sonuçlar ortaya çıkarmaktadır. Bu durumların ise çocuğun sosyalleşmesini ve akademik başarısını olumsuz yönde etkileyeceği düşünülmektedir (Horzum, 2011).

Stratejik oyunları küçük yaşta oynayan çocuklarda 'şiddet' işleme eğilimi daha fazla olmaktadır. Özellikle stratejik oyunların, çocuklarda muhakeme gücünü sorgulamaya başladığı dönemde iç dünyasında karmaşa yaratıp, vicdan duygusunu köreltebileceği ve kazanma duygusunun onu sosyal hayattan koparabileceği bu noktada ödülün çocuklarda bağımlılığı tetikleyen bir unsur olabileceği belirtilmektedir (Gürcan, Özhan & Uslu, 2008).

Dijital Oyunların Olumlu Etkileri

Dijital oyunların el-göz koordinasyonunu sağlama, uzamsal yetenekler, hayal edebilme, şekillerin nedenlerini açıklayabilme, yüksek matematik ve geometri düşünme becerisi, nesnelere zihinde canlandırabilme, uzaydaki şekillerin bütünleşmesini sağlama gibi yararları olabilmektedir (Horzum, Ayas ve Çakır-Balta, 2008). Bilhassa erken dönemde oynanan oyunlar çocukların sosyokültürel, zihinsel, psikolojik ve biyolojik olarak gelişimlerine katkıda bulunmaktadır (Horzum, 2011).

Bilgisayar oyunlarının fen, matematik, tıp, mühendislik, dil öğrenme, problem çözme ve stratejik düşünme becerisini geliştirme gibi alanlarda sıklıkla kullanıldığı görülmektedir. Genel görüş, bilgisayar oyunlarının eğlenceli ortamlar sunduğudur. Öğrenciler oyunları derslerinde kullanmak istemekte ve oyun oynama sürecinde araştırıp problem çözmeye çalışmaktadırlar. Ayrıca oyunların işbirliğini destekleyen ortamlar sunduğu da genel bulgular arasındadır. Oyunlar öğrencinin güdülenmişlik düzeyini arttırırken, içeriğe ilgi duymasını, öğrenebileceğine ilişkin özgüvenini ve etkinliği sürdürmesini sağlar; öğrencide rahatlatma ve motivasyon yaratır. Böylece öğrencinin o dersteki başarısı ve öz-yeterlik algısı artar (Bayırtepe, Tüzün, 2007).

Yine yapılan bazı araştırmalarda bilgisayar oyunlarının çocukların zihinsel gelişimi üzerine olumlu etkilerinin de olduğu görülmektedir. Doğru oyunlar aracılığıyla öğrenmeyle ilgili zihinsel süreçleri harekete geçirecek çocuğa stres altında soğukkanlı kalma becerisi, dikkatini uzun zaman sürdürme becerisi kazandırılabilir. Özellikle hiperaktif çocukların acelecilik ve sabırsızlık gibi belirgin özelliklerini törpülemek, onlara katlanmayı, yılmamayı öğretmek için bu tür oyunlar kullanılmaktadır (Tarhan, 2007).

Dijital Oyun Bağımlılığının Nedenleri

Çocukları oyun bağımlılığına iten en önemli sebeplerden biri, yaşadığı ortam ve yaptıklarında başarısızlıklar yaşaması ya da başarının az olmasıdır denebilir. İnsanlar genelde yaşamı mücadele etmeden, kolay yoldan elde etmek istemektedir. Bundan dolayı özellikle çocuklar, yaşama mücadelesini edemediklerinde, moral bozukluğu ve psikolojik rahatsızlıklarla beraber kendilerini video oyunlarının dünyasına salmaktadırlar. İnal ve Çağiltay'a (2005) göre, özellikle de çocukların kendilerini rahatlatmış hissetmeleri, stresten uzak olmaları ve kendilerine kalan zamanı bir şekilde geçirme istekleri video oyunlarına bağlanma sürecini hızlandırmaktadır. Çocuklar, gerçek yaşamda başarılı değilim; ama oyun dünyasında başarılıyım diye kendilerini tatmin yolunu seçmektedirler. Bu yüzden rahatça yönetebildikleri dünyada yaşamayı seçmektedirler. Psikolojik olarak oyunlar, oyuncular kısmi gerçek fantezi dünyasında işe alınırken ve hatta başarılı olurken, onların gerçek yaşamdan kaçınabilmesini sağlamaktadır (Patel, 2013).

