



İSTANBUL  
**TOPKAPI**  
ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ  
EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE KUMAR  
BAĞIMLILIĞI İLİŞKİSİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER  
AÇISINDAN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**RAMAZAN SENCER GÜNDÜZ**

**Psikoloji Anabilim Dalı**

**Psikoloji Bilim Dalı**

**AĞUSTOS, 2023**

DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE KUMAR BAĞIMLILIĞI  
İLİŞKİSİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN  
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

RAMAZAN SENCER GÜNDÜZ

20220501011

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Güzde GÜNDOĞDU MEYDANERİ

AĞUSTOS, 2023

02/08/2023

YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji (Tezli) Yüksek Lisans Programı 20220501011 numaralı öğrencisi Ramazan Sencer GÜNDÜZ'ün “DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE KUMAR BAĞIMLILIĞI İLİŞKİSİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ” konulu Yüksek Lisans düzeltme tezi Enstitümüz Yönetim Kurulunun 10/04/2023 tarihli ve 2023/05 sayılı Yönetim Kurulu kararıyla oluşturulan jüri tarafından oybirliği ile 02/08/2023 tarihinde kabul edilmiştir.

	<u>Unvan</u>	<u>Adı Soyadı</u>	<u>Üniversite</u>	<u>İmza</u>
<b>ASIL ÜYELER</b>				
<b>Danışman</b>	Dr. Öğr. Üyesi	Gözde GÜNDOĞDU MEYDANERİ	İstanbul Topkapı Üniversitesi	
<b>1. Üye</b>	Doç. Dr.	Aslı ENEZ DARÇIN	İstanbul Topkapı Üniversitesi	
<b>2. Üye</b>	Dr. Öğr. Üyesi	Nilgün ONNAR	İstanbul Arel Üniversitesi	
<b>YEDEK ÜYE</b>				
<b>1. Üye</b>	Dr. Öğr. Üyesi	Yunus YÜCEL	İstanbul Topkapı Üniversitesi	
<b>2. Üye</b>	Dr. Öğr. Üyesi	Ali DAYI	İstanbul Beykent Üniversitesi	

ONAY

Prof. Dr. Özlem KUNDAY

Enstitü Müdürü

(\*) Oybirliği/Oyçokluğu hâli yazı ile yazılacaktır.

(\*\*) Kabul / Ret veya Düzeltme kararı hâli yazı ile yazılacaktır.

## AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Dijital Oyun Bağımlılığı ve Kumar Bağımlılığı İlişkisinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi” başlıklı çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun olarak tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmam içerisinde kullandıkları her yerde atıf yapıldığını belirtir ve onurumla doğrularım.

26.01.2023

**Ramazan Sencer Gündüz**

## TEŐEKKÜR

Yüksek lisans eğitim sürecinde bana destek olan, özenle ve görüşleriyle beni destekleyen saygıdeğer hocam Dr. Öğr. Üyesi Gözde GÜNDOĞDU MEYDANERİ'ne, mesleki hayatıma yön veren ve kendi mesleki tecrübesinden faydalandığım saygıdeğer hocam Yunus AYDIN'a, çalışmamda bana katkı sağlayan ve sabırla problemleri çözmemde yardımcı olan saygıdeğer hocam Doç. Dr. Özgür ÇARK'a, zor zamanlarımda yanımda olan ve beni destekleyen değerli arkadaşlarıma, desteklerini her zaman hissettiğim bana her daim inanan canım aileme teşekkürlerimi sunarım.

**Ramazan Sencer Gündüz**

## İÇİNDEKİLER

<b>KABUL VE ONAY</b> .....	<b>ii</b>
<b>AKADEMİK DÜRÜSTLÜK BEYANI</b> .....	<b>iii</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>v</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>TABLOLAR LİSTESİ</b> .....	<b>ix</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>x</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xi</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1. Problemin Tanımı.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	2
1.3. Hipotezler ve Araştırma Soruları.....	2
1.4. Varsayımlar.....	4
1.5. Sınırlılıklar .....	4
<b>2.KURAMSAL ÇERÇEVE</b> .....	<b>6</b>
2.1. Bağımlılık .....	6
2.1.1. Alkol bağımlılığı.....	7
2.1.2. Madde bağımlılığı.....	7
2.1.3. Tütün bağımlılığı .....	7
2.1.4. Kontrol odağı.....	7
2.1.5. Tolerans.....	9
2.2. Dijital Bağımlılık.....	9
2.3. Kumar Bağımlılığı.....	10
2.4. Dijital Bağımlılık ve Kumar Bağımlılığı İlişkisi.....	11
2.5. Bağımlılık Kaynakları .....	12
2.6. Bağımlılık ve Erken Dönem Nesne İlişkileri .....	12
2.7. Dijital Bağımlılık Kavramının Kapsamı .....	13
2.7.1. Epidemiyoloji .....	14
2.8. Dijital Bağımlılık Tanı Ölçütleri .....	14
2.8.1. Dijital bağımlılık nedenleri .....	16
2.8.1.1. Durma işaretinin olmayışı .....	16
2.8.1.2. Gelişmeleri kaçırma korkusu (Fear of Missing Out-FOMO) .....	17
2.8.1.3. Değişken ödül .....	17

2.9. Dijital Bağımlılık Türleri .....	17
2.9.1. İnternet bağımlılığı .....	17
2.9.2. Cep telefonu bağımlılığı.....	19
2.9.3. Sosyal medya bağımlılığı .....	21
2.9.4. Dijital oyun bağımlılığı.....	22
2.9.5. Televizyon bağımlılığı .....	23
2.10. Nörobiyolojik Olumsuz Etkiler .....	24
2.11. Siber Psikoloji .....	25
2.12. Dünyada ve Türkiye’de Çevrimiçi Arkadaşlık ve Evlilik Siteleri.....	25
2.13. Kumar Bağımlılığı Tanımı .....	27
2.13.1. Genetik .....	30
2.13.2. Epidemiyoloji .....	30
2.14. Kumar Oynama Tanı Ölçütleri.....	31
2.14.1. Kumar oynama nedenleri .....	32
2.15. Kumar Türleri.....	33
2.15.1. Bahis .....	34
2.15.2. Loto.....	34
2.15.3. At yarışı.....	34
2.16. Türkiye’de Yapılan Çalışmalar .....	34
2.16.1. Dijital bağımlılık.....	34
2.16.2. Kumar bağımlılığı.....	36
2.17. Dünyada Yapılan Çalışmalar .....	37
2.17.1. Dijital bağımlılık.....	37
2.17.2. Kumar bağımlılığı.....	38
<b>3. YÖNTEM .....</b>	<b>40</b>
3.1. Araştırma Modeli .....	40
3.2. Örneklem ve Veri Toplama Araçları .....	40
3.2.1. Tükenmişlik ölçeği .....	40
3.2.2. South oaks kumar tarama testi.....	41
3.2.3. Sıkıntıya dayanma ölçeği .....	41
3.2.4. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği.....	42
3.2.5. Kontrol odağı ölçeği .....	42
3.3. Veri Analizi.....	42
<b>4. BULGULAR.....</b>	<b>43</b>
<b>5. SONUÇ VE TARTIŞMA .....</b>	<b>56</b>
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>62</b>

<b>Ekler</b> .....	<b>83</b>
<b>Ek-1: Kontrol Odağı Ölçeği</b> .....	<b>83</b>
<b>Ek-2: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği</b> .....	<b>84</b>
<b>Ek-3: Sıkıntıya Dayanma Ölçeği</b> .....	<b>85</b>
<b>Ek-4: Tükenmişlik Ölçeği</b> .....	<b>86</b>
<b>Ek-5: South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT) Türkçe Formu</b> .....	<b>87</b>
<b>Ek-6: Etik Kurul Raporu</b> .....	<b>89</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> .....	<b>90</b>





## KISALTMALAR

<b>ABD</b>	: Amerika Birleşik Devletleri
<b>DOBO</b>	: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği
<b>TÖ</b>	: Tükenmişlik Ölçeği
<b>TO_DT</b>	: Tükenmişlik Ölçeği Duygusal Tükenme alt boyutu
<b>TO_ZT</b>	: Tükenmişlik Ölçeği Zihinsel Tükenme alt boyutu
<b>TO_FT</b>	: Tükenmişlik Ölçeği Fiziksel Tükenme
<b>KO</b>	: Kontrol Odağı
<b>KO_AODİ</b>	: Kontrol Odağı Ölçeği Adil Olmayan Dünya İnancı alt boyutu
<b>KO_ÇA</b>	: Kontrol Odağı Ölçeği Çabalamanın Anlamsızlığı alt boyutu
<b>KO_K</b>	: Kontrol Odağı Ölçeği Kadercilik alt boyutu
<b>KO_KK</b>	: Kontrol Odağı Ölçeği Kişisel Kontrol
<b>KO_Şİ</b>	: Kontrol Odağı Ölçeği Şansa İnanma alt boyutu
<b>SDO</b>	: Sıkıntıya Dayanma Ölçeği
<b>SDO_O</b>	: Sıkıntıya Dayanma Ölçeği Öz yeterlilik Alt boyutu
<b>SDO_R</b>	: Sıkıntıya Dayanma Ölçeği Regülasyon alt boyutu
<b>SDO_T</b>	: Sıkıntıya Dayanma Ölçeği Tolerans alt boyutu
<b>SOKKT</b>	: South Oaks Kumar Tarama Testi
<b>WHO</b>	: World Health Organization
<b>ADAMHA</b>	: Alchol, Drug abuse and Menthal Health Administration
<b>Akt</b>	: Aktaran
<b>Vd</b>	: ve diğerleri
<b>Ark</b>	: Arkadaşları
<b>FOMO</b>	: Feor of Missing Out
<b>JWT</b>	: James Walter Thompson
<b>TÜİK</b>	: Türkiye İstatistik Kurumu
<b>TRT</b>	: Türkiye Radyo Televizyon Kurumu
<b>APA</b>	: Amerikan Psikoloji Derneği
<b>DSM</b>	: Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı

## TABLolar LİSTESİ

### Sayfa

<b>Tablo 2.1:</b> Abone Sayıları .....	20
<b>Tablo 3.1:</b> Cinsiyet ve Dijital Oyun Bağımlılığı .....	43
<b>Tablo 3.2:</b> Yaş Seviyesine Göre DOBO Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları.....	44
<b>Tablo 3.3:</b> Cinsiyete göre KO AODİ, ÇA, K, Şİ Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları .....	45
<b>Tablo 3.4:</b> Cinsiyete Göre KO Tüm Toplam ve KO KK Alt Boyut Puanları İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	45
<b>Tablo 3.5:</b> Yaş Seviyesine Göre KO Toplam ve Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları .....	47
<b>Tablo 3.6:</b> Yaş Seviyesine Göre KO_KK Puanı İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları .....	47
<b>Tablo 3.7:</b> Cinsiyete Göre SDO_O, SDO_R, SDO_T Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları .....	48
<b>Tablo 3.8:</b> Cinsiyete Göre SDO Tüm Toplam Puanı İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları .....	49
<b>Tablo 3.9:</b> Yaş Seviyesine Göre SDO_O Ve SDO_R Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları .....	50
<b>Tablo 3.10:</b> Yaş Seviyesine Göre SDO_Tüm Ve SDO_T Alt Puanları İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları.....	50
<b>Tablo 3.11:</b> Cinsiyete Göre TO_DT, TO_FT, TO_ZT Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları .....	51
<b>Tablo 3.12:</b> Cinsiyete Göre TO Tüm Toplam Puanı İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları .....	51
<b>Tablo 3.13:</b> Yaş Seviyesine Göre TO_DT, TO_FT, TO_ZT Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları .....	52
<b>Tablo 3.14:</b> Yaş Seviyesine Göre TO Tüm Puanı İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları .....	52
<b>Tablo 3.15:</b> Cinsiyet ve SOKTT .....	53

## ÖZET

### DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE KUMAR BAĞIMLILIĞI İLİŞKİSİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Bu çalışmada, 17-25 yaş aralığındaki lise ve üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve kumar bağımlılığı açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Nicel araştırma yöntemlerinden olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu çalışmanın evrenini Bolu Merkez ilçesinde 2021-2022 eğitim öğretim yılında öğrenim gören lise ve üniversite öğrencileri, yaşları 17-25 arasında değişiklik gösteren, 104 kız 146 erkek olmak üzere toplam 250 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma grubu öğrencileri rastgele seçilmiştir. Çalışmada elde edilen veriler “Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi” ile analiz edilmiştir. Ölçekler arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik; Doğrulayıcı Faktör Analizi ve Güvenirlilik Analizi, Bağımsız Örneklem t-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Mann Whitney U Testi kullanılmıştır. Sonuç olarak; Dijital Oyun Bağımlılığı puanları ve Kontrol Odağı puanları arasında pozitif yönde zayıf düzeyde, Sıkıntıya Dayanma puanları ile negatif yönde zayıf düzeyde, Tükenmişlik puanları arasında ise pozitif yönde düşük düzeyde ve South Oaks Kumar Tarama Testi puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki bulunmuştur. Kontrol Odağı puanları ile Sıkıntıya Dayanma puanları arasında negatif yönde zayıf düzeyde, Tükenmişlik puanları ile pozitif yönde zayıf düzeyde ve South Oaks Kumar Tarama Testi ile arasında pozitif yönde zayıf bir ilişki vardır. Sıkıntıya Dayanma puanları ile Tükenmişlik puanları arasında negatif yönde zayıf düzeyde, South Oaks Kumar Tarama Testi ile arasında negatif yönde zayıf düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** dijital bağımlılık, kumar bağımlılığı, tükenmişlik, kontrol odağı, sıkıntıya dayanma, bağımlılık

## ABSTRACT

### EXAMINING DIGITAL GAME ADDICTION AND GAMBLING ADDICTION RELATIONSHIP IN TERMS OF DIFFERENT VARIABLES

In this study, it was aimed to examine high school and university students between the ages of 17-25 in terms of digital game addiction and gambling addiction. Relational survey model, which is one of the quantitative research methods, was used. The population of this study consists of high school and university students studying in Bolu Central district in the 2021-2022 academic year, a total of 250 students, 104 female and 146 male, aged between 17-25 years. The study group students were randomly selected. The data obtained in the study were analysed with the "Statistical Package for Social Sciences". Confirmatory Factor Analysis and Reliability Analysis, Independent Sample t-test, One-Way Analysis of Variance (ANOVA) and Mann Whitney U Test were used to determine the relationship between the scales. As a result, a positive weak level relationship was found between Digital Game Addiction scores and Locus of Control scores, a negative weak level relationship with Distress Resistance scores, a positive low level relationship between Burnout scores, and a positive moderate level relationship between South Oaks Gambling Screen scores. There is a weak negative correlation between the Locus of Control scores and the Withstanding Adversity scores, a weak positive correlation with the Burnout scores and a weak positive correlation with the South Oaks Gambling Screen. There was a weak negative correlation between the scores of Endurance of Adversity and Burnout scores, and a weak negative correlation with South Oaks Gambling Screen.

**Keywords:** *digital addiction, gambling addiction, burnout, locus of control, endure hardship, addiction*

# 1. GİRİŞ

## 1.1. Problemin Tanımı

Bağımlılık, bireyin herhangi bir nesne, madde, durum ya da kişi ile kurduğu işlevsiz ilişkinin sonucunda bağımlı hale geldiği olguya karşı önlenemez istek olarak tanımlanabilir. Bilinçli şekilde riske girmek kumar oynama davranışının temelini oluşturur. (Aksoy, 2012). Kişi bağımlı olduğu olguya erişemediğinde yoksunluk gösterip tolerans geliştirebilir. Yaşadığımız evrenin değişmesi ve gelişmesi sonucunda dijital oyun bağımlılığı ve internet bağımlılığı gibi yeni bağımlılık çeşitleri ortaya çıkmaktadır (Arısoy, 2009). Bağımlılığın tedavisi ile ilgili olarak ilk aşamada kişinin kendini değiştirmesi ve bağımlılıktan kurtulmak istemesinin önemli bir adım olacağı söylenebilir. Çeşitli bireysel psikoterapi ve grup terapileri ile bireyin bağımlılığının üstesinden gelebileceği düşünülmektedir.

Bağımlılık türleri arasında; alkol, sigara, madde, kumar bağımlılıkları örnek olarak gösterilebilir. Ayrıca bağımlılık türleri bunlar ile sınırlı değildir. Gelişen teknoloji ile dijital oyun bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı ve ekran bağımlılığı gibi bağımlılık türleri de ortaya çıkmıştır. Teknolojinin hayatımıza getirmiş olduğu değişimler ve yenilikler yadsınamaz bir gerçektir. Günümüzde yüz yüze iletişim yerini akıllı telefonlar, sosyal medya, bilgisayar, tablet vb. araçlara bırakmaktadır. Bu gelişmeler sonucunda teknolojik aletlerinde kullanımı artmıştır. Bununla birlikte kumar oynama davranışında artış göstermiştir ve kumarın oynanma alanında genişlemiştir. Her geçen gün kullanımı artış gösteren teknolojik aletler insanlar üzerinde bağımlılık yaratmaktadır ve toplumlarında olumsuz etkilemektedir.

Dijital oyun bağımlılığı ve kumar bağımlılığındaki artışa yönelik farkındalık düzeyini artırmayı hedefleyen çalışmalar kritik öneme sahiptir. Sorunun her geçen gün büyüme göstermesi aynı zamanda müdahale yöntemlerindeki eksiklik konuya dair yapılacak çalışmaların önemi artırmaktadır. Bu çalışmada literatürde yer alan bu kavramların birbirleri ile ilişki çerçevesine değinilmiştir.

## 1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın amacı, dijital bağımlılık ile kumar bağımlılığı arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bilgiye ulaşım ve iletişimin bütün insanlığın hizmetine sunulması sonucunda ortaya çıkan idealist düşüncelerle yeniliklerin amacından farklı kullanılarak bağımlılık haline dönüşmesi önemli ve kritik bir sorundur. Bu açıdan çalışmada dijital bağımlılık neticesinde meydana gelebilecek duygu durum bozuklarının önüne geçilmesi, ailelerin bilinçlendirilmesi ile kendine güvenen, sosyal bireylerin yetiştirilmesi açısından ailelere yol gösterecek ileride yapılacak akademik çalışmalara ışık tutması açısından önem arz etmektedir.

Yaşadığımız dünya gün geçtikçe gelişimini sürdüren iletişim ve bilgi teknolojileri ile çevrenmektedir. Dünya’da hızla yaşanmakta olan gelişim ve değişim sadece bireyleri değil toplumları da etkilemektedir. (Yellowless ve Marks, 2007). Yaşanan bu gelişmeler sonucunda telefon, bilgisayar, tablet vb. araçların gereğinden fazla kullanımı sonucunda bazı sorunlar ortaya çıkmaktadır ve bu sorunlar hem bireyleri hemde toplumları olumsuz etkilemektedir (Taş ve Ays, 2015). Bağımlı bireyler istediklerine ulaşamadıkları zaman aşırı sinirlilik, tetikte olma, huzursuzluk, gerginlik ve stres gibi belirtiler gösterebilmektedirler (Özsoy, 2010). Bu durumların daha çok ergenlerde görülebileceği düşünülmektedir.

Dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki vardır. İki kavramda bağımlılık adı altında yer aldığı için birbirlerinden ayrı düşünülemez. Kumar bağımlısı olan birey, kumar oynama davranışını dijital ortamlardan gerçekleştirdiği takdirde kendisini dijital ortamlardan ayıramaz ve dijital ortamlarda geçirdiği süre fazladır.

## 1.3. Hipotezler ve Araştırma Soruları

Araştırmadan elde edilen verilerle aşağıdaki hipotezler test edilecektir:

Hipotez 1: Dijital Oyun Bağımlılığı ile Kontrol Odağı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 2: Dijital Oyun Bağımlılığı ile Sıkıntıya Dayanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 3: Dijital Oyun Bağımlılığı ve Kumar Bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 4: Kumar Bağımlılığı ile Kontrol Odağı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 5: Kumar Bağımlılığı ile Sıkıntıya Dayanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 6: Dijital Oyun Bağımlılığı ile Tükenmişlik arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Hipotez 7: Kumar Bağımlılığı ile Tükenmişlik arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Bu araştırmada şu sorulara cevap aranmaktadır:

1. Cinsiyete göre;

a) Dijital Oyun bağımlılığı Ölçeği

b) Tükenmişlik Ölçeği

c) Sıkıntıya Dayanma Ölçeği

d) Kontrol Odağı Ölçeği puanları arasında anlamlı fark var mıdır?

2. Yaş seviyesine göre;

a) Dijital oyun bağımlılığı ölçeği

b) Tükenmişlik ölçeği

c) Sıkıntıya Dayanma Ölçeği

d) Kontrol odağı ölçeği puanları arasında anlamlı fark var mıdır?

1. Dijital Oyun Bağımlılığı, Tükenmişlik, Sıkıntıya Dayanma ve Kontrol Odağı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. South Oaks Kumar Tarama Testi sonuçlarına göre muhtemel patolojik kumarbaz ile muhtemel patolojik kumarbaz olmayanların kumara para yatırma eğilimleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

İlişkisel tarama modeli kullanılan bir araştırma modelidir. Bu araştırmada amaç dijital oyun bağımlılığı ve kumar bağımlılığı arasındaki ilişkinin yaş, cinsiyet, belirsizliğe tolerans, dış kontrol odağı ve tükenmişlik düzenleyici rollerinin araştırılmasıdır.

Araştırma verilerinin toplanması için;

1. Pines ve Aranson tarafından geliştirilen, Çapri (2016) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapıp Türkçeye uyarlanan Tükenmişlik Ölçeği

2. Lesieur ve Blume tarafından geliştirilen, Duvarcı ve Varan (2001) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapıp Türkçeye uyarlanan South Oaks Kumar Tarama Testi

3. Simons ve Gaher tarafından geliştirilen, Sargın, Özdel, Türkçapar, Kuru tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapıp Türkçeye uyarlanan Sıkıntıya Dayanma Ölçeği

4. Lemans tarafından geliştirilen, Irmak ve Erdoğan (2015) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapıp Türkçeye uyarlanan Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

5. Dağ (2002) tarafından geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapıp geliştirilen Kontrol Odağı Ölçeği kullanılmıştır.

#### **1.4. Varsayımlar**

İnternette zaman geçirmek bireyin yaşamında önemli bir yer tutan aktivitedir ve onun bileşenlerinin bağımlılık oluşturacak şekilde kullanılması bireyin yaşamında önemli bir yer tutmaktadır.

Bağımlı olan kişiler riskli davranışlarda bulunabilirler. Bağımlılık sosyal çevre, aile içi ilişkiler ve arkadaş çevresi ile olan ilişkilerden hem etkilenir hemde etkiler. Dışa bağımlı, tükenmiş, toleransı düşük olan insanlar daha problemler sergileyebilmektedirler.

#### **1.5. Sınırlılıklar**

1. Bu çalışma 2021-2022 eğitim-öğretim yılı içerisinde Bolu Merkez ilçesinde yer alan Bolu Fen Lisesi, Bolu Anadolu İmam Hatip Lisesi, Bolu Sosyal Bilimler Lisesi, Bolu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, İzzet Baysal Anadolu Lisesi ve Bolu



Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nde öğrenim gören 17-25 yaş aralığında bulunan kişiler ile sınırlıdır.

2. Bu çalışmada Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Tükenmişlik Ölçeği, Sıkıntıya Dayanma Ölçeği, Kontrol Odağı Ölçeği ve SOKTT kullanılacaktır. Yapılan çalışma bu ölçeklerin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

3. Bu çalışma çalışmaya katılan kişilerin cinsiyet dağılımı ile sınırlıdır.



## 2.KURAMSAL ÇERÇEVE

### 2.1. Bağımlılık

Tarih boyunca bireyler yaşamsal deneyimler sonucunda bazı nesnelere, maddelere, davranışlara ve olaylara karşı devamlı değişik ilgi ve heyecan duymaktadırlar. Zaman içerisinde bağımlılık olgusunun ortaya çıkmasında bireyleri esir altına alan ilgi ve heyecan önemli bir yere sahiptir. Bağımlılık kavramı zaman içerisinde tiryakilik, iptila ve müptelalık gibi farklı adlandırmalara maruz kalsa da (Babaoğlu, 1997) ilerleyen süreçlerde ilk bulgularını madde bağımlılığı sayesinde ortaya çıkarmaktadır. Literatürde madde bağımlılığı üzerinden bağımlılık kavramına bir tanımlama getirilmiştir. Bundan dolayı madde bağımlılığı, bireyin maddeyi farklı şekillerde temin etmesinin ardından karşı konulamaz bir gereksinim ve istek duyarak sürekli kullanımının artması ile sonuçlanan patolojik sorundur (Günel, 1976). Bu bağımlılık türü temel alınarak yapılan çalışmalar neticesinde gizli bağımlılık olarak nitelendirilen ve davranışsal bağımlılık türü içerisinde yer alan kumar bağımlılığı ortaya çıkmaktadır (Dinç, 2014). Bilgi ve teknoloji çağında olmamız sebebi ile kumar bağımlılığından farklı olarak telefon, televizyon ve internet gibi iletişim ve teknolojik bazlı davranışsal bağımlılık türleri de görülmektedir (Mutlu, 2008).

Davranış temelli bağımlılıklar; kumar, yeme seks vb. bağımlılıklarından farklı insan-makine etkileşiminin sağlandığı teknolojik bağımlılıkları da kapsamaktadır (Griffiths, 1999). Davranış temelli bağımlılıklar içerisinde incelenen teknoloji bağımlılıklarında birey, pasif (televizyon) veya aktif (bilgisayar oyunları) durumda olabilmektedir. Teknoloji araçlarının sahip olduğu etkileşim olanakları (ses, görüntü vb.) etkiler bağımlılığa yatkınlığı arttırabilmektedir (Griffiths, 1999). Bilgisayar bağımlılığı, internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, cep telefonu bağımlılığı, televizyon bağımlılığı gibi bağımlılıklar teknoloji bağımlılıkları kapsamında yer almaktadırlar. Özellikle internetin yaşamdaki yerinin ve öneminin giderek artması sebebiyle, oluşturduğu etkiler diğer bilgi ve iletişim teknolojilerine kıyasla daha çok önemlidir.

### **2.1.1. Alkol bağımlılığı**

Alkol bağımlılığı, alkole bağılı olarak gelişen ve kişinin günlük yaşamında problemlere yol açsa dahi kişinin alkol kullanmaya devam etmesidir. Bu durum kişide psikolojik, fizyolojik, fiziksel vb. sorunlara yol açmaktadır (APA, 1998). Ayrıca aşırı alkol tüketimi kişiler arası ilişkileri ve aile içi ilişkileri olumsuz etkilemektedir.

### **2.1.2. Madde bağımlılığı**

Madde kullanımı sonucu ortaya çıkan madde bağımlılığı biyolojik bir olgudur. Kişi olumsuz yaşam olaylarından kaçmak için madde kullanımına yönelir. Bir süre sonra madde kullanımı “başa çıkma” mekanizması olarak kullanılır. Bu nedenle de madde kullanımı biyopsiko-sosyal bir sorun olarak karşımıza çıkar (Bozkurt, 2015).

### **2.1.3. Tütün bağımlılığı**

Yüzyıllardan beri toplumlarda kullanılan tütün, Sanayi Devrimi’nden sonra çoğu ülkede kullanımı başlamıştır. Günümüzde en yaygın kullanım şekli tütünün sigara şeklidir (Seydioğulları, 2010). Tütünün içinde yer alan nikotin maddesi bağımlılık yapıcı bir maddedir. Kişiler sigara içmekten memnun olmasalar bile nikotin bağımlılığından dolayı sigara kullanımına devam etmektedirler. Bu sebeple sigara ile mücadele esasında nikotin bağımlılığı ile mücadeledir (Kanıt, Keser; 2010)

### **2.1.4. Kontrol odağı**

Rotter’a göre, genel bir öngörü olarak, kontrol odağının durumunun belirsizliğinde sonucu belirleyebilir. Fakat, durum kişisel beceri veya şansa bağılı sonuçlarla ilgili ise, durumun kendisi sonucu belirler. Bireyin olayları ve yaşamı değerlendirme biçimi; neden-sonuç ilişkisinde olayların nedenlerine yaklaşımı, bireyin kendisini kendi dışında olan faktörlerle (boy, kalıtım, zekâ vb.) sınırlandırması veya sınırlandırmaması, çaba ve gayret göstermesi, hayat akışını farklılaştırabileceğine inanması ya da olayları şans ve kadere bağlaması gibi olumlu-olumsuz düşünceler şeklinde değerlendirilebilecek genelleştirilmiş beklentiler, kişinin kontrol odağı ile alakalıdır (Şengüder, 2006).

Rotter’in kontrol odağı kuramı sosyal öğrenme kuramının temelidir. Rotter’a göre, kontrol odağını kişinin yaşamındaki davranışları ve olayları kendi kontrolünde

gerçekleşen veya kendisi dışındaki farklı etmenlerle olan ilişkisine, kontrol edildiğine dair genele yayılmış bir beklenti ve inanç şeklinde tanımlamaktadır (Rotter, 1996).

Kontrol odağı Gardner ve Warren'a (1978) göre, kişinin bireysel davranışlarının neticesinde bireysel sorumluluğu kabul etme dereceleridir. İçsel kontrol, kişinin yaşadığı olay ve durumların davranışlarının bir sonucu olduğunu kabul etmesidir. Öte yandan talih, şans, kader veya başkaları tarafından olduğuna inanması ise dışsal kontrol odağı olarak tanımlanmaktadır (Çoban, 2005).