İnsanlar bir engele takıldıkları zaman farklı bir dünyada yaşamayı istemektedirler. Bu durum, özellikle çocuklar üzerinde aile içindeki baskılar ve problemler sonucu ortaya çıkabilmektedir. Video oyunlarında bağımlılık, aslında çocukların saatler boyunca bilgisayar başında oturmalarıyla kendilerini, bulunduğu ortamdan uzaklaştırmak, yani kafalarını toplayıp rahatlamak düşüncesiyle başlamaktadır. Aileler, çocuklarının hayatın gerçek yüzüyle karşılaşacak kadar büyüdüklerini düşünmektedirler. Bunun sonucunda da ya yaşamın çalışılmadan elde edilmeyeceğini söyleyerek çocuklarını zorlamakta ya da çocuklarının ebeveynlerine ihtiyacının olmadığını, kendi başlarının çaresine bakabileceklerini düşünerek çocuklarını serbest bırakmaktadırlar. Çocuk, baskı altında da baskı görmeden de kontrolü kendi başına elde tutacak konumda olamamaktadır. Bu yüzden kendini ifade etmek amacıyla başka yerlere atma duygusuyla kendini bulmaya çalışmaktadır. Özellikle de sanal âlemin yarışçı ve rekabetçi, adrenali artırıcı, hayali ve düşsel bir ortam sunması, çocuklara sanal bir sosyal sağlaması video oyunlarına yönelmeyi arttırmaktadır (Sherry & Lucas, 2001).

Taş, Eker ve Anlı (2014) ortaöğretim öğrencilerinde İnternet ve oyun bağımlılık düzeylerini incelemişlerdir. Çalışma sonucu oyun bağımlılığının cinsiyete ve sınıfa göre farklılık göstermediği ortaya çıkarılmıştır. Ayrıca okunulan lise türü ile oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Şahin ve Tuğrul (2012) ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerini belirlemeyi amaçladıkları araştırmalarında; öğrencilerin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha bağımlı olduğu tespit edilmiş, anne eğitim düzeyinin de arttıkça oyun bağımlılık puanlarının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Evinde bilgisayar olan çocukların daha fazla bağımlı olduğu belirtilmiştir. Sınıf ve babanın eğitim düzeyi ile bilgisayar oyun bağımlılığı arasında ise anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma oyun bağımlılığının lise öğrencileri üzerindeki etkisini gösteren bir araştırmadır. Bu araştırmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada ölçme aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Formda yer alan sorular;

- Dijital oyuna ilk başladığımızda günde kaç saat oynuyordunuz, şuan günde kaç saat oynuyorsunuz?
- Dijital oyun oynamak için günlük hayattaki görevlerinizden neleri aksatırsınız?
- Dijital oyunu gerçek yaşamla nasıl ilişkilendirirsiniz?
- Dijital oyunlar sosyal yaşantınızı nasıl etkiliyor?
- Dijital oyunların psikolojik olarak sizi etkilediği yönler nelerdir?

Görüşme formunda oyunların öğrencilerin hayatını nasıl etkilediği üzerinde durulmuştur. Psikolojik, sosyal ve günlük yaşantıları üzerine sorular sorulmuştur. Yukarıdaki sorular katılımcılara yöneltilmiş fakat cevap verip vermemeleri onların takdirine bırakılmıştır.

Katılımcılar

Araştırmanın katılımcılarını, Türkiye’de yer alan bir vakıf üniversitesinin 1. ve 2. Sınıf düzeyinde ki Bilgisayar Programcılığı Bölümü’nde okuyan 25 öğrenciden oluşturmaktadır.

Bulgular

Öğrencilerin “*Dijital oyuna ilk başladığımızda günde kaç saat oynuyordunuz, şuan günde kaç saat oynuyorsunuz?*” sorusuna verdikleri cevaplarda oyun oynama saatlerinde ciddi artışların olduğu görülmektedir. Oyuna ilk başladıklarında genellikle 1-2 saat oynadıklarını söyleyen öğrenciler şuan 10-15 saati bulan oynama saatlerinden bahsetmektedirler. Örneğin bir öğrencinin birinci soruya verdiği cevap;

Öğrenci 3: “İlk oyuna başladığımda 1 saat idi, şimdi eğer tatil günümdeysen 15 saati buluyor.

“Dijital oyun oynamak için günlük hayattaki görevlerinizden neleri aksatırsınız?” sorusuna verilen cevaplarda ise, öğrencilerin neredeyse günlük görevlerini yerine getiremedikleri görülmektedir. Akademik görevleri ve temel ihtiyaçları yerine getirmeme gibi sorunlar yaşadıkları görülmektedir. Öğrencinin ikinciye soruya verdiği cevap ise;

Öğrenci 20: “Bazen yemek yemeği bile unuttuğum oluyor. Ev içerisindeki görevlerimi aksatıyorum. Akademik sorumluluklarımı aksatırım. Aileme daha az vakit ayırırım.”

“Dijital oyunu gerçek yaşamla nasıl ilişkilendirirsiniz?” sorusunda ise öğrenciler genellikle, oyunları gerçek hayatla ilişkilendirmişlerdir ve aşağıdaki örnek cevaplara benzer cevaplar vermektedirler.

Öğrenci 1: “Oynadığım karakterler gerçek yaşamdan daha zevk verdiği için gerçek hayattan daha çok zevk alırım ve bu benim oyun bağımlılığı devam ettirir.”

Öğrenci 12: "Gerçek yaşamda işlerimi daha çabuk ve pratik yapmamı sağlar. İnsanların bulamadığı çözümleri çabucak bulabilirim ve bu bir artı."

Öğrenci 21: "Hayatta karşılaştığım sorunları oyunda seviye atlamak gibi görür, üstesinden geleceğimi düşünürüm."

"Dijital oyunlar sosyal yaşantınızı nasıl etkiliyor?" sorusunda öğrencilerin iki farklı cevap üzerine yoğunlaştıkları görülmüştür. Birinci cevapta, oyunların hayatlarında büyük bir yer kapladığı, zamanlarının çoğunu oyun oynayarak geçirdikleri için sosyal yaşantılarında eksiklikler yaşadıklarından; ikinci cevapta ise, oyunlar sayesinde arkadaş edindiklerinden ve bir sosyal çevre oluşturdıklarından bahsetmişlerdir.

Öğrenci 7: "Boş zamanlarım olduğunda evde oyun oynamayı tercih ederim ve bu nedenle oyun oynamayan arkadaşlarımla nerdeyse hiç görüşemiyorum."

Öğrenci 2: "Oyunlar sayesinde arkadaş edindim. Oyun oynarken de arkadaşlarımızla konuşabiliyoruz."

"Dijital oyunların psikolojik olarak sizi etkilediği yönler nelerdir?" sorusunda ise öğrenciler, oyunlarda kazandıkları zaman mutlu ve huzurlu hissettiklerini ve kaybettiklerinde ise stresli, agresif ve sinirli hissetleri gibi farklı cevaplar vermişlerdir.

Öğrenci 6: "Oyunda geçirdiğim vakit eğlenceyle eş seviyede artıyor ve bu ruhsal olarak huzurlu hissetmemi sağlıyor. Stres atmamı sağlıyor. Oyunda arkadaşlarla konuşarak oynayınca eğlendiğimi hissediyorum. Rahatlamamı sağlıyor. "

Öğrenci 17: "Bazen beceremediğim oyunlarda sinirli olabiliyorum. Karşı taraftaki oyuncuyu yenemediğim zaman agresif oluyorum. Aşırı heyecan yapıp paniklediğim zamanlarda oyun kaybediyorsam kendime çok kızıyorum."

Tartışma ve Sonuç

Bilgisayarların ve internet kullanımının yaygınlaşması nedeniyle dijital oyunlar her geçen gün daha fazla kişi tarafından oynanmaktadır. Dijital oyunlar motive etme, merak uyandırma, ilgi çekme gibi özelliklere sahiptir. Araştırma bulgularında öğrenciler dijital oyunlarını oyun gruplarıyla birlikte oynadıklarında daha çok eğlendiklerini göstermektedir. Öğrencilerin oyunun başında geçirdikleri süreler artınca, aileleri ve arkadaşlarıyla yüz yüze iletişimden her geçen gün uzaklaşmaktadır. Üstelik saatlerce oyun başından kalkmayan çocuklarda bir süre sonra bağımlılığa dönüşmektedir.

Haddinden fazla oyun oynayan birine dönüşmek oldukça kolaydır. Fantastik rol yapma oyunlarında eski mitler canlandırılıyor; çoğunlukla da günün birinde önemli biri haline gelecek olan ve bunun için de kendilerini ispatlaması gereken gencin hikâyesinden dem vuruluyor. Konu itibarıyla, özellikle ergenlik çağındaki erkek çocuklar tesir altında kalıyor. Kızlar ise bu tür öykülerden pek etkilenmiyor. Onların daha çok birileriyle sohbet etmek ya da Sims'te olduğu gibi sanal bir aile kurup yönetmek istiyorlar. Bağımlılık arayan uzmanlar, W.O.W benzeri rol oyunlarının en tehlikeli grubu oluşturduğuna inanıyor. Öncelikle oyuna çok fazla zaman ayırmak gerekiyor, çünkü oyuncular ancak başkalarıyla işbirliği yaparak sayısız görevin üstesinden gelebiliyor. Yoldaşlarını da yarı yolda bırakmaktan hoşlanmıyorlar. (Paulus, 2009:45)