#### **2.1.4.1. İç kontrol odağı**

Bazı bireyler kendi sorumlulukları altında pekiştireçlerin (ceza ve ödüllerin) kazanılmasının olduğuna inanırlar. Farklı bir anlatım ile, bireylerin iyi veya kötü, kendi başlarına gelen olaylardan yükümlü oldukları şeklindeki düşünceler iç kontrol odağı şeklinde belirtilmektedir (Phares, 1976).

Bireyler iç kontrol odağına sahip ise, kendi hayatlarını kendilerinin kontrol edebileceğine inanan bireylerdir. Bu bireyler şu an ve ileride ki davranışlarında daha hakim olmaktadır (Sardoğan ve ark., 2006; Spector, O'connell, 1994). Bu tip bireyler, başarı veya başarısızlıklarına daha çok önem verirler ve çevresel etkenleri değiştirme konusunda daha istekli davranmaktadırlar (Küçükkaragöz, 1998; Basım, Şeşen, 2007). Başarılı, etkin, atılgan, girişimci, güvenli ve bağımsız kişiler iç kontrol odağına sahip kişilerden oluşmaktadır (Silvester, 2002; Yeşilyaprak, 2000). Ayrıca öz saygı algıları yüksek olan kişiler iç kontrol odağına sahip kişilerdir (Silvester, 2002).

#### **2.1.4.2. Dış kontrol odağı**

Dış kontrol inancına sahip kişiler, çevrelerinde oluşan durumları ve olayları değiştiremeyeceği inancındadır. Bu kişilerin, kendileri ile ilgili olan olaylarda kader, şans ya da farklı güçlü etkenler ile bağdaştırma amacıyla oldukları görülmektedir. Kişisel yetenek, özellik ve davranışlarını görmezden gelmektedirler (Rotter, 1990; Dönmez, 1985). Bundan dolayı ödüllere erişme ve cezadan kaçınma konusunda bireysel uğraşların etkili olamayacağı yönündeki beklenti dış kontrol odağını (external locus of control) tanımlamaktadır (Phares, 1976; Sungur, 1992).

Genel olarak kendilerini yetersiz hisseden, edilgen, kuşkucu ve dogmatik olan kişiler dış kontrol odağına sahip kişilerden oluşmaktadır. Ayrıca bu bireylerin anksiyete, depresyon ve stres düzeyleri yüksek seviyelerdedir (Baydoğan ve Dağ, 2008; Yağışan ve ark., 2007; Yeşilyaprak, 1988; Yeşilyaprak, 2000).

### **2.1.5. Tolerans**

Tolerans; hoş karşılamadığımız, hoşumuza gitmesine rağmen bir fikir, durum ya da bir şeye katlanma, tahammül etme durumudur. Kişi tolerans sahibi ise hoşlanmadığı, kendisini zora sokacak ya da kişiyi olumsuz etkileyecek bir olaya karşı sessiz kalır. Bu sessiz kalma durumunda kişi psikolojik bir olumsuzluk veya sıkıntı yaşamaktadır (Aslan, 2001., Tuncay, 2016).

## **2.2. Dijital Bağımlılık**

Dijital oyun bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı ve internet bağımlılığı gibi kavramlara ortak bir tanım getirilebilir. Bu tanıma göre “kullanma isteğini doyuramama, gereğinden fazla kullanımın sosyal ilişkilere zarar vermesi, aşırı kullanımdan ötürü sosyal aktivitelerin ihmal edilmesi, yaşam stresi ve negatif duygulardan uzaklaşma vasıtası olarak görme, kullanımı düşürme ve durdurmada sorun yaşama, kullanımı olmadığı zamanlarda gergin ve sinirli olma, kullanım miktarına veya süresine ilişkin yalan söyleme durumu” yukarıda bahsedilen kavramları tanımlamaktadır (Savcı ve Aysan, 2017).

Cinsiyet ile ilgili yapılan araştırmalarda Funk (1993), Griffiths ve Hunt (1995), Griffiths ve Hunt (1998), Hauge ve Gentile (2003), Onay, Tüfekçi ve Çağıltay (2005), Hartmann ve Klimmt (2006) erkek bireylerin kadın bireylerden daha düzenli ve sık bir şekilde oyun oynama davranışı sergiledikleri ve bağımlılık oranlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Horzum, 2011). Türkiye’deki hanelerin %96.8’inde cep telefonu veya akıllı telefon %80.7’sinde internet erişimi bulunmaktadır. 13-19 yaş aralığındaki gençlerin %24’ü sosyal medyada neredeyse sürekli çevrimiçi olduğu gözlenmektedir (Arıcan, 2015).

Tüm dünyada 2,6 milyar bilgisayar, akıllı telefon ve tablet bulunması bu durumun gündelik yaşam ile olan ilişkilerini gözden geçirmesi gerektiğini ortaya çıkarmaktadır (Rivera ve Mulen, 2014). İnternet kullanan kişi sayısı 1990 senesinde %5’in altında iken bu oran zaman ilerledikçe hızlı bir artış göstermiş, 2014 yılında

yaklaşık olarak %44'ü ve 2017 yılında %53 oranını yakalamıştır. Ülkemizde bilgisayar kullanımı ile ilgili çalışmalar 2004 ve 2017 yıllarında yapılmış olup, oranları ise 2014 yılında %23.6 ve 2017 yılında ise %56.6 olmuştur. Öte yandan ülkemizdeki internet kullanıcı sayısı da dünyadaki internet kullanıcı yüzdesine ulaşmış ve 2015 yılında %56'ya kadar ulaşmıştır. 2017 senesinde internet kullanıcı sayısı %67'ye ulaşmıştır. İnternet kullanan bireyler üzerinde yapılan bir diğer çalışmada erkek bireyler %75, kadın bireyler ise %59 oranında internet kullanıcısı olarak tespit edilmiştir (Dünya Bankası, 2014; Türkiye İstatistik Kurumu, 2015; International Telecommunication Union. 2016; Türkiye İstatistik Kurumu, 2017).

Son yıllarda ekran başında geçirilen süre gözlemlendiğinde ciddi bir artış yaşandığı tespit edilmiştir. Tipik internet kullanıcıları üzerinde yapılan araştırmalar kullanıcıların günlük 22 saatini telefonu ile geçirdiğini ortaya çıkarmıştır. Aynı araştırma kullanıcıların %80'inin sabah kalkar kalkmaz telefonu ile ilgilendiğini tespit etmiştir (Facebook ve IDC, 2013). Başta ABD olmak üzere gelişmiş diğer ülkelerde izlenen bu neticeler ülkemiz için de geçerlidir. Türkiye internet başında geçirilen süre sıralamasında 16. sıraya yükselmiştir. Bu sıralamanın içinde günlük bilgisayar başında geçirilen sürenin 5 saatin üzerine çıktığı, telefondaki çevrimiçi sürenin ise ortalama 3 saat olduğu yer almaktadır. Ayrıca geçirilen süre içerisinde sosyal medyaya ayrılan sürenin yaklaşık olarak 3 saat olduğu gözlemlenmiştir. Ülkemizdeki sosyal medya kullanıcı sayısı yaklaşık 48 milyon civarındadır. Bu kullanıcıların %88'i mobil cihazlar üzerinden bağlantı kurmaktadır (We Are Social, 2017). Ülkemizde televizyon izleme oranı da günde yaklaşık 4,5 saatlik ortalamaya sahiptir. Bu sonuca göre hayatın olağan akışı içerisinde teknolojinin önemli bir yeri olduğunu ifade edebiliriz. (T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, 2013).

### **2.3. Kumar Bağımlılığı**

Kumar bağımlılığı, klinik anlamda önemli bir soruna yol açan ve tekrarlayan olumsuz bir psikiyatrik durumdur. Kumar, değerli bir şeyi elde etmek için elinizde var olan başka kıymetli bir şeyi riske atma durumu olarak tanımlanmaktadır. Kumar oynama davranışı çoğu insana göre zararsız bir davranıştır. Kumar bozukluğu olan insanlarda genel olarak dürtüsellik, işlevsel olma düzeylerinde azalma ve kontrol yanlısımları gibi bilişsel çarpıtmalar görülür (APA, 2017). Kumar bağımlılığının yaşam boyu görülme sıklığı %0.6'dır (Kessler, 2008). "Fuller'e göre kumarda bilerek

ve isteyerek riskin alındığı, kaybeden ve kazanan tarafların olduğu, her iki tarafında üretimden vazgeçerek servetin yeniden dağıtılması söz konusudur.” Bu servet yeniden dağıtılırken daima talih unsuru içerir veya tamamen talihe bağlıdır (Duvarcı, 1998).

Birçok kumar oynama çeşidi mevcuttur. Bunların bir kısmı yasaldır bir kısmı da yasal değildir. Yapılan çalışmalar bazı kesimlerin daha fazla risk altında olduğunu ortaya çıkarmıştır. Bunlar; ergenlik dönemi, genç-orta yetişkinlik dönemi, öğrenim seviyesinin düşüklüğü, dürtüsellik, psikopatoloji varlığı, dezavantajlı mahallelerde yaşamak ciddi oranda risk içerirken, ebeveyn denetimi ve dini katılım koruyucu kalkan gibi algılanmaktadır. Kadınlar erkeklere oranla daha az risk içermektedir. Kumar bağımlısı olan bireylerde intihar girişimi kumar bağımlısı olmayan bireylere göre daha yüksektir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada, kumar bağımlılığına sahip bireylerin genel ölüm oranlarının toplamına kıyasla 1,8 kat daha fazla olduğunu ortaya çıkarmıştır. Ayrıca intihar kaynaklı ölümlerin ise 15 kat arttığını bildirmiştir (Karlsson, Hakansson, 2018).

#### **2.4. Dijital Bağımlılık ve Kumar Bağımlılığı İlişkisi**

Sanal bahis oyunları, at yarışları, spor bahisleri, slot oyunları ve kâğıt oyunları gibi aktiviteler kumarın yaygın şekillerde oynanan türlerindedir (Petry ve Mallya, 2004). Son zamanlarda artan dijitalleşme ile kumarın farklı türleri de dijital mecralarda yerini almıştır. Forex, Bitcoin ve benzer elektronik yatırım araçlarının, kumar oynamayı merkezi bir hale getirdiği çeşitli araştırmalarda ortaya çıkmıştır (Castillo, Shadab ve Brito, 2014). Bu araçlar hızla yasal hale dönüşerek insanları daha çok oynamaya teşvik etmektedirler. Artık kumar oynamak için fiziksel bir mekâna ihtiyaç kalmamıştır. Dijitalleşme ile beraber yer, mekan ve saatin önemi azalmıştır. Kişi dijital ortama bağlanabildiği sürece istediği zamanda ve saatte kumar oynama davranışı sergileyebilir.

Dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı ilişkisinde “oynama veya kullanma isteğini doyuramama, sosyal ilişkilere zarar verme, dürtüsellik, işlevsellikte azalma” gibi ortak belirtiler mevcuttur. Bu ilişkide yaşa bağlı farklılıklar azdır. Artık her yaşta insan dijital mecralarda kumar oynayabilmektedir. Cinsiyet açısından farklılıklar görülmektedir. Dijital bağımlı ve kumar bağımlısı bireyler tolerans üzerinden ele alındığında bireylerin zorluklara karşı baş edebilme güçleri düşüktür.

Kişiler bu ortamları sosyalleşme alanı olarak görmektedirler. Kişinin kişisel istekleri ve çevresi bağımlılığın seviyesini etkilemektedir.

## **2.5. Bağımlılık Kaynakları**

Bağımlılık tekrarlayan bir döngüdür. Bireyde öncelikle maddeye veya bir nesneye karşı merak meydana gelir. Öte yandan maddenin veya nesnenin kendisine vereceği hasarı düşünür. Bu süreç içerisinde bireyin iç dünyası merak ve korku duygularını yaşamaktadır. Birey bu durumda merakına engel olamazsa bir kez deneyip tekrarlamamak üzere kendini yanıltır. Bunun devamında yapılan eylem tekrarlanır ve birey süreci kontrol altına aldığı, istediği zaman bu durumdan kurtulabileceğini ve herhangi bir sorun olmadığını ileri sürmektedir (Can, 2018). Bireyde farkındalık oluştuğu için maddeyi ve bağımlısı olduğu nesneyi bırakmak istemektedir. Sorunları geçici olarak unutmaktadır ve kendini yanıltarak eylemi sürdürmektedir. Geçen süre içerisinde kaldığı yerden devam etmektedir. Böylece birey farkına varmadan bağımlılık döngüsü içerisine girmiş olmaktadır.

## **2.6. Bağımlılık ve Erken Dönem Nesne İlişkileri**

İnsan dünyaya gözlerini açtığı andan itibaren bir karmaşa içerisinde ve bu karmaşanın henüz ayırımına varamamışken, kendisini besleyen, kucaklayan ve avutan bir hazırlayıcı veya nesneyle varlığını devam ettirir. Winnicott ve Klein'in kuramlarında, nesnenin kendisinin bir uzantısı olduğunu düşündüğüne yer verilmiştir. Winnicott'a göre anne, bebeğin bütün gereksimlerine uyumlu hareket eder. Bebeğin istek ve ihtiyaçlarını karşılayabilmek için kendi istek ve ihtiyaçlarını ikinci planda tutar. Bu dönem bebekte, annenin memesinin kendisine ait bir parça olduğuna dair inanç geliştirir. Bu inanca Winnicott "yanılsama anı" adını verir (Akt.; Erten, 2010).

Olumsuz duygular ortaya çıktığında buna bağlı olarak ilkel baş etme yöntemleri ortaya çıkmaktadır. Örneğin geçmişte olan ilişkilerde, korkularda veya davranışlarda gerileme yaşanmaktadır. (Kernberg, 2012). Bundan dolayı bağımlılık, iyi nesne niteliğini kontrol etme denemesi ya da iyi iç nesne yatıştırıcı özelliklerini uyandırma kabiliyetindeki bir başarısızlığı temsil edebilir (Klein, 1930; Bion, 1962; Segal, 1998; Akt; Alvarez, Monjaraz vd., 2019).

Genel olarak psikodinamik teoriler bağımlılığa sebep olan birbirleri ile ilişki olan üç faktör olduğundan bahsetmektedir. Bunlar; iç nesnelerin yatıştırıcı



özelliklerinin sembolizasyonunda ortaya çıkan başarısızlık, yalnızca zevke yönelmiş bir sapkınlık, az gelişmiş ego fonksiyonları ve savunma mekanizmalarıdır (Alvarez-Monjaras vd., 2019). Ego psikolojisi açısından değerlendirildiğinde; bağımlılık kavramının, az gelişmiş ego fonksiyonuna sahip kişilerin, özellikle bütünleştirme işlevi tam gelişmemiş, dürtü kontrolü düşük, yargılaması zayıf, uyarıcı bariyeri düşük ve gerçeklik testi bozuk olanlarda yüksek olduğundan söz edilmektedir (Bellak, Hurvich ve Gedeman, 1973).

Zorlu ve stresli çevreyle birleşen güvenlik açığı, süperregonun düzgün gelişimine müdahale ederek egonun kendini düzenlemesi için daha olgun savunma mekanizmaları geliştirme yeteneğini sınırlandırır. Bu açıdan bakıldığında daha ilkel savunma stratejileri ile bağımlılığı olan bireyler sınırlandırılmaktadır (Freud, 1937; Kernberg, 1975). Bu sebepten dolayı ego çekirdeği, ilkel benliğin hedonik istekleriyle karşılaşınca psikoaktif ilaçlar tüketmek veya dijital ortamda kumar oynamak eylemlerini yapabilir (Freud, 1915; Fonagy ve Target, 2008). Kendilik psikolojisine göre çevrimiçi dijital oyun bağımlılığı boyutu göz önünde bulundurulduğunda, durumun bireyin narsisistik özellikleri ile bağdaştırılması normaldir (Paneka, Nardisa ve Konrath, 2013).

## **2.7. Dijital Bağımlılık Kavramının Kapsamı**

İnternet, sosyal medya, akıllı telefon, televizyon, sosyal medya ve dijital oyun şeklinde dijital bağımlılığın alt türleri şeklinde değerlendirilmektedir ve farklı bağımlılık boyutlarından söz edilmeye başlandığı zaman bu kapsam epey genişlemektedir.

Dijital bağımlılık, teknolojinin günümüzde çok hızlı bir şekilde yükselmesi ve haberleşme araçlarının teknoloji ile birleşip bütünlük kazanması sonucunda ortaya çıkmıştır ve her geçen gün yaygınlık kazanmaktadır (Arslan vd., 2015). Bundan dolayı eğitim hayatındaki başarının düşmesinin ana nedenlerinden biride dijital bağımlılıktır.

Bu konu ile alakalı yapılan çalışmalar neticesinde; internetteki oyun sayfaları, video, film, sohbet odaları, sosyal medya, pornografik sitelerde zaman geçiren çocukların ve gençlerin, akademik başarılarının olumsuz yönde etkilendiği ortaya çıkmıştır. Bunun sonucunda dijital bağımlılık seviyelerinin yüksek olması ebeveyn ve arkadaşları ile ilişkilerde bozulmalara neden olduğu, bu bireylerin yeni ilişkiler

geliştirmesinde, ödevlerinde ve uykuyla alakalı sorunlarla daha fazla karşı karşıya kalmışlardır (Günüç ve Kayri, 2010).

### **2.7.1. Epidemiyoloji**

Uluslararası yapılan araştırmalara göre, dijital oyun bağımlılığı prevalansı %0.6-%15 arasında değişkenlik göstermektedir (Grüsser ve ark., 2007; Lemmens ve ark., 2009; Gentile, 2009; Desai ve ark., 2010; Porter ve ark., 2010; Van Rooij ve ark., 2011; Poli ve Agrimi, 2012). Amerikan Tıp Birliği'ne göre, Amerikalı gençler arasında dijital oyun oynama oranı %90 ve bunlardan %15'i oyun bağımlısı olarak düşünülmektedir (Tanner, 2007). Norveç'te yapılan bir araştırmaya göre, 2500 kişi arasından problemlili dijital oyun oynama davranışı sergileyenlerin oranı %4.1 bağımlılık oranı ise %0.6 olarak düşünülmüştür (Mentzoni ve ark., 2011).

Farklı ülkelerde yapılan çalışmalara göre oyun bağımlılığı prevalansı; Singapur'da %9 (Gentile ve ark., 2011) ve %8.7 (Choo ve ark., 2010), Çin'de %5.6 (Dong ve ark., 2012) ve %10.8 (Lam ve ark., 2010), Almanya'da %11.9 (Grüsser ve ark., 2007), Avustralya'da %8 (Porter ve ark., 2010) ve son olarak Tayvan'da %15.1 (Lin ve ark., 2011) olarak saptanmıştır. Ülkemizde bu tür çalışmaların sayısı azdır. Ulusal düzeyde geçerli bir prevalans yoktur ve Irmak (2014)'ın 865 ergen üzerinde yaptığı çalışmada bağımlı oyuncu sayısının oranı %28.8 olarak ortaya çıkması önemlidir.

Dijital oyun bağımlılığı prevalansı kültürden kültüre değişkenlik gösterebilmektedir, hatta aynı toplum içerisinde bile önemli farklılıklar ortaya çıkmaktadır (Hur, 2006; Jang ve ark., 2008). Bu açıdan bazı çalışmalar oyun bağımlılığı hızını çok düşük (<%1), bazıları çok yüksek (> %35) olarak bildirilmiştir (Leung, 2004). Prevalans oranlarında değişiklik görülmesi araştırma yöntemleri, çalışma grubu özellikleri, ölçüm araçlarına ve tanı ölçütlerine göre farklılık göstermektedir.

### **2.8. Dijital Bağımlılık Tanı Ölçütleri**

Patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini baz alan Griffiths ve Davies (2005), dijital bağımlılık için bazı faktörle tanımlama yapmışlardır.

1. Dikkat Çekme (Önem atfetme): Video oyununun bireyin yaşamında öncelikli hale gelmesidir. Oyunun bireyin düşünceleri, hisleri ve davranışları

üzerinde hakimiyet kurduğu vakit ortaya çıkar. Örneğin, kişi video oyunu oynadıktan sonra, tekrar onlarla oynama üzerine düşünecektir.

2. Duygu Durum Değişikliği: Bireylerin video oyunlarını oynamalarının sonucunda belirttikleri kişisel deneyimlerine değinir ve bir üstesinden gelme stratejisi olarak görülebilir.

3. Tolerans: Video oyunları oynayan kişinin sürekli olarak dijital ortamda geçirdiği süreyi artırması manasına gelir.

4. Geri Çekilme: Video oyunu oynama davranışı kesildiği zaman veya birden azaldığında meydana gelmektedir. Örneğin titreme, terleme, sinirlilik, karamsarlık ve benzeri fiziksel ve duygu durum etkileridir.

5. Çatışma: Video oyuncu ve çevresi arasındaki, diğer faaliyetlerle arasındaki çatışmalardır. Bireylerin kendi içinden gelen çatışmalara işaret eden video oyunlarında çok fazla süre geçirme ile ilgili kontrol kaybı hissidir.

6. Nüksetme: Tekrar tekrar video oyunlarının önceki durumlarına dönüş yapma eğilimidir.

Lemmens ve arkadaşları (2009) ise, dijital oyun bağımlılığını yedi madde altında toplamışlardır. Bu maddeler;

1. Dikkat Çekme (Önem atfetme): Bireyin yaşamındaki en önemli aktivite olarak yer alır. Bireyin sahip olduğu davranış, duygu ve düşüncelerini bastırır.

2. Tolerans: Bireyin oyunu sık sık oynamasıdır. Bu şekilde oyuna ayrılan süre gün geçtikçe artar.

3. Duygu Durum Değişikliği: Bireyin oyuna katılımı sonucundan ortaya çıkan sübjektif deneyimlerdir. Rahatlama veya sakinleşme hislerini içerebilir.

4. Geri Çekilme: Oyun ani şekilde azaltıldığında veya kesildiğinde ortaya çıkan olumsuz duygusal ve fiziksel tepkileri içerir. Bu tepkiler, içe kapanma, sinirlilik, titreme, terleme ve benzeri tepkilerdir.

5. Nüksetme: Oyun oynamanın ilk hallerine geri dönme tarzıdır. Aşırı oyun şekilleri kontrol ve uzaklaşma döneminin ardından geri gelir.

6. Çatışma: Aşırı oyun oynama sürecinden sonra ortaya çıkan kişilerarası çatışmalardır. Bu çatışmalar sözlü veya fiziksel olabilir ve yalan içerebilir.

7. Problemler: Oyun ile aşırı vakit harcamaktan kaynaklanır. Okul, sosyalleşme ve iş gibi durumlar üzerine tercih yaptıkça, bağımlılık nesnesi yer değişim problemleri yaşamaktadır. Bireyin kontrol kaybı ya da kendi içinde dürtülere karşı bir çatışma olarak düşünülebilir.

### **2.8.1. Dijital bağımlılık nedenleri**

Yapılan çalışmalar incelendiğinde dijital bağımlılığın nedenleriyle alakalı farklı çalışmalar yapıldığı görülmektedir. Araştırmalarda genelde görülen tabirlerden bazıları yetersiz fiziksel aktivite, fiziksel aktivite alanlarının az olması, boş vakit doldurma, sosyal çevreden kabul görme, sanal evrende hayatını devam ettirme ve stres durumlarından kaçınma olarak tanımlanabilir. Bağımlılığın sebepleri ile ilgili yapılan araştırmalarda oyuncunun bireysel özellikleri kritik etken olsa da (Kim, Namkoong, Ku ve Kim, 2008), bireyde bağımlılığı artıran etkenler arasında dijital oyunların bazı özellikleri ve bireyde ortaya çıkardığı duygular yer almaktadır. Oyunlarda sosyal etkileşimin fazla olması, başarıya odaklı oynamak ve oyuncunun oyuna kendini kaptırması da dijital bağımlılık nedenleri arasında sayılabilir (Kneer & Glock, 2013).

Günümüzde gençlerin teknoloji ile iç içe olması, teknoloji ile etkileşim halinde büyümesi, onların geleneksel oyun yerine dijital araçlara yönelmesine neden olmaktadır (Demir ve Bozkurt, 2019). Ertemel ve Aydın (2018), dört temel unsurda kişilerin dijital mecralarda fazla zaman harcamalarını ve bağımlı hale gelmelerinden bahsetmektedir. Bunlar; durma işaretinin olmayışı, gelişmeleri kaçırma korkusu, değişken ödüller ve alışkanlık döngüsü olarak sıralanmıştır (Ertemel ve Aydın, 2018).

#### **2.8.1.1. Durma işaretinin olmayışı**

Çoğu aktivitenin bireyde bağımlılık oluşturmasının nedeni durma işareti mantığıdır. İzlenen dizinin bitirilmesi veya okunan derginin bitirilmesi, yapılan etkinliğin bitirilmesi için doğal durma işaretidir. Durma işareti bireye bir işin veya aktivitenin sonlandığını bildirir. Durma işaretini ortadan kaldırmak tüketimin artmasıyla sonuçlanır (Wansink, Painter & North, 2005).

Sosyal medya hesaplarında ve popüler oyunlarda durma işareti olmadığı için bireyler zamanla daha bağımlı hale gelmektedir. Özellikle ödül sistemi bireyler üzerindeki başarısızlık duygusunu örter ve bunun sonucunda bireyde daha fazla dopamin salgılanmaktadır (Ayhan ve Köseliören, 2019).

### **2.8.1.2. Gelişmeleri kaçırma korkusu (Fear of Missing Out-FOMO)**

Günümüzde sosyal medya her an, her zaman durum güncelleme, resim, video vb. paylaşım yapma şansı sağlamıştır. Bunun sonucunda hem kişinin hem de çevresinin devamlı olarak güncellediklerini ortaya çıkarmaktadır. Bu ise bireylerde, dünyada Fear of Missing Out (FOMO) olarak nitelendirilen yeni bir kavramın ortaya çıkmasını sağlamıştır (Gezgin, Hamutoğlu, Gemikonaklı ve Raman, 2017).

FOMO kavramı, rahatsızlık verecek ya da tüm zamanını meşgul edecek şekilde bireyin bildiği, yapmış olduğu ya da sahip olduğu bir şeyi habersiz kalıp kaçırma endişesine kapılması olarak tanımlanmaktadır (JWT, 2011). Konu ile alakalı yapılan çalışmalar, genç tüketicilerin dörtte üçünün bu endişeye sahip olduğunu ortaya çıkarmaktadır (JWT, 2012).

### **2.8.1.3. Değişken ödül**

Ödül, farklı alanlarda davranışı şekillendirme amacıyla özendirici ve pekiştirici unsur olarak çeşitli uygulamalarda ve platformlarda kullanılmaktadır (Ertemel ve Aydın, 2018). Ödül unsuru, dijital bağımlılığı pekiştiren süreçlerden biridir ve dijital mecralar tarafından sıklıkla kullanılmaktadır. Beynin alışkanlık kazanmasını ve ödüllerin yerinin anlaşılmasına dönük çalışmalar 1950’li yıllarda hayvanlar üzerinde yapılmış olup bu deneyler büyük önem taşımaktadır (Dews, 1950).

## **2.9. Dijital Bağımlılık Türleri**

### **2.9.1. İnternet bağımlılığı**

Teknolojik bağımlılıklar “Kimyasal Olmayan Davranışsal Bağımlılıklar” kapsamında değerlendirilebilir. Örneğin, sürekli televizyon izleme “pasif bağımlılık” internet bağımlılıkları ise “aktif bağımlılık” şeklinde adlandırılmaktadır (Sanders vd., 2000).

İnternet bağımlılığı aktif bağımlılık gibi görülmektedir ve kişide odak sorunları görülmesi, sürekli bireyler arası kavgayla karşı karşıya kalmak, yetersizlik,

yoksunluk, çok sık duygudurum değişiklikleri yaşaması, fizyolojik bozulmalar ve sürekli tekrarlama gereksinimi hissetmesi şeklinde belirtiler gösteren bağımlılık çeşididir (Odabaşıoğlu vd., 2007).

İnternet bağımlılığı; aşırı şekilde ve sürekli internet kullanım isteği, internetin olmadığı yerlerde geçirilen vakitlerden zevk almama, internetten uzak kalındığı vakitlerde kişinin agresif, asabi ve saldırgan olması, kişinin ailesinden ve sosyal çevresinden uzak kalmayı kabul etmesi ve benzeri tutumlar içermektedir (Arısoy, 2009).

İnternet bağımlılığı, internette sürekli vakit geçirme isteği ve internette uzun süreli vakit geçirmesi temel olarak dijital bağımlılığın farklı boyutlarından sayılabilir. Bu konu hakkında yapılan incelemelerde, internete bağımlı bireylerde internette vakit geçirme süresi diğer insanlara göre oldukça fazladır ve her geçen gün internete daha fazla zaman ayırmak istedikleri saptanmıştır (Alaçam, 2012).

Problemlili internet kullanımını ile ilgili farklı teoriler ve tanımlamalar mevcuttur. Bu tanımları birlikte ele almak konuya daha geniş açıdan bakabilmemize olanak sağlayabilir. Biyopsikososyal bakışın internet bağımlılığına bakışında 5 temel öge vardır (Griffiths, 2013; Griffiths, 2005):

1. Duygudurum Modifikasyonu: Olumsuz duygudan olumlu duyguya geçiş olanağı tanınması,

2. Algısal Belirginlik (salience): Hayatın merkezine sosyal medya ve interneti koyarak sadece onlarla vakit geçirmek, hayatı yönlendirmesine izin vermek

3. Yoksunluk Semptomları: İnternet ve sosyal medya engellendiğinde huzursuzluk, anksiyete, öfke ve benzeri duyguları yaşamak

4. Çatışma: İnternet kullanımının sonucunda ortaya çıkan bireyler arası çatışmadır. İnternet kullanımı konusunda uyarılara şiddetle karşı çıkmak, direnmek, öfkelenmek ve kabul etmemek,

5. Nüks: İnternet kullanımının olmadığı zaman dilimlerinden sonra aşırı internet kullanımı. İnternette geçirilen süreyi düşürme çabaları ve sonraki zaman diliminde daha yoğun kullanıma geri dönüş.

Yapılan bu çalışmalar sonucunda, internet kullanım amacının dijital bağımlılığı etkilediği görülmektedir. İnternet bağımlılığı, internetle büyüyen nesillerde daha çok görülmektedir. Bu durum kişinin kendini yalnız hissetmesi ve benzeri psikolojik faktörlerden etkilenmesi sonucunda ortaya çıkabilmektedir. Dijital bağımlılık farklı psikolojik sorunlara sebep olabilmektedir (Köksal, 2015).

### **2.9.2. Cep telefonu bağımlılığı**

Akıllı telefonların kapasiteleri ve kullanım alanlarının sınırları iletişim teknolojilerinin gelişmesi sonucunda değişime uğramıştır. Bunun sonucunda akıllı telefonlar gündelik yaşamımızda daha fazla yer edinmektedir. 2G ve 3G sayesinde bilgiye hızlı ulaşım dönemi başlamıştır. Özellikle 3G teknolojisi sayesinde bireyler bilgiye akıllı telefonlardan daha hızlı erişmeye başlamıştır. Böylece bireylerin daha fazla akıllı telefon kullanmalarına yol açmıştır ve bireylerin ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir (Akçay, 2013).

Genç nesilin telefon olmadan zaman geçirmeyi düşünmemesi, cep telefonları ile sürekli etkileşim kurmak istemeleri “cep telefonu bağımlılığı” olarak açıklanabilir (Karaaslan ve Budak, 2012). Nomofobi akıllı telefonları fazla kullanan bireylerin bundan mahrum kalma durumu olarak açıklanmaktadır. Mobil cihazlar arasında en çok tercih edilen ve en pratik olan cihaz cep telefonlarıdır. Gelişen teknoloji ile cep telefonlarında müzik dinleme, mobil iletişim, fotoğraf çekme, video kaydı, bankacılık işlemleri, film izleme, ajanda ve hesap makinesi gibi farklı teknolojik özellikler eklenmiştir. Bu ve benzer özelliklerinden dolayı çok erken yaşlarda kullanılmaya başlanmıştır.

Akıllı telefonlarla çok fazla vakit geçiren çocukların aileleri ile olan ilişkileri zayıflamakta ve okul başarıları düşmektedir (Yen, 2009). Çok uzun süre cep telefonu kullanan bireylerde göz yorgunluğu, gözlerde tahriş, bulanık görme, kızarıklık, çift görme ve benzeri şikayetler görülmektedir. Bunun yanı sıra aşırı cep telefonu kullanımı postüral bozukluk, anksiyete, depresyon, boyun ve omuz ağrıları, bağımlılık riski, propriyosepsiyon duyusunda azalma gibi negatif durumlar ortaya çıkarmaktadır (Bekar, 2018).

Cep telefonu günümüzde her kesimden insanın kullanmaya başladığı, Türkiye’de 1990’lı yıllarda pazar hacmini önemli ölçüde artırmış, 2000’li yıllardan itibaren dünyadaki devasa cep telefonu pazarlarından olmuştur (Aydoğdu, Karaaslan

ve Budak, 2012). Cep telefonlarının pazar hacmi yükseldikçe doğru orantılı olarak GSM operatörlerine olan abonelik sayısında aynı doğrultuda yükselmektedir. Sabit hat telefon aboneliklerinin sayıları hızla düşerken, cep telefonu ve internet abonelerinin sayıları çok hızlı şekilde artmaktadır.

**Tablo 2.1:** Abone Sayıları

Yıl	Sabit Telefon Abone Sayısı	Cep Telefonu Abone Sayısı	İnternet Telefon Abone Sayısı
2007	18 201 006	61 975 807	4 842 798
2008	17 502 205	65 824 110	5 804 923
2009	16 534 356	62 779 554	8 849 779
2010	16 201 466	61 769 635	14 443 644
2011	15 210 846	65 321 745	22 371 441
2012	13 859 672	67 680 547	27 649 055
2013	13 551 705	69 661 108	32 613 930
2014	12 528 865	71 888 416	41 272 940
2015	11 493 057	73 639 261	48 617 291
2016	11 077 559	75 061 699	62 280 191
2017	11 308 544	77 800 170	68 869 578
2018	11 633 461	80 117 999	74 500 089
2019	11 532 903	80 790 877	76 639 695
2020	11 448 604	82 128 104	82 364 590

**Kaynak:** TÜİK. (2021). Sabit Telefon, Cep Telefonu ve İnternet Abone Sayısı, Erişim adresi:

<https://data.tuik.gov.tr/Search/Search?text=internet%20abone%20say%C4%B1s%C4%B1>

Tablo 2.1’de yer alan akıllı telefonların yaşamımıza girdiği 2007 yılından şimdiye dek sabit telefon kullanıcı sayısı 11.4 milyona düşmüştür. Cep telefonu kullanan kişi sayısı 61.7 milyondan 82.1 milyona yükselmiştir. İnternet kullanıcıları da 4,8 milyondan 82.3 milyona yükselmiştir.

Cep telefonu bağımlıları, günlük yaşamlarının tamamına yakını cep telefonu ile geçirmektedirler ve bu kadar sık cep telefonu kullanmak kişide uyku bozuklukları, kaygı bozuklukları ve sindirim bozukluklarına sebep olabilir (Lay, Yee, Kok, Siew, Yin ve Fah, 2013). Gümüş ve Örgen (2015) üniversite öğrencileriyle birlikte yaptıkları çalışmada; öğrencilerin ders sırasında cep telefonu ile zaman geçirmelerinin derse odaklanmada sorunlar ortaya çıkardığı, cep telefonu ile meşgul olduğunda ders disiplinin olumsuz etkilendiği, diğer öğrencilerin öğrenme hakkını ve hocanın ders işleyişini olumsuz etkilediği ortaya çıkmıştır. Çocukların cep telefonu bağımlısı olmalarının engellemek için ve sorunlardan uzaklaşabilmeleri için ailelere aşağıda bazı öneriler sıralanmıştır (İbrahim vd., 2013);

- Aile içinde pozitif ve sağlam bağlar kurulması



- Çocukların, sosyal çevresinde kimlerle vakit geçirdiği ve neler yaptıklarının bilinmesine dikkat edilmelidir.
- Aile içerisinde düzenin şeffaf ve net şekilde belirlenmesi, aile üyelerinin belirlenmiş olan bu kurallara uyması önemlidir.
- Çocukların akademik hayatta göstermiş oldukları başarı ödüllendirilmelidir.
- Çocukların sosyal ve kültürel aktivitelerde yer almasına dikkat edilmelidir.
- Çocuklar bağımlılık yapan maddeler ile ilgili olarak bilgilendirilmelidir.

Sonuç olarak aşırı cep telefonu kullanımı bireylerin sosyal yaşamlarını ve aile içi ilişkilerini olumsuz etkilemektedir. Bireyi psikolojik, fiziksel ve fizyolojik olarak olumsuz etkileyen cep telefonu, öğrencilerin eğitim başarılarının da düşmesine yol açmaktadır. Cep telefonu bağımlılığının gün geçtikçe yaygınlaştığı kabul görmeli ve bununla alakalı çözümler üretilmelidir.

### **2.9.3. Sosyal medya bağımlılığı**

Günümüzde sosyal medya, kültürel, toplumsal, ekonomik ve politik dönüşümleri tetikleyebilme gücüne sahiptir. Bunun yanı sıra kişilerin günlük yaşamı ve yaşam stilleri üzerinde de etkisi vardır. Sosyal medyada din, dil, ırk, cinsiyet, kültürel, ekonomik olarak fark gözetmeksizin bireyler birbirleriyle etkileşim sağlayabilirler. Bireyler üzerinde kontrol mekanizması kurulmadan diledikleri gibi mesaj, video, resim, bilgi ve benzeri paylaşımlar yapabilirler.

Boyd ve Ellison'un (2007) tanımlamasıyla çevrimiçi sosyal medya siteleri, kullanıcılarla ve onların etkileşim halinde olduğu kullanıcılarla bağlantı ve etkileşim kurma olanağı sunan web tabanlı platformlardır. Sosyal medya kullanımı politik ve sosyal kalıtım, yalnızlığa çare, kendini iyi hissetme ve benzeri amaçlarla da kullanılmaktadır. Ancak sosyal ağlara çok yaslanma sosyal medya bağımlılığını artıran unsurlardan biri olabilir (Babacan, 2016).

Sosyal medya bağımlılığının yaşa göre duygu durum düzenleme alt ölçekleri ve meşguliyet durumlarına göre farklılık göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımı artış gösterdikçe bağımlılık düzeyleri de aynı şekilde artış göstermektedir (Ünal, 2015).

Bireylerin sosyal medyaya yönelme sebepleri; içinde oldukları ruhsal durum, yalnızlık, yetersizlik, öz güven eksikliği, mutsuzluk, stres, üzüntü gibi duygular etkilidir (Günüç ve Kayri ,2010). Yılmaz (2019) kişinin beğenilmeme, dışlanma, sevilmemeye, korkularını bastırmak, onay almak, kimliğini ortaya çıkarmak gibi duyguların etkili olduğundan bahsetmiştir. Bütün bu nedenler sosyal medya bağımlılığını etkilemektedir.

#### **2.9.4. Dijital oyun bağımlılığı**

Teknolojik gelişmeler her geçen gün ilerlemekte ve değişmektedir. Buna bağlı olarak hızla büyüyen şehirleşme ve oyun alanlarının yeterli düzeyde olmaması geleneksel oyunları saf dışı bırakarak yerine dijital oyunları getirmektedir (Gentile, 2009). Dijital oyunlar her yaştan insana hitap edebildiği için sadece çocuklar ve gençler üzerinde değil yetişkinler üzerinde de bağımlılık oluşturması mümkündür. Ayrıca dijital oyun sektörü devamlı büyümektedir. Bu büyüme sonrasında taleplerde de artış meydana gelmektedir. Bunun sonucunda bireyler daha fazla bağımlı hale gelebilirler.

Dijital oyun bağımlılığı belirtileri; bireylerin fazla oyun oynaması, yaşamla oyunu birleştirmeleri, oyun oynamak için sosyal çevreden ve aileden uzaklaşma, sürekli oyun oynadıkları için sorumlulukları yerine getirememeye, uykusuz olmalarına rağmen oyun oynamayı sürdürmeleri olarak sıralanabilir (Gürcan, Özhan ve Uslu, 2008).

Dijital oyun bağımlılığının yol açtığı sorunlar; obezite, depresyon, sosyal çevreden ve aileden uzaklaşma, yalnızlık, Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB), kaygı, endişe, dikkat eksikliği, iletişim kopuklukları gibi olaylar olarak ifade edilmektedir (Şahin ve Tuğrul, 2012). Erkekler kadınlara göre 3 kat daha fazla risk altındadır (Lee, Han, ve Renshaw, 2013). Bunun yanı sıra ergenler diğer yaş gruplarından daha fazla bağımlılık riski altındadır (Ahmadi ve Saghafi, 2013). Çocukların çevrelerine ve ailelerine karşı daha saldırgan ve zarar verici eylemlere yönelmeleri, dijital oyunların başında hareketsiz kalmalarından dolayı olabilmektedir (İşçibaşı, 2011). Uzun vakit ve yanlış oturma şekillerinde oyun oynayan ergenlerde kas-iskelet sistemi ağrıları ve bozuklukları görülmektedir (Kaplan, 2016). Bileklerde, ellerde ve omuzlarda tendon ve sinirler üzerinde fazla baskı kurulmasının sebebi

olarak bilgisayar başında fare ve klavyeyi fazla kullanmak olarak gösterilmiştir (Ulusam, Kurt ve Dülgeroğlu, 2001).

Dijital Oyun Bağımlılığı Çalıştayı (2018) verilerine göre dijital oyun oynayan çocuklar oyunlar sayesinde sosyalleşir, becerileri gelişir, iş birliği, paylaşma, empati ve yardımlaşma gibi duygularında gelişmeler meydana gelmektedir. Karar verme mekanizmaları ve özgüvenleri de güçlenir. Dijital oyunların faydaları arasında el-kol koordinasyonunu sağlaması, zihinde döndürme, simgesel dilleri kavrama ve zihinsel bütünleme becerilerini artırması ve görsel zekayı geliştirmesi olarak sıralanabilir (Smith, 2004).

Dijital oyun bağımlılığı toplumsal ve duygusal problemlere yol açmasına rağmen bireyin bilgisayar ve video oyunları aşırı şekilde oynamasını Lemmens ve ark. (2009) bireyin bu durumu kontrol edememesi olarak tanımlamışlardır. Bütün bu nedenler dijital oyun bağımlılığını etkilemektedir.

#### **2.9.5. Televizyon bağımlılığı**

Televizyon, gelişen teknoloji ile hayatımızın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Her bireyin kendine göre izlediği veya takip ettiği farklı dizileri, filmleri, spor içerikleri ve diğer programlar vardır. Televizyon sayesinde dünyanın farklı yerlerindeki insanların hayatlarından haberdar olunabilmekte ve üretilen içerikler izlenebilmektedir. Televizyon bağımlılığı kavramı herhangi bir televizyon içeriğinin bağımlısı olmak değildir. İçeriğe bakmaksızın bir araç olarak televizyona bağlanmaktır. Bir şey izlemeye başladığımızda bizi o içeriği daha uzun süreler izlemek zorunda bırakabilir (Çakır ve Çakır, 2010).

İngiltere’de ilk düzenli televizyon yayınları 1936 yılında başlamıştır. Ülkemizde 1952 yılında ilk televizyon yayını İstanbul Teknik Üniversitesi (İTÜ) tarafından başlatılmıştır. TRT’de 1968 yılında ilk deneme yayınlarına başlamıştır (Dicle, 2020).

Uzun süre televizyon izlemenin genç bireylerde ve yetişkinler üzerinde olumsuz etkileri olduğu bilinmektedir. Bireylerin sosyal çevreleriyle etkileşimlerini ve oynadıkları oyunlarda zihinsel aktiviteleri etkin şekilde kullandıkları bilinmektedir (Yavuzer, 2003). İki yaş altında kalan çocukların uzun süre televizyon başında olması onların dil gelişim süreçlerini etkilemektedir (Pullen, 2009). Dijital

teknolojinin erken yaşta etkisi altında kalan çocukların eğitim hayatlarında dikkat eksikliği yaşamaları kaçınılmazdır (Zimmerman, Christakis, 2017). Bunun yanı sıra davranış bozukluklarına da yol açtığı belirtilmektedir (Mistry, Minkovitz, Strobino & Borzekowski, 2007). Küçük yaşta çocuklarda uyku evresine geçişte güçlük, uyku vaktinde belirgin düşüş, yatmaya gitmekte güçlük, uyku anksiyetesi, uyku bölünmeleri, kâbus görme ve korku gibi uyku verimliliğini düşüren sorunlar aşırı televizyon izlemenin sonuçları arasında yer almaktadır ve teknolojiye bağımlılık riskini yükseltmektedir.

Televizyon bağımlılığı; bireylerin duyarsız hale gelmesine, saldırgan tutumlar içerisinde bulunmalarına, odaklanma sorunlarına, sağlıksız beslenme alışkanlıkları edinmelerine, gerçeklikten uzaklaşmalarına, okuma becerilerinin zayıflamasına, hayal güçlerinin zayıflamasına, yanlış bireyleri örnek almalarına neden olabilmektedir (Gülner ve Balcı, 2011).

## **2.10. Nörobiyolojik Olumsuz Etkiler**

Oyun oynayan bireylerin orbitofrontal korteks ve anterior singulat (Han, Kim, Lee, Min & Renshaw, 2010; C.H. Ko et al., 2009), medial frontal korteks, dorsolateral prefrontal korteks, sağ kaudat nükleus, amigdala ve insular korteks beyin bölümlerinde oyun oynamayan bireylere göre daha fazla aktivasyon olduğu ortaya çıkmıştır (Hoeft, Watson, Kesler, Bettinger & Reiss, 2008). Dijital oyun oynama esnasında Striatum bölümünde dopamin seviyesinde yükselme olduğu gözlemlenmiştir. Dikkat, öğrenme ve motor beceriler gibi birden fazla faktörün video oyunları oynarken aktif hale geldiği ve bu sebepten ötürü dopamin salgısının beyinde arttığı gözlemlenmiştir. Bunun yanı sıra, dijital oyun bağımlılığının beyindeki ödül eksikliği ile ilişkilidir ve oyunların olumlu pekiştirici etkileri mezokortikolimbik yolak ve dopaminin kritik rolü olduğu düşünülmektedir (Koepp, 1998).

Aşırı derecede ekrana bakmak ile oyun oynamanın genç bireyin beynine kokain bağımlılığı gibi zarar verebileceği belirtilmiştir (Holden, Kaburakis & Rodenberg, 2018). Bu verilere göre, video oyunlarının hatırlatıcılarının bireye sunulması oyun bağımlılarının beyin bölgelerindeki artan aktivitenin davranışsal bağımlılıklar ve madde bağımlılığı ile benzerlik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır (Kuss & Griffiths, 2012).

## 2.11. Siber Psikoloji

Siber psikoloji, son zamanlarda hızla gelişen alanlardan biridir. Siber psikoloji, internet psikolojisi, web psikolojisi ve dijital psikoloji anlamlarına da karşılık gelmektedir. Bireyleri etkileyen teknolojinin, insan psikolojisine ait tüm konuları bu başlık altında yer alır. Siber psikoloji, insanlar ile bilgisayarlar arasındaki etkileşimi incelemektedir. Bu noktada siber psikoloji en temel duysal-motor etkileşimlerden, en karmaşık bilişsel yapılara ve sosyal süreçlere kadar insanın tüm davranışlarını araştırmayı hedeflemektedir (Norman, 2017).

Teknoloji, insanı anne karnından itibaren etkisi altına almaktadır. Teknoloji hamilelik dönemine etki etmektedir. Yapılan çalışmalara göre hamilelik evresinde telefon kullanımının bebekte davranışsal bozukluklara sebep olduğunu ortaya konmuştur (Divan vd., 2008; Aldad vd., 2012). Teknoloji insan yaşamını geliştirmektedir ve tüm alanlarda gelişmeler sağlamaktadır. İnsanlar vakitlerinin büyük bir bölümünü internet ve buna bağlı araçlarla geçirmektedir. Çocuklarda ve yetişkinlerde bilgisayar, telefon, televizyon, tablet ve benzeri araçların kullanımı oldukça fazladır. Örneğin telefon bireylerin yanından bir an bile ayrılmamaktadır. Bu durum bazı olumsuz durumlara yol açabilmektedir. Bu gibi alışmışlıklar zaman geçtikçe bağımlılığa da dönüşebilmektedir. Problemler internet kullanımı bilişsel meşguliyet ve kontrol kaybı yaşanmasına sebep olabilir (Deniz ve Tutgun-Ünal, 2016). Bunların en tepesinde ise internet bağımlılığı gelmektedir.

Telefondan ayrılamama alışkanlığına, bağımlılığına ve internetten ayrılamama durumuna “nomofobi” denilmektedir (King vd., 2010). Nomofobik bireyler cep telefonundan uzak kaldığı zaman stres ve korku yaşamaktadırlar. Aslında nomofobi, internete uzak kalma korkusunun farklı halidir. Çünkü telefon tek başına internet olmadan anlamsızdır. Örneğin nomofobik bireyler telefondan ayrılamazlar, sosyal medyada anlıkçıdırlar ve sürekli akışı yenileyerek her paylaşılanı görme eğilimine sahiptirler.

## 2.12. Dünyada ve Türkiye’de Çevrimiçi Arkadaşlık ve Evlilik Siteleri

Türkiye’de evliliklerin çoğu yakın zamanda “görücü” usulü, yani ailelerin kararları ve çiftlerin birbirlerini tanımadan evlenmesi şeklinde gerçekleşmiştir (Nauck & Klaus, 2008). TÜİK 2016 yılında Aile Yapısı Araştırması gerçekleştirmiştir. Bu yapılan çalışma sonucunda Türkiye’de evliliklerin %60’ının

görücü usulü şeklinde evlendiğini ortaya koymuştur (TÜİK, 2017). Günümüzde erkeklerin ve kadınların doğal bir ortamda tanışıp evlilik kararı almaları kısıtlıdır. Bu sebeple medya evlilik konusunda da farklı bir yaklaşım ortaya çıkarmıştır. Televizyon kanallarında yayımlanan programların izlenme oranları bu durumu kanıtlar niteliktedir. Özellikle son yıllarda çevrimiçi evlilik siteleri yüksek kullanıcı sayılarına ulaşmıştır.

Çevrimiçi arkadaşlık ve evlilik siteleri, uygulamaları kullanmak dünyada oldukça fazladır. 2016 yılında Pew Research Center'ın ABD'de evlilik ve çevrimiçi arkadaşlık pratikleriyle alakalı raporu, ABD nüfusunun %15'i ilgili siteleri ve uygulamaları tanışma ve eş bulma amacıyla kullandığını, Amerikalı çiftlerden ciddi bir ilişki içerisinde olan veya evlenmiş olanların bu siteleri veya uygulamaları kullanma oranı ise %5'tir (Smith ve Anderson, 2016). ABD'de yapılan farklı bir çalışmada ise homoseksüel çiftlerin %41'i ve heteroseksüel çiftlerin %17'si çevrimiçi arkadaşlık siteleri veya uygulamaları vasıtası ile tanıştığını ortaya çıkarmıştır (Rosenfeld ve Thomas, 2010). Her geçen gün çevrimiçi arkadaşlık sitelerinin veya uygulamalarının popülerliğinin artması ile beraber ABD ve Avrupa ülkelerinde 9000'nin üzerinde çevrimiçi arkadaşlık ve evlilik sitelerinin faaliyette olduğu ortaya çıkmıştır.

ABD çevrimiçi arkadaşlık ve evlilik sitelerinin merkezi konumunda yer almaktadır. Sanal ağlar aracılığıyla dünyanın farklı yerlerindeki, farklı inanışlara sahip, farklı etnik kökene sahip insanlara farklı kişilerle tanışma ve evlilik imkanı sunmaktadır. Bu mecraların işleyiş şeması, çevrimiçi arkadaşlık sitelerine veya evlilik sitelerine üye olmak birinci adımdır. Erkek kullanıcılar üyelik açtıklarında üyelik masrafını ödemek durumundadırlar. Kadın kullanıcılar için genellikle bu şart geçerli değildir. Siteye üye olan kullanıcılar ilk olarak kendilerini tanıtır ve sevgili ya da eş adayıyla alakalı beklentilerini belirtirler. Buna uygun olarak siteler üye olan bireylere fotoğraflarını paylaşmak için ayrı bir alan ve kendi cümleleriyle kendi sunumlarını ve eş adayları için açık uçlu sorular sorulan bir alanda oluşturulur. Ayrıca kendilerini tanıtmaları için çoktan seçmeli seçenekler (yaş, meslek, din, etnik köken, medeni durum, fiziksel özellikler, hobi, fobi vb.) site tarafından hazırlanır. Bu ve benzeri adımlar tamamlandıktan sonra sitede yaş, hobiler, boy, meslek, din gibi ölçütleri filtreleme seçeneği sunularak aradıkları uygun eş/sevgili adaylarını belirler.

2000’li yıllardan beri çevrimiçi arkadaşlık siteleri ve evlilik siteleri ülkemizde aktif hale gelmiştir. Kullanıcı sayısı ülkemizde bir hayli yüksektir. Çevrimiçi evlilik siteleri içerisinde en fazla kullanıcıya sahip olduğu iddia edilen ecift.com sitesinin 5 milyon üyesi vardır. Bu siteyi pembepanjur.com, gonuldensevenler.com ve nasipse.com siteleri takip etmektedir. Pembe Panjur sitesi 4,130,000 üyesi olduğunu açıklamıştır. Gönülden Sevenler sitesi ise 2014 yılından itibaren 2 milyon üyesi olduğunu ve nasipse.com ise 300 binin üzerinde üyesi olduğunu açıklamıştır. Bu siteler yurt dışı kaynaklı yatırımcı kişiler tarafından kurulmamış, yerli yatırımcılar tarafından kurulmuşlardır.

Günümüzde Türkiye’deki evlilik siteleri kendi aralarında “Bilimsel/Ciddi” ve “İslami” olmak üzere ikiye ayrılırlar. Bu sitelerin üyelerine sundukları eş arama kriterleri de farklılık göstermektedir. İslami evlilik sitelerinin diğer sitelerden farkı sadece kendilerini farklı bir yere konumlandırmak için kullandıkları “İslami” söylemdir.

Ülkemizde yapılan bir doktora çalışmasına göre, üyelerin çoğunluğunu erkek üyeler oluşturmaktadır. Ortalama yaşın otuz yaş ve üzeri olduğu bulgulanmış, tüm site üyelerinin yarısını ise İstanbul, Ankara ve İzmir gibi şehirlerde yaşayan insanlar oluşturmaktadır. Evlilik siteleri ve çevrimiçi arkadaşlık sitelerini kullanan bireylerin öğrenim seviyesi Türkiye ortalamasından yüksektir. Üyeler genellikle lise ve üniversite mezunu kişilerden oluşmaktadır.

### **2.13. Kumar Bağımlılığı Tanımı**

Kumar, bireylerin maddi kazanç elde etmesi amacıyla ortaya para veya değerli bir nesne koyarak oynadıkları oyundur (Lam, 2007). Kumar oyunlarının bazıları şans gerektirirken bazılarında ise hem şans hem de beceri ve strateji gerektiren oyunlar mevcuttur. Makineler aracılığıyla oynanan oyunlar genelde şansa dayalı iken, poker, spor bahisleri gibi oyunlar hem bilgiye hem de belirli bir beceri gerektirir. Kumar oynayan kişi kendi isteği ile risk almaktadır ve bunun sonucunda kazanan veya kaybeden tarafta yer alır. Buradaki önemli husus ise, herhangi bir çaba göstermeden veya emek harcamadan belirli bir kazanç elde etmeye çalışmaktır. Bunun yanı sıra kumar oynayan kişi tarafından değerli görülüp ortaya konan servetin değişimi de söz konusudur (Çakıcı, 2019).

Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) kumarı bir bozukluk olarak tanımlamıştır. Kumarın patolojik seviyede oynanma oranı çeşitli ülkelerde %1 olarak belirlenmiştir. Uzakdoğu ülkelerinde %3-4' lere kadar çıktığı görülmüştür (Bondolfi ve ark, 2008; Wong, 2003; DSM-IV, 2001; Lee ve ark, 1999).

Kumar oynama ile ilgili olarak ülkemizde Devlet Denetleme Kurulu tarafından 2009 senesinde yapılan bir çalışmada, Türkiye'de yaşayan insanlar şans oyunları ve talih oyunlarına ayda yaklaşık 6 saat 6 dakika süre ayırdıklarını belirtmişlerdir. Oynanan oyunların ne sıklıkla ve ne türden olduğuna dair ise yaklaşık olarak ayda 8 defa çevrim içi ücretli oyunlar, 7 defa at yarışı, 7 defa ise iddia oynandığı saptanmıştır. 18 yaş altındaki gençlerin Sayısal Loto %28.4, Milli Piyango %25.9, İddia %25.9, Kazı Kazan %19.8 oynama oranları olarak belirtilmiştir. Yapılan çalışmada kişilere ne amaçla şans oyunu oynadıkları sorulmuş, para kazanmak için oynadıklarını söyleyenlerin oranı %46.1, şanslarını denemek isteyenlerin oranı %20.3, eğlenmek için şans oyunu oynadıklarını söylerin oranı ise %19.9 olarak belirtilmiştir. (Devlet Denetleme Kurulu, 2009).

Kumar bağımlılığı aynı zamanda bir dürtü kontrol bozukluğudur. Kumar sadece bireyin kendisine değil ailesine ve arkadaş çevresine de ciddi zararlar verebilir. Bağımlı kişi bu zararın farkındayken bile bunu yapmaya devam eder. Çünkü kumar oynama isteğine engel olamaz ve bunu kontrol altında tutmakta güçlük çekebilir. Kumar bağımlılığında diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi beynin ödül mekanizması aktiftir (Walker, 1992).

Patolojik kumar, kumar ile alakalı devamlı ya da kademeli kontrol kaybının yaşandığı, kumar ile meşguliyet, mantığa aykırı hareket etme ve olumsuz sonuçlarına karşılık kumar oynama davranışına devam etmesiyle bütünleşmiş zihinsel rahatsızlıktır. Kumar kişiyi ruhsal ve fiziksel açıdan kötü etkileyebilir (Rizeanu, 2004).

Kumar oynayan kişilerin hepsi dürtüsel değildir. Kumar oynayan kişiler içerisinde duygu durum ve anksiyete bozuklukları olan kişilerde sık görülmesi, kumarı oynayan grubun bu bozukluklar içerisinde yer alması düşünülse de kumar oynama bozukluğu sık tekrar ettiği için tekrarlayan bir davranış şeklidir. Bu sebeple madde kullanım bozuklukları içerisinde yer alması daha uygun görülmektedir (Schuckit, 2013).