Dijital oyunlar yaşamın her alanında kendini göstermektedir, örneğin; evde masaüstü bilgisayarlarda veya dizüstü bilgisayarlarda, internet kafelerde veya oyun salonlarında, okulların bilgisayar laboratuvarlarında, internette çevrimiçi oyun dağıtım sitelerinde, dergilerde ve gazetelerde, cep telefonları ve tablet bilgisayarlarda karşımıza çıkmaktadırlar. Sanal eğlenme etkinliklerinin başında yer alan dijital oyunların gençler üzerindeki etkisi gün geçtikçe artmaktadır bu nedenle bu konu önemini korumaktadır.

Bu araştırmada üniversitedeki öğrencilerin dijital oyun bağımlılığının etkileri üzerine nitel bir araştırma yapılmıştır. Dijital oyunları gerçek hayatla ilişkilendirme, dijital oyun oynamayı başka etkinliklere tercih etme ve dijital oyun oynamaktan dolayı görevleri aksatma gibi dijital oyunların etkileri olduğu sonucuna varılmıştır. Öğrenciler, dijital oyunlarda edinilen deneyimler gündelik yaşamda karşılaşılan sorunların bazılarında yol göstermektedir düşüncesine hâkimdirler.

Sonuç olarak, oyunlar özellikle gençler ve ergenler arasında popüler ve yaygın eğlence aracı olarak kullanılmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı, oyunda geçirilen süreden çok, ortaya çıkan olumsuz sonuçları ifade etmektedir. Kontrolsüz oynanan şiddet içerikli oyunların ruh sağlığını tehdit ettiği bilgilerini önemsemek gerekir, ancak sadece şiddet içerikli oyunlar ile açıklamak da doğru değildir. Eğitici, öğretici ve geliştirici oyunlar uygun zaman ölçüleri içinde ve kontrollü oynanırsa ergenlerin gelişimine katkı sağlayabilir. Teknolojinin ilerlemesi ve yoğun olarak kullanılması, denetim ve koruyucu önlemlerin yetersiz kalması problemin oluşmasını/artmasını destekleyebilir.

Konu ile ilgili alınabilecek bir dizi önlemden bahsedebiliriz. Griffiths (2005)'in dijital oyun bağımlılığı önleme ve mücadele konusunda ailelere yönelik aşağıdaki önerileri yol gösterici olabilir.

- Çocuğunuzun “ne kadar”, “nerede”, “ne zaman” ve “ne tür” oyunları oynayabileceği ile ilgili temel kuralları/sınırları başında oluşturun ve bu konuda kararlı olun.
- Oynamayı tercih ettiği dijital oyunların içeriğini öğrenin ve şiddet içerikli oyunlar yerine yaşına uygun, eğitici ve eğlenceli oyunları seçmeleri konusunda yönlendirici olun. Oyunun içeriği uygun olsa dahi bazı kuralları oluşturun ve sınırlar koyun. Ayrıca “bu oyunu oynayamazsın” demek yerine çocuğunuzla uygun oyunlar oynayarak birlikte vakit geçirin.
- Oyunların içeriği hakkında çocuğunuzla konuşun ve ger-çek ile sanal dünya arasındaki farkı anladığından emin olun.
- Dijital oyunları yatak odası dışında herkesin görebileceği alanda oynamasını sağlayın ve oyun üreticilerinin ve uzmanların önerilerine (ekranın en az iki metre uzağına oturma, iyi aydınlatılmış bir odada oynama, asla en yüksek ekran parlaklığını kullanmama, yorgunluk hissedildiğinde asla dijital oyunları oynamama gibi) çocuklarınızın her zaman uyduklarından emin olun.
- Yalnız oyun oynamak yerine birlikte işbirliği yapabilecekleri ve konuşabilecekleri grup oyunlarını tercih etmeleri yönünde destekleyin.
- Oyunları, ödev veya diğer önemli işleri tamamladıktan sonra ödül olarak kullanın.
- Dijital oyunlar yanında onların boş zamanlarında sürdürebileceği diğer sosyal faaliyetlerin bol olmasını sağlayın.