Bilimsel çalışmalar incelendiğinde, bireyin bağımlı olduğundan bahsedilebilmesi için aşağıdaki on maddeden en az beşini karşılaması gerekmektedir:

- Sürekli oyun oynama düşüncesi
- Heyecanı artırmak için daha fazla oyun oynamak
- Oyun oynama davranışı azaldığında öfkenin artması
- Kaçış yolu olarak oyun oynamayı görmek
- Ekonomik kayıpları telafi etmek amacıyla oynamak
- Oynanan oyunu saklama davranışı
- Oyun oynayabilmek için yasa dışı yollardan para kazanmaya çalışmak
- Yakın çevre ile ilişkilerde zayıflama
- Maddi desteğe ihtiyaç duyma
- Oyun oynama isteğini kontrol altında tutamamak veya tamamen ortadan kaldırma yolunda başarısız olmak (Pınarcı, 2014).

Patolojik kumar oynama davranışının kumar uyarıcılarına, ilaç kullanımına benzeyen şekilde hipoaktif HPA ile etkileşimde olduğu ve cinsiyetin bu etkileşime yardım edebileceği belirtilmiştir. Patolojik kumarbazlar, uyarıcı videoya karşılık olarak hiçbir tükürük kortizol artışı yaşamadılar. Kadınlarda ise tam tersi şekilde erkeklere oranla daha fazla kortizol yanıtı alma oranı gözlemlendi. Sonuçlar doğrultusunda patolojik kumar oynamanın, kumar uyarmalarına, ilaç kullanımı ile eş değer biçimde hipoaktif HPA tepkisi ile ilişkili olduğu ve cinsiyetinde bu duruma katkı sağlaması beklenmektedir (Paris, Franco, Sodano, Frye & Wulfert, 2010).

Kumar oynama davranışı eğlence amaçlı da yapılabilmektedir ve kontrolün kaybolmadığı, “Sosyal kumar oynama” olarak tanımlanan tipinde, kumar süresi bakımından kısıtlı ve telafi edilebilir seviyede kayıplar vardır. Bu grubu kumar oynayan kişilerin %80-85’i oluşturmaktadır (Potenza, Fiellin, Heninger, Rounsaville, Mazure, 2002).

Kumar oynama bozukluğuna sahip bireyler, çoğunlukla kumar oynadıklarını saklama eğilimindedirler ve durum ciddi bir hal almaya başladıktan sonra yardım alma girişimlerinde bulunurlar. Tedavi sürecine başvuru genellikle kumarın sebep olduğu diğer ruhsal bozukluklar sebebi ile yapılmaktadır (Yau & Potenza, 2015). Dünya genelinde kumar oynama ve ilgili bozuklukların erişkinleri etkileme oranı %0.2-5.3 arasındadır. Yıllık bazda görülme sıklığı %02.-0.3, hayat boyu görülme

sıklığı ise %0.04-1 arasında olduğu belirtilmiştir (APA, 2013). Dünya genelinde yapılan 119 çalışmayı mercek altına alan metaanaliz sonucuna göre patolojik kumarın yetişkinler arasında yaşam boyu görülme sıklığı %1.6'dır (Shaffer, Hall, Bilt, 1999). Kumar oynama bozukluğu, şizofreni ve bipolar bozukluk görülme sıklığı gibi genel nüfus içinde % 1-3 arasındadır (Volberg, 1994; Fong, 2005).

### **2.13.1. Genetik**

Aile ve ikiz üzerine yapılan araştırmalarda kumar bozukluğu tanısı alan kişilerin aile fertlerinde daha yüksek kumar bozukluğu yaygınlığı bildirilmiştir. Buna göre ailesel geçişin kumar bozukluğunun etiolojisinde etkisi olduğu ortaya çıkarmaktadır. Klinik alanda yapılan çalışmalarda patolojik kumar oynama bozukluğu olan bireylerin birinci derece akrabaları içerisinde %20' ye yaklaşan hayat boyu patolojik kumar oynama prevalansı bulgulanmıştır (Nautiyal, Okuda, Hen, Blanco, 2017). Üç ikiz çalışmalarında patolojik kumar oynamanın gelişiminde genetik faktörlerin etkisine dair kanıtlar elde edilmiştir (Blanco, Meyers, Kendler, 2012; Eisen, Slutske, Lyons, 2001; Slutske, Ellingson, Richmond-Rakers; 2013).

### **2.13.2. Epidemiyoloji**

Yetişkinler özelinde kumar oynama bozukluğunun yaygınlığı %0.1-2.7 arasında olduğu bildirilmektedir (Lorains, Cowlshaw, Thomas, 2011). %0.2 ve %5.3 aralığındaki yetişkin nüfusun hayatlarının belirli bir kısmında kumar bozukluğu geliştirmektedir (Hodgins, Stea, Grant, 2011; Bland, Newman, Orn, 1993; Williams, Cottler, Compton, 1998). Yapılan çalışmaların çoğunda erkek bireylerde, yaş grubu olarak gençlerde, yaşadıkları bölge, sosyoekonomik durum gibi özellikler ile erken yaşta kumar aktivitelerinin başlaması, psikiyatrik açıdan aynı tanı olması, olumsuz çocukluk yaşantıları, kumar ve madde aile öyküsü gibi faktörler kumar oynama davranışı için risk teşkil etmektedir (Martins ve ark., 2013; Volberg, 1994; Welte ve ark., 2004; Browne, Brown, 1994; Okuda ve ark., 2016; Ibanez ve ark., 2000; Slutske ve ark., 2001; Petry ve ark., 2005; Blanco ve ark., 2012).

Cinsiyet araştırmalarında ise kumar oynama bozukluğunun yaşam boyu yaygınlığı kadınlara oranla erkeklerde daha fazla bulunmuştur (Andreassen ve ark., 2016; Vacaru ve ark., 2014). Kumar oynayan kişilerde kumar oynama bozukluğunun yaygınlığı, (yaşamlarında 1 yılda en az 5 kez veya daha fazla) örnekleme

altına alındığında, erkek bireylerin %1.92'si ve kadın bireylerin %1.05'i patolojik kumar oynama ve erkek bireylerin %20.43'ünün, kadın bireylerin %15.09'unun sorunlu kumar oynama kriterlerini karşıladığı belirtilmiştir (Blanco, Hasin, Petry, 2006).

Patolojik kumar oynama bozukluğu tanılı erkek bireyler stratejik veya bire bir kumar oynamaya, yasadışı hareketler sergileme potansiyeline rağmen, kadın bireylerden daha az bireyler arası kumar oynadığı, daha çok nonstratejik oyunları tercih ettikleri ve daha çok bireysel sorunlardan uzaklaşmak amacıyla kumar oynadıkları bildirilmektedir (Potenza, Steinberg, McLaughlin, 2001; Odlaug, Marsh, Kim, 2011; Ledgerwood, Petry, 2006). Daha erken başlangıçlı patolojik kumar bozukluğu olanların (25 yaş altı) erkek olma ihtimalleri daha yüksek, duygudurum bozukluklarına sahip olma ihtimalleri ise daha düşüktür (Vizcaino, Navarro, Petry, 2014).

Genel nüfusa göre karşılaştırma yapıldığı zaman, patolojik kumar oynama bozukluğuna sahip kişilerin intihar riski artmıştır (Moghaddam, Yoon, Dickerson, 2015). ABD, Almanya ve Avusturya'daki yapılan çalışmalar patolojik kumar oynama bozukluğu olan kişilerin sırasıyla %17-80 ve %4-23 arasında belirtilmiştir. Tedavi sürecinde olan bireylerle yapılan bir araştırmada patolojik kumar oynama bozukluğuna sahip kişilerin %32'sinin intihar düşünceleri geliştirdiği ve en az bir intihar girişiminde bulunan kişilerin oranı %17 olarak belirtilmiştir (Petry, Kiluk, 2002).

#### **2.14. Kumar Oynama Tanı Ölçütleri**

Aşağıda yer alan kriterlerden en az dördünün on iki aylık sürede kendini göstermesi durumunda kumar oynama davranışı “patolojik” bir seyirdir (APA, 2015). Bu kriterlere göre her birey kendi içinde farklı gruplar olarak ele alınır. Bunlar içerisinde sosyal kumarbazlar, patolojik kumarbazlar, suçlu kumarbazlar ve profesyonel kumarbazlar yer almaktadır. Söz edilen gruplar arasında profesyonel kumarbazlar bu davranışı “iş” edinir, sosyal kumarbazlar eğlence amaçlı, suçlu kumarbazlar yasa dışı yollardan elde edilen parayla oynarlar, kumar konusunda kendilerini kontrol edemeden oynayanlar patolojik kumarbazlardır (Ögel, 2010). Bu ölçütler;

- Daha çok para ile kumar oynayarak arzu edilen coşkuyu sağlama,

- Kumar oynamayı bırakmak istediğinde daha öfkeli veya huzursuz olma,
- Kumar oynamayı denetim altına almak, bırakmaya çalışmak ve benzeri girişimlerin sonuç vermeyen çabalar olması,
- Sürekli olarak kumar oynamayı düşünüp durma,
- Genellikle sıkıntı duyarken kumar oynama
- Parayla kumar oynayıp kaybettiklerini yerine koyma çabası,
- Ne kadar sık kumar oynadığını gizleme çabası ve bunun için yalan söyleme,
- Kumar oynama davranışı sebebi ile işini, ilişkilerini, eğitimini ve benzeri durumları riske atmak veya yitirme,
- Kumar oynama davranışı yüzünde para kaybetme ve bunun için çevresinden parasal kaynak yaratma girişimleri (APA, 2015).

#### **2.14.1. Kumar oynama nedenleri**

Kumar oynamanın temel beklentisi, yatırılan miktardan daha çok değer elde etmektir. Kumar çeşitli nedenlerden ötürü oynanmaktadır. Keyifli vakit geçirme, eğlence, sorunlardan kaçış, dinlenme, kolay yoldan zengin olma ve benzeri nedenlerden oynanmaktadır ve her geçen gün kullanımı yaygınlaşmaktadır (Lam, Fielding, Chan, Chow, 2005; Hinchliffe, 2015).

Bireyin kumar oynama davranışında bulunmasının anlaşılmasında “Denetim Odağı” kavramı önemli bir yer tutmaktadır. Rotter tarafından geliştirilmiş olan Denetim odağı kavramı, bireylerin kendi yapmış oldukları davranışlar hakkındaki inançlarını ortaya koymaktadır (Akbulut, 2006). Birey kendi tanıma süreci içerisinde, hayatını etkileyen durumlarda kendini konumlandığı yer, denetim odağını göstermektedir (Rotter, 1966). Denetim odağında kişi davranışlarının denetiminin kendisinde olduğunu düşünüyorsa içsel yönelimli, denetimin kendi davranışları dışında olduğunu düşünüyorsa dışsal yönelimli kişilik özelliklerini barındırdığı belirtilmiştir.

Kumar veya bahis oynayanların büyük çoğunluğu mağdur olmaktadır. Bahis yolu ile zengin olanların sayısı çok azdır. Bazen bahis oyunlarında ikramiye tutturulmadığı için diğer haftaya devredilebilmektedir. Bu durumdan dolayı insanlar ikramiye tutarının artmasından dolayı daha fazla bahis oynayarak motivasyonlarını artırabilirler. Ayrıca sanal bahis sitelerinin varlığı ve sayılarının her geçen gün

artması, kumar oynama sıklığını artırmaktadır. Bireyler bahis oyunları ile boş vaktini eğlenceye, iyi vakit geçirmeye ve dinlenmeye dönüştürmeyi hedeflemektedir. Bunun yanı sıra yoğun iş temposundan kaynaklı stresi aşmak içinde oynanmaktadır. Anksiyete, depresyon, problemlerden kaçış, can sıkıntısını giderme gibi koşullar karşısında rahatlamaya etkisi olabilmektedir. Yapılan bir araştırmaya göre alkol ve madde kullanımı ile problemlerden kaçış ile kumar oynayarak problemlerden kaçış davranışı arasındaki ilişkiyi destekleyen verilere ulaşılmıştır (Arcan ve Karancı, 2014).

- Düşük eğitim seviyesi, düşük gelir düzeyi ve işsizlik faktörlerinin bir sonucu olarak para kazanarak zengin olmak, bir motivasyon sebebi olabilir.
- Büyük ödülü kazanmak için çok daha küçük para ile oynayarak bu ihtimali denemek hoş gitmektedir.
- Borçlarını kapatmak ve kayıplarını telafi etmek amacıyla oynanmaktadır.
- Kumar oyunlarında tecrübe kazanmak, adrenalin ve heyecan yaşamak, bütün bunları sosyal ortamında paylaşmak için hareket edilmektedir.
- Kumardan kazanç sağlamak, sembolik olarak mutluluğa ve başarıya işaret etmektedir.
- Spor ile ilgili bahislerde yeteneklerini, rekabetçiliğini ve gözlemlerini gösterme isteği bu tür oyunlara yönelmede etkilidir.
- Kumardaki kayıplar kötü şans ile ilişkilendirildiği için kumar oynama durumu devam etmektedir.
- Bekar ve yalnız yaşamak kumar davranışını sergilemek açısından riskler barındırmaktadır. Böylece kumara yönelmek, zamanla bağımlılık yaratmaktadır. Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde yapılan bir çalışmada kumar oynama davranışının yaygın olduğu ve gün geçtikçe bu davranışın arttığı gözlemlenmiştir (Çakıcı, Çakıcı, Karaaziz ve Babayiğit, 2019).

## **2.15. Kumar Türleri**

Geçmişten günümüze kadar kumarın farklı çeşitleri odaya çıkmıştır. Gelişen teknoloji ile bahis sitelerinin sayıları artış göstermiş, her yaşta insanın basit ulaşabileceği internet siteleri ve mobil uygulamalar mevcuttur. Çoğu uygulama bu türleri cazip hale getirebilmek için farklı yöntemler kullanmaktadır. Ülkemizde Milli

Piyango İdaresi tarafından denetlenen kazı kazan, şans topu, spor bahisleri, sayısal loto ve at yarışı bahisleri vardır.

### **2.15.1. Bahis**

Kişilerin sonucu belli olmayan şeylere önceden para yatırarak yatırdığı paranın daha fazlasını kazanma isteğine denir. Bireyin becerisine ve bazen de şansa bağlı olarak farklılık gösterir. Bahis, tahmininde başarılı olacak katılımcıya maddi ve manevi kazançlar sağlayan yazılı veya sözlü anlaşmadır (Erol, 2010). Günümüzde bahis türü en yaygın kumar türlerindedir. Bahsinde kendine göre çeşitleri vardır. Spor bahisleri, araba yarışları, tazı bahisleri hatta bireylerin yaşamına etkileyen durumlar hakkında da bahis oynandığı görülmüştür. Özellikle futbol endüstrisinde bahsin önemli bir yeri vardır. Bahisler sadece bireyler arasında değil futbolcular arasında da oynanmaktadır ve bahis oynayan futbolcular cezalandırılmıştır.

### **2.15.2. Loto**

Ülkemizde oldukça yaygındır. Milli Piyango bileti, sayısal loto, şans topu, on numara gibi çeşitleri vardır. Bu oyunlar farklı günlerde oynanmaktadır. İşletilmesi ve denetimi Milli Piyango İdaresi tarafından yürütülmektedir.

### **2.15.3. At yarışı**

Geçmiş yıllarda tarım, ulaşım ve askeri amaçlar ile kullanılan atlar, günümüzde gelişen teknoloji, motorlu taşıtların kullanılması ve modern tarıma geçiş ile daha çok spor ve yarış amaçlı kullanılmaktadır (Kırmızıbayrak, 2004; Paksoy, Ünal, 2010; Yılmaz, 2013.).

## **2.16. Türkiye’de Yapılan Çalışmalar**

### **2.16.1. Dijital bağımlılık**

Dijital bağımlılık ile ilgili yapılan araştırmalar 1980’li yıllarda ortaya çıkmaya başlamıştır. 1989 yılında yapılan araştırmalarla sistematik şekilde kavranmaya başlamıştır. Türkiye’de gençler üzerine yapılan araştırmalarda ise;

Erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre dijital oyun bağımlılığı seviyelerinin daha fazla olduğu ve bu yüzden daha çok bilgisayar oyunları ile vakit geçirdiklerini, ailelerin ekonomik durumlarının çocukların bilgisayar oyunu oynama sürelerinde

etken olduğu, yüksek gelirli ailelerin çocuklarının daha çok bilgisayar oyunu oynadığı ortaya konmuştur (İnal ve Çağıltay, 2005, Yılmaz, 2008, Günüç, 2009, Erboy, 2010, Erboy ve Akar, 2010, Horzum, 2011, Şahin ve Tuğrul, 2012, Güllü, 2012, Gökçearsan ve Durakoğlu, 2014, Yılmaz vd., 2014). Farklı araştırmalarda dijital bağımlılık düzeyleri cinsiyete, yaşa ve sınıfa göre farklılık göstermediği saptanmıştır (Taş vd., 2014, Madran ve Çakılcı, 2014).

Özcebe ve Akçay (2012) tarafından ebeveyn ile çocukların oyun oynama sıklıklarının değerlendirilmesi amacı ile yapılan araştırmada ebeveynlerin dijital oyun oynama süresi yükseldikçe çocuklarında aynı şekilde oyun oynama süreleri yükselmektedir. Ayrıca ebeveynlerin yarısına yakını haftada birkaç defa çocuklarının şiddet içerikli oyunlar ile vakit geçirdiklerini söylemişlerdir. Ebeveynlerin çoğu şiddet içerikli oyunlara sınırlama getirdiklerini belirtmişlerdir.

Çavuş ve arkadaşları (2016) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık seviyelerinin en fazla oynanan oyun çeşidine göre aralarında anlamlı farklılıklar içerdiği, spor, strateji, macera, aksiyon ve çevrimiçi oyun oynama yönünde fikir belirtenlerin dijital oyun bağımlılığı bakımından tehlikeli seviyede yer aldıkları, buna karşılık olarak soru cevap oyunları, eğitsel oyunlar ve simülasyon gibi oyunlar oynayan kişilerin dijital bağımlılık düzeyleri düşük olarak bildirilmiştir.

Aydoğdu (2015) tarafından yapılan bir çalışmada çocuklar ve ebeveynleri üzerinden dijital oyunlar ve şiddet içgörülerinin belirlenebilmesi hedeflenmiştir. Bu çalışma sonucunda ebeveynlerin %60'ının çocuklarının internette dört saate yakın vakit geçirmelerine müsaade ettiklerini, %50'si çocuklarının vakitlerini şiddet içerikli oyunlara harcadıklarının farkında olmalarına rağmen, %35'inin çocuklarına bu konuda çocuklarına müdahale etmediklerini ortaya çıkarmıştır. Çalışma sonucunda ebeveynlerin çoğunun bu durumu onaylamadıkları ve karşı çıktıkları, dijital oyunlardaki şiddeti tasvip etmedikleri saptanmıştır. Çalışmanın başka bir sonucu, her ne kadar ebeveynlerin çocukların bu tutumlarının doğru olmadığını bilmelerine karşın bunun önüne geçebilmek için herhangi bir girişimde bulunmadıklarını ifade ettikleri tespit edilmiştir.

Çakır (2013) tarafından ailelerin bilgisayar oyunlarına karşı tutumları ve öğrencilerde bıraktığı etkilerin incelenmesi amacı ile ikinci sınıf öğrencileri velileri

ile yapılan araştırmada çocukların bilgisayar oyunu oynama oranı %78.1, günlük oyun oynama sürelerinin 1-2 saat aralığında olduğunu bildirenlerin oranı %76.3'tür. Ayrıca ebeveynlerin %34.9'unun dijital oyun oynamanın çocuklarının başarısının olumsuz etkilendiğini bildirmişlerdir. Ebeveynlerden %63.7'si bilgisayar oyunlarının çocukların bağımlılık düzeylerini artırdığını belirtmişlerdir. Buna karşılık olarak %17.7'si bu düşünceye sahip olmadığını, %18.6'sı kararsız kaldıklarını bildirmişlerdir. Aynı zamanda ebeveynlerin %74.9'u çocuklarının oyun oynadıktan sonra aklının oyunda kaldıklarını, oyun karakterlerine zenenlerin oranı %59.1, %47.9'u bilgisayar oyunlarının çocukları üzerinde etkisi olmadığını, %31.6'sı da çocuklarının mutlu ve huzurlu olduğunu belirtmişlerdir.

Çetinkaya ve Sütçü (2016) tarafından çocukların bakış açısıyla anne ve babaların teknolojik araçlara erişim sınırlaması ve sebepleri ile alakalı yapılan çalışma sonucunda katılımcıların %67'sinin ebeveynlerinin kendilerine teknolojik araçların kullanımlarını sınırlandırdıkları ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin kullanımına getirilen sınırlamanın anne tarafından yapılma oranı %40.8, baba tarafından yapılma oranı %28.5, anne ve babanın birlikte aldıkları karar sonucu yapıldığını belirtenlerin oranı ise %30.8'dir. Çalışmaya katılım sağlayan öğrencilerin, ebeveynlerinin evrimii ve çevrimdışı oyunlardan dolayı kısıtlama getirdiklerini düşünenlerin oranı %24.6, eğitim hayatını negatif etkilediği için ebeveynlerin kısıtlama getirdiğini düşünenlerin oranı %65.4 olarak belirtilmiştir.

### **2.16.2. Kumar bağımlılığı**

Ülkemizde kumar bağımlılığı yaygınlığına ilişkin epidemiyolojik çalışmaların sayısı oldukça azdır. Sivas ili merkezinde sınıflandırılmamış dürtü denetimi bozukluklarının epidemiyolojisi hakkında yapılan bir tez çalışmasında patolojik kumar oynama yaygınlığı %0.84 olarak tespit edilmiştir (Tangur, 2001). Üniversite ğrencileri arasında yapılan bir yaygınlık aşamasında ise son bir yılda niversite öğrencileri arasında kumar oynama sıklığı %45.8, yaşam boyu en az bir kere kumar oynama grlme sıklığı %51.3 ve patolojik kumar oynama oranı ise %1.3 olarak ortaya çıkmıştır (Çekem, 2004).



## 2.17. Dünyada Yapılan Çalışmalar

### 2.17.1. Dijital bağımlılık

Dünyada dijital bağımlılık ile ilgili yapılan araştırmalar 1980’li yıllarda ortaya çıkmaya başlamıştır. Dünya genelinde dijital bağımlılık alanında yapılan çalışmalarda ise;

Kaess ve arkadaşlarının Almanya, Avusturya, Estonya, Fransa, Macaristan, İtalya, İsrail, İrlanda, Romanya, Slovenya ve İspanya’dan oluşan 11 Avrupa ülkesinden yaş ortalaması 14.9 olan 11.356 ergenle yapılan çalışmada ergenlerde internet bağımlılığının yaygınlık oranı %4.2 sorunlu internet kullanımının yaygınlık oranı ise %13.4’ tür (Kaess vd., 2014).

Norveç’te yapılan çalışmaya 3889 kişi katılım sağlamıştır. Bu oyun oynayan kişilerin %1.4’ünün oyun bağımlısı, %3.9’unun oyunlara bağlandığını, %7.3’ünün problemli oyuncu ve normal oyuncu oranı %87.4 olarak gözlemlenmiştir (Witteck ve ark., 2015).

Avrupa ülkelerinde Tsitsika ve arkadaşlarının yaşları 14-17 arasında değişen 13.284 ergen ile gerçekleştirdikleri çalışmada, ergenlerde internet bağımlılığının yaygınlık oranı %1.2 internet bağımlılığı risk oranı %12.7 olarak ortaya çıkmıştır (Tsitsika vd., 2014).

Amerika’da gençlere yönelik yapılan bir çalışmada, 2000-2015 yılları arasında gençlerin arkadaşlarıyla her gün buluşma sıklığında %40 oranında bir azalma ortaya çıkmıştır. Sosyal medyayı sık bir şekilde kullanan gençlerde %27 oranında depresyon eğiliminde bir artma gözlemlenmiştir (Twenge, 2017).

Amerika’da 2016 yılında yapılan bir başka çalışmada, Amerikalı gençlerin %39’u, ortalama tüketicilerin %29’u akıllı telefonlar ile etkileşim süresinin diğer insanlar ile etkileşim sürelerinden daha fazla olduğu bulgulanmıştır (Bank Of America, 2016).

2012 yılında Cisco tarafından yapılan bir çalışmada, 18-30 yaş aralığındaki Hindistanlı bireylerin %90’nı her sabah ilk iş olarak akıllı telefonu kontrol ettiklerini ortaya koymuştur. Bu kişiler akıllı telefonları yanlarında olmadığında kendilerini “bir

parça eksik ve endişeli” olarak tanımlamışlardır. E postaları ve sosyal medyayı kontrol etmeden duramayanların oranı ise %70 olarak bulunmuştur (Puri ,2015).

244 genç yetişkin üniversite öğrencisi üzerinde yapılan uluslararası bir çalışmada genç yetişkinlerin aile içi ilişkileri, dürtüsellik ve psikopatolojik zorluklar arasındaki etkileşimi incelenmiştir. Orta derecede bağımlı genç yetişkinlerin diğerlerine göre daha düşük seviyede aile içi etkileşimi olduğu, daha yüksek dürtüsellik ve daha depresif sorunlar bildirmişlerdir.

### **2.17.2. Kumar bağımlılığı**

Felshler ve arkadaşları tarafından 17-22 yaş arası 1324 ergen ve genç yetişkin üzerinde kumar sorunlarının gelişimi üzerine bir çalışma yapılmıştır. Bu çalışmaya göre kumar sorunlarının gelişimi üzerinde çocukluk yıllarındaki olumsuz davranışların risk faktörü olduğu düşünülmektedir. Kumar oynayan kişiler kumar oynamayan kişilere göre yüksek düzeyde çocuklukta kötü muamele davranışı bildirdiler.

Ergenlik dönemindeki gençler üzerinde 1996 yılında yapılan ve yayımlanan 9 meta analiz sonuçlarını değerlendiren bir çalışmaya göre, patolojik kumar oynama yaygınlığı %3.5-%8.5 arasında değişmektedir. Araştırma sonuçları arasındaki farklılıkların değerlendirme araçlarının ve yöntemlerin farklı kullanılmasından dolayı olabileceği iddia edilmiştir (Shaffer ve Hall, 1996).

Patolojik kumar oynama yaygınlığı Güney Batı Sidney’de Çince konuşan toplum kesimi üzerinde yapılan bir çalışmada yaygınlık %2.9 (Blaszczynski ve ark., 1998), Hong-Kong’da yapılan, geniş ölçekli bir toplum çalışmasında %11 (Chen ve ark., 1993), Yeni Zelanda’da kent sakinleri üzerine yapılan bir çalışmada olası patolojik kumar oynama yaygınlığı %38 (Clarke ve ark., 2006) Macao sakinlerinden oluşan örneklem üzerinde yapılan bir araştırmada %1.78 (Fong ve Ozorio, 2005), Kanada’da yaşayan Çinliler üzerinde yapılan araştırmada ise %1.7 (Sin, 1997) yaygınlık oranları bildirilmiştir.

2006 yılında Güney Kore Ulusal Çalışması 6510 kişinin katılımı ile gerçekleştirilmiş ve DSM-IV kriterlerine göre 4 ve altı sorunlu kumar oynama ve 5 ölçüt ve üzeri patolojik kumar oynama olarak değerkendirilmeye alınmıştır. Bu araştırmada yaşam boyu patolojik kumar ve sorunlu kumar oynama yaygınlıkları

%0.8 ve %3 olarak saptanmıştır (Park ve ark., 2010). Çin’de yapılan bir çalışmada ise gençler arasında kumarla ilişkili sorunların yaygınlığı oranı %32-60, sorunlu kumar oynama oranı %1.5-5, patolojik kumar oynama oranı %0.07-2.6 arasında değiştiği bulgulanmıştır (Liu ve ark., 2013).



### **3. YÖNTEM**

Çalışmanın bu bölümünde araştırmaya ilişkin model, çalışma grubu, veri toplama araçları ve veri analizi hakkında bilgilere yer verilmiştir.

#### **3.1. Araştırma Modeli**

Bu araştırmada, 17-25 yaş aralığındaki lise ve üniversite öğrencilerinde çeşitli değişkenler açısından dijital oyun bağımlılığı ve kumar bağımlılığının incelenmesi amaçlanmıştır. Nicel araştırma yöntemleri altında yer alan ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. İki ve daha çok değişken arasında beraber değişim olup olmadığını, varsa derecesini belirlemeyi planlayan araştırma modeli ilişkisel tarama modelidir (Karasar, 2013).

#### **3.2. Örneklem ve Veri Toplama Araçları**

Bu çalışma Bolu Merkez ilçesinde 2021-2022 eğitim öğretim yılında öğrenim gören lise ve üniversite öğrencileri, yaşları 17-25 arasında değişiklik gösteren, 104 kız 146 erkek olmak üzere toplam 250 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma grubu öğrencileri rasgele seçilmiştir.

##### **3.2.1. Tükenmişlik ölçeği**

Pines ve Aranson (1988) tarafından geliştirilen Burhan Çapri tarafından uyarlanan Tükenmişlik Ölçeği'ni farklı mesleklerde çalışan 876 kişi oluşturmaktadır. Ölçeğin yapı geçerliği için yapılan faktör analizi neticesinde, orijinal ölçeğe yakın sonuçlar ortaya çıkmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini saptamak için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .93 olarak saptanmıştır. Ölçeğin üç bileşenli fakat tek faktörlü olduğu yapı geçerliği için yapılan faktör analizi sonucunda ortaya çıkmıştır (Pines ve Aranson, 1988). Ölçekten elde edilen puan yorumlanırken, elde edilen puana göre, ölçeği yanıtlayan bir kişinin dört farklı şekilde tükenmişlik düzeyi yorumlanmaktadır. Buna göre bu kişi için: (a) ölçekten alınan "3 ve altındaki" puanlar herhangi bir tükenmişlik durumu olmadığı; (b) ölçekten alınan "3-4"

arasındaki puanlar tükenmişlik için bir tehlike sinyali olduğu; (c) ölçekten alınan “4-5” arasındaki puanlar bir tükenmişlik durumu içinde olduğu; (d) ölçekten alınan “5 ve üzeri” derhal yardım gerektiren bir tükenmişlik durumu içinde olduğu şeklinde yorumlanmaktadır.