Kaynaklar

- Aydın, A. (2010). Oyun dil ve düşünce. Ankara: Eğiten Kitap
- Bayırtepe, E. Tüzün, H. (2007). Oyun-tabanlı öğrenme ortamlarının öğrencilerin bilgisayar dersindeki başarıları ve öz-yeterlik algıları üzerine etkileri. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 33: 41-54.
- Çamlıyer, H. & Çamlıyer, H. (1997). Eğitim bütünlüğü içinde çocuk hareket eğitimi ve oyun. Can Ofset. Manisa
- Duruoalp, E. & Aral, N. (2011). Oyun temelli sosyal beceri eğitimi. Ankara: Vize Yayıncılık.
- Griffiths MD (2005) The therapeutic value of videogames. handbook of computer game studies. J. Goldstein, J. Raessens (Eds), Boston. MIT Pres, s.161-171.
- Günüç, S. (2009). İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile İnternet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmış yüksek lisans tezi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Günüç, S. (2015). Relationships and associations between video game and internet addictions: is tolerance a symptom seen in all conditions. Computer in Human Behavior. 2015; 49: 517-525
- Gürcan, A., Özhan, U. Y. S., & Uslu, U. Y. R. (2008). Dijital oyunlar ve çocuklar üzerindeki etkileri. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, Ankara, 1-50.
- Horzum, M.B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Eğitim ve Bilim, 36(159), s. 56-68.
- Horzum, M.B., Ayas, T. & Balta, Ö.Ç. (2008). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. Türk PDR (Psikolojik Danışma ve Rehberlik) Dergisi, 3(30), 76-88.
- İlgaz, H. (2015). Ergenler için oyun bağımlılığı ölçeğinin Türkçe'ye uyarlama çalışması. Elementary Education Online, 14(3), 874-884.
- Kim, D. H., Jeong, E. J. & Zhong, H. (2010). Preventive role of parents in adolescent problematic internet game use in Korea. Korean Journal of Sociology, 44(6), 111- 133.
- Kirriemuir, J. (2002). Video gaming, education and digital learning technologies. D-Lib Magazine. February 2002. 8(2).
- Mangır, M. & Aktaş, Y. (1993). Çocuğın gelişiminde oyunun önemi. Yaşadıkça Eğitim Dergisi. 26, 14-18.

- Ng, B.D. & Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the Internet and online gaming. *CyberPsychology & Behavior*. 2005; 8(2),:110-113.
- NIMF (2005). Computer and video game addiction. National Institute on media and the family. http://www.mediafamily.org/facts/facts_gameaddiction.shtml adresinden 09.04.2018 tarihinde erişilmiştir.
- Öztütüncü-Doğan, F. (2006). Video games and children: violence in video games. *New Symposium Journal*, Ekim 2006, 44(4) 161-164.
- Patel, D. (2013). The guardian news, girl starved to death while parents raised virtual child in online game Friday 5 March 2010.
- PAULUS, Jochen (2009), Bu Yalnızca Bir Oyun Geo, Ocak, s.42-47
- Sherry, J. L. & Lucas, K. (2001). Video game uses and gratifications as predictors of use and game preference. Paper presented at the annual meeting of the international communication association, Marriott Hotel, San Diego, CA
- Şahin, C. ve Tuğrul, V.M. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Zeitschrift für die Welt der Türken / Journal of World of Turks*. 4, 3, 115-130
- Tarhan, N. (2007). Çocuklar bilgisayar oyunlarından etkilenir mi?. Sayı : 19. Özel Sayı 1. Tefekkür Dergisi.
- Taş, İ., Eker, H. ve Anlı, G. (2014). Orta öğretim öğrencilerinin İnternet ve oyun bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Online Journal Of Technology Addiction & Cyberbullying*. 2014, 1 (2) , 37-57. ISN: 2148 – 7308.
- TDK (Türk Dil Kurumu). (2016). Güncel Türkçe Sözlük. http://tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.56a08cd76cf6d4.86897185 Erişim Tarihi: 10.04.2018.
- TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu). (2013). 06-15 Yaş grubu çocuklarda bilişim teknolojileri kullanımı ve medya.
- Yavuzer, H. (2012). Çocuk psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yörükoğlu, A. (2008). Çocuk ruh sağlığı, çocuğun kişilik gelişimi, eğitimi ve ruhsal sorunları. İstanbul: Özgür Yayınları.

Yazar Bilgileri

Seda Yalçın

Orcid: 0000-0001-8855-7708

İstanbul Esenyurt Üniversitesi

İstanbul

İrtibat yazar e-posta: sedayalcin@esenyurt.edu.tr

Yasemin Bertiz

Orcid: 0000-0003-3026-0818

İstanbul Esenyurt Üniversitesi

İstanbul