### 3.2.2. South oaks kumar tarama testi

SOKKT kumar oynama davranışını ve şiddetini önlemek amacıyla ABD’de South Oaks Hastanesi Kumar Tedavi Ekibi tarafından geliştirilmiştir. 26 sorudan oluşan öz bildirim ölçeğidir (Lesieur ve Blume, 1987). Orijinal ölçek formuna göre ölçek 20 puan üzerinden hesaplanmakta, beş ve üzerinde puana sahip kişiler patolojik düzeyde kumar oynayanlar şeklinde sınıflandırılmaktadır. Türkiye’de İbrahim Duvarcı ve Azmi Varan tarafından gerçekleştirilen çalışma ile SOKKT puanlamasına 20 madde dahil edilmiştir. Bunlardan 3 tanesi kültürümüze uygun olmadığı için çıkarılmıştır. Bunların yerine kültürümüze özgü 2 yeni madde ilave edilmiştir. Türkçe Formu on dokuz maddeden oluşan ve kesme noktası 8 puan olan ölçek haline gelmiştir. Ölçekten 8 ve üzeri puan alanlar muhtemel patolojik kumarbaz olarak nitelendirilmektedir. On dokuz maddelik SOKKT’ nin iç tutarlık katsayısı Cronbach alfa= .8772 ve test tekrar test korelasyonu  $r = .95$  olarak bulunmuştur.

### 3.2.3. Sıkıntıya dayanma ölçeği

A. Emre Sargin, Kadir Özdel, Çisem Utku, Erkan Kuru, Özden Yalçinkaya Alkar ve M. Hakan Türkçapar tarafından geliştirilen Sıkıntıya Dayanma Ölçeği 66 erkek ve 101 kadın üniversite öğrencisi, toplam 167 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. SDÖ bir öz bildirim ölçeğidir. SDÖ diğer testler gibi laboratuvar ortamlarında, davranışsal deneylerle bireylerin sıkıntılı durum ve olaylarda ne kadar süreklilik gösterebildiğini ölçmez. SDÖ bu gibi testlerden ayrı olarak, temel olarak kişinin kendi sıkıntıya dayanma kapasitesi hakkındaki algısına odaklanır. Toplam 15 sorudan oluşan ölçek 5’li likert şeklinde hazırlanmıştır. Sonuçlar hesaplanırken bir puan, bireyin sıkıntıya dayanma kapasitesi ile ilgili bilgilendirir. Sıkıntıya dayanma kapasitesi puan arttıkça yükselmektedir. Orijinal ölçeğe göre dört alt grupta ölçüm yapılmaktadır. Bunlar regülasyon, tolerans, değerlendirme ve dikkat dağılmasıdır. SDÖ’nün Türkçe geçerlik çalışmasında 3 faktörlü olduğu belirtilmiştir. Bu faktörler regülasyon, tolerans ve öz yeterlilik şeklinde adlandırılmıştır.

Cronbach alfa katsayıları ölçeğin hepsi için .89; tolerans alt boyutu için .90; regülasyon alt boyutu için .80, öz yeterlik alt boyutu için .64 olarak bulunmuştur.

#### **3.2.4. Dijital oyun bağımlılığı ölçeği**

Aylin Yalçın Irmak ve Semra Erdoğan tarafından geliştirilen Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği 9. 10. ve 11. sınıflarında öğrenim gören 95 ergenden oluşmaktadır. Ölçeğin güvenilirliğini ölçmek için madde toplam puan korelasyonu, iç tutarlılık (Cronbach alfa) ve tekrar test korelasyonu kullanılmıştır. Ölçeğin Kapsam Geçerlik İndeksi .92, Cronbach alfa katsayısı .72, madde toplam puan korelasyonları 0.52-0.76 aralığında çıkmıştır. Üç haftalık test tekrar test korelasyonu 0.80' dir.

#### **3.2.5. Kontrol odağı ölçeği**

İhsan Dağ tarafından geliştirilen Kontrol Odağı Ölçeği ilk aşamada 272 üniversite öğrencisi üzerinde uygulanmıştır. İkinci aşamada 111 yeni üniversite öğrencisi üzerinde uygulanmıştır. Her iki aşamada öğrencilere 47 maddeden oluşan KOÖ, Belirti Tarama Listesi, Rosenbaum'un Öğrenilmiş Güçlülük Ölçeği, Normal Ötesi İnanışlar ve Rotter'in İç Dış Kontrol Odağı uygulanmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini ölçmek için madde toplam puan korelasyonu, iç tutarlılık ve tekrar test korelasyonu kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa katsayısı .92, test tekrar test güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. 5'li Likert tipi kullanılan ölçekte KOÖ toplam 47 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerin 25 maddesi düz, 22 maddesi ise ters yönlü olarak puanlanmaktadır.

### **3.3. Veri Analizi**

Veri toplama ölçekleri ile elde edilen veriler bilgisayar ortamına sayısal ifade olarak girilecek ve bu veriler Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı (SPSS) kullanılarak istatistiksel sonuçlara dönüştürülecektir. Ölçekler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Doğrulayıcı Faktör Analizi ve Güvenirlik Analizi, Bağımsız Örneklem t-testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Mann Whitney U Testi kullanılmıştır.

#### 4. BULGULAR

Araştırmaya 17-25 yaş aralığında toplam 250 kişi katılmıştır. Bu kişilerin 104'ü kadın ve 146'sı erkek bireylerden oluşmaktadır. 17-20 yaş aralığında toplam 114 kişi, 20-25 yaş aralığında 136 kişi bulunmaktadır. South Oaks Kumar Tarama Testi sonuçlarına göre katılımcıların %36' sını muhtemel patolojik kumarbaz, %64' ü ise muhtemel patolojik kumarbaz değil olarak ortaya çıkmıştır.

Cinsiyete göre Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

**Tablo 3.1:** Cinsiyet ve Dijital Oyun Bağımlılığı

Boyut	Grup	N	Aritmetik Ortalama	S	sd	t	p
DOBO	Kadın	104	18.64	7.16	248	-0.402	0.688
	Erkek	146	18.99	6.56			

\*p<0,05

Kadınlar ve erkekler için tüm puanlarda çarpıklık ve basıklık katsayıları -1 ve +1 arasında olduğundan parametrik testlerden ilişkisiz örneklem için t testi uygulanmıştır. DOBO puanları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Yaş seviyeleri için DOBO puanlarında çarpıklık ve basıklık katsayıları -1 ile +1 arasında olduğundan parametrik testlerden ilişkisiz örneklem için t testi uygulanmıştır. Yaş seviyeleri açısından DOBO puanları arasında anlamlı bir farka rastlanmamıştır (t(199.138)=1.184, p>0.05).

Yaş seviyesine göre Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği alt boyutları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

**Tablo 3.2:** Yaş Seviyesine Göre DOBO Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları

	Yaş	n	$\bar{X}$	s	sd	t	p
<b>DOBO</b>	17-20	114	19.41	7.95	199.138	1.184	0.238
	21-25	136	18.36	5.65			

Dijital Oyun Bağımlılığı ölçeği toplam puanları için cinsiyet değişkeni alt kategorileri arasında yapılan karşılaştırmalarda herhangi bir anlamlı farka rastlanmamıştır. Kadınların aritmetik ortalaması 2,66 ( $\pm 1,02$ ); erkeklerin aritmetik ortalaması ise 2,72( $\pm 0,94$ ) olarak hesaplanmıştır. Buna ek olarak madde bazlı elde edilen sonuçlara göre hem kadın hem erkek bireylerin dijital oyun oynama tercihlerinin günlük yaşamdan uzaklaşma isteğinden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen madde bazlı ortalama değerlere göre her iki cinsiyet grubunda “Gündelik hayattan uzaklaşmak amacıyla oyun oynadığın oldu mu?” maddesi için en yüksek ortalamaya ulaşmıştır. Bunun yanında erkekler “Oyunda harcanan vakit için çevrendeki kişiler ile kavga ettin mi?” maddesinde; kadınlar ise “Oyun oynamak amacıyla diğer önemli faaliyetleri ihmal ettin mi?” maddesinde en düşük aritmetik ortalamaya sahiptir.

Dijital Oyun Bağımlılığı ölçeğinde yaş grupları arasında ise maddelerde ve toplam puan düzeyinde anlamlı farklılıklar olmadığı belirlenmiştir. Buna göre 17-20 yaş arasındaki bireylerin Dijital Oyun Bağımlılığı toplam puanları 21-25 yaş arasındaki bireylerinki ile eş değer seviyededir:  $t(248)=1,219$ ;  $p>0,05$ . Yapılan madde bazlı incelemelerde de farklı yaş gruplarının ortalama olarak değişkenlik gösterdiği ancak bu farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Madde düzeyinde yapılan aritmetik ortalama hesaplamalarında “Gündelik yaşamdan uzaklaşmak amacıyla oyun oynadığın oldu mu?” maddesi için her iki yaş grubunda en yüksek aritmetik ortalamaya ulaştığı gözlenmiştir. 17-20 yaş grubundaki bireyler ( $3,12\pm 1,18$ ); 21-25 yaş grubundaki bireyler ise ( $2,97\pm 1,108$ ) aritmetik ortalamaya sahiptir. Bunun yanı sıra 17-20 yaş grubundaki bireyler en düşük ortalamaya “Oyunda geçen vakit için yakınındaki kişiler ile kavga ettin mi?” maddesinde sahiptir. 21-25 yaş grubundaki ise en düşük aritmetik ortalama “Oyun oynamak için diğer önemli faaliyetleri ihmal ettin mi?” maddesi için hesaplanmıştır. Yaş grupları için sırasıyla aritmetik ortalamalar 2,54 ( $\pm 1,524$ ) ve 2,43 ( $\pm 1,263$ )’tür.



Cinsiyete göre KO ölçeği ve alt boyutları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Kadınlar ve erkekler için KO\_tüm ve KO\_KK puanlarında çarpıklık ve basıklık katsayıları -1 ile +1 arasında olmadığından nonparametrik testlerden Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Diğerleri için -1 ile +1 arasında olduğundan parametrik testlerden ilişkisiz örneklem için t testi uygulanmıştır.

**Tablo 3.3:** Cinsiyete göre KO AODİ, ÇA, K, Şİ Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem için T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	s	sd	t	p
<b>KO_AODİ toplam puanı</b>	Kadın	104	14,8077	4,21527	248	0,625	0,532
	Erkek	146	14,4932	3,69575			
<b>KO_ÇA toplam puanı</b>	Kadın	104	28,8750	7,79555	248	-0,672	0,502
	Erkek	146	29,5000	6,82819			
<b>KO_K toplam puanı</b>	Kadın	104	9,7885	2,71520	248	0,655	0,513
	Erkek	146	9,5685	2,54317			
<b>KO_Şİ toplam puanı</b>	Kadın	104	32,3365	4,71850	248	-0,206	0,837
	Erkek	146	32,4589	4,57297			

KO\_AODİ alt boyutu için  $t(248) = 0.625, p>0.05$ ) KO\_ÇA alt boyutu için  $t(248) = -0.672, p>0.05$ ) KO\_K alt boyutu için  $t(248) = 0.655, p>0.05$ ) KO\_Şİ alt boyutu için  $t(248) = 0.206, p>0.05$ ) olarak belirlenmiştir. Bütün alt boyutlar için anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

**Tablo 3.4:** Cinsiyete Göre KO Tüm Toplam ve KO KK Alt Boyut Puanları İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları

Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p	
<b>KO tüm toplam puanı</b>	Kadın	104	135,50	14091,50	6552,50	0,065
	Erkek	146	118,38	17283,50		

**Tablo 3.4 (Devamı):** Cinsiyete Göre KO Tüm Toplam ve KO KK Alt Boyut Puanları İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları

Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p	
KO_KK	Kadın	104	128,86	13401,00	7243,00	0,535
toplam	Erkek	146	123,11	17974,00		

KO tüm puan için ( $U = 6552.50$ ,  $p > 0.05$ ) KO\_KK alt boyutu için ( $U = 7243.00$ ,  $p > 0.05$ ) olarak belirlenmiştir. Her ikisi içinde anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Kontrol Odağı ölçeği için cinsiyet değişkeni için yapılan karşılaştırmalarda herhangi bir alt boyut için kadın ve erkek bireylerin anlamlı farklılık göstermediği görülmüştür.

Madde bazlı yapılan incelemelerde kadınlar ve erkekler arasındaki anlamlı fark çıkan tek maddenin “İnsanın elde ettiğinin talihle bir ilgisi yoktur.” maddesi olduğu görülmüştür. Bu maddede erkeklerin aritmetik ortalaması ( $3,13 \pm 1,205$ ) olarak, kadınların ortalaması ise ( $2,75 \pm 1,335$ ) olarak belirlenmiştir. Buna göre erkeklerin şansa olan inançlarının kadınlara göre daha düşük seviye de olduğunun söylenmesi mümkündür.

Kontrol Odağı ölçeği için bireyler en yüksek aritmetik ortalamaya “Bir şeyin olacağı varsa mutlaka olur.” maddesinde ulaştığı görülmüştür ( $3,39 \pm 1,24$ ). Öte yandan en düşük aritmetik ortalama ise “İnsanın burcu hangi hastalıklara daha yatkın olacağını belirler.” maddesi için hesaplanmıştır. ( $2,65 \pm 1,387$ ).

Yaş seviyesine göre KO ölçeği ve alt boyutları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Yaş seviyeleri için KO\_KK puanında çarpıklık ve basıklık katsayıları -1 ile +1 arasında olmadığından nonparametrik testlerden Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Diğerleri için -1 ile +1 arasında olduğundan parametrik testlerden ilişkisiz örneklem için t testi uygulanmıştır.

**Tablo 3.5:** Yaş Seviyesine Göre KO Toplam ve Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklemeler İçin T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	s	sd	t	p
<b>KO tüm toplam</b>	17-20	114	138,7982	11,84874			
	21-25	136	136,3529	13,21813		1,527	0,128
<b>KO_AODİ toplam</b>	17-20	114	15,0175	4,19435			
	21-25	136	14,2941	3,64766		1,458	0,146
<b>KO_ÇA toplam</b>	17-20	114	30,4649	7,62411			
	21-25	136	28,2132	6,75542	248	2,475	0,014
<b>KO_K toplam</b>	17-20	114	9,9123	2,83643			
	21-25	136	9,4485	2,40006		1,400	0,163
<b>KO_Şİ toplam</b>	17-20	114	33,0439	4,80116			
	21-25	136	31,8750	4,41955		2,002	0,046

KO tüm puan için  $t(248) = 1.527, p > 0.05$  KO\_AODİ alt boyutu için  $t(248) = 1458 p > 0.05$  KO\_ÇA alt boyutu için  $t(248) = 2.475, p > 0.05$  KO\_K alt boyutu için  $t(248) = 1.400, p > 0.05$  KO\_Şİ alt boyutu için  $t(248) = 2.002, p > 0.05$

**Tablo 3.6:** Yaş Seviyesine Göre KO\_KK Puanı İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Yaş	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p
<b>KO_KK toplam</b>	17-20	114	117,38	13381,50		
	21-25	136	132,31	17993,50	6826,50	0,104

KO\_KK alt boyutu için ( $U = 6826.50 p > 0.05$ ) olarak bildirilmiştir. Yaş seviyesine göre KO\_KK alt boyutu için anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Kontrol Odağı ölçeği için yaş değişkeni alt kategorilerinde ise “Çabalamanın Anlamsızlığı” ve “Şansa İnanma” alt boyutları için anlamlı farklılık olduğu

görülmüştür. Buna göre Çabalamanın Anlamsızlığı alt boyutunda 17-20 yaş grubunun;21-25 yaş grubundaki bireylere göre daha yüksek aritmetik ortalamaya sahip olduğu görülmüştür. Aynı şekilde Şansa İnanma alt boyutu içinde 17-20 yaş grubundaki bireylerin yine daha yüksek aritmetik ortalamaya sahip olduğu görülmüştür. Bunun dışındaki boyut puanlarında ve ölçek toplam puanlarında anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Cinsiyete göre SDO ölçeği ile alt boyutları puanları arasında anlamlı farklılık var mıdır?

Kadınlar ver erkekler için SDO tüm puanlarında çarpıklık ve basıklık katsayıları -1 ile +1 arasında olmadığından nonparametrik testler altında bulunan Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Diğerleri için -1 ile +1 arasında olduğundan parametrik testlerden ilişkisiz örneklem için t testi uygulanmıştır.

**Tablo 3.7:** Cinsiyete Göre SDO\_O, SDO\_R, SDO\_T Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	s	sd	t	p
<b>SDO_O toplam puanı</b>	Kadın	104	8,4038	2,54482	248	-1,827	0,069
	Erkek	146	9,0000	2,54070			
<b>SDO_R toplam puanı</b>	Kadın	104	7,9135	3,00844	248	-2,101	0,037
	Erkek	146	8,7123	2,93130			
<b>SDO_T toplam puanı</b>	Kadın	104	25,4904	7,93786	248	-1,382	0,168
	Erkek	146	26,8288	7,25625			

SDO\_O alt boyutu için  $t(248) = -1.827$   $p > 0.05$ ) SDO\_R alt boyutu için  $t(248) = -2.101$   $p > 0.05$ ) SDO\_T alt boyutu için  $t(248) = 1.382$   $p > 0.05$ ) olarak bildirilmiştir. Bu sonuçlara göre SDO\_R alt boyutu için anlamlı bir farka rastlanmıştır. Diğer alt boyutlar için anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

**Tablo 3.8:** Cinsiyete Göre SDO Tüm Toplam Puanı İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p
<b>SDO tüm toplam puanı</b>	Kadın	104	117,00	12168,00	6708,00	0,116
	Erkek	146	131,55	19207,00		

SDO tüm puan için ( $U = 6708.00$ ,  $p > 0.05$ ) olarak bildirilmiştir. Bu sonuca göre SDO tüm puan için anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Sıkıntıya Dayanma ölçeği için yine cinsiyet ve yaş değişkeni alt grupları arasında karşılaştırmalar yapılmıştır. Bunlardan ilkinde cinsiyet değişkeni alt kategorileri arasındaki karşılaştırmalarda, sadece anlamlı fark Regülasyon boyutu puanları için tespit edilmiştir:  $t(248) = -2,101$ ;  $p < 0,05$ . Çıkan bu anlamlı fark doğrultusunda yapılan madde bazlı incelemelere göre “Diğer insanlar sıkıntılı ve üzgün hissetmeye benden daha çok dayanıyor gibiler.” maddesinde anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Bu madde için erkek bireylerin daha yüksek aritmetik ortalamaya ( $3,12 \pm 1,34$ ) sahip oldukları belirlenmiştir. Analiz sonucunda elde edilen aritmetik ortalama değerleri erkek bireylerin regülasyon puanlarının kadın bireylere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Sıkıntıya Dayanma Ölçeği Faktör 3 alt boyutu (Öz yeterlilik) cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Sıkıntıya Dayanma Ölçeği Faktör 1 alt boyutu (Tolerans) cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Sıkıntıya Dayanma ölçeği için yaş grupları arasında yapılan karşılaştırmalara göre ise farklı yaş gruplarındaki bireylerin puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Yaş seviyesine göre SDO ve alt boyutları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Yaş seviyeleri için SDO\_tüm ve SDO\_T puanlarında çarpıklık ve basıklık katsayıları -1 ile +1 arasında olmadığında nonparametrik testler altında bulunan Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Diğerleri için -1 ile +1 arasında olduğundan parametrik testlerden ilişkisiz örneklem için t testi uygulanmıştır.

**Tablo 3.9:** Yaş Seviyesine Göre SDO\_O ve SDO\_R Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklemeler İçin T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	s	sd	t	p
<b>SDO_O</b>	17-20	114	8,7807	2,81827	248	0,162	0,871
<b>toplam</b>	21-25	136	8,7279	2,32049			
<b>puanı</b>							
<b>SDO_R</b>	17-20	114	8,1842	3,15826		-0,950	0,343
<b>toplam</b>	21-25	136	8,5441	2,83070			
<b>puanı</b>							

SDO\_O alt boyutu için  $t(248) = 0.162$   $p > 0.05$ ) ve SDO\_R alt boyutu için  $t(248) = -0.950$   $p > 0.05$ ) olarak bildirilmiştir. Her iki sonuç için anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

**Tablo 3.10:** Yaş Seviyesine Göre SDO\_Tüm Ve SDO\_T Alt Puanları İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Yaş	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p
<b>SDO_tüm</b>	17-20	114	126,11	14376,50	7682,50	0,903
<b>toplam</b>	21-25	136	124,99	16998,50		
<b>puanı</b>						
<b>SDO_T</b>	17-20	114	129,08	14715,00	7344,00	0,473
<b>toplam</b>	21-25	136	122,50	16660,00		
<b>puanı</b>						

SDO tüm puan için ( $U = 7682.50$ ,  $p > 0.05$ ) ve SDO\_T alt boyutu için ( $U = 7344.00$ ,  $p > 0.05$ ) olarak bildirilmiştir. İki sonuç içinde anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Sıkıntıya Dayanma Ölçeği için yapılan ilişki incelemelerinde özyeterlilik ile patolojik kumar bağımlılığı arasındaki ilişki incelendiğinde patolojik kumar bağımlısı olmayanlara göre SDO alt boyutu olan özyeterlilik arasında anlamlı bir fark gözlenmiştir. Buna göre patolojik kumar bağımlılarının özyeterlilik seviyesinden kumar bağımlısı olmayanlara göre daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Cinsiyete göre Tükenmişlik Ölçeği ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Kadınlar ve erkekler için TO tüm puanlarında çarpıklık ve basıklık katsayıları -1 ile +1 arasında olmadığından nonparametrik testlerden Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Diğerleri -1 ile +1 arasında olduğundan parametrik testlerden ilişkisiz örneklem için t testi uygulanmıştır.

**Tablo 3.11:** Cinsiyete Göre TO\_DT, TO\_FT, TO\_ZT Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	s	sd	t	p
<b>TO_DT</b>	Kadın	104	29,8365	9,42946	248	2,468	0,014
<b>toplam</b>	Erkek	146	27,0411	8,37227			
<b>puanı</b>							
<b>TO_FT</b>	Kadın	104	29,3942	8,10540		1,835	0,068
<b>toplam</b>	Erkek	146	27,6301	7,02411			
<b>puanı</b>							
<b>TO_ZT</b>	Kadın	104	29,4712	6,44161		1,680	0,094
<b>toplam</b>	Erkek	146	28,1712	5,71913			
<b>puanı</b>							

TO\_DT alt boyutu için  $t(248) = 2.468$ ,  $p > 0.05$ ) TO\_FT alt boyutu için  $t(248) = 1.835$ ,  $p > 0.05$ ) TO\_ZT alt boyutu için  $t(248) = 1.680$ ,  $p > 0.05$ ) olarak bildirilmiştir. TO\_DT alt boyutu için anlamlı bir farka rastlanmıştır. Ancak diğer alt boyutlar için anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

**Tablo 3.12:** Cinsiyete Göre TO Tüm Toplam Puanı İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p
<b>TO tüm</b>	Kadın	104	135,50	14091,50		
<b>toplam</b>	Erkek	146	118,38	17283,50	6552,50	0,065
<b>puanı</b>						

TO tüm puan için ( $U = 6552.50$ ,  $p > 0.05$ ) olarak bildirilmiş olup anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Tükenmişlik ölçeği için yapılan karşılaştırmalarda ise cinsiyet değişkeni alt grupları arasında “Duygusal Tükenme” ve toplam ölçek puanı düzeyinde anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Buna göre Duygusal Tükenme alt boyutunda kadınların, erkeklere göre anlamlı şekilde yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür:  $t(248) = 2,468$ ;  $p < 0,05$ . Yine toplam tükenmişlik ölçeği puanlarında da kadınların daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğu sonucuna varılmıştır:  $t(248) = 2,249$ ;  $p < 0,05$ .

Yaş seviyesine göre Tükenmişlik Ölçeği ve alt boyutları puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Yaş seviyeleri TO\_tüm puanlarında çarpıklık ve basıklık katsayıları -1 ile +1 arasında olmadığından nonparametrik testlerden Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Diğerleri için -1 ile +1 arasında olduğundan parametrik testlerden ilişkisiz örneklem için t testi uygulanmıştır.

**Tablo 3.13:** Yaş Seviyesine Göre TO\_DT, TO\_FT, TO\_ZT Alt Boyut Puanları İçin İlişkisiz Örneklem İçin T Testi Sonuçları

	Yaş	n	$\bar{X}$	s	sd	t	p
<b>TO_DT</b>	17-20	114	28,7982	9,80444	248	0,965	0,336
<b>toplam</b>	21-25	136	27,7059	8,10132			
<b>puanı</b>							
<b>TO_FT</b>	17-20	114	29,0439	8,57181		1,278	0,203
<b>toplam</b>	21-25	136	27,7941	6,50369			
<b>puanı</b>							
<b>TO_ZT</b>	17-20	114	29,5088	6,49199		1,916	0,056
<b>toplam puanı</b>	21-25	136	28,0441	5,59347			

TO\_DT alt boyutu için  $t(248) = 0.965$ ,  $p > 0.05$ ), TO\_FT alt boyutu için  $t(207,856) = 1,278$   $p > 0.05$ ) ve TO\_ZT alt boyutu için  $t(248) = 1,916$   $p > 0.05$ ) olarak bildirilmiştir. Bu sonuçlara göre tüm alt boyutlarda anlamlı bir farka rastlanmamıştır.



**Tablo 3.14:** Yaş Seviyesine Göre TO Tüm Puanı İçin Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Yaş	n	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	p
<b>TO_tüm</b>	17-20	114	130,83	14914,50	7144,50	0,286
<b>toplam</b>	21-25	136	121,03	16460,50		
<b>puanı</b>						

TO\_tüm puan için (U = 7144.50, p>0.05) olarak bildirilmiştir. Bu sonuca göre TO\_tüm puan yaşa göre anlamlı bir farka sahip değildir.

Tükenmişlik ölçeği için yaş grupları arasında yapılan karşılaştırmalarda ise herhangi bir anlamlı fark tespit edilememiştir. Bu durum tükenmişlik düzeyinin yaş düzeyinden bağımsız olduğunu göstermektedir. Tükenmişlik Ölçeği ile patolojik kumar bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki vardır. Duygusal tükenme genel olarak patolojik kumar bağımlılarında daha yüksektir.

South Oaks Kumar Tarama Testi sonuçlarına göre muhtemel patolojik kumarbaz ile muhtemel patolojik kumarbaz olmayanların kumara para yatırma eğilimleri arasında anlamlı bir fark var mıdır?

**Tablo 3.15:** Cinsiyet ve SOKTT

Boyut	Grup	N	Aritmetik Ortalama	S	t	sd	p
<b>SOKTT</b>	Kadın	61	1,730	0,211	-1,178	142,000	0,241
	Erkek	83	1,779	0,268			

South Oaks Kumar Tarama Testi için yapılan karşılaştırmalarda cinsiyete göre anlamlı farklılık ortaya çıkmıştır: t(248)= -2,071;p<0,05. Buna göre yapılan karşılaştırmalarda erkeklerin kumar tarama testi puanları anlamlı şekilde daha yüksektir. Madde bazlı yapılan kıkare testlerinde sırasıyla aşağıdaki maddeler için cinsiyet değişkeni ile anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir:

Spor-Toto veya Spor-Loto oynama sıklığı:  $\chi^2 = 6,763$ ; p<0,05.

“Kumar oynadığınızda, kaybettiğiniz parayı yeniden kazanmak için bir başka gün yine kumar oynamaya gider misiniz?”  $\chi^2 = 5,719$ ; p<0,05.

“Hiç niyet ettiğinizden daha fazla kumar oynadığınız oldu mu?”  $\chi^2 = 3,925$ ;  $p < 0,05$ .

“Hiç insanların, sizin kabul edip etmediğinize bakmaksızın, bahis oynamanızı eleştirdikleri veya size kumar sorununuz olduğunu söyledikleri oldu mu?”  $\chi^2 = 6,157$ ;  $p < 0,05$ .

“Kumar oynamanızdan veya kumar oynadığınız zaman yaşadıklarınızdan ötürü hiç suçluluk duyduğunuz oldu mu?”  $\chi^2 = 4,586$ ;  $p < 0,05$ .

“Bahis kağıtlarını, piyango biletlerini, kumar paralarını, kumar borçlarını veya diğer bahis veya kumar delillerini eşinizden çocuklarınızdan veya hayatınızdaki diğer önemli insanlardan hiç sakladığınız oldu mu?”  $\chi^2 = 6,365$ ;  $p < 0,05$ .

Kumar çeşitlerinden biri olan “Parasına okey” erkeklerde az bir farkla daha fazla oynanmıştır. “Spor-Toto veya Spor-Loto” erkek bireylerde daha fazla oynanan kumar çeşitlerindedir. Sayısal-Loto erkek bireyler tarafından daha fazla oynanmaktadır. Bahis ve kumar ile ilgili sorunu olduğunu düşünenlerin sayısı erkek bireylerde kadın bireylere göre fazladır. Kumar oynarken niyet edilenden daha fazla kumar oynayanların sayısı kadın bireylerde daha fazladır. “Bahis kağıtları, piyango biletleri, kumar paraları, kumar borçları, diğer bahis veya kumar delillerini” eşinden, çocuklarından veya hayatlarındaki diğer önemli bireylerden saklayanların ortalaması kadınlarda daha fazladır. Birinden borç alıp kumar yüzünden ödeyemeyenlerin sayısı ortalama olarak kadınlarda daha fazladır.

Patolojik kumarbaz olanlar ile olmayanlar arasında kumar için para yatırma eğilimi açısından farklılık olup olmadığının araştırılması için yapılan analiz neticesinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Patolojik kumarbaz olanların daha yüksek meblalarda para yatırdığı görülmektedir.

Bireylerin kumara ne kadar para yatırdığı ile Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği ortalaması, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği ortalaması, Kontrol Odağı Ölçeği ortalaması, Sıkıntıya Dayanma Ölçeği ortalaması ve Tükenmişlik Ölçeği ortalaması değişkenlerinin anlamlılığına ilişkin tek yönlü varyans analizi yapılmıştır.

Dijital Oyun Bağımlılığı, Kontrol Odağı, Sıkıntıya Dayanma, Tükenmişlik Ölçekleri ve South Oaks Kumar Tarama Testi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Tüm katılımcılar için bütün ölçek puanlarının çarpıklık ve basıklık katsayıları -1 ile +1 arasında olduğundan verilerin normal dağıldığı belirlenmiş ve ölçekler arasındaki ilişkiye Pearson Momentler Çarpımı Katsayısı ile bakılmıştır.

Dijital Oyun Bağımlılığı puanları ile Kontrol Odağı ( $r=0.269$ ) arasında pozitif yönde zayıf düzeyde, Sıkıntıya Dayanma puanları ( $r=-0.200$ ) arasında negatif yönde düşük düzeyde, Tükenmişlik puanları ( $r=0.319$ ) pozitif yönde orta düzeyde ve SOKTT ile ( $r=0.561$ ) pozitif yönde orta düzeyde ilişki bulunmuştur. Kontrol Odağı puanları ile Sıkıntıya Dayanma puanları ( $r=-0.210$ ) arasında negatif yönde düşük düzeyde, Tükenmişlik puanları ( $r=0.333$ ) ile pozitif yönde orta düzeyde ve SOKTT ile arasında ( $r=0.323$ ) pozitif yönde zayıf düzeyde ilişki vardır. Sıkıntıya Dayanma puanları ile Tükenmişlik puanları ( $r=-0.274$ ) arasında negatif yönde zayıf düzeyde, SOKTT ile arasında ( $r=-0.269$ ) negatif yönde zayıf düzeyde ilişki olduğu görülmüştür.

## 5. SONUÇ VE TARTIŞMA

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte ortaya çıkan yenilikler ve değişimler dünyayı etkilediği kadar bireyleri ve toplumu da etkilemektedir. Teknolojinin kendi iç işleyişi ve toplumsal yapıyı etkilemesi açısından çeşitli görüş ve çözüm önerileri sunabilmek önem taşımaktadır. Bu etkilerin olumlu ve olumsuz etkileri mevcuttur. Genç yaşta teknoloji ile tanışan bireylerin tutum ve davranışları önceki nesillere göre farklılaşmaktadır. Bu modern teknoloji araçları gelişmeye devam ettikçe isnanoğlunun teknoloji ile olan ilişkisinde problemlerli bir hal almaya başlamıştır. Teknolojik araçların bilinçsiz kullanımında insanlara zarar vermektedir.

Toplumun bütün kesimlerinde yaş, cinsiyet, meslek, ekonomik durum fark etmeksizin ortaya çıkan dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı, günümüzün en ciddi problemleri arasında yer almaktadır. Dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı davranışsal bağımlılıklar arasında yer almakla birlikte; madde bağımlılığında olduğu gibi kişide yoksunluk, nüks, bilişsel değişimler gibi fiziksel ve ruhsal bağımlılık belirtileri ortaya çıkarmaktadır.

Genç bireyler zamanları daha çok sanal ortamda geçirdikleri sürece sosyal, kişisel, eğitsel, ailevi ve mesleki sorumluluklarını yerine getirmede sorunlar yaşamaları kaçınılmazdır. Bunun yanı sıra fiziksel rahatsızlıklar, psikolojik rahatsızlıklar, fizyolojik değişimler vb. ciddi sağlık problemleri yaşamalarına sebep olan bir hastalık ve bozukluktur. Bu gibi toplumsal ve sağlık değişimlerinin önüne geçebilmek için sanal ortamlarda geçirilen süre azaltılmalı ve sanal bahise çeşitli kısıtlamalar getirilmelidir. Bireylerin dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı düzeylerinde farklılıklar oluşabilmektedir. Bu farklılıklar; farklı kişilik özelliklerine sahip olma, alışkanlıklar, günlük yaşamdaki davranışlar ve yaşam tercihlerinden kaynaklanmaktadır.

Bu çalışmanın amacı, dijital bağımlılık ve sanal kumar bağımlılığı ilişkisini incelemektedir. Birbirlerini yakından etkileyen bu iki kavram günümüzde daha çok önem arz etmektedir. Bu çalışmada 17-25 yaş aralığındaki lise ve üniversite

öğrencilerinin dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı düzeylerini ölçmek için çeşitli ölçekler kullanılmıştır. Çalışma kapsamında, evrenini Bolu Fen Lisesi, İzzet Baysal Anadolu Lisesi, Bolu Sosyal Bilimler Lisesi, Bolu Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Bolu Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'ndeki 17-25 yaş aralığındaki öğrenciler oluşturmaktadır. Elde edilen verilere güvenirlik testi ve normallik testi, *t* testi ve ANOVA analizleri yapılmış olup, örnekleme oluşturan öğrencilerin demografik özellikleri incelenmiş ve analizler sonucunda ölçeklerden “Kontrol Odağı Ölçeği” hariç diğer ölçeklerin geçerli ve güvenilir bir derecede olduğu sonucuna varılmıştır. Analiz neticesinde elde edilen bulgular analiz edildiğinde hipotezler kabul edilmektedir.

Araştırma kapsamında araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular elde edilmiştir. Buna göre cinsiyet dağılımında kadınların oranı %41.6, erkek katılımcıların oranı %58.4'tür. Ancak, erkekler ile kadınlar arasında %16.8 kadar fark bulunmuştur. Araştırmaya katılan katılımcılar South Oaks Kumar Tarama Testi'nin sonuçlarına göre muhtemel patolojik kumarbaz ve muhtemel patolojik kumarbaz değil olarak ikiye ayrılmıştır. Katılımcıların %36'sı muhtemel patolojik kumarbaz, %64'ü muhtemel patolojik kumarbaz değil olarak bulgulanmıştır. Bu sonuç kumara yatkınlık açısından katılımcıların sayısı ve yaşları temel alındığında beklentilerden biraz yüksek bir sonuçtur. Bu sebeple genç bireylerin eğitim hayatı, sosyal hayatı ve aile içi ilişkilerini olumsuz etkileyebilir.

Hipotez 1: Dijital Oyun Bağımlılığı ile Kontrol Odağı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Dijital Oyun Bağımlılığı puanları ile Kontrol Odağı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde bir ilişki bulunmuş ve hipotez doğrulanmıştır. Alan yazında yer alan çalışmalara bakıldığında; Chak ve Leung (2004) tarafından 722 kişi ile yapılan çalışmanın sonucunda kişi dijital bağımlılığa yatkın ise çekingen, başkalarına karşı koyamayacağı düşüncesi, kendine olan inancında azalma ve hayatının gidişatını şans faktörünün belirleyeceğine olan inancı fazladır.

Agaj (2016) tarafından yapılan çalışmada ise, kontrol odağı seviyesi yüksek kişilerin internet bağımlılığı geliştirme olasılığı kontrol odağı seviyesi düşük olanlara göre %35 daha azdır. Ayrıca çalışmamızda dijital oyun bağımlılığı genç bireylerde daha fazla görülmektedir. Alan yazı incelendiğinde; Nap, Ijssessteijn, Kort (2009)

tarafından yapılan çalışmada genç yetişkinlerin yaşlı bireylere göre dijital oyunlarla daha fazla ilişkili olduklarını bulmuştur.

Greenberg ve ark., (2010), Griffiths, Davies ve Chappell (2004), Griffiths ve Meredith (2009), Rideout, Foehr ve Roberts (2010) tarafından yapılan çalışmalar da 10 ila 20 yaş arasındaki bireylerin daha fazla oyun oynadıkları sonucu ortaya çıkmıştır.

Hipotez 2: Dijital Oyun Bağımlılığı ve Sıkıntıya Dayanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Dijital Oyun Bağımlılığı puanları ile Sıkıntıya Dayanma puanları arasında negatif yönde zayıf düzeyde bir ilişki bulunmuş ve hipotez doğrulanmıştır. İlgili alan yazı incelendiğinde; Carroll, Jia, Rosson, Wisniewski, Wang, Xu, Zheng, (2015) tarafından ABD’de 75 ergenle yapılan bir çalışmada gençler yüksek düzeyde dijital bağımlılık gösterse bile sıkıntıya dayanma faktörünün gençleri dijital bağımlılıktan korumada önemli bir faktör olduğunu tespit etmişlerdir. Ayrıca sıkıntıya dayanmanın internet bağımlılığı ve çevrimiçi oyunlara maruz kalma ile ilişkili olumsuz psikolojik faktörlerin etkisini azaltmaktadır.

Akaroğlu (2022) tarafından 227 çocuk üzerinde gerçekleştirilen çalışmanın sonucunda otoriter ebeveyn tutumu, internet kullanım sıklığı, cinsiyet ve görev odaklı olmanın dijital oyun bağımlılığı eğilimini anlamlı düzeyde etkilemiştir. Dijital oyun bağımlılığı eğiliminin, çocukların sıkıntıya dayanma ve ebeveynlerin rolü açısından kritik bir öneme sahiptir.

Hipotez 3: Dijital Oyun Bağımlılığı ve Kumar Bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Dijital Oyun Bağımlılığı puanları ile Kumar Bağımlılığı puanları arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmuş ve hipotez doğrulanmıştır. İlgili alan yazı incelendiğinde; Öztürk (2019) tarafından e-spor oyunlarının psikolojik sağlığa olumsuz etkileri olduğu, teknoloji ve kumar başta olmak üzere birçok farklı bağımlılık riski taşıdığı belirtilmiştir.

Literatürde dijital oyun bağımlılığı ve kumar bağımlılığı ilişkisini inceleyen çalışmaların sayısı oldukça azdır. Fakat internet bağımlılığı başlığı altında yapılan çalışmalardan hareketle hipotez yine desteklenmektedir. Griffiths (1999) yaptığı

çalışmada kumar bağımlısı bir bireyin interneti kumar oynama isteğini tatmin etmek amacı ile kullandığını belirtmiştir.

Hipotez 4: Kumar Bağımlılığı ve Kontrol Odağı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Kumar Bağımlılığı puanları ile Kontrol Odağı arasında pozitif yönde zayıf düzeyde bir ilişki bulunmuş ve hipotez doğrulanmıştır. İlgili alan yazı incelendiğinde; Kaya ve Başkan (2020) tarafından yapılan bir çalışmada kumar oynama motivasyonu iç-dış kontrol odağı özelinde incelenmiş olup kontrol odağı ve kumar oynama motivasyonu arasında pozitif bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Kişilerin dış kontrol odağı inanç düzeyleri yükseldikçe kumar oynama motivasyon düzeyleride yükselmektedir.

Clarke (2008) tarafından yapılan çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Yapılan bir başka çalışmada Stadelhofen, Aufrere, Besson, Rossier (2009) bireylerin kumar oynama düzeyinin etkilenmesinin kontrol odağı düzeyine bağlı olduğuna dair bulgulara ulaşmışlardır.

Tao, Wu, Chems, Tong (2010) tarafından yapılan araştırmada öncelikle kumar oynayan kişilerin kontrol odağı seviyeleri incelenmiştir. Ardından katılımcıların kumar oynama motivasyonları ile kontrol düzeyleri arasında pozitif ilişki bulgulanmıştır.

Hipotez 5: Kumar Bağımlılığı ile Sıkıntıya Dayanma arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Kumar Bağımlılığı puanları ile Sıkıntıya Dayanma puanları arasında negatif yönde zayıf düzeyde bir ilişki bulunmuş ve hipotez doğrulanmıştır. Literatür incelediğinde sıkıntıya dayanmayla alakalı yapılan çalışmalar daha çok madde bağımlılığı, alkol, depresyon, anksiyete ile bağlantılıdır (Buckner, Keough ve Schmidt, 2007; Bernstein, Zvolensky, Vujanovic ve Moos, 2009; Keough, Riccardi, Timpano, Mitchell ve Schmidt, 2010).

Bizim çalışmamızda Sıkıntıya Dayanma Ölçeği için yapılan ilişki incelemelerinde öz yeterlilik ve patolojik kumar bağımlılığı arasındaki ilişki incelendiğinde patolojik kumarbaz olmayanlara göre SDÖ alt boyutlarından öz yeterlilik arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Buna göre patolojik kumar bağımlısı

olan bireylerin öz yeterlilik seviyesinden kumar bağımlısı olmayanlara oranla daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Hipotez 6: Dijital Oyun Bağımlılığı ve Tükenmişlik arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Dijital Oyun Bağımlılığı puanları ile Tükenmişlik puanları arasında pozitif yönde zayıf düzeyde bir ilişki bulunmuş ve hipotez doğrulanmıştır. İlgili alan yazı incelendiğinde; Özmen (2019) tarafından yapılan bir çalışmada dijital oyun bağımlılığı yüksek bireylerin psikolojik sağlamlıkları düşüktür ve tükenmişliğe daha yatkındırlar. Rapoza, Robertson ve Yan (2016) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise internet bağımlılığı için korucu faktörler arasında psikolojik sağlamlığın olduğu saptanmıştır. Nem ve arkadaşları (2018) yaptıkları araştırmada internet bağımlılığı için koruyucu faktör olarak psikolojik sağlamlığı saptamışlardır. Ülkemizde ise Ağır'ın (2018) lise öğrencileri ile ortaya koyduğu çalışmada internet bağımlılığı ve psikolojik sağlamlık arasında negatif yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki bulmuştur. Alan yazındaki bulgular ile karşılaştırıldığında dijital oyun bağımlılığı ve tükenmişlik bulgusu örtüşmektedir.

Hipotez 7: Kumar Bağımlılığı ile Tükenmişlik arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Kumar Bağımlılığı puanları ile Tükenmişlik puanları arasında pozitif yönde zayıf düzeyde bir ilişki bulunmuş ve hipotez doğrulanmıştır. İlgili alan yazı incelendiğinde; Tang, Lim, Koh ve Cheung (2019) tarafından ABD' de 1233 tam zamanlı çalışanlar ile yapılan çalışmada iş stresinin (tükenmişlik ve duygu durum bozukluğu) kumar oynama davranışı üzerinde doğrudan etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürdeki bulgular ile karşılaştırıldığında kumar bağımlılığı ve tükenmişlik bulgusu örtüşmektedir.

Dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı konusu üzerine yapılacak olan araştırmaların kapsamı genişletilerek bu araştırmaların sayısı artırılmalıdır. Dijital araç, uygulamalar ve kumar hakkında toplumun tamamı alanında uzman kişiler tarafından bilgilendirilmeli ve sürekli olarak kitle iletişim araçları ile farkındalık düzeyleri artırılmalıdır. Okullarda öğrenim gören gençlerin aileleri seminerler veya broşürler ile düzenli olarak bilgilendirilmelidir. Dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı konuları eğitim müfredatlarında yer almalıdır. Bu konularda



uzmanlaşmak isteyen araştırmacıların, öğreticilerin sayıları artırılarak diğer kesimlere bilgilerini aktarmaları sağlanabilir. Ayrıca bu konulara olan ilginin artması için tıpkı Yeşilay Cemiyetinin yaptığı gibi teşvik programları açıklanmalıdır. Yeşilay Cemiyetinin bağımlılık üzerine yaptığı eğitim ve tedavi programlarının halkla ilişkiler kapsamında daha çok kitleye ulaşması sağlanmalıdır. Türkiye genelinde kamu ve özel kurumlarda ve eğitim kademelerinde yer alan bütün bireylerin her yıl düzenli olarak dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı seviyeleri ölçülerek dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı seviyelerinin orta düzeye yaklaşanlar ve yüksek çıkanlar uzman kişiler tarafından bilgilendirilmeli ve gerekli durumlarda tedaviye yönlendirilmelidir. Dijital bağımlılık ve kumar bağımlılığı üzerine halkın ilgisini çekebilecek etkinliklerin artırılması ve televizyon ekranlarında kamu spotu reklamlarının sıklığının artırılması önerilmektedir.

## KAYNAKÇA

- Ağır, M. S. (2018). Ergenlerde psikolojik sağırlık, okul tüklenmişliği ve internet bağımlılığı üzerine bir inceleme. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 2, 5-19.
- Aguinis, H. (2011). Organizational responsibility: Doing good and doing well.
- Ahmadi, K., & Saghafi, A. (2013). Psychosocial profile of Iranian adolescents' Internet addiction. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(7), 543-548.
- Aile Yapısı Araştırması, (2016); <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=21869> Erişim Tarihi: 31.05.2022
- Akaroğlu, G. (2022). Parental Attitudes and Social Emotional Well-Being Predict Digital Game Addiction in Turkish Children. *The American Journal of Family Therapy*, 1-19.
- Akbolat, M., Oğuz, I., & Uğurluoğlu, Ö. (2011). Sağlık Çalışanlarının Kontrol Odağı, İş Doyumu, Rol Belirsizliği ve Rol Çatışmasının Karşılaştırılması. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 29(2), 23-48.
- Akbulut, E. (2006). Müzik eğitimi anabilim dalı öğrencilerinin denetim odaklarına ilişkin algıları. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26(3).
- Akça, Y. (2019). Sanal bahis siteleri mi ya da sanal kumar siteleri mi?. *Business & Management Studies: An International Journal*, 7(4): 1446-1466 doi: <http://dx.doi.org/10.15295/bmij.v7i4.1180>
- Akçay, D. (2013). The effects of interaction design in mobile publishing: Research on Newspaper Webpages Compality to Mobile Devices. *Yayınlanmamış Doktora Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*.
- Aksoy A. (2012). Kumar şans ve beceri içi midir? *Yeşilay Dergisi*, 945: 19–21.
- Alaçam, H. (2012). Denizli bölgesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının görölme sıklığı ve yetişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkisi. *Uzmanlık Tezi, Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Denizli*.
- Aldad, T. S., Gan, G., Gao, X. B., & Taylor, H. S. (2012). Fetal radiofrequency radiation exposure from 800-1900 mhz-rated cellular telephones affects neurodevelopment and behavior in mice. *Scientific reports*, 2(1), 1-8.
- Altıntaş, M. (2018). Kumar oynama bozukluğu tanısı olan hastalarda, anksiyete, depresyon, ruminasyon ve dürtüsellik. *Cukurova Medical Journal*, 43(3), 624-633.
- Alvarez-Monjaras, M., Mayes, L. C., Potenza, M. N. & Rutherford, H. J. (2019). A developmental model of addictions: integrating neurobiological and

- sychodynamic theories through the lens of attachment. *Attachment & human development*, 21(6), 616-637. American Psychiatric Association.
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5) (2013). *Arlington: American Psychiatric Publishing.*
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2001). Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması, Gözden Geçirilmiş Dördüncü Baskı (DSM-IV-TR). E Köroğlu (Çev. Ed.), *Hekimler Yayın Birliği. Ankara*
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 30(2), 252.
- APA (2015). DSM V tanı ölçütleri el kitabı. (E. Köroğlu, Çev.), *Hekimler Yayın Birliği. Ankara*
- Aras, E. (2021). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığının yalnızlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkisi ve dijital oyun bağımlılığının çeşitli demografikler açısından incelenmesi. (*Master's thesis, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*)
- Arcan, K., & Karanci, A. N. (2014). Kumar Oynama Nedenleri Ölçeğinin uyarlama, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 15(3).
- Arıcak, T. (2015). Siber Alemin Avatar Çocukları İnternet ve Gençlik İlişkisinin Bugünü ve Geleceği. *Remzi Kitabevi*, 13-74.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 1(1): 55-67.
- Arslan, A., Kırık, A. M., Karaman, M. ve Çetinkaya, A. (2015). Lise ve Üniversite Öğrencilerinde Dijital Bağımlılık, UHİVE: *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, Yaz, (s. 34 – 58).
- Arslan, A., & Bardakçı, S. (2020). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin iletişim becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 8(20), 36-70.
- Aslan, A. (2016). Türkiye’de Çocukların Güvenli İnternet Kullanımında 2010-2015 Yılları Arasındaki Değişimler ve Uygulamaların Yansımaları (Doktora tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Aslan, Ö. (2001). Hoşgörü ve tolerans kavramlarına etimolojik açıdan analitik bir yaklaşım. *Cumhuriyet Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 5(2), 357-380.
- Atılış, T. (2016). İşletmelerde kontrol odağı ve lider-üye etkileşiminin iş tatmini üzerindeki etkisi (*Master's thesis, Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Ayhan, B., & Köseliören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 6(1), 1-30.

- Aydoğdu, K. İ. (2015). Dijital Oyunlar ve Dijital Şiddet Farkındalığı: Ebeveyn Ve Çocuklar Üzerinde Yapılan Karşılaştırmalı Bir Analiz. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(36), 806-818.
- Ayhan, B., & Köseliören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 6(1), 1-30.
- Babacan, M. E. (2016). Sosyal medya kullanım alanları ve bağımlılık ilişkisi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(1), 7-28.
- Balıkçı, R. (2018). Çocuklarda ve ergenlerde çevrimiçi oyun bağımlılığı ve agresif davranışlar arasındaki ilişkinin incelenmesi (*Master's thesis, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Balkin, A. (2020). Lise öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeyi ile eleştirel düşünme eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (*Master's thesis, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*).
- Bank of America. (2016). Trends in consumer mobility report 2016. Erişim adresi: [http://newsroom.bankofamerica.com/files/press\\_kit/additional/2016\\_BAC\\_Trends\\_in\\_Consumer\\_Mobility\\_Report.pdf](http://newsroom.bankofamerica.com/files/press_kit/additional/2016_BAC_Trends_in_Consumer_Mobility_Report.pdf)
- Barışık, H. (2021). Lise öğrencilerinin çevrimiçi oyun bağımlılığı ile akran ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi (*Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*).
- Basım, H. N., & Şeşen, H. (2006). Kontrol odağının çalışanların nezaket ve yardım etme davranışlarına etkisi: kamu sektöründe bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (16), 159-168.
- Baydoğan, M. & İ. Dağ (2008) "Hemodiyaliz Hastalarındaki Depresiflik Düzeyinin Yordanmasında Kontrol Odağı, Öğrenilmiş Güçlülük ve Sosyotropi-Otonomi", *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 19-28.
- Bekar, T. (2018). Üniversite öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıklar ve ilişkili faktörler. *Uzmanlık Tezi, Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Denizli*
- Bellak, L., Hurvich, M., & Gedeman, H. (1973). Ego functions in schizophrenics, neurotics and normals. NY: John Wiley.
- Benowitz NL., Hukkaken J., & Jacob P. Nicotine chemistry, metabolism, kinetics and biomarkers. *Handb Exp Pharmacol* 2009; 192: 29-60
- Bernstein, A., Zvolensky, M. J., Vujanovic, A. A., & Moos, R. (2009). Integrating anxiety sensitivity, distress tolerance, and discomfort intolerance: A hierarchical model of affect sensitivity and tolerance. *Behavior Therapy*, 40(3), 291-301.
- Beyatlı, Ö. (2012). Orta Öğretim Akademisindeki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı düzeylerinin Belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Yakındoğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, KKTC*
- Blanco, C., Hasin, D. S., Petry, N., Stinson, F. S., & Grant, B. F. (2006). Sex differences in subclinical and DSM-IV pathological gambling: results from

- the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions. *Psychological medicine*, 36(7), 943-953.
- Blanco, C., Myers, J., & Kendler, K. S. (2012). Gambling, disordered gambling and their association with major depression and substance use: a web-based cohort and twin-sibling study. *Psychological medicine*, 42(3), 497-508.
- Bland, R. C., Newman, S. C., Orn, H., & Stebelsky, G. (1993). Epidemiology of pathological gambling in Edmonton. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 38(2), 108-112.
- Blaszczynski, A., Huynh, S., Dumlao, V. J., & Farrell, E. (1998). Problem gambling within a Chinese speaking community. *Journal of Gambling Studies*, 14(4), 359-380.
- Bonanno, P., & Kommers, P. A. (2005). Gender differences and styles in the use of digital games. *Educational Psychology*, 25(1), 13-41.
- Bondolfi, G., Jermann, F., Ferrero, F., Zullino, D., & Osiek, C. H. (2008). Prevalence of pathological gambling in Switzerland after the opening of casinos and the introduction of new preventive legislation. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 117(3), 236-239.
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-mediated Communication*, 13(1), 210-230.
- Bozkurt, O. (2015). Madde bağımlısı bireylerin bağımlılık süreçlerinde ailenin etkisi. (*Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Brito, J., Shadab, H. B., & Castillo, A. (2015). Bitcoin financial regulation: Securities, derivatives, prediction markets, and gambling. *Columbia Science and Technology Law Review*, 16, 144-221.
- Browne, B. A., & Brown, D. J. (1994). Predictors of lottery gambling among American college students. *The Journal of social psychology*, 134(3), 339-347.
- Buckner, J. D., Keough, M. E., & Schmidt, N. B. (2007). Problematic alcohol and cannabis use among young adults: The roles of depression and discomfort and distress tolerance. *Addictive behaviors*, 32(9), 1957-1963.
- Can, H. C., & Tozoğlu, E. (2019). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin spor ve farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 3(3), 102-118.
- Can, M. F. (2015). At Yarışı Gelirlerinin Değerlendirilmesi ve Ona Etkili Faktörler. *Erciyes Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dergisi*, 12(2), 123-131.
- Chen, C. N., Wong, J., Lee, N., Chan-Ho, M. W., Lau, J. T. F., & Fung, M. (1993). The Shatin community mental health survey in Hong Kong: II. Major findings. *Archives of general psychiatry*, 50(2), 125-133.
- Choo, H., Gentile, D., Sim, T., Li, D. D., Khoo, A., & Liau, A. (2010). Pathological video-gaming among Singaporean youth.

- Clarke, D., Abbott, M., Tse, S., Townsend, S., Kingi, P., & Manaia, W. (2006). Gender, age, ethnic and occupational associations with pathological gambling in a New Zealand urban sample.
- Cunningham-Williams, R. M., Cottler, L. B., Compton 3rd, W. M., & Spitznagel, E. L. (1998). Taking chances: problem gamblers and mental health disorders--results from the St. Louis Epidemiologic Catchment Area Study. *American journal of public health*, 88(7), 1093-1096.
- Çakıcı, M., Çakıcı, E., Karaaziz, M., & Babayiğit, A. (2019). KKTC'de kumar yaygınlığı, risk etkenleri ve kültür tutumları ile ilişkisi: 2007-2014. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 20(4).
- Çakıcı, M. (2019). Bağımlılık, Tanı, Tedavi ve Önleme. 9b. *İstanbul: Yeşilay Yayınları*.
- Çakır, H. (2013). Bilgisayar Oyunlarına İlişkin Ailelerin Yaklaşımı ve Öğrenci Üzerindeki Etkilerin Belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 138-150.
- Çakır, V., & Çakır, V. (2010). Televizyon bağımlılığı. *Konya: Literatür Yayınları*.
- Çakmak, S., & Tamam, L. (2018). Kumar oynama bozukluğu: Genel bir bakış. *Bağımlılık Dergisi*, 19(3), 78-97.
- Çalın, S. (2019). Anadolu Bölgesi'nde Kumar Bağımlılığının Psikolojik Semptomlarla Olan İlişkinin İncelenmesi (*Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Çapri, B. (2006). Tükenmişlik ölçeğinin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1).
- Çavuş, S., Ayhan, B. & Tuncer, M. (2016). Bilgisayar Oyunları ve Bağımlılık: Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Alan Araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi. Gazi Üniversitesi*. Sayı 43, 266.
- Çekem, A. B. (2004). İnönü üniversitesi öğrencilerinde kumar oynama davranışı, patolojik kumar yaygınlığı ve ilişkili etkenler. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi, Malatya*.
- Çelik, M. (2021). Üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığının yalnızlık ve umutsuzluk ile ilişkisinin incelenmesi. *Haliç Üniversitesi, İstanbul*.
- Çetinkaya, L., & Sütçü, S. (2016). Çocukların Gözüyle Ebeveynlerinin Bilişim Teknolojileri Kullanımlarına Yönelik Kısıtlamaları ve Nedenleri. *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry*, 7(1), 79-116.
- Çırak, M. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Nomofobi: Dijital Bağımlılık, Sosyal Bağlılık ve Yaşam Doyumunun Rolü. (*Yayımlanmamış yüksek lisans tezi*). *Hacettepe Üniversitesi, Ankara*.
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4).
- Çoban, A. (2005). Lise son sınıf öğrencilerinin mesleki olgunluk düzeylerinin yordayıcı bazı değişkenlere göre incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(10).

- Çömlekçi, M. F., & Başol, O. (2019). Gençlerin sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(4), 173-188.
- Dağ, İ. (2002). Kontrol odağı ölçeği (KOÖ): Ölçek geliştirme, güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17(49), 77-90.
- Demir, G. T., & Bozkurt, T. M. (2019). Dijital oyun oynama tutumu ölçeği (DOOTÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-18.
- Deniz, L., & Ünal, A.T. (2016). Genelleştirilmiş Problemler İnternet Kullanımı Ölçeği 2 (GPIKÖ2)'nin Türkçeye uyarlanması: Geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(23), 7-20.
- Derin, S., & Bilge, F. (2017). Patolojik kumar oynama: Bir olgu sunumu. *Pegem Atıf İndeksi*, 485-494.
- Desai, R. A., Krishnan-Sarin, S., Cavallo, D., & Potenza, M. N. (2010). Video-gaming among high school students: health correlates, gender differences, and problematic gaming. *Pediatrics*, 126(6), e1414-e1424.
- Dews, P. B. (1955). Studies on behavior. I. Differential sensitivity to pentobarbital of pecking performance in pigeons depending on the schedule of reward. *Journal de Pharmacologie*.
- Dicle, A. N. (2020). Televizyon-Online İzleme Bağımlılığı. *J Cogn Behav Psychother*, 20.
- Dinç, M. (2014). Eylemsel bir bağımlılık: Kumar. Yeşilay, Bağımlılık Tedavisi, *Aylık Sağlık, Eğitim ve Kültür Dergisi*, 967(7), 20-24.
- Divan, H. A., Kheifets, L., Obel, C., & Olsen, J. (2008). Prenatal and postnatal exposure to cell phone use and behavioral problems in children. *Epidemiology*, 523-529.
- Dong, G., Wang, J., Yang, X., & Zhou, H. (2013). Risk personality traits of Internet addiction: A longitudinal study of Internet-addicted Chinese university students. *Asia-Pacific Psychiatry*, 5(4), 316-321.
- Dönmez, A. (1985) "Denetim Odağı ve Çevre Büyüklüğü", *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16(1), 37-47.
- Dursun, A., & Çapan, B. E. (2018). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ve psikolojik ihtiyaçlar. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 128-140.
- Duvarcı, İ. (1998). Patolojik Kumar Oynama: Tanısına Ve Eşlik Eden Özelliklerin Belirlenmesine İlişkin Betimsel Bir Çalışma. *Ege Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir*
- Duvarcı, İ., & Varan, A. (2001). South Oaks Kumar Tarama Testi Türkçe Formu Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(1); 34-45.
- Dünya Bankası, (2014). Türkiye Erişim Adresi: <https://data.worldbank.org/country/turkey?locale=tr>

- Eisen, S. A., Slutske, W. S., Lyons, M. J., Lassman, J., Xian, H., Toomey, R. E. E. A., & Tsuang, M. T. (2001). The genetics of pathological gambling. *In Seminars in clinical neuropsychiatry* (Vol. 6, No. 3, pp. 195-204).
- Eker, Ö. (2016). Lise Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılıkları ile Öznel İyi Oluşlarının İncelenmesi. *Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.*
- Ektiricioğlu, C., Arslantaş, H., & Yüksel, R. (2020). Ergenlerde çağın hastalığı: Teknoloji bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 29(1), 51-64.
- Eni, B. (2017). Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi (*Master's thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Erbay, E., Oğuz, N., Yıldırım, B., & Fırat, E., (2016). Alkol ve madde bağımlılığı olan bireylerin başa çıkma tutumları. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, (3), 545- 556.
- Erboy, E. (2010). İlköğretim 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılığına Etki Eden Faktörler. Yüksek Lisans Tezi, *Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.*
- Erboy, E. ve Akar Vural, R. (2010). İlköğretim 4. ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılığını Etkileyen Faktörler. *Ege Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 39-58.
- Erdoğan, Y. (2019). Kumar Problemleri Yaşayan Bireylerin Kumar Oynamayla İlgili Deneyimlerinin Yorumlayıcı Fenomenolojik Analizi.
- Erkılıç, E. (2021). Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığının Yalnızlık ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkisi ve Dijital Oyun Bağımlılığının Çeşitli Demografikler Açısından İncelenmesi (*Master thesis, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*).
- Erol, İ.G. (2010). Spor müsabakalarında bahis tertibi ve sonuçları. Tezsiz Yüksek Lisans Projesi, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya*, 2,23-24,32.
- Ertemel, A. V., & Aydın, G. (2018). Technology addiction in the digital economy and suggested solutions. *Addicta Turk. J. Addict*, 5, 665-690.
- Erten, Y. (2010). Yanılsama ve din. *Psikeart dergisi*, 12, 48-55.
- Felsher, J. R., Derevensky, J. L., & Gupta, R. (2010). Young adults with gambling problems: The impact of childhood maltreatment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 8(4), 545-556.
- Fonagy, P. & Target, M. (2008). Attachment, trauma, and psychoanalysis: Where psychoanalysis meets neuroscience.
- Fong, D. K. C., & Ozorio, B. (2005). Gambling participation and prevalence estimates of pathological gambling in a far-east gambling city: Macao. *UNLV Gaming Research & Review Journal*, 9(2), 2.
- Fong, T. W. (2005). The biopsychosocial consequences of pathological gambling. *Psychiatry (Edgmont)*, 2(3), 22.



- Freud, A. (2011). Ben ve Savunma Mekanizmaları (Y. Erim, Çev.) İstanbul: Metis.
- Funk, J. B. (1993). Reevaluating the impact of video games. *Clinical pediatrics*, 32(2), 86-90.
- Geniş, B., & Hakan, A. (2020). İntihar girişimi ile acil servise başvuran kumar bağımlılığı olgusu. *Bağımlılık Dergisi*, 21(1), 92-98.
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. *Psychological science*, 20(5), 594-602.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: a two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319-e329.
- Gezgin, D. M., Hamutoglu, N. B., Gemikonakli, O., & Raman, I. (2017). Social networks users: fear of missing out in preservice teachers. *Journal of Education and Practice*, 8(17), 156-168.
- Gökçearslan, Ş., & Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23,419-435.
- Göldağ, B. (2018). Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin demografik özelliklerine göre incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 1287-1315.
- Griffiths, M. D. (2015). Adolescent gambling and gambling-type games on social networking sites: Issues, concerns, and recommendations. *Aloma: revista de psicologia, ciències de l'educació i de l'esport Blanquerna*, 33(2), 31-37.
- Griffiths, M. D., & Davies, M. N. (2005). Videogame addiction: does it exist?.
- Griffiths, M. D., & Hunt, N. (1995). Computer game playing in adolescence: Prevalence and demographic indicators. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 5(3), 189-193.
- Griffiths, M. D., & Hunt, N. (1998). Dependence on computer games by adolescents. *Psychological reports*, 82(2), 475-480.
- Griffiths, M., Wardle, H., Orford, J., Sproston, K., & Erens, B. (2009). Sociodemographic correlates of internet gambling: Findings from the 2007 British gambling prevalence survey. *CyberPsychology & Behavior*, 12(2), 199-202.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R., & Griffiths, M. D. (2006). Excessive computer game playing: evidence for addiction and aggression?. *Cyberpsychology & behavior*, 10(2), 290-292.
- Güllü, M., Arslan, C., Dündar, A., & Murathan, F. (2012). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılıklarının İncelenmesi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(9), 89-100.
- Gülner, B., & Balcı, Ş. (2011). Yeni medya ve kültürleşen toplum. *Literatür Yayınları*, 64-67.

- Gümüş, İ. & Örgev, C. (2015). Önlisans öğrencilerinin akıllı cep telefon kullanmalarının başarı ve harcama düzeylerine olası etkileri üzerine bir çalışma, *Akademik Platform Dergisi*, 1: 310-315.
- Gündüz, A. (2015). İnternet Güvenliği Üzerine 2000-2014 Yılları Arasındaki Çalışmaların Bir İçerik Analizi: Riskler, Risklere Etki Eden Faktörler ve Metodolojik Yönelimler (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Günel, Y. (1976). Uyuőturucu Madde Suçları, *Kazancı Yayınları*, Ankara.
- Günüç, S. (2009). İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik Değişkenler ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van*.
- Günüç, S. & Kayri, M. (2010). Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (39), 220-232.
- Gürcan, A., Özhan, S., & Uslu, R. (2008). Dijital oyunlar ve çocuklar üzerindeki etkileri. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, Ankara, 1-50.
- Gürültü, E. (2016). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılıkları ve akademik erteleme davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul*.
- Han, D. H., Kim, Y. S., Lee, Y. S., Min, K. J., & Renshaw, P. F. (2010). Changes in cue-induced, prefrontal cortex activity with video-game play. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(6), 655-661.
- Hartmann, T., & Klimmt, C. (2006). Gender and computer games: Exploring females’ dislikes. *Journal of computer-mediated communication*, 11(4), 910-931.
- Hauge, M. R., & Gentile, D. A. (2003, April). Video game addiction among adolescents: Associations with academic performance and aggression. *In Society for Research in Child Development Conference*.
- Hinchliffe, S. A. (2015). Defining the " Defined"—Problem Gambling, Pathological Gambling, and Gambling Disorder: Impact on Policy and Legislation. *Barry Law Review*, 20(2), 6.
- Hodgins, D. C., Stea, J. N., & Grant, J. E. (2011). Gambling disorders. *The Lancet*, 378(9806), 1874-1884.
- Hoefl, F., Watson, C. L., Kesler, S. R., Bettinger, K. E., & Reiss, A. L. (2008). Gender differences in the mesocorticolimbic system during computer game-play. *Journal of psychiatric research*, 42(4), 253-258.
- Holden, J. T., Kaburakis, A., & Rodenberg, R. M. (2018). Esports: Children, stimulants and video-gaming-induced inactivity. *Journal of paediatrics and child health*, 54(8), 830-831.

- Horzum, M., B., Ayas, T., & Balta, Ç., Ö. (2008). Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), ss. 76-88.
- Horzum, M. B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 36
- Ibanez, A., De Castro, I. P., Fernandez-Piqueras, J., Blanco, C., & Saiz-Ruiz, J. (2000). Pathological gambling and DNA polymorphic markers at MAO-A and MAO-B genes. *Molecular psychiatry*, 5(1), 105-109.
- Ihlwan, M., & Jacops, S. (2006). Online Oyun Korelilerin Takıntısı. *Business Week Türkiye*, 3, 44-50.
- Irmak, A. Y., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.
- İbrahim, I. I., Subari, K. A., Kassim, K. M., & Mohamood, S. K. B. (2013). Antecedent stirring purchase intention of Smartphone among adolescents in Perlis. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 3(12), 84.
- İnal, Y. & Çağıltay, K. (2005). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları ve Oyun Tercihlerini Etkileyen Faktörler. Ankara Özel Tevfik Fikret Okulları, Eğitimde Yeni Yönelimler II Eğitimde Oyun Sempozyumu, 71-74, Ankara.
- İncekara, H. İ. (2021). Yetişkinlerde kumar bağımlılığı ile heyecan arama ve öz kontrol arasındaki ilişkinin incelenmesi (*Master's thesis, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi*).
- İşçibaşı, Y. (2011). Bilgisayar, İnternet ve Video Oyunlari Arasinda Çocuklar. *Selçuk İletişim*, 7(1), 122-130.
- J. Walter Thompson Intelligence. (2011). Fear of Missing Out (FOMO). Erişim Adresi:[http://www.jwtintelligence.com/production/FOMO\\_JWT\\_TrendReport\\_May2011.pdf](http://www.jwtintelligence.com/production/FOMO_JWT_TrendReport_May2011.pdf)
- J. Walter Thompson Intelligence. (2012). Fear of Missing Out (FOMO) Update. Erişim adresi:[http://www.jwtintelligence.com/wpcontent/uploads/2012/03/F\\_JWT\\_FOMOupdate\\_3.21.12.pdf](http://www.jwtintelligence.com/wpcontent/uploads/2012/03/F_JWT_FOMOupdate_3.21.12.pdf)
- Kaess M, Durkee T, Brunner R, Carli V, Parzer P, & Wasserman C. (2014) et al. Pathological internet use among European adolescents: Psychopathology and self-destructive behaviours. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 23:1093-102
- Kanıt L, & Keser A. (2010). Tütün bağımlılığının biyofizyolojisi. In: Aytemur ZA, Akçay Ş, Elbek O. Tütün ve Tütün Kontrolü. *Türk Toraks Derneği Yayını*, 10: 141-56
- Kaplan, N. (2016). Ortaokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Sağlık Üzerine Etkilerinin İncelenmesi

- Karaaslan, A. İ., & Budak, L. (2012). Üniversite öğrencilerinin cep telefonu özelliklerini kullanımlarının ve gündelik iletişimlerine etkisinin araştırılması, *Journal of Yasar University*, 26(7): 4548-4525.
- Karaaziz, M., Çakıcı, M., & Özbahadır, T. (2019). Kıbrıs ve Türkiye doğumlu kumar bağımlıları ile kumar oynama nedenlerinin karşılaştırması. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 20, 72-72.
- Karlsson, A., & Håkansson, A. (2018). Gambling disorder, increased mortality, suicidality, and associated comorbidity: A longitudinal nationwide register study. *Journal of behavioral addictions*, 7(4), 1091-1099.
- Kaya, A. B. (2013). Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması (Master's thesis, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Kaya, F. Ş., & Başkan, A. (2020). Kumar Oynama Motivasyonunun İç-Dış Kontrol Odağı İle İlişkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 21(3), 210-222.
- Kaymal, B. (2020). Okul öncesi öğretmenlerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi (Master's thesis, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Keough, M. E., Riccardi, C. J., Timpano, K. R., Mitchell, M. A., & Schmidt, N. B. (2010). Anxiety symptomatology: The association with distress tolerance and anxiety sensitivity. *Behavior therapy*, 41(4), 567-574.
- Kesici, A. (2020). The effect of conscientiousness and gender on digital game addiction in high school students. *Journal of Education and Future*, (18), 43-53.
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S. J. (2008). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European psychiatry*, 23(3), 212-218.
- King, A. L. S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: the mobile phone in panic disorder with agoraphobia: reducing phobias or worsening of dependence? *Cognitive and Behavioral neurology*, 23(1), 52-54.
- Kirmizibayrak, T., Aksoy, A. R., Tilki, M., & Saatçi, M. (2004). An investigation on morphological characteristics of Turkish Native Horses in Kars region. *The Journal of the Faculty of Veterinary Medicine, Kars (Turkey)*.
- Klein, M. (1930). Mourning and its relation to manic-depressive states. *International Journal of Psycho-Analysis*, 21, 125-153.
- Kneer, J., & Glock, S. (2013). Escaping in digital games: The relationship between playing motives and addictive tendencies in males. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1415-1420.
- Koepp, M. J., Gunn, R. N., Lawrence, A. D., Cunningham, V. J., Dagher, A., Jones, T., & Grasby, P. M. (1998). Evidence for striatal dopamine release during a video game. *Nature*, 393(6682), 266-268.
- Korkmaz, S. (2021). Siber Psikoloji Kişilik ve Dindarlık. Çamlıca Yayınları, 35-55.

- Korkmaz, Ö. & Korkmaz, Ö. (2019). Ortaokul öğrencilerinin oyun bağımlılık düzeyleri, oyun alışkanlıkları ve tercihleri. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(3), 798-812.
- Köksal, B. (2015). Ortaöğretim kurumlarında okuyan öğrencilerde dijital oyun bağımlılık düzeyleri, internet bağımlılık düzeyleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Köksal, Y. (2015). İnternet bağımlılığı ile internetten alışveriş ilişkisi üzerine bir incelenme; üniversite öğrencileri uygulaması, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12: 117-130.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet and gaming addiction: a systematic literature review of neuroimaging studies. *Brain sciences*, 2(3), 347-374.
- Kuyucu, M. (2017). Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: “Akıllı telefon (kolik)” üniversite gençliği. *Global Media Journal TR Edition*, 7(14), 328-359.
- Küçükkaragöz S.H. (1998) İlkokul Öğretmenlerinde Kontrol Odağı ve Öğrencilerinin Kontrol Odağının Oluşumuna Etkileri, (yayınlanmamış doktora tezi), İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Lam, L. T., & Peng, Z. W. (2010). Effect of pathological use of the internet on adolescent mental health: a prospective study. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 164(10), 901-906.
- Lam, W. W., Fielding, R., Chan, M., Chow, L., & Or, A. (2005). Gambling with your life: the process of breast cancer treatment decision making in Chinese women. *Psycho-Oncology: Journal of the Psychological, Social and Behavioral Dimensions of Cancer*, 14(1), 1-15.
- Lay – Yee, K., Kok – Siew, H. & Yin – Fah, B. C. (2013). Factors affecting smartphone purchase decision among Malaysian generation Y, *International Journal of Asian Social Science*, 3(12): 2426-2440.
- Ledgerwood, D. M., & Petry, N. M. (2006). Psychological experience of gambling and subtypes of pathological gamblers. *Psychiatry research*, 144(1), 17-27.
- Lee, S. H., Lee, S. Y., Chung, H. H., & Zwa, H. S. (1999). Postmodern social dysfunction: gambling propensity. *Social Mental Health Review*, 99, 1-32.
- Lee, Y. S., Han, D. H., Kim, S. M., & Renshaw, P. F. (2013). Substance abuse precedes internet addiction. *Addictive behaviors*, 38(4), 2022-2025.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media psychology*, 12(1), 77-95.
- Lesieur, H. R., & Blume, S. B. (1987). The South Oaks Gambling Screen (SOGS): a new instrument for the identification of pathological gamblers.
- Leyro, T. M., Bernstein, A., Vujanovic, A. A., McLeish, A. C., & Zvolensky, M. J. (2011). Distress Tolerance Scale: A confirmatory factor analysis among daily cigarette smokers. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 33(1), 47-57.

- Lin, M. P., Ko, H. C., & Wu, J. Y. W. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors associated with Internet addiction in a nationally representative sample of college students in Taiwan. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(12), 741-746.
- Liu, L., Luo, T., & Hao, W. (2013). Gambling problems in young people: experience from the Asian region. *Current Opinion in Psychiatry*, 26(4), 310-317.
- Loosemore, M., & Lam, A. S. Y. (2004). The locus of control: A determinant of opportunistic behaviour in construction health and safety. *Construction management and economics*, 22(4), 385-394.
- Lorains, F. K., Cowlishaw, S., & Thomas, S. A. (2011). Prevalence of comorbid disorders in problem and pathological gambling: Systematic review and meta-analysis of population surveys. *Addiction*, 106(3), 490-498.
- Mallı, Y. Ç. (2019). Yetişkinlerde algılanan sosyal yetkinlik ile sıkıntıya dayanma kapasitesinin dijital oyun oynama motivasyonu ile ilişkisi (*Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Martins, S. S., Storr, C. L., Lee, G. P., & Ialongo, N. S. (2013). Environmental influences associated with gambling in young adulthood. *Journal of Urban Health*, 90(1), 130-140.
- Marzilli, E., Cerniglia, L., Ballarotto, G., & Cimino, S. (2020). Internet addiction among young adult university students: The complex interplay between family functioning, impulsivity, depression, and anxiety. *International journal of environmental research and public health*, 17(21), 8231.
- McBride, J., & Derevensky, J. (2009). Internet gambling behavior in a sample of online gamblers. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 7(1), 149-167.
- Mentzoni, R. A., Brunborg, G. S., Molde, H., Myrseth, H., Skouverøe, K. J. M., Hetland, J., & Pallesen, S. (2011). Problematic video game use: estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 14(10), 591-596.
- Mistry, K. B., Minkovitz, C. S., Strobino, D. M., & Borzekowski, D. L. (2007). Children's television exposure and behavioral and social outcomes at 5.5 years: does timing of exposure matter? *Pediatrics*, 120(4), 762-769.
- Moghaddam, J. F., Yoon, G., Dickerson, D. L., Kim, S. W., & Westermeyer, J. (2015). Suicidal ideation and suicide attempts in five groups with different severities of gambling: Findings from the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions. *The American journal on addictions*, 24(4), 292-298.
- Morry, M. M. (2003). Perceived locus of control and satisfaction in same-sex friendships. *Personal Relationships*, 10(4), 495-509.
- Mustafaoğlu, Ö. Ü. R., & Yasacı, A. G. Z. (2018). Dijital Teknoloji Kullanımının Sağlık Üzerine Olumsuz Etkileri.
- Mutlu, E. (2008). *Televizyonu Anlamak*, Ankara: Ayraç Yayınları.

- Nauck, B., & Klaus, D. (2007). Family change in Turkey: Peasant society, Islam, and the revolution "from above". In *International family change* (pp. 295-326). Routledge.
- Nautiyal, K. M., Okuda, M., Hen, R., & Blanco, C. (2017). Gambling disorder: an integrative review of animal and human studies. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1394(1), 106-127.
- Nazlıgöl, M. D., Baş, S., Akyüz, Z., & Yorulmaz, O. (2018). Internet gaming disorder and treatment approaches: A systematic review. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5, 13-35.
- Norman, K. L. (2017). *Cyberpsychology: An introduction to human-computer interaction*. Cambridge university press.
- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y., & Pektaş, Ö. (2007). On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünümüleri, *Bağımlılık Dergisi*, 8(1): 46-51.
- Odlaug, B. L., Marsh, P. J., Kim, S. W., & Grant, J. E. (2011). Strategic vs nonstrategic gambling: characteristics of pathological gamblers based on gambling preference. *Annals of clinical psychiatry: official journal of the American Academy of Clinical Psychiatrists*, 23(2), 105.
- Okuda, M., Liu, W., Cisewski, J. A., Segura, L., Storr, C. L., & Martins, S. S. (2016). Gambling disorder and minority populations: Prevalence and risk factors. *Current Addiction Reports*, 3(3), 280-292.
- Onay, P., Tufekci, A., & Cagiltay, K. (2005). Üniversite öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri. *Euroasian Journal of Educational Research*, 19, 66-76.
- Ögel, K. (2010). Sigara, alkol ve madde kullanım bozuklukları: Tanı, tedavi ve önleme. *Yeniden Yayınları*, 3-4.
- Özmen, M. (2019). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı düzeyinin yordanması (Master's thesis, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Özsoy, D., *İnternetin Kararttığı Hayatlar*, 1. Baskı, Pozitif Yayınları, İstanbul, 2010.
- Paneka, E. T., Nardisa, Y. ve Konrath, S. (2013). Defining social networking sites and measuring their use: How narcissists differ in their use of Facebook and Twitter. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 2004-2012.
- Öztürk, U. (2020). Spor bahisi oynayan üniversite öğrencilerinin bahis oynama güdülerinin belirlenmesi (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Paksoy, Y., Ünal, N. (2010). The factors affecting horse racing performance (a review). *Lalahan Hayvancılık Araştırma Enstitüsü Dergisi*, 50(2), 91-101.
- Paris, J. J., Franco, C., Sodano, R., Frye, C. A., & Wulfert, E. (2010). Gambling pathology is associated with dampened cortisol response among men and women. *Physiology & Behavior*, 99(2), 230-233.
- Park, S., Cho, M. J., Jeon, H. J., Lee, H. W., Bae, J. N., Park, J. I., ... & Hong, J. P. (2010). Prevalence, clinical correlations, comorbidities, and suicidal tendencies in pathological Korean gamblers: results from the Korean

- Epidemiologic *Catchment Area Study*. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 45(6), 621-629.
- Petry, N. M., & Kiluk, B. D. (2002). Suicidal ideation and suicide attempts in treatment-seeking pathological gamblers. *The Journal of nervous and mental disease*, 190(7), 462.
- Petry, N. M., & Mallya, S. (2004). Gambling participation and problems among employees at a university health center. *Journal of Gambling Studies*, 20(2), 155-170
- Petry, N. M., & Steinberg, K. L. (2005). Childhood maltreatment in male and female treatment-seeking pathological gamblers. *Psychology of Addictive behaviors*, 19(2), 226.
- Phares, E. (1976) *Locus of Control in Personality*, Morristown, NJ: *General Learning Pres.*
- Pınarcı, G. (2014). Üniversite öğrencilerinde kumar oynama, patolojik kumar bağımlılığı ve ilişkili karakter özellikleri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Madde Bağımlılığı Toksikoloji ve İlaç Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Poli, R., & Agrimi, E. (2012). Internet addiction disorder: prevalence in an Italian student population. *Nordic journal of psychiatry*, 66(1), 55-59.
- Porter, G., Starcevic, V., Berle, D., & Fenech, P. (2010). Recognizing problem video game use. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 44(2), 120-128.
- Potenza, M. N., Fiellin, D. A., Heninger, G. R., Rounsaville, B. J., & Mazure, C. M. (2002). Gambling. *Journal of general internal medicine*, 17(9), 721-732.
- Potenza, M. N., Steinberg, M. A., McLaughlin, S. D., Wu, R., Rounsaville, B. J., & O'Malley, S. S. (2001). Gender-related differences in the characteristics of problem gamblers using a gambling helpline. *American Journal of Psychiatry*, 158(9), 1500-1505.
- Pullen, D. L. (2009). Back to basics: Electronic collaboration in the education sector. In *Handbook of research on electronic collaboration and organizational synergy* (pp. 205-222). IGI Global.
- Purie, A. (2015, 9 16). India today. Erişim Adresi: <http://indiatoday.intoday.in/story/india-today-editor-in-chief-aroon-purie-on-digitaladdiction/1/475379.html>
- Rizeanu, S. (2014). The efficacy of cognitive-behavioral intervention in pathological gambling treatment. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 127, 626-630.
- Robertson, T. W., Yan, Z., & Rapoza, K. A. (2018). Is resilience a protective factor of internet addiction?. *Computers in Human Behavior*, 78, 255-260.
- Rosenfeld, M. J., & Thomas, R. J. (2010). Meeting online: The rise of the Internet as a social intermediary. Unpublished manuscript, Department of Sociology, Stanford University, Stanford, CA.



- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological monographs: General and applied*, 80(1), 1.
- Rotter, J. B. (1990). Internal versus external control of reinforcement: A case history of a variable. *American psychologist*, 45(4), 489.
- Sardoğan, M.E., C. Kaygusuz & T.F. Karahan (2006) “Bir İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programının Üniversite Öğrencilerinin Denetim Odağı Düzeylerine Etkisi”, *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 184-194.
- Sargin, E. A., Özdel, K., Utku, Ç., Kuru, E., Yalçınkaya Alkar, Ö., & Türkçapar, H. (2012). Sıkıntıya Dayanma Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *JCBPR*, 1, 152-161.
- Savcı, M., & Aysan, F. (2017). Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağlılık: İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağlılığı yordayıcı etkisi. *Dusunen Adam*, 30(3), 202-216.
- Schuckit, M. A. (2013). Editor’s corner: DSM-5—Ready or not, here it comes. *Journal of studies on alcohol and drugs*, 74(5), 661-663.
- Shaffer, H. J., & Hall, M. N. (1996). Estimating the prevalence of adolescent gambling disorders: A quantitative synthesis and guide toward standard gambling nomenclature. *Journal of Gambling studies*, 12(2), 193-214.
- Shaffer, H. J., Hall, M. N., & Vander Bilt, J. (1999). Estimating the prevalence of disordered gambling behavior in the United States and Canada: a research synthesis. *American journal of public health*, 89(9), 1369-1376.
- Silvester, J., F.M Gough, N.R Anderson, & R.M. Afandi (2002) “Locus of Control, Attributions and Impression Management in the Selection Interview”, *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 75, 59-76.
- Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). The Distress Tolerance Scale: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and emotion*, 29(2), 83-102.
- Sin, R. (1997). Gambling and Problem Gambling Among Chinese Adults in Quebec: An Exploratory Study, Research Report. Chinese Family Service of Greater Montreal.
- Sivrikaya, Ö. (2017). At kültürü ve at yarışları-Düzce örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 564-573.
- Siyez, D. M. (2015). Üniversite öğrencilerinin onay bağımlılığı ve empatinin sosyal fayda aracılığıyla aşırı internet kullanımına etkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 30-36.
- Slutske, W. S., Eisen, S., Xian, H., True, W. R., Lyons, M. J., Goldberg, J., & Tsuang, M. (2001). A twin study of the association between pathological gambling and antisocial personality disorder. *Journal of abnormal psychology*, 110(2), 297.
- Slutske, W. S., Ellingson, J. M., Richmond-Rakerd, L. S., Zhu, G., & Martin, N. G. (2013). Shared genetic vulnerability for disordered gambling and alcohol

use disorder in men and women: evidence from a national community-based Australian Twin Study. *Twin Research and Human Genetics*, 16(2), 525-534.

- Smith, A., & Anderson, M. (5). facts about online dating. *Pew Research Center*.
- Smith, G. G. (2004). How do computer games affect your children?. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, (17).
- Soyöz-Semerci, Ö. U., & Balcı, E. V. (2020). Lise öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı üzerine bir alan araştırması: Uşak örneği. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 10(3), 538-567.
- Sözbilir, A. (2019). Açık hava etkinliklerinin dijital bağımlılık düzeyine etkisinin incelenmesi (*Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi, Turkey*).
- Spector, P.E. & B.J. O'Connell (1994) "The Contribution of Personality Traits, Negative Affectivity, Locus of Control and Type A to the Subsequent Reports of Job Stressors and Job Strains", *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 67(1), 1-11.
- Sungur, N. (1992) *Yaratıcı Düşünce*, İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.
- Şahin, C. & Tuğrul, V. M. (2012). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Zeitschrift für die Welt der Türken/Journal of World of Turks*, 4(3), 115-130.
- Şengüder, Ş. (2006). Lise 1-III sınıf öğrencilerinde denetim odağı ile ruhsal sorunlar arasındaki ilişkinin belirlenmesi ve akademik başarı ile kıyaslanması (*Doctoral dissertation, DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü*).
- Şimşek, E., & Yılmaz, T. K. (2020). Türkiye'de yürütülen dijital oyun bağımlılığı çalışmalarındaki yöntem ve sonuçların sistematik incelemesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(4), 1851-1866.
- T.C. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı. (2013). Türkiye aile yapısı araştırması 2013.(Erişim tarihi: 12.04.2022 <https://ailetoplum.aile.gov.tr/duyurular/turkiye-aile-yapisi-arastirmasi-2013>)
- T.C. Cumhurbaşkanlığı Devlet Denetleme Kurulu. Kamu Kurumu ve Kuruluşları ile Diğer Kişiler Tarafından Gerçekleştirilen Talih ve Şans Oyunları ile Yarışlara İlişkin 2006 ve 2007 Yılları Faaliyetlerinin Denetimi ile Söz Konusu Faaliyetlerden Kamu Hizmetlerine Ayrılan Payların Değerlendirilmesi, (T.C. Cumhurbaşkanlığı Devlet Denetleme Kurulu Denetleme Raporu, Ankara: 2009), s.6-8.
- Tamam, L. (2015). Dürtüsellik ve Dürtü Kontrol Bozuklukları. *Kaknüs Yayınları*, 505-572.
- Tangur, R. (2001). Sivas il merkezinde başka bir yerde sınıflandırılmamış dürtü kontrol bozuklukları: epidemiyoloji, komorbidite, belirti tarama listesi ve aile işlevlerinin değerlendirilmesi (Uzmanlık Tezi). Sivas, Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi.
- Tanner L (2007) AMA considers video game overuse an addiction. 28 Nisan 2022' de

<http://www.washingtonpost.com/wpdyn/content/article/2007/06/27/AR2007062700995.html> adresinden indirildi.

- Tanrıöver, H. U., & Sunam, A. (2017). Türkiye'deki Çevrimiçi Evlilik Siteleri: Medyanın Benlik Sunumuna Etkisinin Toplumsal Cinsiyet Odaklı Bir Analizi. *İletişim*, (26).
- Tansel, B., Ültanır, E., & Kan, A. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Bağımlılık Yapıcı Maddelere Yönelik Bilgilerinin İncelenmesi.
- Tarhan, N. (2011). Nurmedov S. Bağımlılık: Sanal veya Gerçek Bağımlılıkla Başa Çıkma, 7.
- Taş, İ., & Ayaş, T. (2015). Relationship the level of internet addiction with personality traits of high school students/Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyinin kişilik özellikleriyle ilişkisi. *International Journal of Human Sciences*, 12(2), 150-162.
- Thomas, W. H., Kelly L. Sorensen & Lillian T. Eby (2006), Locus of Control at Work: A Meta-Analysis, *Journal of Organizational Behavior*, 27, 1057-1087.
- Tsitsika A, Janikian M, Schoenmakers TM, Tzavela EC, Ólafsson K, Wójcik S et al. Internet addictive behavior in adolescence: A cross-sectional study in seven Europea countries. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2014; 17:528–52
- Tuncay, C. (2016). Eksişimiz tolerans. İstanbul: Beta Basın Yayın Dağıtım.
- Turan, S.S. (2022). Üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık, özdenetim, ve sosyal kaygı ilişkisinin incelenmesi
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2017). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, (Sayı: 24862) Erişim adresi: <http://www.tuik.gov.tr/HbPrint.do?id=24862>
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK). (2021). Sabit Telefon, Cep Telefonu ve İnternet Abone Sayısı, Erişim adresi: <https://data.tuik.gov.tr/Search/Search?text=internet%20abone%20say%C4%B1s%C4%B1>
- Twenge, J. M., Zhang, L., & Im, C. (2004). It's beyond my control: A cross-temporal meta-analysis of increasing externality in locus of control, 1960-2002. *Personality and social psychology review*, 8(3), 308-319.
- Twenge, J.M., (2017). iGen: why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood.
- Ulusam, S., Kurt, M., & Dülgeroğlu, D. (2001). Bilgisayar kullananlarda birikimli travma bozukluklari. *TTB Mesleki Sağlık ve Güvenlik Dergisi*, 2(6), 26-32.
- Vacaru, M. A., Shepherd, R. M., & Sheridan, J. (2014). New Zealand youth and their relationships with mobile phone technology. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12(5), 572-584.

- Vaghela, P. S. (2016). Digital addiction: an epidemic of digital world-an article on digital addiction among generation d. In National Conference On Managing Business Through Digital Marketing In The Globalized Era. Grajat.
- Van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., Vermulst, A. A., Van Den Eijnden, R. J., & Van De Mheen, D. (2011). Online video game addiction: identification of addicted adolescent gamers. *addiction*, 106(1), 205-212.
- Verdura Vizcaino, E. J., Fernández-Navarro, P., Petry, N., Rubio, G., & Blanco, C. (2014). Differences between early-onset pathological gambling and later-onset pathological gambling: data from the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions (NESARC). *Addiction*, 109(5), 807-813.
- Volberg, R. A. (1994). The prevalence and demographics of pathological gamblers: implications for public health. *American journal of public health*, 84(2), 237-241.
- Walker, M. B. (1992). *The psychology of gambling*. Pergamon Press.
- Wan, C. S., & Chiou, W. B. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming? An interview study in Taiwan. *Cyberpsychology & behavior*, 9(6), 762-766.
- Wansink, B., Painter, J. E., & North, J. (2005). Bottomless bowls: why visual cues of portion size may influence intake. *Obesity research*, 13(1), 93-100.
- We are social. (2017). Digital in 2017 global overview. (Erişim tarihi: 12.04.2022 <https://wearesocial.com/special-reports/digital-in-2017-global-overview>)
- Welte, J. W., Barnes, G. M., Wieczorek, W. F., Tidwell, M. C. O., & Parker, J. C. (2004). Risk factors for pathological gambling. *Addictive behaviors*, 29(2), 323-335.
- Wittek, C. T., Finserås, T. R., Pallesen, S., Mentzoni, R. A., Hanss, D., Griffiths, M. D., & Molde, H. (2016). Prevalence and predictors of video game addiction: A study based on a national representative sample of gamers. *International journal of mental health and addiction*, 14(5), 672-686.
- Wong, I. L., & So, E. M. (2003). Prevalence estimates of problem and pathological gambling in Hong Kong. *American Journal of Psychiatry*, 160(7), 1353-1354.
- Wood, R. T., & Williams, R. J. (2011). A comparative profile of the Internet gambler: Demographic characteristics, game-play patterns, and problem gambling status. *New Media & Society*, 13(7), 1123-1141.
- Yağışan, N., A.M. Sünbül & Ö.B. Yücalan (2007) “Müzik Bölümü Öğrencilerinin Benlik İmgeleri ve Denetim Odaklarının İncelenmesi”, *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(22), 243-262.
- Yalçın I., A., & Erdoğan, S. (2015). Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16.

- Yalçın, A. (2021). Genç yetişkinlerde dijital bağımlılık düzeyleri ve aleksitimi ilişkisi (*Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*).
- Yau, M. Y. H., & Potenza, M. N. (2015). Gambling disorder and other behavioral addictions: recognition and treatment. *Harvard review of psychiatry*, 23(2), 134.
- Yavuzer, H. (2003). Çocuğu tanımak ve anlamak. İstanbul: Remzi Kitabevi, 6
- Yellowless, P. M., & Marks, S. (2007). Problematic internet use or internet addiction? *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1447–1453.
- Yen, C. F., Tang, T. C., Yen, J. Y., Lin, H. C., Huang, C. F., Liu, S. C., & Ko, C. H. (2009). Symptoms of problematic cellular phone use, functional impairment and its association with depression among adolescents in Southern Taiwan. *Journal of adolescence*, 32(4), 863-873.
- Yeşilyaprak, B. (1988) Lise Öğrencilerinin İçsel Ya Da Dışsal Denetimli Oluşlarını Etkileyen Etmenler, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Programı Doktora Tezi.
- Yeşilyaprak, B. (2000) Eğitimde Rehberlik Hizmetleri, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Yıldırım, G. G. C. (2021). Bağımlılık Olgusu: Oyun Bağımlılığında Psikodinamik Bir Gözden Geçirme. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(59), 517-524.
- Yılmaz, B. (2008). İlköğretim 6. ve 7. Sınıf Öğrencilerinin Bilgisayara Yönelik Bağımlılık Gösterme Eğilimlerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi. 6. International Educational Technology Conference. 6-9 May, Anadolu Üniversitesi, Eskişehir
- Yılmaz, B. (2019). Ortaöğretim kurumlarındaki öğretmen ve yöneticilerin dijital bağımlılık düzeylerinin incelenmesi: Ankara İli Çankaya İlçesi örneği (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, E., Şahin, Y. L., Haseski, H. İ., & Erol, O. (2014). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Balıkesir İli Örneği. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 133-144.
- Yılmaz, O., & Wilson, R. T. (2013). The domestic livestock resources of Turkey: occurrence and control of diseases of horses, donkeys and mules. *Journal of Equine Veterinary Science*, 33(12), 1021-1030.
- Young, K. (2007). Cognitive Behavior Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications, *Cyberpsychology & Behavior*, 10(5): 671-679.
- Zamkı, M. N. (2022). Üniversite öğrencilerinde çevrimiçi oyun bağımlılığı ve akademik erteleme davranışı arasındaki ilişki (*Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü*).

Zimmerman, F. J., & Christakis, D. A. (2007). Associations between content types of early media exposure and subsequent attentional problems. *Pediatrics*, 120(5), 986-992.



## Ekler

### Ek-1: Kontrol Odağı Ölçeği

**Tablo 1**

*KOÖ Maddeleri, Madde Puan Ortalama ve Standart Sapmaları ile Madde-Toplam Puan Korelasyonları*

<b>Ölçek maddesi (ters yönlü olanlar **)</b>	<b><math>\bar{X}</math></b>	<b>S</b>	<b>r<sup>1</sup></b>
1 İnsanın yaşamındaki mutsuzlukların çoğu, biraz da şanssızlığına bağlıdır.	2,59	0,65	.37
2 İnsan ne yaparsa yapsın üstüştü hasta olmanın önüne geçemez.	1,82	0,67	.38
3 Bir şeyin olacağı varsa eninde sonunda mutlaka olur.	2,47	1,00	.48
4 İnsan ne kadar çabalarsa çabalasın, ne yazık ki değeri genellikle anlaşılmaz.	1,91	0,82	.35
5 İnsanlar savaşları önlemek için ne kadar çaba gösterirlerse gösterirler, savaşlar daima olacaktır.	2,65	1,08	.25
6 Bazı insanlar doğuştan şanslıdır.	3,02	1,02	.44
7 İnsan ilerlemek için güç sahibi kişilerin gönlünü hoş tutmak zorundadır.	2,38	1,15	.47
8 İnsan ne yaparsa yapsın, hiç bir şey istediği gibi sonuçlanmaz.	1,67	0,59	.33
9 Bir çok insan, raslantıların yaşamlarını ne derece etkilediğinin farkında değildir.	2,90	0,83	.44
10 Bir insanın halen ciddi bir hastalığa yakalanmamış olması sadece bir şans meselesidir.	1,96	0,65	.36
11 Dört yapraklı yonca bulmak insana şans getirir.	1,36	0,53	.22
12 İnsanın burcu hangi hastalıklara daha yatkın olacağını belirler.	1,34	0,56	.20
13 Bir sonucu elde etmede insanın neleri bildiği değil, kimleri tanıdığı önemlidir.	2,31	0,92	.26
14 İnsanın bir günü iyi başladıysa iyi; kötü başladıysa da kötü gider.	1,87	0,76	.35
15 *Başarılı olmak çok çalışmaya bağlıdır; şansın bunda payı ya hiç yoktur ya da çok azdır.	2,79	1,09	.59
16 *Ashında şans diye bir şey yoktur.	3,81	0,79	.55
17 *Hastalıklar çoğunlukla insanların dikkatsizliklerinden kaynaklanır.	2,76	0,84	.46
18 *Talihsizlik olarak nitelenen durumların çoğu, yetenek eksikliğinin, ihmalin, tembelliğin ve benzeri nedenlerin sonucudur.	2,73	0,98	.62
19 *İnsan, yaşamında olabilecek şeyleri kendi kontrolü altında tutabilir.	2,86	0,85	.63
20 Çoğu durumda yazı-tura atarak da isabetli kararlar verilebilir.	1,51	0,63	.30
21 *İnsanın ne yapacağı konusunda kararlı olması, kadere güvenmesinden daima iyidir.	1,73	0,89	.49
22 İnsan fazla bir çaba harcamasa da, karşılaştığı sorunlar kendiliğinden çözülür.	1,75	0,59	.24
23 Çok uzun vadeli planlar yapmak her zaman akıllca olmayabilir, çünkü bir çok şey zaten iyi ya da kötü şansa bağlıdır.	2,10	0,91	.44
24 Bir çok hastalık insanı yakalar ve bunu önlemek mümkün değildir.	2,25	0,68	.35
25 İnsan ne yaparsa yapsın, olabilecek kötü şeylerin önüne geçemez.	2,05	0,67	.46
26 *İnsanın istediğini elde etmesinin talihle bir ilgisi yoktur.	3,01	0,97	.68
27 *İnsan kendisini ilgilendiren bir çok konuda kendi başına doğru kararlar alabilir.	2,03	0,87	.51
28 *Bir insanın başına gelenler, temelde kendi yaptıklarının sonucudur.	2,46	0,89	.50
29 *Halk, yeterli çabayı gösterse siyasal yolsuzlukları ortadan kaldıracaktır.	2,09	0,91	.43
30 *Şans ya da talih hayatta önemli bir rol oynamaz.	3,21	0,95	.70
31 *Sağlıklı olup olmayı belirleyen esas şey insanların kendi yaptıkları ve alışkanlıklarıdır.	2,49	0,84	.62
32 *İnsan kendi yaşamına temelde kendisi yön verir.	2,28	0,87	.65
33 *İnsanların talihsizlikleri yaptıkları hataların sonucudur.	2,74	0,88	.61
34 *İnsanlarla yakın ilişkiler kurmak, tesadüflere değil, çaba göstermeye bağlıdır.	2,36	0,83	.40
35 İnsanın hastalanacağı varsa hastalanır; bunu önlemek mümkün değildir.	2,03	0,65	.27
36 *İnsan bugün yaptıklarıyla gelecekte olabilecekleri değiştirebilir.	2,23	0,80	.47
37 *Kazalar, doğrudan doğruya hataların sonucudur.	2,60	1,02	.52
38 Bu dünya güç sahibi bir kaç kişi tarafından yönetilmektedir ve sade vatandaşın bu konuda yapabileceği fazla bir şey yoktur.	2,16	0,95	.38
39 İnsanın dini inancının olması, hayatta karşılaşacağı bir çok zorluğu daha kolay aşmasına yardım eder.	2,40	1,25	.37
40 Bir insan istediği kadar akıllı olsun, bir işe başladığında şans yaver gitmezse başarılı olamaz.	2,23	0,71	.58
41 *İnsan kendine iyi baktığı sürece hastalıklardan kaçınabilir.	2,48	0,85	.63
42 Kaderin insan yaşamı üzerinde çok büyük bir rolü vardır.	2,17	0,95	.54
43 *Kararlılık bir insanın istediği sonuçları almasında en önemli etkidir.	1,87	0,84	.50
44 *İnsanlara doğru şeyi yaptırmak bir yetenek işidir; şansın bunda payı ya hiç yoktur ya da çok azdır.	2,62	0,97	.68
45 *İnsan kendi kilosunu, yiyeceklerini ayarlayarak kontrolü altında tutabilir.	2,32	0,97	.42
46 İnsanın yaşamının alacağı yönü, çevresindeki güç sahibi kişiler belirler.	2,14	0,79	.39
47 *Büyük idellere ancak çalışıp çabalayarak ulaşılabilir.	1,96	0,86	.48

(1) Tüm korelasyonlar en az  $p = .05$  düzeyinde anlamlıdır.

## Ek-2: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Aşağıdaki soruları **son 6 ay içinde** hangi sıklıkla yaşadığınızı işaretleyiniz.

1. Bir bilgisayar oyununu tüm gün boyunca oynamayı düşündün mü?

Hiçbir zaman    ( ) Nadiren    ( ) Bazen    ( ) Sık sık    ( ) Her zaman

2. Oyun için harcadığın zamanı giderek arttırdın mı?

Hiçbir zaman    ( ) Nadiren    ( ) Bazen    ( ) Sık sık    ( ) Her zaman

3. Günlük yaşamdan uzaklaşmak için oyun oynadığın oldu mu?

Hiçbir zaman    ( ) Nadiren    ( ) Bazen    ( ) Sık sık    ( ) Her zaman

4. Yakınındaki kişiler (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) oyun süreni azaltmada başarısız oldu mu?

Hiçbir zaman    ( ) Nadiren    ( ) Bazen    ( ) Sık sık    ( ) Her zaman

5. Oyun oynayamadığın zaman kendini kötü hissettin mi?

Hiçbir zaman    ( ) Nadiren    ( ) Bazen    ( ) Sık sık    ( ) Her zaman

6. Oyunda harcadığın zaman konusunda yakınındaki kişiler ile (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) kavga ettin mi?

Hiçbir zaman    ( ) Nadiren    ( ) Bazen    ( ) Sık sık    ( ) Her zaman

7. Oyun oynamak için diğer önemli faaliyetleri (okul, iş, spor gibi) ihmal ettin mi?

Hiçbir zaman    ( ) Nadiren    ( ) Bazen    ( ) Sık sık    ( ) Her zaman



### Ek-3: Sıkıntıya Dayanma Ölçeği

#### SIKINTIYA DAYANMA ÖLÇEĞİ (DISTRESS TOLERANCE SCALE)

Lütfen 1 (tamamen katılıyorum) ile 5 (hiç katılmıyorum) arasında puanlama yapınız.

	Tamamen katılıyorum	Oldukça katılıyorum	Ne katılıyorum ne katılmıyorum	Pek katılmıyorum	Hiç katılmıyorum
1. Sıkıntılı ya da üzgün hissetmek bana dayanılmaz gelir	1	2	3	4	5
2. Sıkıntılı ya da üzgün hissettiğimde tek düşünebildiğim ne kadar kötü hissettiğimdir	1	2	3	4	5
3. Sıkıntılı ya da üzgün hissetmenin üstesinden gelemem	1	2	3	4	5
4. Sıkıntılı duygularım beni tamamen ele geçirecek kadar yoğunudur	1	2	3	4	5
5. Sıkıntılı ya da üzgün hissetmekten daha kötü bir şey yoktur	1	2	3	4	5
6. Sıkıntılı ya da üzgün olmaya diğer birçok kişi kadar katlanabilirim	1	2	3	4	5
7. Sıkıntı ya da üzüntü duygularım kabul edilemezdir	1	2	3	4	5
8. Sıkıntılı ya da üzüntülü hissetmemek için her şeyi yaparım	1	2	3	4	5
9. Diğer insanlar sıkıntılı veya üzüntülü hissetmeye benden daha çok dayanıyor gibiler	1	2	3	4	5
10. Sıkıntılı ya da üzgün hissetmek her zaman benim için ateşten gömlektir	1	2	3	4	5
11. Sıkıntılı ya da üzgün hissettiğimde utanırım	1	2	3	4	5
12. Sıkıntılı hissetmek ya da üzüntülü olmak beni korkutur	1	2	3	4	5
13. Sıkıntılı veya üzgün hissetmeyi durdurmak için her şeyi yaparım	1	2	3	4	5
14. Sıkıntılı ya da üzgün hissettiğimde hemen bir şeyler yapmalıyım	1	2	3	4	5
15. Sıkıntılı ya da üzgün hissettiğimde, sıkıntının aslında ne kadar kötü hissettirdiğine odaklanmaktan kendimi alamam	1	2	3	4	5

## Ek-4: Tükenmişlik Ölçeği

TÖ

Bu bir kendini değerlendirme ölçeğidir. İş ortamınız ve mesleğiniz ile ilgili aşağıdaki durumları ne sıklıkla yaşadığınızı belirtmeniz istenmektedir. Lütfen aşağıdaki her ifadeyi okuduktan sonra 7 dereceli ölçeği kullanarak her bir maddenin yanındaki boşluğa size en uygun olan rakamı yazın. **ÖRNEK: 5 1- YORGUN**

1 HIÇBİR ZAMAN	2 SADECE BİR DEFA	3 NADİREN	4 BAZEN	5 SIKSİK	6 ÇOĞUNLUKLA	7 HER ZAMAN
----------------------	-------------------------	--------------	------------	-------------	-----------------	-------------------

- \_\_\_\_ 1- YORGUN.  
\_\_\_\_ 2- ÇÖKMÜŞ.  
\_\_\_\_ 3- NEŞELİ, KEYİFLİ.  
\_\_\_\_ 4- FİZİKSEL OLARAK YORGUN (TÜKENMİŞ).  
\_\_\_\_ 5- DUYGUSAL OLARAK YORGUN (TÜKENMİŞ).  
\_\_\_\_ 6- MUTLU.  
\_\_\_\_ 7- BİTKİN.  
\_\_\_\_ 8- TÜKENMİŞ.  
\_\_\_\_ 9- MUTSUZ.  
\_\_\_\_ 10- SAĞLIKSIZ.  
\_\_\_\_ 11- KAPANA KISILMIŞ.  
\_\_\_\_ 12- DEĞERSİZ.  
\_\_\_\_ 13- BIKKIN.  
\_\_\_\_ 14- KAFASI KARIŞMIŞ, SIKINTILI.  
\_\_\_\_ 15- İNSANLARLA İLGİLİ HAYAL KIRIKLIĞINA UĞRAMIŞ VE GÜCENMİŞ.  
\_\_\_\_ 16- ZAYIF.  
\_\_\_\_ 17- UMUTSUZ.  
\_\_\_\_ 18- REDDEDİLMİŞ.  
\_\_\_\_ 19- İYİMSER.  
\_\_\_\_ 20- ENERJİK.  
\_\_\_\_ 21- KAYGILI.

PUAN HESAPLAMA:

1. ADIM: Aşağıdaki maddelerin yanına yazdığımız puanları toplayarak (A)'nın yanındaki boşluğa yazınız: 1, 2, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 21 (A) \_\_\_\_\_
2. ADIM: Aşağıdaki maddelerin yanına yazdığımız puanları toplayarak bulduğumuz rakamı (B)'nin yanındaki boşluğa yazınız: 3, 6, 19, 20 (B) \_\_\_\_\_
3. ADIM: 32 rakamından (B)'yi çıkartıp (C)'nin yanındaki boşluğa yazınız. (C) \_\_\_\_\_
4. ADIM: (A) ve (C)'yi toplayıp (D)'nin yanındaki boşluğa yazınız. (D) \_\_\_\_\_
5. ADIM: (D)'deki sonucu 21 rakamına böldüğümüzde çıkan rakam sizin kişisel tükenmişlik puanınızdır (E) \_\_\_\_\_

## Ek-5: South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT) Türkçe Formu

### SOUTH OAKS KUMAR TARAMA TESTİ (SOKTT) TÜRKÇE FORMU

İsim: \_\_\_\_\_ Tarih: \_\_\_\_\_

1. Bugüne kadar aşağıdaki kumar çeşitlerinden hangilerini oynadığınızı belirtiniz. Her kumar çeşidi için üç cevaptan ("hiç", haftada bir kereden az "veya" haftada bir kere veya daha fazla") birini işaretleyiniz.

	Hiç	Haftada bir kereden az	Haftada bir kere veya daha fazla
At yarışı	( )	( )	( )
Parasına Kağıt Oyunları (yanık, poker ..... gibi)	( )	( )	( )
Parasına Okuy	( )	( )	( )
Parasına Zar Oyunları (barbut ..... gibi)	( )	( )	( )
Horoz Dövüşü	( )	( )	( )
Spor-Toto veya Spor-Loto	( )	( )	( )
Sayısal-Loto	( )	( )	( )
Kazı-Kazan	( )	( )	( )
Milli Piyango	( )	( )	( )
Borsada Oynama	( )	( )	( )
Casino Oyunları	( )	( )	( )
Parasına Beceri İsteyen Oyunlar Oynama (Bilardo ..... gibi)	( )	( )	( )
Yukarıda Belirtilmeyen Başka Kumar Çeşitleri (Lütfen Yazınız: _____)	( )	( )	( )

2. Bugüne kadar bir günde kumara yatırdığınız en fazla para ne kadardır?

\_\_\_\_\_ TL

3. Hayatınızdaki insanlardan hangilerinin geçmişte veya halen kumar sorunu olduğunu işaretleyiniz:

- ( ) Baba ( ) Anne ( ) Kardeşler  
( ) Büyük anne ve baba ( ) Eş veya partner ( ) Çocuklar  
( ) Diğer akrabalar ( ) Arkadaş veya yaşamımdaki önemli başka biri

4. Kumar oynadığınızda, kaybettiğiniz parayı yeniden kazanmak için bir başka gün yine kumar oynamaya gider misiniz?

- ( ) Hiç gitmem  
( ) Bazen giderim (kaybettiğim zamanların yarısından azında)  
( ) Kaybettiğim çoğu zaman giderim  
( ) Her kaybettiğimde giderim

5. Gerçekten kazanmıyorken, hatta kaybettiğinizde, hiç kumardan para kazandığınızı iddia ettiğiniz oldu mu?

- ( ) Asla  
( ) Evet, kaybettiğim zamanların yarısından azında  
( ) Evet, çoğu zaman

6. Bahis ve kumarla ilgili hiç sorunuz olduğunu düşünüyor musunuz?

- ( ) Hayır  
( ) Evet, geçmişte fakat şimdi değil  
( ) Evet

7. Hiç niyet ettiğinizden daha fazla kumar oynadığınız oldu mu?

- ( ) Evet, oldu ( ) Hayır, olmadı

8. Hiç insanların, sizin kabul edip etmediğinize bakmaksızın, bahis oynamanızı eleştirdikleri veya size kumar sorununuz olduğunu söyledikleri oldu mu?

Evet, oldu  Hayır, olmadı

9. Kumar oynamanızdan veya kumar oynadığınız zaman olanlardan dolayı hiç suçluluk duyduğunuz oldu mu?

Evet, oldu  Hayır, olmadı

10. Bahse girmeyi veya kumar oynamayı bırakmak istediğiniz ama bunu yapamayacağınızı düşündüğünüz oldu mu?

Evet, oldu  Hayır, olmadı

11. Bahis kağıtlarını, piyango biletlerini, kumar paralarını, kumar borçlarını veya diğer bahis veya kumar delillerini eşinizden çocuklarınızdan veya hayatınızdaki diğer önemli insanlardan hiç sakladığınız oldu mu?

Evet, oldu  Hayır, olmadı

12. Birlikte yaşadığınız insanlarla parayı nasıl harcadığınız konusunda hiç tartıştığınız oldu mu?

Evet, oldu  Hayır, olmadı

13. (Eğer yukarıdaki soruyu Evet diye cevaplandırdıysanız) Para konusundaki tartışmaların hiç sizin kumar oynamanız üzerinde yoğunlaştığı oldu mu?

Evet, oldu  Hayır, olmadı

14. Hiç birinden borç alıp kumar yüzünden borcunuzu ödeyemediğiniz oldu mu?

Evet, oldu  Hayır, olmadı

15. Bahis oynama veya kumar yüzünden hiç işinize veya okulunuza geç gittiğiniz ya da gitmediğiniz oldu mu?

Evet, oldu  Hayır, olmadı

16. Eğer kumar oynamak veya kumar borçlarını ödemek için borç aldıysanız, kimden veya nereden borç aldınız? (Lütfen işaretleyiniz)

a. Evin parasından  b. Akrabalarınızdan

c. Bankalardan, borç veya kredi kuruluşlarından  d. Kredi kartlarından

e. Tefecilerden  f. Şahsi veya ailevi eşya veya malları satma

g. Arkadaş veya tanıdıklardan

h. Altın, mücevher gibi birikimleri paraya çevirme  j. Bahisçiye borçlanma

k. Kumarhaneye (kahvehane ya da kulüp sahibine) borçlanma

## Ek-6: Etik Kurul Raporu



T.C.  
İSTANBUL TOPKAPI ÜNİVERSİTESİ  
REKTÖRLÜK

Sayı : E-31675095-100-2200007947  
Konu : Etik Kurul Raporu (Ramazan  
GÜNDÜZ)

26.07.2022

Sayın Araştırmacı Ramazan GÜNDÜZ

“Dijital Oyun Bağımlılığı ve Kumar Bağımlılığı İlişkisinin İncelenmesi: Cinsiyet, Arkadaş Çevresi, Belirsizliğe Tolerans, Dış Kontrol Odağı ve Tükenmişlik Düzenleyici Rollerinin İncelenmesi” konulu çalışmanız 26.07.2022 tarih 2022/06 sayılı Akademik Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunda görüşülmüş olup; Akademik Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu üyelerinin değerlendirmesi sonucunda söz konusu çalışmanın etik ilkelere uygun olduğuna karar verilmiştir.

Prof. Dr. Aziz EKŞİ  
Komisyon Başkanı

Doğrulama Kodu: 900D5AC **Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.** Doğrulama Adresi: <https://tbys.topkapi.edu.tr/BelgeDogrulama>  
Ayrıntı Caddesi, No-41, 34067, Beşiktaş - İstanbul Bilgi: İpek FURTUN  
Tel: 4447696 Faks: +90 212 6214503 Yan İşleri Üssüsü  
E-Posta: info@topkapi.edu.tr Elektronik Adı: www.topkapi.edu.tr Tel: 4447696 Dahili: 508  
Kep Adresi: istanbul@topkapiuniv.tr/inf@01.kep.tr

## ÖZGEÇMİŞ

### **Kişisel Bilgiler**

Adı Soyadı: Ramazan Sencer GÜNDÜZ

### **Eğitim Durumu**

Yüksek Lisans Öğrenimi: İstanbul Topkapı Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
Psikoloji Ana Bilim Dalı

Lisans Öğrenimi: T.C. Haliç Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji