

T.C.  
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN  
BAĞIMLILIĞI VE KUMAR BAĞIMLILIĞININ  
DÜRTÜSELLİK İLE İLİŞKİSİ

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:  
**Alper KOLCAN**

İstanbul, 2023

T.C.  
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI  
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN  
BAĞIMLILIĞI VE KUMAR BAĞIMLILIĞININ  
DÜRTÜSELLİK İLE İLİŞKİSİ

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan:

**Alper KOLCAN**

Öğrenci No:

1955090026

Orcid ID:

0000-0002-9805-9144

Danışman:

Doç. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT

İstanbul, 2023

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Kumar Bağımlılığının Dürtüsellik İle İlişkisi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım. 25/01/2023

**Alper KOLCAN**



T.C.  
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ  
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

25.12.1.2023

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim Dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden 1955090026 numaralı *Alper KOLCAN*'ın "*Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "*Üniversite Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Kumar Bağımlılığının Dürtüsellik İle İlişkisi*" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 10/01/2023 tarih ve 2023/02 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin 29. maddesinin 3. fıkrası gereğince 45 dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında "*OYBİRLİĞİ*" ile "*KABUL*" kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 2 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

**DANIŞMAN**  
Doç. Dr. Ne\*\*\* GÜ\*\*\* DO\*\*\*  
(Beykent Üniversitesi)

**ÜYE**  
Dr. Öğr. Üyesi Hü\*\*\* EB\*\*\*  
(Beykent Üniversitesi)

**ÜYE**  
Dr. Öğr. Üyesi Fa\*\*\* BA\*\*\*  
(Sakarya Üniversitesi)

Adı ve Soyadı : Alper KOLCAN  
Danışmanı : Doç. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT  
Türü ve Tarih : Yüksek Lisans, 2023  
Alanı : Klinik Psikoloji  
Anahtar Kelimeler : Dijital Oyun Bağımlılığı, Üniversite, Kumar Bağımlılığı

## ÖZ

### ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE KUMAR BAĞIMLILIĞININ DÜRTÜSELLİK İLE İLİŞKİSİ

Çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve kumar bağımlılığının dürtüsellik ile ilişkisinin tespit edilmesidir. Bu doğrultuda Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, South Kumar Tarama Ölçeği, Barrat Dürtüsellik ölçeği toplam 400 katılımcı üzerinde uygulanmıştır.

Yapılan anket uygulaması sonucunda dürtüsellik puanı yaşa göre anlamlı farklılık göstermektedir. Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, south oaks kumar tarama testi puanı yaşa göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir.

South oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının cinsiyet bakımından anlamlı farklılık göstermemektedir. Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, south oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, south oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, dürtüsellik puanının daha önce psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

South oaks kumar tarama testi daha önce psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir. Duygu değişimi ve dalma puanı yetiştığınız ortamda dijital oyun oynayan birey olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir. Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, south oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının daha yetiştığınız ortamda dijital oyun oynayan birey olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Aşırı odaklanma ve erteleme puanı duygu değişimi ve dalma puanı, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, south oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının en çok tercih edilen oyun türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir

Analiz sonuçlarına göre aşırı odaklanma ve erteleme puanı en çok tercih edilen oyun türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Çatışma, yoksunluk ve arayış puanı en çok tercih edilen oyun türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Duygu değişimi ve dalma puanı en çok tercih edilen oyun türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. South oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının puanı gün içinde dijital oyunlara zaman ayırma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir.

Name and Surname : Alper KOLCAN  
Advisor : Assoc. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT  
Degree and Date : Master, 2023  
Major : Clinical Psychology  
Keywords : Digital Game Addiction, University, Gambling Addiction

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN DIGITAL GAME ADDICTION AND GAMBLING ADDICTION AND IMPULSIVITY IN UNIVERSITY STUDENTS**

The main purpose of the study is to determine the relationship between digital game addiction and gambling addiction and impulsivity in university students. In this direction, the Digital Gaming Addiction Scale, the South Gambling Screening Scale, and the Barrat Impulsivity Scale were applied to a total of 400 participants.

As a result of the survey application, the impulsivity score shows a significant difference according to age. Excessive focus and procrastination, conflict, deprivation and seeking, mood swings and shift of attention south oaks gambling screening test scores do not differ significantly according to age. Excessive focus and procrastination, conflict, deprivation and seeking, emotional change and shift of attention show significant differences according to gender.

South oaks gambling screening test does not differ significantly in terms of gender impulsivity score. Excessive focus and procrastination, conflict, deprivation and seeking, mood swings and shift of attention, south oaks gambling screening test, impulsivity scores do not show any statistically significant difference according to educational status. Excessive focus and procrastination, conflict, deprivation and seeking, mood swings and shift of attention on, south oaks gambling screening test, impulsivity scores do not show any statistically significant difference according to income status. Excessive focus and procrastination, conflict, deprivation and seeking,

mood swings and shift of attention on, impulsivity scores do not differ significantly according to previous psychiatric diagnosis or treatment.

South Oaks gambling screening test differs significantly according to previous psychiatric diagnosis or treatment. Change of emotion and shift of attention scores differ significantly according to the status of being an individual playing digital games in the environment in which you grew up. Excessive focus and procrastination, conflict, deprivation and seeking, south oaks gambling screening test, impulsivity scores do not differ significantly according to the status of being an individual playing digital games in the environment where you grew up. Extreme focus and procrastination score, mood change and shift of attention on score, conflict, deprivation and seeking, emotion change and shift of attention on, south oaks gambling screening test, impulsivity scores do not show statistically significant difference according to the most preferred game type.

According to the results of the analysis, the excessive focus and procrastination scores show statistically significant differences according to the most preferred game type. Conflict, deprivation and seeking scores show statistically significant differences according to the most preferred game type. Emotion change and diving scores show statistically significant differences according to the most preferred game type. South oaks gambling screening test, the score of the impulsivity subscale show a statistically significant difference according to the time spent on digital games during the day.



## İÇİNDEKİLER

**ÖZ**

**ABSTRACT**

<b>TABLolar LİSTESİ .....</b>	<b>iv</b>
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ .....</b>	<b>v</b>
<b>KISALTMALAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>SÖZLÜK.....</b>	<b>vii</b>
<b>GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>

### BİRİNCİ BÖLÜM

#### DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI

1.1 Oyun Kavramı ve Oyunun Tarihi .....	5
1.2.Dijital Oyun Kavramı .....	8
1.3.Dijital Oyunun Tarihsel Gelişimi .....	10
1.4.Bağımlılık Kavramı .....	15
1.5.Dijital Oyun Bağımlılığı .....	17
1.6.Dijital Oyun Türleri .....	19
1.7.Dijital Oyunların İnsan Hayatındaki Yeri ve Önemi .....	19
1.7.1.Dijital Oyunların Pozitif Etkileri .....	21
1.7.2.Dijital Oyunların Negatif Etkileri .....	23
1.8.Dijital Oyun Bağımlılığıyla İlişkilendirilen Faktörler .....	25
1.8.1.Yalnızlık.....	25
1.8.2.Saldırganlık.....	25
1.9.Dijital Oyun Bağımlılığı Üzerine Yapılan Araştırmalar.....	26
1.10.Oyun Bağımlılığı ve Dürtüsellik İlişkisi.....	27
<b>2. KUMAR BAĞIMLILIĞI.....</b>	<b>29</b>
2.1.Kumar Tanımı.....	29
2.2. Kumar Bağımlılığı .....	29
2.3.Kumar Oynama Bozukluğu Tanı Kriterleri .....	31
2.4.Kumar Bağımlılığının Evreleri .....	32
2.5.Kumar Bağımlılığının Nedenleri .....	33

2.6.Kumar Oynama Bozukluğu Tedavisi .....	34
2.6.1.Farmakoterapi .....	35
2.6.2. Psikoterapi .....	35
2.6.3.Kendine Yardım Grupları .....	36
<b>3. DÜRTÜSELLİK KAVRAMI .....</b>	<b>36</b>
3.1. Dürtüsellik .....	36
3.2. Dürtüsellğin Nedenleri.....	42
3.3. Dürtüsellik ve Etkileyen Faktörler.....	43
3.4. Dürtüsellik ve Yüksek Riskli Davranışlar .....	44
3.5. Dürtüsellik Kuramları .....	44
3.6. Dürtüsellik Sonuçları .....	48
3.7. Dürtüsellğin bağımlılıkla ilişkisi .....	49
3.8. Oyun Bağımlılığı ve Dürtüsellik.....	50

## İKİNCİ BÖLÜM YÖNTEM

1.1. Araştırmanın Modeli.....	53
1.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....	53
1.3. Veri Toplama Araçları .....	53
1.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu.....	53
1.3.2. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği .....	53
1.3.3. South Oaks Kumar Tarama Testi.....	54
1.3.4. Barratt Dürtüsellik Ölçeği.....	55
1.4 Veri Analiz Yöntemleri .....	55

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

1.1. Katılımcıların Sosyodemografik Bilgileri .....	57
1.2. Kullanılan Ölçme Araçlarına İlişkin Betimsel İstatistik Değerleri.....	59
<b>TARTIŞMA.....</b>	<b>75</b>
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>83</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>93</b>

Ek-1. Sosyodemografik Bilgi Formu .....	93
Ek-2. Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği.....	95
Ek-3. SOUTH OAKS KUMAR TARAMA TESTİ (SOKTT) (Türkçe'ye Uyarlanmış Formu).....	96
Ek-4 Barratt Dürtüsellik Ölçeği -11 Türkçe Versiyonu.....	100
Ek-5 Etik Kurul İzni .....	101



## TABLÖLAR LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Katılımcılara İlişkin Sosyodemografik Bilgiler .....	57
<b>Tablo 2.</b> Katılımcıların Dijital Oyun Oynamasına İlişkin Bilgiler .....	58
<b>Tablo 3.</b> DOBÖ, SOKTT ve BDÖ Ölçeklerine İlişkin Betimsel İstatistikler .....	59
<b>Tablo 4.</b> DOBÖ, SOKTT ve BDÖ Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları .....	60
<b>Tablo 5.</b> BDÖ'nün DOBÖ Toplamı Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları .....	61
<b>Tablo 6.</b> BDÖ'nün SOKTT Toplamı Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları .....	61
<b>Tablo 7.</b> DOBÖ, SOKTT, BDÖ Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları .....	62
<b>Tablo 8.</b> DOBÖ, SOKTT ve DBÖ Puan Ortalamalarının Yaşa Göre Farklılaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları .....	64
<b>Tablo 9.</b> DOBÖ, SOKTT ve DBÖ Puan Ortalamalarının Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları .....	66
<b>Tablo 10.</b> DOBÖ, SOKTT, BDÖ Puan Ortalamalarının Psikiyatrik Tanı ya da Tedavi Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları .....	67
<b>Tablo 11.</b> DOBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Yetişilen Ortamda Dijital Oyun Oynanması Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları .....	69
<b>Tablo 12.</b> DOBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Oyun Türüne Göre Farklılaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları .....	71
<b>Tablo 13.</b> DOBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Oyun Oynama Süresinde Göre Farklılaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları .....	73

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Katot Işın Tüpü Eğlence Cihazı ..... 11



## KISALTMALAR

**APA:** Amerikan psikiyatri birliği

**BDÖ:** Barratt dürtüsellik ölçeği

**CAD:** Sürekli ve düzensiz kumar oynama bozukluğu

**DEHB:** dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu adı verilen durum

**DOBÖ:** Dijital oyun bağımlılığı ölçeği

**DSM:** Psikolojik bozuklukların el kitabı

**ICD:** Uluslararası hastalık sınıflandırması

**İOOB:** İnternet oyun oynama bozukluğu

**KOB:** Kumar oynama bozukluğu

**SOKTT:** South oaks kumar tarama testi

## SÖZLÜK

**Epidemiyoloji:** Toplumdaki hastalık, kaza ve sağlıkla ilgili durumların dağılımını, görülme sıklıklarını ve bunları etkileyen belirteçleri inceleyen bir tıp bilimi dalıdır.

**Homeostaz:** Dengeleşim. Çevresinde gerçekleşen olumsuzluklar karşısında hücrenin kendi dengelerini koruma çabası, değişen koşullarda iç dengenin aktif düzenlemesidir.

**Komorbid:** Eşlik eden hastalık, ek hastalık.

**Patoloji:** Hastalıklar bilimi.

**Rekreasyon:** Fiziksel, sosyal ve zihinsel sağlığı iyileştirerek yaşam kalitesini nasıl arttırmanız gerektiğini keşfetmeye yardımcı olan çalışmaların tamamı.

## GİRİŞ

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte dünyada büyük bir dönüşüm yaşanmaktadır. Teknolojinin hızlı gelişimiyle paralel olarak neredeyse her eve giren cep telefonu, tablet, bilgisayar, televizyon gibi dijital medya araçları yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Öyle ki bazı insanlar dijital medya araçları olmadan yapamamaktadır.

Günümüzde mobil teknolojinin de gelişmesiyle insanların hemen hemen her yerde oyun oynadığını görmek oldukça yaygın bir durumdur. Seyahat ederken, sıra beklerken hatta bazen ders sırasında öğrencilerin dijital oyunlar oynamaktadırlar. Bu örneklerde, oyunlar zaman öldürmek için kullanıldığından oyun süresi daha kısa olabilir. Öte yandan, insanların sırf oyun oynamak için sürekli saatler harcayarak ve bazı önemli sorumlulukları ihmal ederek kendilerini oyunlara adadıkları bir durum daha vardır ki bu da önemli bir sorun olarak ortaya çıkmıştır. Hatta uzmanlar bazı insanların bu davranışlarını bağımlılıkla ilişkilendirmekte ve dijital oyun bağımlılığı adını verdikleri yeni bir bağımlılık türünü literatüre tanıtmışlardır.

Bağımlılık, bir madde, nesne, kişi, varlık ya da davranışa karşı konulamaz ya da engellenemeyen ve kişinin iradesinin büyük ölçüde o nesne ya da davranışın kontrolüne girdiği bir durumdur. Bağımlılık yıllardır bir sorun olarak karşımıza çıkmış ve bağımlılık etkenleri zaman içinde farklılaşarak çeşitlenmiştir. Genel olarak bireylerin yaşadığı bağımlılık fiziksel (bedensel) ve psikolojik veya davranışsal bağımlılık olmak üzere iki türde açıklanmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı psikolojik bağımlılık türünde değerlendirilmektedir.

Oyun oynamak hemen hemen her yaş grubu için eğlenceli bir aktivitedir. Teknolojik gelişmelerle birlikte insanlar cep telefonları üzerinden hemen hemen her yerde oyun oynayabilmektedir. Kuyrukta beklerken, otobüste yolculuk ederken, işe giderken, hatta bir araya gelip duygu ve düşünceleri paylaşmayı amaçlayan sosyal toplantılarda bile oyunlar, sanki günlük hayatın doğal bir parçasıymış gibi insanlara eşlik etmektedir. Özellikle ergenlik çağındaki gençler oyunla o kadar meşgul oluyorlar ki bazen sırf oyun oynamak uğruna okulu asabiliyor, ödevlerini unutabiliyor veya sınavlarda başarısız olabiliyorlar.



Dijital medya araçlarının uzun süreli kullanımının üniversite öğrencileri arasında yaygınlaşması öğrencilerde fiziksel, psikolojik ve sosyal sorunlara yol açmaktadır. Dijital medya araçlarının aşırı kullanımı fiziksel aktivitenin azalmasına, kas, eklem ve sinir sistemi rahatsızlıklarının yanı sıra uyku ve yeme bozukluklarına neden olmakla birlikte sanal ilişki ağlarının gelişmesi öğrencilerin sosyal ilişkilerini de olumsuz etkilemektedir. Dijital bağımlılık öğrencilerde yalnızlık, depresyon, karamsarlık, anksiyete gibi psikolojik problemlerin ortaya çıkmasına yol açmaktadır.

### **Araştırmanın Amacı**

Çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve kumar bağımlılığının dürtüsellik ile ilişkisinin olup olmadığının tespit edilmesidir. Bu amacın yanında çalışmada demografik durumların Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği seviyesini, South Oaks Kumar Tarama Testi puanlarını ve Barratt Dürtüsellik Ölçeği seviyelerini etkileyip etkilemediği de araştırılmak istenmiştir. Alan yazın taraması yapıldığında, bu konu ile ilgili literatürde çalışma olmamasından mevcut araştırmalarında yeterli görülmemesinden dolayı literatüre katkı sağlamak hedefi ile çalışma yapılmak istenmiştir. Bu amaç ile Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, South Oaks Kumar Tarama Testi ve Barratt Dürtüsellik Ölçeği kullanılarak katılımcılar aracılığıyla sonuca ulaşılmak hedeflenmiştir.

### **Araştırmanın Önemi**

Teknolojinin gelişimi, ile birlikte iletişim araçları başta olmak üzere bilgisayar, cep telefonu gibi araçlar hayatımızın ayrılmaz bir parçası olmuştur. Bu gelişmeler ile birlikte internet hayatımıza dahil olmuş ve birçok sorunun oluşmasına, gelişmesine de sebep olmuştur. İnternet kullanımının yaygınlaşmasıyla birlikte insanların hayatlarına dijital oyunlar ve bağımlılıkları, dijital kumar oyunları ve bağımlılığı da beraberinde gelmiştir. Dijital ortamın denetlenmesinin zor olması, dijital ortamda vakit geçirmenin insanlara eğlenceli gelmesi ve dijital kumara ulaşmanın kolay olması bunun sebepleri arasında düşünülmektedir. İnsanların sürekli olarak medya ve internet üzerinden vakit geçirme sürelerinin artması, dijital kumar oynayan kişilerin sayısının gün geçtikçe artması da konu ile ilgili çalışma yapılması gerektiğini düşündürmektedir. Bu sebeple dijital oyun

bağımlılığı kavramı ile ilgili araştırma yapılmasının büyük önem taşıdığı görülmüştür. Teknolojinin geliştiği, internet kullanımının yaygınlaştığı, ülkemizde genç nüfusun arttığına söylendiği bu dönemde dijital oyun bağımlılığı, kumar bağımlılığı kavramlarının da öneminin arttığı düşünülmektedir. Bireylerin dürtüsel özellikleri göz önüne alındığında dijital oyun bağımlılığı geliştirme oranları ya da kumar bağımlılığı geliştirme oranları da farklı olacaktır. Ayrıca, alan yazına bakıldığında dürtüsellik kavramı üzerine yeterli kaynağa rastlanılmamıştır. Dürtüsellik kavramı ile Dijital oyun bağımlılığı ya da kumar bağımlılığı kavramları arasında bir ilişki olup olmadığı merak konusu olmuştur. Elde edilen bulgular sonucunda hem ulusal hem de uluslararası literatüre katkıda bulunmak çalışmayı önemli hale getirmektedir.

### **Problem Cümlesi**

Yapılan araştırmanın problemi üniversite öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve kumar bağımlılığının dürtüsellik ile ilişkisinin incelenmesidir.

### **Hipotezler**

H1: Dijital Oyun Bağımlılığı ile kumar bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Kumar Bağımlılığı ile dürtüsellik arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Dürtüsellik ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H4: Bireylerin maddi gelir durumları ile kumar bağımlılığı arasında anlamlı bir fark vardır.

H5: Bireylerin eğitim durumu ile dürtüsellik arasında anlamlı bir fark vardır.

H6: Bireylerin eğitim durumu ile dijital oyun bağımlılığı arasında anlamlı bir fark vardır.

H7: Bireylerin eğitim durumu ile kumar bağımlılığı arasında anlamlı bir fark vardır.

H8: Bireylerin geçmişte psikolojik/psikiyatrik tanı almaları, tedavi görmeleri ile dijital oyun bağımlılığı, kumar bağımlılığı ve dürtüsellik arasında anlamlı bir ilişki vardır.

### **Sayıtlar**

Araştırmada Demografik Bilgi Formu, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, South Oaks Kumar Tarama Testi ve Barratt Dürtüsellik Ölçeği uygulanmıştır. Bu ölçeklerin gerçeği doğruyu yansıtacak şekilde doldurulduğu varsayılmıştır.

### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Bu araştırma Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, South Oaks Kumar Tarama Testi ve Barratt Dürtüsellik Ölçeğinin kapsamıyla sınırlıdır.
2. Araştırma verileri yetişkinlere gönderilmiş olan Google Form ile sınırlıdır.
3. Yapılan araştırmanın örnekleme yetişkinlerle sınırlıdır

## BİRİNCİ BÖLÜM

### DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI

#### 1.1 Oyun Kavramı ve Oyunun Tarihi

Geçmişten günümüze tüm insanlar farklı alanlarda oyunlar oynamıştır. Eğlence ve zevk için oyun oynamak, toplumun her kesimi için gönüllü bir faaliyettir. İngilizce'de kelime oyunu "oyun" ve "oyun" olarak görünür. Oyun kelimesi fiil olarak kullanıldığında; Oyun bir isim ve bir isim olarak kullanılır Farklı araştırmacılar tarafından oyun türlerinin birçok farklı tanımı yapılmıştır. Tüm bu tanımlara bakarak oyun kavramını şu şekilde tanımlayabiliriz: Bazı kurallar vardır; Hedefi olan bireylerin zihinsel, fiziksel ve sosyal gelişimine katkıda bulunmak; Gönüllü katılım ile oyun, eğlence, neşe ve eğitici nitelikler; Birden çok kez oynanabilir; Sonuçlar, katılımcıların başarısına, zekâsına, enerjisine ve şansına bağlı olarak araçsal ve aracsız faaliyet ve uygulamalardır (Hazar, 2018 akt Sürek, 2021: 9-10).

Yaş, cinsiyet, ikamet edilen ülke, dil veya inanç ne olursa olsun oyun her zaman hayatımızın içinde. Hatırlamasak bile hayatımızın ilk yıllarında ebeveynlerimizle oynamaya başlarız. Küçük yaşta arkadaşlarımızla evde veya sokakta satranç, yakalama, saklambaç ve futbol gibi oyunlar oynarız. Yaşlandıkça, tutum ve düşüncelerimizin çoğu gibi oyun anlayışımız da değişir. İlgi ve yeteneklerimiz doğrultusunda tiyatro veya sinemada rol alır, sporda kazanmaya çalışırız. Sahne sanatları ya da çeşitli oyunlarla ilgimiz olmasa da akrabalarımızın düğünlerinde halk oyunları oynuyor ve onlarla kaliteli zaman geçiriyoruz. Anlaşılacağı üzere oyunun kendisi hayatımızın her döneminde farklı tür ve boyutlarda karşımıza çıkmaktadır. Çok iç içe olmasına rağmen oyunu tanımlamak zordur. Çünkü zamanla oyun araç ve aksesuarlarının değişmesiyle birlikte oyun ortamı ve tanımı da değişip yeni anlamlar kazanmış ve kazanmaya devam etmiştir. Özellikle Türkçe "oyun" ve "oyun" kelimelerinin birçok anlamı olduğu için Sağlam, 2019 akt Solmaz, 2022: 4).

Çocuk oyunları, dans, drama, iskambil ve zar gibi şans oyunları ve sporla ilgili etkinlikler kelime oyunu aracılığıyla ifade edilir. Tiyatro metni anlamında da kullanılan teatral kelimesi oyun, oyun, oyun, oyun, oyun, oyundan türetilmiştir. Sevimli ve zor oyunları oynamak anlamına gelen "oyuncu" gibi anlamlı kelimeler de vardır. Bu anlam çeşitliliği, çeşitli disiplinlerden bilginlerin oyunlarla ilgili yapmış oldukları yorumlardan dolayı artmaktadır (And, 2012 akt Solmaz, 2022: 26).

Berne'e göre oyunlar süreç, ritüel ve eğlenceden gizli nitelikleri ve geri dönüşleri bakımından farklıdır. Bu üç tanımla ima edilen süreçler başarılı, ritüeller etkili ve eğlence faydalı olabilir; Rekabet olabilir, ancak çatışma ve sansasyonel ve dramatik bir son yoktur. Ancak, her oyun temelde dürüst değildir ve oyunun sonucu sadece heyecan verici olmaktan çok dramatik olabilir (Bern, 1966 akt Solmaz, 2022: 5).

Çeşitli bilim adamları tarafından kullanılmaya başlanan oyun kavramı sosyal bilimler literatürüne Hollandalı tarihçi Johan Huizinga tarafından kazandırılmıştır. Batı medeniyetinde modern bilim ve felsefenin iş, ritüel, din, önemli tarihi olaylar gibi önemli sonuçların önceliği karşısında, oyunun önemsiz bir uygulama olduğu görüşünü değiştirmiştir. Bu arada oyunun fiziksel bir aktivite olmasının yanı sıra sosyal bir olgu olduğu ve disiplinler arası bir konu olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca oyun; Hukuk, ticaret, sanayi, sanat, el sanatları, şiir, bilgi, bilim, dini ritüeller vb. Kültürün ortaya çıkmasında önemli bir etkisi vardır. Kültürel alanları ve sosyal yaşamı oyunlardan ayırmak zordur. Çünkü onların oluşumunda dramanın rolü vardır. İnsan ataları, avlanma yöntemlerini hareket ve ses ile anlatarak bir oyun anlayışının başlangıcını sağlamıştır. Çocuklar, yetişkinlerin hareketlerini, avlarını nasıl avladıklarını gözlemleyerek bu hareketleri taklit ederek kendi aralarında oyun yaratmışlardır. Oluşturulan oyunlar geliştirilerek nesilden nesile aktararak bugünkü halini almıştır (Yengin, 2010 akt Solmaz, 2022:

Arkeolojik araştırmalarda oyunun farklı toplumlarda ve dönemlerde varlığının kanıtı olarak çeşitli izler ortaya çıkarılmıştır. 800 yılına tarihlenen bir kil heykel, hayvan kemikleriyle oynayan iki kız göstermektedir. Eski Mısır Krallığı döneminde yaratıldığına inanılan oyun tahtalarında oynanan oyunların ve duvar resimlerinde zıplama oyunlarının tarihi M.Ö. Ak-Hor mezarından 2600 yılına

tarihlenen bir duvar resminde el tokasıyla oynayan bir kız görülmüştür. Oynadıkları zamanın, toplumun ve kültürün izlerini taşıyan bu oyunlar, yaratıcıyla bağ kurmak için müziğin de yardımıyla dini törenlere dönüşmüştür. Diğer bir deyişle spor, din kültürünün oluşumunda rol oynamıştır. Huizinga'ya göre oyunlar bir kültürde farklı başlıklar altında ortaya çıkmamış, kültürün kendisinden çok önce var olmuştur. Benzer ifadeler içermesine rağmen, Huizinga , oyunu normal yaşamın dışında, özgür ve "kurgusal" olarak algılanan, ancak yine de oyuncuyu tam olarak meşgul edebilen bir etkinlik olarak tanımlar (Özkan, 2018 akt Solmaz, 2022: 6-7).

Oyunlar geçmişten günümüze var olmuştur Oyunlar hayatın her alanında bulunur Oyunların kesin tarihini tam olarak söyleyemesek de çok eski zamanlara dayandığını söyleyebiliriz. Hollandalı tarihçi Huizinga, "Homo ludens" adlı kitabında oyun fikrine değinir; Spor, uzun zamandan beri kültürden çıkmış bir olgudur (Huizinga, 2006 akt Sürek, 2021: 12).

Ebeveynlik kavramlarının bazılarının oyunlaştırılması, çocuklar için ilk eğlenceli tema olarak ortaya çıkıyor. Yemek yeme ve fiziksel aktivite gibi davranışlar buna örnektir. Oyun oynama dürtüsünün hayvanlarda bile var olduğu ve sosyal beceriler de dahil olmak üzere oyunun doğal hayatta kalmayı sağladığı gösterilmiştir. Egzersiz yapmayan hayvanların hayatta kalma oranlarının azaldığı tespit edildi. İlk insanların ormanda hayatta kalabilmek için bu dürtüye göre hareket etmeleri gerektiği gösterilmiştir (Harari, 2016 akt Sürek, 2021: 12).

Oyun anlayışının başlangıcına baktığımızda insan, avcı, oyunu hareket ve ses ile tanımlamıştır. Antik insan toplumlarında ortak bir paydada oyun sanatla buluşuyor Dekoratif sanatlar ve inançların karikatürleri gibi sanat unsurları buna örnek olabilir (Huizinga, 2006 akt Sürek, 2021: 12).

Müzik, şiir, dans ve dini ritüeller oyunun olaylarına göre şekillenmiştir. Oyunlar bazı toplumlarda kavram olarak çok az değişse de hem eski uygarlıklarda hem de eski Türk toplumlarında oyunlarla ilgili yazılı kaynaklar da bulunmaktadır. Görünüşe göre bugün hayatta kalan oyunların birçoğunun kökenleri geçmiş uygarlıklara dayanıyor. Eski uygarlıklar incelenirken çocukların oyun için kullandıkları materyallere de rastlanmıştır. "Antik Yunan'da bulunan oyuncaklar

arasında çingiraklar, tekerlekler, sopalar, minyatür mobilyalar, evler, gemiler ve arabalar bulunur". Roma İmparatorluğu döneminde gladyatör oyunları, tiyatro sahneleri, at yarışları gibi oyunlar toplumu eğlendirmek, gösteri ve birlik sağlamak açısından önemlidir. Bugün toplum tarafından zararlı kabul edilen oyunlar da yasaklandı Çocuklar oyun oynarken bilişsel ve duyuşsal yönlerini geliştirirler ve bu yönler aracılığıyla sosyal farkındalıklarını ve davranış kalıplarını geliştirir ve ilerletirler. Oyun, çocuklarda karar verme, hafıza, stratejik, gözlemsel, uzamsal akıl yürütme, problem çözme ve yaratıcı düşünme gibi kavramları geliştirir. Aynı zamanda "muhakeme, neden-sonuç ilişkileri kurma ve seçim yapma gibi zihinsel işlevlerin gelişmesini sağlar" Oyunlar da çocukların kas gelişimi için önemli bir bileşendir. Arkeolojik kazılarda bulunan oyuncak hayvan figürleri, eski uygarlıklarda bile eğitim ve oyuncakların toplumda rol oynadığının kanıtıdır (And, 2007 akt Sürek, 2021: 13).

## **1.2.Dijital Oyun Kavramı**

Daha önceki yıllarda oyunlar genellikle gerçek kişilerle, arkadaşlarla ve gerçek mekanlarla oynanırken günümüzde bu gerçek mekanlar ve kişiler yerini sanal ortamlara bırakmıştır. Dijital oyunlar, belirli kurallara ve sınırlamalara dayanması bakımından geçmişte oynanan geleneksel oyunlara çok benzer. Geleneksel oyunları modern dijital oyunlarla ayıran en önemli şey elbette lokasyon ve insan kalitesi. Oynanan oyunların platformları, oyuncu sayısı ve şekli açısından geleneksel oyunlardan farklılık göstermektedir (Hazar vd., 2017 akt Aydemir, 2020:

Geçmişten günümüze spor, tanımlanması zor ancak gözlemlenmesi kolay bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Tüm bilimsel araştırmaların çıkış noktasını oluşturan ve tartışılmaz olarak görülen kısım oyunun gerekliliği ve faydasıdır. Oyun yaklaşımı açıklanırken hangi açıdan bakılırsa bakılsın hem biyolojik açıklama hem de ekolojik bakış açısı kısmen açıklanmıştır (Huizinga, 2017 akt Budak, 2020: 12).

Oyunu, çocuğun gelişiminin tüm alanlarını destekleyen, öğrenmeye zemin hazırlayan, aynı zamanda keyif ve zevk veren bir etkinlik olarak da onun seçtiği bir etkinlik olarak tanımlayabiliriz. Oyunun araştırmaları ve tanımları incelendiğinde ortak tema, çocuğun kişisel keşif alanı, çocukluk enerjisi ve öğrenme dili olarak

görülmesidir. Tanıma genel olarak bakıldığında oyun; Bu, çocukların öğrenme, gelişme ve büyüme yollarını destekleyen ve çocukların sağlıklı gelişiminin temelini oluşturan faktörlerden biridir (Önder ve Arslan, 2007 akt Budak, 2020: 13).

Bir oyun türü olarak ele alınan dijital oyunlar, günümüzde araştırmacılar tarafından çok farklı şekillerde tanımlanmaktadır. En genel tanımıyla teknolojinin oyunla bütünleşmesi ve çocuklar için bilgisayar, tablet, cep telefonu ve oyun konsolu gibi dijital cihazların kullanımıyla gerçekleşen bir kavram olarak ifade edilmektedir. Popüler bir kültür haline gelen dijital oyunlar, hayatlarının hemen her alanında çocukların ekranlarında karşımıza çıkıyor. Teknolojinin hızlı gelişimi, dijital oyunların kullanımını büyük ölçüde etkilemiştir. Dijital oyun oynama yaşı son zamanlarda önemli ölçüde azalmıştır. Eski oyunlar ile günümüzde oynanan dijital tabanlı oyunlar arasındaki en önemli fark bu iki oyunun oyun ekipmanlarıdır. Eski tarz oyunlarda oyun araçları her yerde zorlanmadan bulunabilen araçlardır. Eski tarz oyunlarda, geleneksel oyunlarda sıklıkla kullanılan salıncak gibi oyun alanlarında bulunan alternatif ekipmanların yanı sıra taş ve ahşap gibi malzemeler de kullanılabilir (Mustafaoğlu ve Yasacı, 2018 akt Budak, 2020: 6).

Dijital oyunlar, elektronik bir platformda metin veya görsellere dayalı eğlence ve boş zaman etkinliği yazılımları olarak tanımlanmaktadır. Dijital oyunların adım adım gelişimine bakacak olursak; ) büyüme dönemi), (iii) 1990'ların sonunda beşinci nesil oyun konsollarının ve CD-ROM teknolojisinin gelişmesi (geliştirme dönemi), (iv) dijital oyunlarda yerleşmenin başlaması (olgunluk dönemi) ve (v) yedinci neslin gelişmesi Oyun projeleri ise programlama, animasyon, grafik ve tasarım (ilerleme dönemleri ve hızlı gelişme) gibi alanlarda uzmanlık talebinin artması olarak ifade edilebilir. Ev bilgisayarlarının varlığı ve dijital oyunların oyun konsolları aracılığıyla eve taşınabilmesi, dijital oyunlara erişimi kolaylaştırmış ve dijital oyun oynamayı artırmıştır. Şehirleşmenin oluşması, oyun oynayacak alan olmaması ve teknolojinin ilerlemesiyle birlikte oyunlar açık havada oynanırken, internet kafelerde veya evde oynanan dijital oyunlar haline gelmiştir. Konsol oyunları, PC oyunları ve çevrimiçi oyunlar olarak bilinen dijital oyunların kullanımı, özellikle son yıllarda çocukların ve gençlerin bilgisayarlara olan yoğun ilgisinden dolayı her geçen gün artmaktadır (Castel vd., 2005 akt Baykal,2020: 7-8-).



Dijital oyun, bir veya daha fazla kişinin fiziksel bir ağ üzerinden veya İnternet üzerinden bilgisayar veya oyun konsolu gibi elektronik ortamlarda birlikte kullanabileceği, bilgisayar, metin veya görsel öğelere dayalı bir eğlence ve eğlence etkinliği programıdır. Cep telefonu ve LCD gibi çeşitli görüntüleme teknolojilerini kullanarak farklı platformlar üzerinden oyuncuya yansıyan oyunlar (Özhan, 2011 akt Ateş, 2021: 16)

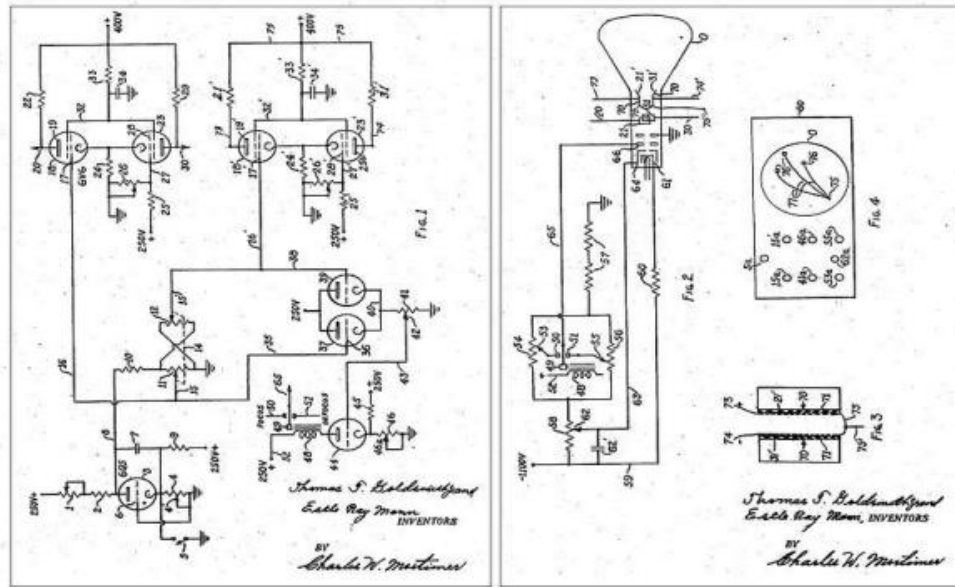
Dijital oyun sadece hayatın bir parçası değil, aynı zamanda bilimsel bir alan olarak da kabul ediliyor. Üniversitelerde dijital oyun tasarımı alanında lisans ve yüksek lisans programları açılmakta, bilimsel makaleler yazılmaktadır. Dijital oyunların yaygınlaşmasıyla birlikte gerçek oyunlarla ve arkadaşlarla oynanan oyunların yerini dijital oyunların aldığı, her dört öğrenciden üçünün online oyun oynadığı söylenebilir. Dijital oyunlarla ilk karşılaşmada genellikle merak ortaya çıkar ve oyunlar ya tek başına, bilgisayara karşı ya da farklı kişilerle oynanır. Dijital oyunların oynandığı sanal platformlar, çocukların aile içinde daha fazla zaman geçirdikleri bir platformdur ve aslında eğlence, boş zaman ve iletişim gibi işlevleri nedeniyle tüm insanları etkilemektedir (Sağlam, 2019 akt Ateş, 2021: 17).

Rekreasyon amaçlı dijital oyunların yanı sıra ideolojik ve eğitim amaçlı oyunlar da bulunmaktadır. Dijital oyunlar sınırsız ve oyuncunun tercihleri doğrultusunda farklı hikâyeler yaratma vaadinde bulunsa da gerçekte oyun haritası ne kadar geniş olursa olsun geleneksel ve spor ikonları olarak bakıldığında kapalı ve sınırlı bir alanda oynanmaktadır. Bilgisayarda, oyun konsolunda veya mobil cihazda oyun oynayanlara oyuncu (oyuncu veya oyuncu) denir. Oyuncular oyun sırasında gerçek hayattaki gibi davrandıklarına inanarak çeşitli aktiviteler gerçekleştirirler. Bu etkinlikler sonucunda oyuncular oyundan zevk alabilir ve zamanlarını eğlenerek geçirebilirler (Sayılğan ve Sayılğan, 2013 akt Ateş, 2021: 17).

### **1.3.Dijital Oyunun Tarihsel Gelişimi**

Farklı şekillerde ve farklı amaçlarla güzel vakit geçirmek için oyunlar, küçükten büyüğe insanlığın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Oyunlar hem çocuklar hem de yetişkinler tarafından eğlenmek için kullanılan kaliteli bir eğlence aracıdır. Neredeyse yüz yıl önce insanlar tarafından yapılmış veya tasarlanmış araç

ve gereçlerle oynanan oyun ve oyunlar, Soğuk Savaş ile birlikte farklı bir aşamaya girmiş ve giderek dijital hale gelmiştir. Modern bilgisayarın temel ilkeleri Charles Babbage 3 tarafından 1822'de Journal of the Royal Astronomical Society'de yayınlanan "Diferansiyel Makineler" makalesinde fikirlerini sunduğunda ortaya çıkmıştır. 1843'te Kontes Ada Lovelace 5, Babbage'ın çalışmasına dayanan dünyanın ilk bilimsel incelemesi olarak kabul edilecek şeyi tamamlanmıştır. Yüz yıl sonra, 1943'te ABD Ordusu, ilk elektrikle çalışan ve elektronik veri işleme bilgisayarı olan Elektronik Sayısal Entegratör ve Bilgisayarın (ENIAC) ve 167 metrekare ölçü ve ağırlıkta olan ENIAC'ın geliştirilmesini onay alınmıştır. Thomas T. Goldsmith Jr. icat etmiştir. Elektronik oyunların bilinen ilk örneği 1947'deydi. Estelle Ray Mann tarafından "katot ışın tüplü eğlence cihazı" olarak icat edildi. İkinci cihaz. Dünya Savaşı'nda kullanılan radar sistemlerinden esinlenilmiş bir füze simülatörüdür. Bu simülasyonun amacı, bir ışık huzmesi kullanarak ekrandaki hedefi vurmaya çalışmaktır (Sezen ve Sezen, 2011 akt Tırnovalı, 2019: 17).



Şekil 1. Katot Işın Tüplü Eğlence Cihazı

Kaynak: (Krauss, 2009 akt Tırnovalı, 2019: 18).

Türkiye'de SOS olarak bilinen kart oyunu, 1952 yılında Cambridge Üniversitesi doktora öğrencisi Douglas Alexander tarafından TicTacToe olarak

üretilmiştir. Brookhaven Ulusal Laboratuvarı'nda ilk nükleer bomba üzerinde çalışan nükleer fizikçi William Higginbotham, bir osiloskopu (sinyal voltajının, genellikle iki boyutlu bir grafik olarak izlenmesine izin veren elektronik bir test cihazı) bir ekran olarak tanımladı ve oyuncuların topun vuruş açısını ölçün ve oyunun amacını belirlemek için bir düşmanın kullanıldığı bir tenis oyunu olan "İki Kişilik Tenis" elektronik oyununu geliştirilmiştir (Kraus, 2009 akt Tırnovalı, 2019: 18).

Oyun kültürünün genel tarihi ile karşılaştırıldığında dijital oyun çok yeni bir ürün olarak kabul edilebilir. 1958 yılında OXO oyununun gelişmesiyle başladığı kabul edilen süreç, günümüzde insanların hayatında ne kadar yer kapladığı düşünüldüğünde oyun sektörü ve tarihsel geçmişi açısından büyük ilgi görmektedir. İlerleyen yıllarda uzmanlığın, kültürel olanakların ve teknolojinin gelişmesiyle birlikte dijital oyun endüstrisi, ticari değeri olan disiplinler arası bir yöntem olarak ortaya çıkmıştır. Daha önce kullanılan cihazlar için bellek, hız vb. Bu kadar kısa sürede performanslarındaki muazzam artış, önceki oyunların geleceğin oyunlarından ne kadar farklı olduğunu ortaya koyabilecek en somut kanıttır. Yirminci yüzyılın ikinci yarısından sonra oyunlar elektronik ortama taşınmış ve böylece dijital oyunlar hayatımıza girmiştir (Akbulut, 2009 akt Sezgin, 2019: 40-47).

Sanal ortamda oyun oynamak olarak tanımlayabileceğimiz dijital oyunlar, aynı zamanda geleneksel bir oyunun (dijital olmayan oyun) özelliklerine de sahiptir. Bununla birlikte, geleneksel oyunlardan farklı olarak, dijital oyunların öncelikle hiper bağlantı, etkileşimli ve resmi, bilgisayar aracılı multimedya gibi yeni medya özelliklerini içerdiği belirtilmelidir. Bu, oyun zamanı ve yeri, oyunun oynanma eylemi ve oyun geliştirme ve tasarım aşaması açısından önemli bir değişimi işaret ediyor. Ancak dijital oyun üretim sürecinin profesyonel yapılması da dijital oyunlar ile geleneksel oyunlar arasındaki önemli bir farktır (Binark vd., 2008, Sezgin, 2019: 40-50).

Dijital oyun endüstrisinin tarihsel gelişim süreci, beş ayrı gelişim aşamasında ortaya çıkıyor. 1- Seksenlerden önceki erken büyüme evresi 2- Seksenlerin ortasından 90'ların ortalarına kadar olan büyüme evresi 3- Doksanların sonuna kadar olan büyüme evresi 4- 2000-2005 arasındaki olgunluk evresi ve 5- 2005'ten günümüze ilerleme evresidir (O'Hagan ve Mangiron, 2013 akt Tüver, 2021: 10-11).

Amerika Birleşik Devletleri'ndeki ilk oyun şirketi olan Atari, pazarın %80'ini kontrol ediyordu. Böylece şirket bu pazarda lider konumuna gelmiştir. 1978 yılında geliştirilen ikinci nesil oyun oyunu "Space Invaders" ile Japonya, küresel oyun pazarına ABD'den sonra giren ilk ülke oldu. Bu gelişme döneminde Japonya, oyun endüstrisinde büyük ilerleme kaydedilmiştir. 1985 yılında en popüler konsol oyunu olarak bilinen Nintendo Entertainment System, NES olarak da bilinir ve Nintendo tarafından geliştirilmiş ve ABD pazarına sunulmuştur. 1990'ların sonundaki gelişim döneminde Avrupa dillerindeki oyunlar küresel oyun pazarına girmeye başladı. Bu dönemde CD endüstrisinin gelişmesi, beşinci nesil oyun konsollarının gelişmesine yol açtı. Bu konsolların ilk modelleri 1994 yılında Japonya'da SONY Computer Entertainment tarafından piyasaya sürülmüştür. Japon şirketi Sega, konsolun üretimini bıraktıktan sonra, Microsoft yerini aldı. Böylece Sony, Nintendo ve Microsoft, konsol platformlarının üç büyük üreticisi haline geldi. Son olarak günümüzde de devam eden bir ilerleme sürecinde yedinci nesil konsollar geliştirildi ve yayınlandı. Dikkate değer örnekler Xbox 360, PS3 ve Wii'dir. Bu konsollar sadece oyun deneyimini dönüştürmekle kalmıyor, aynı zamanda oyunu bir multimedya iletişim ve eğlence aracına dönüştürüyor. Bugün oyunlar, üretim ve maliyet açısından büyük sinema ürünleriyle karşılaştırılabilir. Örneğin, 2011'de piyasaya sürülen "Star Wars: The Old Republic" oyununun geliştirilmesi 6 yıl sürdü ve yaklaşık 200 milyon dolara mal oldu (O'Hagan ve Mangiron, 2013 akt Tüver, 2021: 11).

Her yaş grubundan kullanıcı bulan bu oyunlar, özellikle gençlerin yoğun ilgisi nedeniyle ekran karşısında geçirilen sürenin artmasına neden oluyor. Say'a (2016) göre Türkiye'nin dijital oyunlarla 1980 yılında tanıştığı bilinmektedir. 1980'li yıllarda insanların televizyon, video ve atari oyunlarına olan ilgisi teknoloji ile katlanarak artmıştır. Ülkemizin birçok şehrinde bu tür oyunların oynanması için atari salonları açılmıştır ve bunun sonucunda oyunu oynayanlar bağımlı hale gelmiştir. Ancak ilerleyen yıllarda çeşitli oyun konsolları, bilgisayarlar ve düşük maliyetli oyun konsolları gelişmiştir (Kolçak, 2020 akt Tüver, 2021: 11-12).

Geçmişten günümüze kadar gelen oyun, insanlığın varoluşundan beri oynanmaktadır. Bu oyunlar özeldir; Erken insan dönemlerinde bireylerin temel

yaşam deneyimleriyle ilgilidir. İnsanlar, çevrelerindeki insanlarla aynı eylemleri yaparak veya başka bir kişiye ne yapması gerektiğini söylerken jestler yaparak oyunu oluşturmuştur. Bu taktikler sonucunda ortaya çıkan oyun, çocuklar sayesinde bugünlere gelmiştir. Oyunun geçmişten gelen kültürü hakkında bazı bilgilere arkeologlar tarafından ulaşılmıştır. Hindistan ve Mısır'da çocukların duvarlara resim çizdiği görüldü. Duvarlarda dönen gömlek ve tokalaşma resimleri görüldü ve bu oyunları oynadıkları sonucuna vardılar. Oyunlar zaman zaman farklıdır. Bunlardan bazıları aşağıda tartışılmaktadır. Mısır uygarlığında. Kazılar sonucunda elde edilen bilgiler doğrultusunda mezarlarda oyuncak bebekler bulundu. Ancak bunun yanında, o zamanın şartlarında yapılan tohumlardan yapılmış çingiraklar ve kilden veya hayvanlardan yapılmış oyuncak bebekler de vardır ki bu da o dönemde çocukların oyun oynadığı fikrini ortaya koymaktadır. Yunan uygarlığındaki Araştırmalar sonucunda top oyunları daha çok oynanmaktadır. Yunanlılar fiziksel gelişime önem verdikleri için spora da önem verilmiştir. Roma uygarlığında. Bu dönemde yapılan araştırmalar şu olguya ulaştı. Savaşlar sonucunda zor yaşam koşulları ve işe başlama, oyun türlerinin değişmesine neden olmuştur. Top oyunları yasaktır ve yalnızca burjuva ailelerin çocuklarına açıktır. İşçi ailelerinin çocukları, ailelerine yardım etmek ve para kazanmak için yaşam koşullarıyla boğuşuyordu. Ancak geri kalanlar, ebeveynlerinin yaptığı oyuncaklarla oynuyordu. Sanayi Devrimi sonucunda değişen yaşam koşulları ve aile büyüklerinin çalışmaları nedeniyle çocuklar anaokuluna gitmeye başlamıştır. Okula giden çocuklar misket gibi oynuyorlardı. Ancak okula gitmeyen çocuklar buldukları ve ürettikleri oyunları oynadılar. Bu dönemde sosyal ve ekonomik farklılık kendini yeniden güçlü bir şekilde göstermiştir. 20. yüzyılda; İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra yetişkinlerin çalışma koşullarının değişmesi ve artması nedeniyle kendilerine zaman kazanmayı “hobi” olarak tanımlamışlar ve bu kavramı ortadan kaldırmışlardır. Bu konsept sayesinde hem yetişkinler hem de çocuklar için oyun anlayışı değişti. Bu dönemden sonra oynanan oyunlar zihinsel ve fiziksel gelişime katkı sağlamıştır. Oyun bu dönemlerden değişiklikler yaparak bu zamana kadar gelmiştir. Her iki çocuğun da bazı oyunları oynadığı görülürken, bazı oyunlara yetişkinlerin de katılabileceği görülmektedir. Oyunlar, kültürlerin sosyal bileşenlerinin bir parçası olmakla birlikte, gündelik hayatın stres ve sorunlarından kaçışı da sağlar (Doğu, 2009 akt Taş, 2019: 6).

Türklerin oyun anlayışını en iyi anlatan kaynağa “Dede Korkut Hikâyeleri”nden ulaşılabilir. Bir diğer önemli kaynak da Evliya Çelebi'nin seyahatnamesidir. Anadolu'da yaşayan çocuklar etraflarında buldukları malzemelerden oyuncaklar ve oyunlar ürettiler. Saklambaç, temizlik, futbol, dikkat ve dayanıklılık gerektiren oyunlar, dövüş oyunları gibi oyunlar üretip oynamışlardır. Bu dönemden sonra oyuncaklar kuşaktan kuşağa aktarılmış, çocuk oyuncakları zenginleşerek ve gelişerek günümüze ulaşmıştır (Atalay, 1992 akt Taş, 2019):

#### **1.4.Bağımlılık Kavramı**

Bağımlılık birçok tanımı ve yorumu olan karmaşık bir kavramdır. Bağımlılık kavramının birçok alanda geniş yorumları vardır. Bağımlılık, kişiyi psikolojik, sosyal ve fiziksel olarak olumsuz etkileyen, bu etkilere rağmen kişinin kullanmaya devam ettiği ve tekrarlamalarla gelişebilen, stres kaynaklı kronik bir beyin hastalığıdır. Davranışsal, psikolojik ve fizyolojik etkiler de kullanımı kontrol etme zorluğu olarak tanımlanır. Bağımlılık, kaygı, stres, içsel rahatsızlıklardan kaçınma ve uyum gibi nedenlerle kullanılan bir davranış örüntüsüdür (Goodman, 1990 akt Furundaoturan, 2021:3).

Bağımlılık hakkında düşünmenin üç ana yolu bulunur: tıbbi, davranışsal ve akademik modeller. Tıbbi modele göre bağımlılık, hem beyin kimyasında hem de anatomik olarak alkolizme ve diğer maddelere bağımlılık eğilimidir. Birey kompulsif kullanıma çok çabuk başlar, kontrolünü kaybettiğini fark eder, olumsuz etkilerine rağmen kullanmak ister ve kullanmaya devam etmek için davranışlar sergilemeye başlar. Davranış modeli, bağımlılığın gelişmesinde çevresel faktörlerin önemli bir rol oynadığını vurgular. Akademik modelde bağımlılık, homeostazda, yani vücudun, özellikle de beynin normal dengesinde bozulma olarak görülmektedir. Vücut ve beyin, kullanımdan sonra doğal dengesini değiştirir. Kalıntı/alkol hali vücuda doğal dengesini hissettirmeye başlar. Bu sürece dört ana değişiklik eşlik eder: tolerans, hücresel düzeyde bağımlılık, geri çekilme ve psikolojik bağımlılık. Tolerans, kullanılan madde/alkolden daha fazla miktarda alma ihtiyacıdır. Hücresel düzeyde bağımlılık, vücut hücrelerindeki değişiklikler nedeniyle büyük miktarlarda kullanılan bir ilacın daha fazla işlenmesi ihtiyacı olarak tanımlanır. Maddenin yokluğunda vücut normal duruma dönmeye çalışırken ortaya çıkan fiziksel belirtilere yoksunluk

denir. Psikolojik bağımlılık, duygusal istikrar, kullanıcının onu kullanmaya devam etme arzusunu tetiklediğinde ortaya çıkar (Inaba vd., 2014 akt Furundaoturan, 2021: 3).

Bağımlılık, genel tanımıyla, zevk veren ve içsel huzursuzluktan kurtulmaya yardımcı olan davranışların olumsuz sonuçlarına rağmen sürekli kontrol kaybıyla gerçekleşen bir durumdur. Psikiyatride belirli bağımlılıklar maddeye bağlı (alkol, tütün, kafein ve uyuşturucu) ve kumar bağımlılıkları olarak sınıflandırılır. Ancak günümüzde bağımlılığın da farklı göstergelerle karşımıza çıktığını görüyoruz. Örneğin bilgisayar oyunları, internet gibi bağımlılıklar, sosyal medya bağımlılıkları günümüzde sıklıkla görülmektedir. Bağımlılık geliştirme sürecinde fizyolojik ve psikolojik faktörler birbirleriyle etkileşim halindedir. Hoş bir madde yemek, içsel sıkıntı, mutsuzluk, huzursuzluk, stres gibi duygulardan uzaklaşmak için beynin zevk merkezini harekete geçirir. Aynı haz duygusunu yaşamak için kişi sürekli olarak bu hoş maddeyi kullanır. Bu haz duygusu, samandaki ateş gibi yoğun bir şekilde parlayan ama aynı zamanda çok çabuk ortaya çıkan bir duygudur. Zamanla kişinin vücudu, aldığı miktara karşı bağışıklık geliştirdiğinde, bu maddeyi daha yüksek dozlarda kullanmak isteyecek ve maddeden yoksun kaldığında istemsiz bir fiziksel kriz belirtileri gösterebilecektir. Özellikle morfin, eroin ve kokain gibi maddeler beyni ve sinir sistemini doğrudan etkiledikleri ve bunun sonucunda fiziksel/nörolojik sorunlara yol açtıkları için ciddi fizyolojik etkilere sahiptirler. Beyin kimyasalları üzerindeki aşırı etkileri nedeniyle, bu maddelere bağımlılık genellikle hızla gelişir. Keyif verici madde kullanılmazsa, maddenin cinsine bağlı olarak vücutta şiddetli yoksunluk belirtileri gelişir ve bu nedenle kişi bir kısır döngü içinde bu tepkileri yatıştırmak için maddeyi kullanmaya devam eder. Bağımlılık gelişim süreci psikolojik faktörler açısından değerlendirildiğinde, kişinin olumsuz duygulara tahammül edemediği ve bunlardan kaçınmadığı, iç sorunlarını inkar ettiği ve hoş davranışlara/maddelere yöneldiği belirtilmektedir. Vücut alıştıka ve daha fazla miktarda yedikçe veya aynı davranışı daha sık tekrarladika kişi günlük hayatından ve problemlerinden kısa süreliğine uzaklaşır. Uyuşturucu kullanmadığı veya bağımlılık yapan davranışlar sergilemediği zamanlarda çok kaygılı hale gelir ve bu sahte gevşemeyi tekrar tekrar yaşayarak yaşadığı sorunlardan kurtulmaya çalışır. Bu adeta kişinin kompulsif tekrarına dönüşür ve kişi asıl sorunuyla baş edemediği için

sorunu çözmekten giderek uzaklaşır. Bu nedenle bağımlılık, kişinin günlük yaşamına, sorunlarına ve mücadelelerine odaklanmasını zorlaştıran zararlı bir davranış olarak kabul edilir. Bağımlılık anlamı bakımından oldukça geniş bir kavramdır. Bu nedenle bağımlılıkla ilişkili olarak birbiri ile benzer birçok farklı tanımlama yapılmıştır. Yapılan bu farklı tamamlamaların ise bağımlısı olunan şeyin özelliklerine göre farklılaştığı söylenebilir. Genel anlamı ile bağımlılık, bir nesneye, kişiye, ya da bir varlığa duyulan önlenemez istek veya bir başka iradenin tahakkümü altına girme durumu olarak tanımlanabilir. Bir diğer anlatımla, ruhsal ve bedensel sağlıklarına ya da sosyal yaşamlarına zarar vermesine karşın, insanların belirli bir takıntılı durumu yinelemeye yönelik engellenemeyen bir istek duymaları ve bunu sürdürmeleri halidir. Bağımlılık kelimesi 19. yy'a kadar uyuşturucu ve hastalık anlamlarını içeren şimdiki kullanımından farklı hatta uzak bir anlamda kullanılıyordu. 19. yy'ın sonlarına doğru medikal tedavi gelişmelerinin de etkisi altında kalınarak alkol ve madde tüketiminde kötüye kullanımını tanımlamak adına yeniden anlamlandırıldı (Alexander, 2000 akt Atasaz, 2018: 5).

Madde bağımlılığı açısından ise; bir maddenin amacı dışında ve o maddeye karşı gelişen tolerans sonucu, gittikçe artan miktarlarda alınması, kişinin yaşamında sorunlara neden olmasına rağmen kullanımının sürdürülmesi ve madde alımı azaltıldığında ya da bırakıldığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması ile giden tablo olarak tanımlanmıştır. Davranışsal bağımlılıklar ise; kişiye veya başkalarına zarar veren bir eylemi gerçekleştirmek için bireyin bir dürtüye karşı koyamama durumu olarak tanımlanabilir. Davranışsal bağımlılıkların, madde bağımlılığı ile benzer olduğu; buna ek olarak davranışsal bağımlılıkların ilgili eylem tarafından ortaya çıkarılan davranış veya his ile bağlantılı olduğu, ayrıca madde bağımlılığında ortaya çıkan fiziki bulguların davranışsal bağımlılıklarda ortaya çıkmadığı belirtilmiştir (Alavi vd., 2012 akt Atasaz, 2018: 5).

### **1.5.Dijital Oyun Bağımlılığı**

Dijital oyun bağımlılığını gerçek bir tanım vermeden bir tür davranışsal bağımlılık olarak tanımlayan ve teknolojiyi uzun süreli, karşı konulamaz kullanım olarak ifade eden bir kavramdır. Dijital oyun bağımlılığı, özellikle çocuklarda uzun süreli kullanımla belirlenebilen, bu uzun süreli kullanım nedeniyle sorumluluklarının



aksamasına, oyunu kendi yaşamlarına bağlamasına ve dijital oyun yerine dijital oyunları tercih etmesine neden olan bir durumdur (Horzum, 2011 akt Taş, 2019: 14).

Dijital oyun bağımlılığı üzerine yapılan araştırmada bazı oyunların diğerlerine göre daha popüler olduğu ve daha çok tercih edildiği belirlenmiştir. Baktığınızda öne çıkan bu oyunlar, içerik olarak dikkat çeken en yeni ve görüntü kalitesi açısından en iyi olarak kabul edilen oyunlardır. Ancak Minecraft'ın bir inceleme çalışmasında, oyunun çok eski ve düşük çözünürlüklü bir oyun olmasına rağmen dünyanın en çok oynanan oyunlarından biri olduğu ortaya çıktı. Bunun nedeninin, oyunun sınırsız özellikleri, yapısı ve içeriği nedeniyle uzun süre ilgi gerektirmesi ve oyuncuların sosyal rollerini kontrollü bir şekilde seçebilmelerinden kaynaklandığına karar verilmiştir. İnal ve Kiraz'a göre toplumlar ve kültürler için vazgeçilmez bir yapı haline gelen dijital oyunlar önemli ekonomik, sosyal ve kültürel zenginliğe sahiptir. Dijital oyunların oyunculara sunduğu ortamlara bakıldığında, bu oyunların en çok tercih edilen eğlence araçları olduğu, yaratılan hayal dünyası ve yaratılan dünya üzerinde geniş bir etkiye sahip olduğu ve istendiğinde değiştirilebildiği ve değiştirilemeyen bazı hareketlerin olduğu görülmektedir (İnal ve Kiraz, akt Taş, 2019: 15).

Bireyin iç dünyasını zihinsel ve duygusal olarak meşgul eden, bireyin kendisiyle ve başkalarıyla rekabet etmesini ve meydan okumasını sağlayan ve bireyin oyunun tek hâkimi olmasını sağlayan oyunlar insanlara daha çekici gelebilir. Bu oyunlar kısa sürede seviye atlama, başarıya ulaşma ve görsel açıdan zengin içeriklerin keyfini çıkarma gibi özellikleri sayesinde daha hızlı bağımlı hale gelmelerini sağlar (Ögel, 2012 akt Ateş 2021: 25).

Dijital oyun bağımlılığı, artan oyun kontrolü kaybı, azalan tolerans ve sosyallik dahil olmak üzere bir dizi bilişsel ve davranışsal semptomla birlikte yoğun ve kalıcı bir oyun durumudur. Dijital oyunlar, monoton bir hayat yaşayan ve gündelik hayatın endişe ve sıkıntılarından kurtulmak isteyenler için tercih edilmektedir. Hızlı ve aksiyon dolu oyunların en büyük dezavantajı, gerçek hayatı sıkıcı hale getirmeleridir. Ayrıca bir kişinin hedefleri gerçek hayattan ziyade sanal dünyaya yönelikse bu kişi hedeflerine ulaşmak için dijital dünyada kalmayı tercih etmektedir. Ayrıca dijital oyunlarda gerçek hayattan farklı olarak kontrol

mekanizması daha fazla oyuncunun elindedir. Bu faktörler oyuncu için iyidir ve oyunu motive eder. Dijital oyunların sınırsız fantezi dünyası ve burada gerçeküstü kökenlerin ve yeteneklerin varlığı, gerçek hayatta deneyimlenemeyen birçok başarı ve zevk duygusu, bireyleri dijital oyunlara bağlamaktadır (Setzer ve Duckett, 1994 akt Ateş, 2021: 26-28).

### **1.6.Dijital Oyun Türleri**

Dijital oyun türleri kullanıcıların tercih ve beğenileri dikkate alınarak dijital oyun üreticileri tarafından oluşturulmuş dijital oyun çeşitleridir. Bu oyunlar tek bir çeşidi olabildiği gibi, birden fazla oyunun özelliklerini de kendi içinde barındırabileceği belirtilmiştir. Dijital oyunların türleri sınıflandırılırken çoğunlukla oyunların oynanış biçimleri ve içeriği dikkate alınmakla birlikte başka sınıflandırma biçimleri de vardır. Dijital oyunun diğer sınıflandırma biçimleri, hedef sektörü dikkate alınarak “eğlence, devlet, sağlık, vb.” hedef kitlesi dikkate alınarak “yaş grupları, cinsiyet, eğitim grupları, vb” sınıflandırılabilir. Dijital oyun türleriyle ilgili literatürde kesin bir görüş birliği olmamakla birlikte, aksiyon, macera, rol yapma oyunu, simülasyon, strateji ilgili diğer oyun çeşitleri olarak ayrılmaktadır. Ana başlık altında incelenen bu dijital oyun türleri kendi içerisinde de alt bölümlere ayrılmaktadır. Dijital oyun türlerini anlamak, oyuncularda oyun oynamanın mekaniğini ve oyun bağlamında müzakere yollarını, oyuncuların uygulamalarını ve oyun geliştiricilerin tasarımını öğrenen bir uygulamadır. Dijital oyun literatüründe bilgisayar oyunlarının video oyunları, eğlence makinesi oyunları ve kavram olarak elektronik oyunların tanımları bulunmaktadır. Bu çalışmada dijital oyun kavramı kişisel bilgisayarlarda, tabletlerde, akıllı telefonlarda, oyun konsollarında oynanan oyunlara uygulanmıştır. 1958 yılında geliştirilen tenis simülasyon oyunu “Tenis for Two” dijital oyunun ilk örneğiydi. Bir zamanlar belirli bir kategorisi olan dijital oyunlar artık tüm bireyler tarafından aranmakta ve oynanmaktadır (Yılmaz ve Çağıltay, 2004, akt Üngören, 2020: 10).

### **1.7.Dijital Oyunların İnsan Hayatındaki Yeri ve Önemi**

Çağımızda teknolojinin hızla gelişmesiyle birlikte teknoloji, insan yaşamının hem kolaylık hem de vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Bilgisayarlar ve

internet, teknolojide benzersiz bir yere sahiptir. Son yıllarda bilgisayar ve cep telefonu düzeyine ulaşan internet, bireylerin bu teknolojik cihazlara yönelik algısını değiştirmiş ve onları daha çekici hale getirmiştir. İnternet ve teknoloji sayesinde bireyler faturalarını tek tıkla ödeyebilmekle kalmıyor, dijital oyunlar sayesinde en stresli anlarından da dikkatlerini dağıtabiliyor. Dijital oyunlara uyum konusunda sosyalleşme konusunda herhangi bir adım atamayan bireylerin de online dijital oyunlar ile sosyalleşebilecekleri bilinmektedir. Dijital oyun, gün geçtikçe sokak oyunlarının yerini alıyor. Doğal yaşam alanlarının her geçen gün beton yapılarla dolması ve parklarda oynamanın terk edilmesi bireyleri dijital oyunlara yöneltmiş ve bu bir noktada bireyleri dijital oyun oynamaya zorlamıştır. Zamanla, dijital oyun oynama ihtiyacı, aktif açık hava etkinlikleriyle rahatlama ihtiyacının yerini aldı. Bireyler dijital oyun oynarken eğlenebilir, günlük problemlerden uzaklaşabilir, rekabet duygusu geliştirebilir, boş zamanlarını oyun oynayarak geçirebilir, eleştirel düşünme ve karar verme becerilerini daha hızlı geliştirebilir. Böylece dijital oyun, X, Y ve Z kuşaklarındaki bireylerin tercihlerine hızla giriyor. Günümüzde X ve Y kuşağındaki profesyonel bireyler bile işte, evde, otobüste, kısa molalarda dijital oyunlar oynayabilmekte ve dijital oyunlara ciddi anlamda zaman ayırabilmektedir. Dijital oyun oynamak, insanların bilişsel gelişimi ve zihinsel sağlığı için merkezi bir öneme sahiptir. Mekânlardaki etkileşimlerde gerçekleşen oyunbazlık ve eğlence kavramı, özellikle bilgi iletişim teknolojilerinin gelişmesiyle sanal ortamda insanlarla oynamaya başlamıştır. Dijital oyunlar oynamak günlük eğlencenin ortak bir parçası haline geldi. Günümüzde bireyler birçok nedenden dolayı dijital oyunlar oynamaktadır. Kişi ilk etapta söz konusu oyunun popülaritesini anlamaya ve açıklamaya çalışırken, dijital oyunların insan davranışlarına ilişkin ikna edici mekanizmalarının daha fazla araştırılmasına ve kişisel yaşamdaki yerinin sorgulanmasına da yol açmaktadır. Ayrıca, neden oyun oynadıklarını anlamak, dijital oyunların olumlu veya olumsuz etkilerine ilişkin araştırma soruları için gerekli bir başlangıç noktası sağlar. Oyun ve dijital oyun oynayan bireylerin sayısının artmasıyla birlikte dikkatler oyunların etkisine odaklanmıştır. Literatürde dijital oyunların bireyler üzerinde olumlu ve olumsuz etkilerinin olduğu tespit edilmiştir. Dijital oyunların olumsuz etkisi şu şekilde ifade edilmektedir: (Irmak ve Erdoğan, 2016 akt Özkul, 2021: 45)

- Kişi oyun süresi üzerinde kontrol sahibi olmayabilir.
- Kişi diğer faaliyetlere karşı ilgi kaybı yaşayabilir.
- Kişi oyun oynayamıyorsa psikolojik bir nedeni olabilir.
- Kişinin zaman kaybetmesine ve gecikmesine neden olabilir.
- Kişi, çevrimiçi ortamda karşılaşılabileceği tehditlere karşı savunmasız olabilir.
- Kişinin ders çalışmaktan ve kitap okumaktan uzaklaşmasına neden olabilir. Bu durum kişisel ve akademik başarıyı olumsuz etkileyebilir.
- Kişi duygularını kontrol etmekte güçlük çekebilir. • Kişilik bozukluklarına neden olabilir.
- Kişinin kas ve kemiklerinde problemler gelişebilir.
- Öz bakımı iyileştirebilir. Bireyin uykusunu bozabilir. Bu durumdan dolayı kişi yeterince uyuyamayabilir. Dijital oyunların olumsuz yönlerine ek olarak, şiddet içeren dijital oyunların belirli türleri; Bunun neden olduğu psikolojik sorunlar, bireyin saldırganlık düzeyinin artması, bireyde kaygı düzeyinin artması, saldırganlığın sürmesi, yaşam doyumunun düşük olması, toplumda uyarıcı bir düşmanlık olduğunu hissetme gibi psikososyal sorunlarla ilişkilidir (Bozkurt, 2014 akt Özkul, 2021: 46).

### **1.7.1.Dijital Oyunların Pozitif Etkileri**

Bu tür oyunların dijital oyunlarla oynayan çocuklar üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkileri olduğu ve bu oyunların çeşitli sonuçlarının içerik türüne ve oyunun ne zaman duyulduğuna göre değişiklik gösterdiği gösterilmiştir. - Pozitif etki; Çocuklar dijital oyunlar oynadığında, hem duygusal hem de bilişsel yeteneklerinde ve fiziksel uygunluklarında gerçek bir gelişme oluyor. Çocuklar dijital oyunlar oynarken karar verme ve problem çözme becerilerini geliştirmekte, takım çalışmasını öğrenmekte ve net düşünme becerilerini geliştirmektedir. Dijital oyunların yarattığı rekabet ortamı, çocuğun strateji geliştirmesine olanak sağlar. Başarılı ve başarılı olmakla birlikte güveni artırmaya yardımcı olur. Dijital oyunlar çocukların hedefe daha fazla konsantre olmalarını, plan yapmalarını ve zor durumlarla başa çıkmalarını sağlar (Bayırtepe ve Tüzün, 2007 akt Terlemez, 2019: 16).

Dijital oyunları doğru ve uygun şekilde oynamanın birey üzerinde olumlu etkisi vardır. Dijital oyun yönetimi birçok avantajla birlikte gelir. Bunlar şu şekilde özetlenebilir: Dijital oyunları kontrollü bir şekilde oynayarak bireyler kendilerini zihinsel, duygusal ve bazen de fiziksel olarak geliştirebilirler. Öte yandan dijital oyunları kullanarak bireylere sunulan öğrenme ortamları, bireylerin öğrenmelerini geliştirmelerinin önünü açmaktadır. Dijital oyunlarda kullanılan birincil dil İngilizce olduğu için dijital oyunlar, bireylerin yabancı dil öğrenmesine olanak sağlamaktadır. Bireylerin dijital platformlarda karşılaştıkları sorunları çözerek büyümeleri, soyut düşünme becerilerine de katkı sağlamaktadır. Öte yandan, oyun içi eylemlerin daha hızlı karar vermeye, stratejik düşünmeye ve daha fazla seçenek düşünmeye yol açtığı bilinmektedir. Çevrimiçi dijital oyunlarda, bireyin ekibiyle birlikte hareket etme, lideri manipüle etme ve ekip içinde kendini ifade etme becerisinin artması beklenmektedir. Dijital oyunlarda farklı görevleri yerine getirebilen bireylerin özgüvenleri ortaya çıkar. Böylece birey dijital yaşamla birlikte geliştirdiği özgüveni gerçek yaşamına da yansıtabilmektedir. Kişinin dijital oyunlar oynadıkça merakının arttığı ve hayal gücünün geliştiği bilinmektedir. Birey dijital oyunlar oynarken sadece problem çözme becerilerini geliştirmekle kalmaz, aynı zamanda merakını da giderir. Dijital oyunlar günlük hayattan sıkılan ve beynindeki sorunlardan kaçmak isteyen insanlara yardımcı oluyor. Ayrıca aktif dijital oyunlar bireylerin hareketsiz bir yaşam sürmesini engellemekte, bireyleri çeşitli hastalıklardan korumakta, bireylerin dijital oyunlar oynamasına ve dışarı çıkmadan hareketlilik göstermelerine yardımcı olmaktadır. Ayrıca dijital oyunların sadece rahatlatıcı bir unsura sahip olmadığını, aynı zamanda insanları eğlendirirken eğittiğini de vurguladılar. Bireylerin dijital oyun oynarken pek çok psikolojik fayda sağladığı söylenmektedir. Bu faydalar, farklı karar verme süreçleri, bireyin çevresiyle ilgili farkındalığının artması, bireyin merakını giderebilme yeteneği ve bireyin oyunda karşılaştığı zorlukların üstesinden gelerek elde etmesi gereken sorunları çözme gücüdür. Dijital oyunun zorluklarıyla etkileşime geçmek ve bunlarla boğuşmak kişiye zevk verir. Dijital oyunlar aracılığıyla öğrenilen beceriler, eğitim ve iş dünyasında kullanılacak kaynakların olası olumsuz etkilerini ortadan kaldırabilir. Hatta bazı araştırmalar, dijital oyun oynayan bireylerin oyun oynarken öğrendikleri beceriler nedeniyle eğitim ve iş açısından oyun oynamayanlara göre belirli avantajlara sahip

olduğunu öne sürüyor. Dijital oyunlarda oyuncuya gönderilen talimatları okumak ve kullanmak bireyin öğrenmesine yardımcı olur. Dijital oyun ortamında komut ve yönergeleri takip edebilmek, zaman zaman İngilizceye maruz kalmanızı sağlar. Çünkü bu talimat ve komutlar İngilizce olarak verilmektedir. Online oyun oynayan bireylerin bu ortamlarda farklı kültürlerle karşılaşması ve iletişim kurması da oyuncuları İngilizce kullanmaya yöneltmektedir. Böylece dijital oyunlar, dijital oyuncuların İngilizce öğrenmesinin yolunu açıyor. Bu bağlamda dijital oyun oyuncuları, farklı kültürlerden ve etnik gruplardan insanlarla tanışarak tanışıp, öğrenebilmekte ve böylece sosyal ufuklarını genişletebilmektedir. Dijital oyun oyuncuları, sosyal bağlamlarını genişleterek, işgücüne girdikten sonra, önemli konulara karşı daha rekabetçi bir tutum geliştirir ve daha güçlü ekip çalışması becerileri geliştirir. Bazen dijital oyunlar yapıları gereği karmaşık aşamalar içerir ve bu karmaşık yapılardan dolayı oyuncular bu yapıları kontrol etmek için çok uğraşırlar. Bu ortam, dijital oyuncular için kararlılık oluşturur ve konsantrasyonun artmasına yardımcı olur. Dijital oyunların bireysel el-göz koordinasyonunu geliştirdiği ve konsantrasyon üzerinde olumlu etkisi olduğu söyleniyor. Ayrıca dijital oyun değişiminde karmaşık görsel unsurlar da bulunmaktadır (Tüzün, 2006 akt Terlemez, 2019: 16).

### **1.7.2.Dijital Oyunların Negatif Etkileri**

Dijital oyunların verdiği zarar, oyuncuların dijital oyunlar karşısında geçirdikleri süre ile doğru orantılıdır. Uzun süre dijital oyun oynayan bireylerin dijital oyunların olumsuz etkilerine maruz kaldıkları bilinmektedir. Hal böyle olunca da uzun süre dijital oyun oynayan bireylerin sağlıklarının olumsuz etkilendiği söyleniyor. Dijital oyunların son zamanlarda haber, televizyon ve bilimsel araştırmalarda ön plana çıkmasının önemli bir nedeni dijital oyunların bireyler üzerindeki olumsuz etkileridir. Ayrıca dijital oyunlar, dijital oyun bağımlılığı, obezite, tıbbi sorunlara yol açan fiziksel rahatsızlıklar gibi bireyler üzerinde olumsuz etkilere neden olmaktadır. Son zamanlarda, küçük çocukların bile teknik cihazları kullandığı ve dijital oyunlar oynadığı gözlemlendi. Tüm gün evde veya dışarıda çalışan ebeveynlerin çocuklarına teknolojik cihazlar sağlaması ve dijital oyunların, çocuklarının sakinleşmeleri veya kullandıkları oyunlarda daha uzun süre kalmaları

için “koruyucu” olarak görülmesi dijitalin temelini oluşturmaktadır. Özellikle bağımlılık yapan dijital oyunlar nedeniyle bireyler ölüme yol açan intiharlarla karşı karşıya kalmaktadır. Dijital oyun tutkunlarının en çok korktuğu durumlardan biri de dijital oyun romanlarında oyun tutkunlarının dijital ortamda çok fazla zaman geçirmesi, şiddet ve oyun bağımlılığına maruz kalmasıdır. Bu arada, dijital oyunların insan sağlığı üzerindeki olumsuz etkileri ve dijital oyunlardaki şiddetin dijital oyun oynama davranışları üzerindeki olumsuz etkileri literatürde araştırılmakta ve bu konular zamanımıza harika temalarla temas etmektedir. Literatürde dijital oyunların verdiği zararlar ve dijital oyunların oyuncular üzerindeki etkisi ile ilgili çalışmaların yapıldığı tespit edilmiştir. Dijital oyunlara harcanan zamanın sınırsız olduğu ve dijital oyunlara harcanan zamanın arttığı sürece, bireylerin dijital oyun kullanımlarının yanı sıra saldırgan duygu ve davranışlarının da arttığını savunmaktadırlar. Dijital oyunlardaki davranışlar, özellikle çocuklarda kaygı ve saldırganlığın yanı sıra psikiyatrik ve nörolojik bozuklukları da tetikleyebilmektedir. Ayrıca dijital oyun oynamak, kişilerin gözlerinde kuruluk, ağrı ve kızarıklığa neden olarak uyku sorunlarına neden olabilir. Beklenen sonuçlar arasında dijital oyunlarla uğraşan bireylerin bu süreçte yalnızlaşacakları yer almaktadır. Uzun süre dijital oyun oynayan bireylerin bu süreçte depresyon ve kaygı yaşamaları beklenir. Uzun süre dijital oyun oynayan ve dijital oyunlara bağlı olan bireyler uyumakta güçlük çekerler. Ayrıca uzun süre dijital oyunların karşısında yaşayan dijital oyun oynayan bireyler, kazandıkları kalorileri harcayamadıkları için obezite ile karşı karşıya kalmakta ve çalışmadıkları zamanlarda dijital oyun oynamaya devam etmektedirler. Dijital oyun oynayan bireylerin iskelet sistemi ile ilgili sorunlar yaşadıkları söylenmektedir. Oyunların şiddet içeren unsurları, dijital oyunları daha uzun süre oynayan ve zamanla daha agresif hale gelen bireylerin davranışlarına da yansıyor. Dijital oyunların piyasaya sürülmesi sırasında uzun saatler oturmak obezite, uyku sorunları, baş ağrıları, bulanık görme, el ve bilek enfeksiyonları ve verimsizliğin artmasıyla kas-iskelet sistemi sorunlarına neden olabilir. Şiddet içeren dijital oyunlar çocuklarda öfke ve saldırgan davranışlara neden olur. Asosyalleşme, dijital oyun oynayan çocukların geleneksel zaman alan oyunlara zamanları olmadığı için birbirleriyle etkileşime girme fırsatı bulamamalarında görülmektedir. Dijital oyunlarda geçirilen zaman, çocukların öğrenmelerini aksatarak akademik performanslarının düşmesine,

okulu bırakmalarına ve hatta okulu bırakmalarına neden olmaktadır (EĞİTEK, 2008 akt Terlemez, 2019: 16-17).

### **1.8.Dijital Oyun Bağımlılığıyla İlişkilendirilen Faktörler**

Dijital Oyun Bağımlılığıyla İlişkilendirilen Faktörler aşağıdaki başlıklarda açıklanacaktır.

#### **1.8.1.Yalnızlık**

Yalnızlık, genellikle, onları paylaşacak birinin olmadığı mutsuzluk ve rahatsız edici duyguları ifade eder. Yalnızlık ve düşük sosyal beceriler, patolojik oyun bozukluklarını düşündüren durumlar arasındadır. Kişiler yalnız kaldıklarında veya yüz yüze ilişki kuracak kadar kendilerini yetersiz hissettiklerinde sosyal ihtiyaçlarını çevrim içi forumlarda, sohbet odalarında veya çevrim içi oyun gibi sanal ortamlarda karşılamaya çalışabilirler. Araştırmalar, birçok yalnız bireyin, gerçek dünyada tanışamadıkları insanlarla iletişim kurmak gibi sosyal ihtiyaçlarını sanal dünyada karşılamak için mücadele ettiğini göstermektedir (Balcı, 2018 akt Kılıç, 2021: 57).

Özellikle internete bağlı bağımlılıklar söz konusu olduğunda, sosyalleşme ihtiyacı çok etkilidir. Yalnızlık gibi bozuklukları olan bireylerin genellikle sosyal becerileri sınırlıdır ancak gerçek hayata uyum sağlamada yetersiz kaldığı için çevrimiçi oyunlara yönelebilmektedir. Ayrıca çevrim içi oyun, bu tür sorunları olan bireyler için yaşam doyumu sağladığı ve dış dünyadan çekilmek için güvenli bir yer olduğu için tamamlayıcı olabilir. Bireylerin çevrimiçi ortamda ve dijital oyunlarda daha fazla zaman geçirmesi gibi durumlar hakkında neden-sonuç ilişkisi kurmak istiyorsak, hem bireylerin kendilerini toplumda yalnız hissetmeleri hem de sosyal olarak izole olmaları nedeniyle telafi edici davranışlardan kaçınmamız gerekir (Özbek, 2017 akt Kılıç, 2021: 57-59).

#### **1.8.2.Saldırganlık**

Saldırganlık, öncelikle bireyin kendisine veya başkalarına karşı fiziksel, sözlü veya psikolojik olarak taahhüt ettiği yıkıcı davranışlardır. Birçok farklı teori ve



teorisyen tarafından ele alınan bir konu olan şiddet konusunda; Kalıtım, kalıtım veya sosyal öğrenme ve hayal kırıklığı gibi dış faktörlerin merkezde olduğu bazı tanımlar geliştirilmiştir. Bir anlamda organizmaların temel genlerinden biri olan kaos, organizmanın hayatta kalabilmesi için gerekli süreçlerin sonucudur. İnsanlarda öfke, hiddet gibi duygu durumlarının bir sonucu olarak bireyin kendisine, başkalarına veya nesnelere karşı sergilediği yıkıcı davranışların bütünü olarak tanımlanabilir. Saldırganlık, başka bir canlı organizmaya fiziksel veya duygusal zarar veren tüm eylemlerden oluşur. Freud insanı şiddet içeren bir içgüdü olarak görse de şiddeti en basit haliyle ölüm içgüdüsünün ifadesi olarak tanımlar (Coventry vd., 1993 akt Tunçtürk, 2019: 48-50).

İnternetin şiddetin birçok unsurunu sonsuz ve kontrol edilemez bir şekilde içinde barındıran bir sisteme sahip olduğu ve başta çocuklar ve gençler olmak üzere her yaştan bireyin bu faktörlerin etkilerini net bir şekilde tespit ettiği hedef haline geldiği söylenebilir. Bu arada, son araştırmalar bunu doğruluyor ve sorunlu internet kullanımı ile saldırgan, düşmanca davranış arasında bir ilişki olduğunu öne sürülmektedir. Buna ek olarak, bazı araştırmalar, çevrimiçi etkinlikler (çevrimiçi sohbet, çevrimiçi oyun, çevrimiçi kumar gibi) ile saldırgan davranış arasında ve ayrıca her tür şiddet üzerinde ve arasında internet bağımlılığının ciddiyeti arasında bir ilişki olduğunu göstermiştir. Öte yandan internet bağımlılığı ile şiddet arasında bir ilişki olmadığını gösteren çalışmanın sonuçları da elde edilmiştir (Demirtaş ve Çakılcı, 2014 akt Tunçtürk, 2019: 48-50).

### **1.9.Dijital Oyun Bağımlılığı Üzerine Yapılan Araştırmalar**

Erboy ve Vural (2010: 52) 638 4. ve 5. sınıf öğrencisi üzerinde bilgisayar oyun bağımlılığını etkileyen faktörleri araştırdıkları bir çalışmada, öğrencilerin sosyal olarak izole olduklarında dijital oyun oynamayı bırakmakta daha fazla zorlandıklarını ve daha rahatsız olduklarını düşündükleri sonucuna varmışlardır (Erboy ve Vural, 2010 akt Ateş, 2021: 28).

Araştırmaya katılan 421 lise öğrencisi ile ergenler arasında internet bağımlılığı ve psikolojik belirtileri inceleyen Taş'a (2018: 37-38) göre internet bağımlılığı, araştırma

amacına göre interneti eğlence, sohbet ve oyun amaçlı kullanma sıklığı daha yüksektir (Taş, 2018 akt Ateş, 2021: 28).

- Ertel, Karakaş ve Doğru (2017: 285) Pokemon Go oyun bağımlılığını inceledikleri çalışmada, oyuna bağımlı olan bireylerin oyunu gerçek hayattan kaçış, güç ve statü kazanma arzusu olarak gördüklerini bulmuşlardır (Ertel vd., 2017 akt Ateş, 2021: 28-29).
- Sarda ve arkadaşlarının (2016: 677) çevrimiçi oyunların zararlarını ve faydalarını inceleyen ve 693 ergeni kapsayan bir araştırmasına göre, her dört Fransız ergenden birinin dijital oyunlar sayesinde ailesinde ve okulunda sorun yaşadığı söylenmektedir (Sarda vd., 2016 akt Ateş, 2021: 28-30).
- Ayas'ın (2012: 630) lise öğrencileri arasında internet ve dijital oyun bağımlılığı ve utangaçlık arasındaki ilişkiyi ve Giresun ilçesinden 365 lise öğrencisinin katılımını inceleyen araştırmasına göre, bazılarının internet ve dijital oyun miktarı ile pozitif yönde ilişkisi vardır (Ayas, 2012 akt Ateş, 2021: 28- 30).
- Bilgisayar oyunlarının bilişsel performans üzerindeki etkilerini araştıran Öz (2009: 56) araştırmasına göre, dijital oyunları hiç oynamamak ya da çok oynamak yerine belirli miktarda oynamanın bilişsel becerilerin ve organizasyonel bilginin gelişmesine yardımcı olduğunu belirtmektedir (Öz, 2009 akt Ateş, 2021: 28-30).

### **1.10.Oyun Bağımlılığı ve Dürtüsellik İlişkisi**

Birçok nöropsikiyatrik hastalığın anahtar bileşeni olan dürtüsellik, birden fazla boyutu olan bir kavramdır. Bu nedenle birçok araştırmacı dürtüsellik farklı boyutlarına dikkat çekerek bu kavramı açıklamaya çalışmıştır. Şahin dürtüsellik, yeterli düşünmeden hareket etme, plan yapamama, yapılan işte risk alma ve zihni hızlı bir şekilde toparlayamama olarak açıklamıştır. Bu açıklamalara dayalı olarak dürtüsellik, çevreye uygun olmayan, riskli, istenmeyen ve yetersiz planlanmış sonuçlara neden olan davranış ve durumları içerir. Risk alma, sabırsızlık,

dikkatsizlik, heyecan arama, zarar olasılığını hesaplayamama gibi özelliklerle de ortaya çıkar

Video oyunları oynamak, özellikle çevrimiçi çok oyunculu oyunların piyasaya sürülmesinden bu yana, tüm akanları içeren rol yapma ve inşaat oyunlarıyla dünya çapında en popüler eğlence etkinliklerinden biri haline gelmiştir. Video oyunları genellikle stres atmak, arkadaşlarla takılmak ve zaman geçirmek için eğlenceli bir yoldur. Gevşeme, beceri, bağımsızlık ve günlük kaygılardan kaçınma gibi video oyunları ile birçok hedefe ulaşılır. Çoğu video oyunu için aktivite eğlenceli ve heyecan vericidir, ancak oyuncunun sosyal, kariyer/eğitim, aile ve bilişsel işleyişini bozduğu için patolojik hale gelebilir. Başka bir deyişle, bu azınlığın bireyleri için sürekli oyun oynamaları, oyun oynamak için sosyal hayatlarına ara vermeleri ve gerçek dünyadaki baskılarla başa çıkmak için oyun oynamayı kullanmaları, bunların hepsi mümkün olan bir katılım işareti olmuştur. Hem olumlu pekiştirme (yani bir video oyununda bir ödül alma veya daha yüksek bir seviyeye ulaşma) hem de olumsuz kontrol (yani olumsuz etkiden kaçınmak için oynama) bağımlılık yapıcı oyun gelişiminde faktörler olabilir. Ayrıca, oyunla ilgili ipuçlarıyla karşı karşıya kalındığında bozulmuş tepkiler de bağımlılık yapan oyunlarla ilişkilendirilmiştir. Burada konsantrasyon, tekrarlama riskini artırarak bozukluğu sürdürmede etkili olabilir (Şahin, 2003 akt Kaşıkçı, 2020: 22-23).

## **2. KUMAR BAĞIMLILIĞI**

### **2.1.Kumar Tanımı**

Kumar davranışı genellikle daha fazla kar elde etmek için değerli bir şeyi riske atma eylemi olarak tanımlanır. Kumar oynayanların yaklaşık %80-85'ini oluşturan, kumarın eğlence amaçlı oynandığı ve kontrol kaybının olmadığı "sosyal kumar" olarak bilinen türde kumar davranışı sınırlı zaman alır ve kişi için kabul edilebilir kayıplar vardır. Bu kişilerin işlerinde herhangi bir bozulma yok. Kumar davranışı kalıcı ve tekrarlayıcı hale geldiğinde, bir sonraki aşama olan 'kumar sorunu' ortaya çıkar. Kumarbazların yaklaşık %10-15'i "sorunlu kumar" olarak bilinen şeyi oluşturur. Bu insanlar kumar davranışları üzerindeki kontrolü azaltmıştır, hayatlarında kumar sorunları vardır ve kumarda çok zaman harcarlar (Evren, 2016 akt Koyu, 2021: 3-4).

Kumar oynama davranışının daha gelişmiş biçimi olan "kumar bozukluğu (CAD)", sürekli ve düzensiz kumar oynama davranışı olarak tanımlanır ve kumar oynayan yetişkinlerin yaklaşık %5'ini oluşturur. Bu grupta kumar oynama davranışı psikolojik sorunlar, maddi kayıplar, kariyer sorunları, intihar girişimleri, yasal sorunlar ve yaşam kalitesi düşüklüğü gibi birçok alanda sorun haline gelse de devam etmektedir. Aşırı kumar ilk kez 1977 yılında Uluslararası Hastalık Sınıflandırması (ICD-9) sürüm 9'da bir psikiyatrik bozukluk olarak kabul edilmiştir. 1980 yılında üçüncü baskıda "patolojik kumar oynama" tanımı ile dürtü kontrol bozuklukları kategorisi altında sınıflandırılmıştır ( DSM-III) III) Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı. DSM-III'de aile, kişisel ve iş hayatında kontrol kaybı, hasar ve maddi kayıpların yanı sıra vurgulanmaktadır. Tekrarlayan başarısız bırakma girişimleri DSM-IV (1994) ve DSM-IV-TR (2000) tanı kriterlerine eklenmiş ve madde bağımlılığı ile benzerlikleri kaydedilmiştir (Black vd.,2013 akt Koyu, 2021: 4-5).

### **2.2. Kumar Bağımlılığı**

Kumar bağımlılığı ilk olarak 1980 yılında Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından DSM-III'ün dürtü kontrol bozukluğu içinde bir hastalık olarak "patolojik

kumar oynama" tanısı olarak sunulmuştur. 1987 yılında DSM-III'de düzenlenmiş ve 1994 yılında DSM-IV'ün yayınlanması ile kriterlerin içeriği artırılmış ve düzenlenmiştir. Patolojik kumar oynama tanı kriterlerinin genellikle madde kriterlerine göre modellendiği belirtilmiştir. Halihazırda kumar bağımlılığı DSM-5'in bağımlılık kategorisinde yer almakta ve "maddeye bağlı olmayan bozukluklar" başlıklı "maddeye bağlı ve bağımlılıkla ilgili bozukluklar" kategorisine girmektedir. Kumar risk içerir, ancak sınırlı beceri de içerebilir. Alınan risklerle birlikte bu davranış, iyi kumar oynamadan sosyal kumar oynama ve sürekli kumar oynama ve kumar oynama bozukluğuna dönüşür. Bazı kriterlere göre patolojik kumarbaz olduğuna inanılan ancak klinik olarak değerlendirilmemiş bir kumarbaz için yaygınlık araştırmalarında ve diğer literatür araştırmalarında kullanılan bir terimdir. Patolojik kumar oynama: Para kazanmak için kumar oynamakla meşgul olma, mantıksız düşüncelerin yayılması ve olumsuz sonuçlarına rağmen kumarın kaybedilmesi ve kontrolünün devam etmesi ile karakterize bir zihinsel bozukluktur. Şüpheli kumar: aşırı veya olağandışı kumarın eş anlamlısı. Kumar davranışı, madde kullanım bozukluğunda ödül merkezinde ortaya çıkan etki ve belirtilere benzer. Bu benzerlikler nedeniyle, davranışsal bir bağımlılık olarak sınıflandırılmıştır. Kumar ve madde kullanım bozuklukları aynı kategoride sınıflandırılrsa da DSM-5 madde kullanım bozukluklarındaki 11 belirtiden ikisini karşılayan kişi tanı kategorisindedir. Kumar oynama bozukluğu ölçütleriyle karşılaştırıldığında daha katı sınırlar uygulanır (Rosenthal vd., 1991 akt Şiran, 2020: 10)

Kumar bozukluğu teşhisi konan bireylerin genellikle kumar sorunlarını gizlemeye çalıştıkları ve kumar kötüleştikçe yardım aramaya çalıştıkları söylenmektedir. Tedaviye başvurma nedeninin genellikle kumardan kaynaklanan psikolojik sorunlar olduğu bildirilmektedir. Kumar bozukluğunda, suçluluk ve utanç konsantrasyonu, artan dürtüsellik, bozulmuş karar verme ve geri çekilme gibi uyuşturucu bağımlılığına benzer klinik belirtiler mevcuttur; Majör depresif ataklar, anksiyete ve anksiyete bozukluklarının başlaması veya alevlenmesi kumar bozukluğu olan bireylerde en sık görülen psikolojik bulgular olarak bildirilmektedir. Kumar bozukluğunun tedavi gerektiren bir hastalık olduğu bildirilmektedir (Altıntaş, 2018 akt Şiran, 2020: 12).

### 2.3.Kumar Oynama Bozukluğu Tanı Kriterleri

DSM-IV'te "Başka Yerde Sınıflandırılmayan Dürtü Kontrol Bozuklukları" altında patolojik kumar oynama olarak yer almaktadır. Tanı kriterleri aşağıdaki gibidir:

1. Kumarla aşırı meşgul olma (geçmiş kumar deneyimlerini yeniden yaşamak veya bir sonraki oyunu düşünmek veya durdurmaya çalışmak),
2. İsteddiği heyecanı elde etmek için artan miktarlarda parayla kumar oynama ihtiyacı,
3. Kumar oynamayı kontrol etmek, azaltmak veya durdurmak için çok sayıda başarısız girişim
4. Kumar oynamayı sınırlamaya veya bırakmaya çalışırken endişeli veya sinirli hissetmek
5. Sorunlarından kaçmak veya kötü bir ruh halinden kurtulmak için kumar oynamak
6. Para için kumar oynamak ve sık sık tekrar gelmek Kaybettikten sonra (kaybettiklerinin peşinden koşmak)
7. Ne kadar kumar oynadığını gizlemek için aile üyelerine, bir terapisteye veya başkalarına yalan söylemek
8. Kumar oynamak için para kazanmak için dolandırıcılık, dolandırıcılık, hırsızlık ve zimmete para geçirme gibi yasa dışı eylemlerde bulunmak,
9. Kumar nedeniyle bir ilişkiyi, işi veya fırsatı kaybetmek,
10. Kumar nedeniyle zor bir mali durumdan çıkmak, para biriktirmek için başkalarına güvenmek

DSM V'deki tanı kriterleri aşağıdaki gibidir:

- a. Klinik olarak belirgin bir zayıflığa veya sıkıntıya neden olan, sürekli ve tekrarlayan kumar probleminde 12 aylık sürekli dönem içinde aşağıdakilerden dördü (veya daha fazlası) vardır;

1. İstenen heyecanı elde etmek için artan miktarlarda kumar oynama ihtiyacı
2. Kumar oynamayı azaltmaya veya bırakmaya çalışırken endişeli ve sinirli hissetmek
3. Kumar oynamayı azaltmak veya durdurmak için tekrarlanan başarısız girişimler
4. Tekrarlanan kumarla meşguliyet (örneğin, yollar hakkında düşünmek) Bunu yapmak için) Kullandığınız para Kumar oyunu, bir sonraki proje için planlar yapmak, geçmiş kumar deneyimleri hakkında rahatlatıcı düşüncelerin ısrarı),
5. Tekrarlama ertesi gün kumarda para kaybettikten sonra daha fazlasını elde etmek için çabalama (Pınarcı, 2014: 14-16).

#### **2.4.Kumar Bağımlılığının Evreleri**

Kumar bağımlılığı süreci dört aşamadan geçer: kazanma aşaması, kaybetme aşaması, çaresizlik aşaması ve bırakma aşaması. Bu aşamalar, kalkış ve dönüş davranışı eşliğinde tekrarlanabilir. Rosenthal & Lesieur'e göre, ilk aşamada, bir kişi kumar oynamak için daha fazla zaman ve paradan tasarruf edebilir. Harekete geçmek isteyen kişi, büyük miktarda para kazanmak ve bu noktada başarılı olmak için motive olur. Kazanma coşkusunun hakim olduğu, kişinin boş zamanlarını doldurmak için önlemler aldığı, stresten uzaklaştığı, zaman zaman az miktarda para kazandığı ve keyifle daha çok para kazanmayı umduğu dönemdir. Rosenthal ve Lesieur'e (1995) göre bu aşama, iş hayatındaki bir kişinin kayıplarının peşine düşmeye başladığı dönemdir. Çünkü her kumar eyleminde kaybetmemiz gereken doğal bir süreçtir. Ancak kişi bu aşamada kaybettiği her şeyi geri kazanmak için yeni stratejiler geliştirmeye başlar. Bu noktada kişi evinde harcadığı paranın büyük bir kısmını kumara devam etmek için harcar. Bunun dışında para alabileceği kaynaklardan da borç para almaya çalışır. Bu süreçte kişi borçlarını ödeyemediğinde, kayıplarını telafi etmek için tekrar kaybettiklerinin peşine düşer. Bu aşamada kişinin dikkatini çeken en önemli duygulardan biri dürtüselliktir. Bu duygulara hapsolmuş bir kişi sık sık ve şiddetle kumar oynamaya devam eder. Öte yandan, borçlarını kapatmak için sadece

önemli olanlara odaklanır. Çünkü kumar oynayabilmek için her zaman biraz paraya ihtiyacı olacaktır. Ayrıca bu dönemde insanlar kayıplarını çevrelerinden gizlemek için yalanlara da başvururlar. Ancak bir süre sonra kişinin sosyo-ekonomik durumu bir soruna maruz kaldığında aile durumu fark eder. Kişinin iş hayatı ile ilgili sorunlar da ihmal nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Tüm bunlar olurken kişi ailesinden ve akrabalarından borç alıp, borçlanarak eylemlerine devam eder. Ancak borç alamayınca bazı tehditlerle karşı karşıya kalır, aile ilişkileri bozulur ve evliyse boşanma sürecine girer. Kişi bu noktaya geldiğinde yakınlarına her şeyi itiraf eder ve bir daha bu işlemi yapmayacağına dair söz verir. Bu tanıma ve söze dayanarak ailesinden kendisine ekonomik olarak destek olmalarını ister. Ailenin borcunu ödemeye çalışması, bağımlılığın kumardan uzak durmasını değil, daha çok kumara dönmesini sağlar (Dinç, 2014: 7, akt Yavuz, 2020).

Rosenthal ve Lesieur, 1995'e göre, kumar oynayan bazı insanlar artık ilerleyemeyeceklerini anladıklarında bu aşamaya gelirler. Bu insanlar sonunda kaybettiklerini bilseler de oynamaya devam ederler. Hatta bazı oyunlarda beceri gerektiren oyunlarda kazanan bir tavırları olmasına rağmen özensiz oynamaya devam ederler. Bu süreçte, bireyler önemli olanın sadece oynamak olduğu konusunda ısrar ederler. Aksiyon ve heyecan arzusu tüm istedikleri olur ve tükenme noktasına kadar oynamaya devam ederler. Bazı kişilerde kumar oynama isteği azalabilir ve geri çekilme yaşanabilir. Ancak kişi yoğun ve stresli bir süreçten geçerken başka psikolojik sorunlarla da baş etme durumu ile karşı karşıya kalabilir. Burada bireyin bırakma eyleminden sonra tekrar başlama ihtimalini göz önünde bulundurmamak gerekir. Çünkü birey bir hatırlatma ile tekrar kısır döngüye girer ve aşamaları tekrar yaşayabilir (Yargıç, 2014: 7-8akt Yavuz, 2020).

## **2.5.Kumar Bağımlılığının Nedenleri**

Lee ve arkadaşları, kumar bozukluğu olan hastaların ana itici güçleri olarak sosyalleşme, eğlence, kaçınma, uyarılma ve para kazanmayı değerlendirmiştir. Arcan ve arkadaşları Türkiye Kumar Nedenleri Ölçeği'nin (CONQ) geçerlilik ve güvenilirliğini yaptıklarında zevk ve uyarılma arasında anlamlı bir fark bulamamışlar ve kumar motivasyonlarını 4 alt başlık altında toplamışlar. Araştırmalar, kültürel farklılıkların da kumarın nedenlerinde bir faktör olabileceğini düşündürmektedir.



Bununla birlikte, bir kişide kumar bozukluğu teşhisi konulursa, kumar oynama nedenleri arasındaki farkların ortadan kalktığı ve bağımlılık yapan davranışların ön plana çıktığı gözlemlenmiştir. Kumar bozukluğu hastaları üzerinde yapılan bir yıllık takip çalışmasında, para kazanmak ve paradan kaçınmak en belirgin motive ediciydi. Avrupa'da ergenlerin sorunlu kumar oynama çalışmalarının gözden geçirilmesinde, ayartmadan kaçınma ve ayartmaya karşı koyamama, kumar oynamanın en yaygın nedenleri olarak bulundu. Yine aynı inceleme çalışması, ergenlerde sorunlu kumarbazlar arasında para kazanma motivasyonunun, kumar sorunu olmayan ergen kumarbazlara kıyasla daha az motive olduğunu göstermiştir (Lee vd., 2007 akt Koyu, 2021: 10).

Epidemiyolojik çalışmalar, CBD teşhisi konan hastaların yaklaşık %10'unun tedavi aradığını göstermiştir. KOBİ'leri tedavi etmek için çeşitli psikoterapötik ve/veya farmakolojik yaklaşımlar kullanılmaktadır. Ancak KOBİ'ler için onaylanmış bir farmakolojik tedavi yöntemi bulunmamaktadır. Bireysel psikoterapi ve grup psikoterapisi şu anda en köklü tedavi yöntemleridir. Bilişsel davranışçı terapi (CBT), kendi kendine yardım grupları ve motivasyonel görüşme gibi psikososyal terapi tekniklerinin kumar oynamayı bırakmaya, riskli durumlarla başa çıkmanın yollarını geliştirmesine ve yaşam tarzı yenilikleri getirmesine yardımcı olduğuna inanılmaktadır. Çalışmalar, psikoterapi yaklaşımlarıyla elde edilen kazanımların iki yıla kadar sürdüğünü göstermiştir. Serotonin geri alım inhibitörleri, lityum, antipsikotikler, dopamin-1 reseptör antagonistleri, dopamin-2 reseptör antagonistleri, katekolamino-metiltransferaz (KOMT) inhibitörleri, glutamat ajanları ve opioid reseptör antagonistleri ile antidepresanların etkinliği araştırılmaktadır. umut verici. Goslar ve arkadaşları tarafından 2019 yılında yapılan bir meta-analiz çalışması, opioid antagonisti, glutamaterjik ajan topiramatin, eşlik eden bipolar bozukluğu olan hastalarda lityum kumarının şiddetini azaltmada etkili olabileceğini düşündürmektedir. Komorbiditenin varlığı, COP tedavisinin organizasyonu sırasında tedavi şeklini oluşturur (Çakmak, 2018 akt Koyu, 2021: 11-12).

## **2.6.Kumar Oynama Bozukluğu Tedavisi**

Tedavide özgül olarak onaylanmış ya da diğerlerine üstünlük göstermiş bir yöntem olmamakla birlikte çeşitli yöntemler kullanılabilir. KOB tedavisi için

özel olarak onaylanmış tek tedavi merkezi ABD'deki Virginia Tedavi Merkezi'dir. Tedavilerin uzun süreli izlem araştırmaları oldukça az sayıdadır. Ayrıca tedavinin tam olması ve nüks riskinin azaltılması için yeni uğraşlar geliştirilmesi ve kişinin yaşamına entegrasyonu gibi konularda da araştırmalar yapılması önerilmektedir. Aşağıdaki başlıklarda tedavi yöntemlerinden kısaca bahsedilecektir.

### **2.6.1.Farmakoterapi**

KOD tedavisinde farmakoterapi ile ilgili tutarsız ve yetersiz sonuçlar bulunmaktadır. Ayrıca beynin belirli bir bölgesini değil tüm merkezi sinir sistemini etkilemesi ve yan etkilere neden olması gibi sakıncaları vardır. Majör depresif bozukluk ve anksiyete bozuklukları gibi komorbiditelerin tedavisinde de kullanılan ve sıklıkla CBD'de görülen SSRI'ların etkisi, temel olarak kompulsif davranışları azaltma yetenekleri ile açıklanmakta, bu komorbiditelerin bağımsız bir etkisi de bulunmaktadır. İlk olarak, yüksek serotonerjik aktiviteye sahip bir trisiklik antidepresan olan klomipramin 175 mg, 12 yıllık CBD öyküsü olan 31 yaşındaki bir kadın hastada çift kör, plasebo kontrollü bir şekilde 10 hafta boyunca test edildi ve bulundu. bir buçuk yıl boyunca takipte başarılı olmak. Ailesel bir krizden sonra 28. haftada sadece hafif bir nüks gözlenir. İlk SSRI fluvoksamindi. İlk olarak, on denekle yapılan 8 haftalık tek bir kör çalışmada etkili olduğu bulunmuştur. Bu, CBD tedavisinde SSRI'ların kullanımı için ön kanıt sağlarken, COP vakalarında erken dönemde yüksek bir plasebo yanıtı olabileceğini ve bu yanıtın zamanla azalabileceğini de göstermiştir. Bu araştırmayı zorlaştıran bir diğer faktör de ilaç grubundan üç kişinin araştırmayı tamamlamasıdır. Son zamanlarda, CBD durumundaki fluvoksamindeki değişiklikler fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme ile incelenmiş ve kartlara yanıt olarak oksipital ve temporal aktivasyonda bir azalma bulunmuştur (Hollander vd., 1992 akt Soyata, 2017: 26).

### **2.6.2. Psikoterapi**

Kumar bozukluğu için birçok psikoterapötik yöntem denenmekte ve kullanılmaktadır. Tedavide temel ortak hedefler inkarı kırmak, sorunlarla yüzleşmek, utanç duygularını azaltmak, duygularla yüzleşmek ve ifade etmek, bireyleri ve aileleri temel bağımlılık kavramları konusunda psikolojik olarak eğitmektir.

Psikodinamik terapilerin amacı, her şeye gücü yetme duygusuyla başa çıkmak, sorunlarla yüzleşmek ve savunma mekanizmalarını daha uyumlu olanlarla değiştirmektir. İlk teorisyenler kumarı anal evreyle ilişkilendirdiler ve fallik evredeki karışıklıktan söz ettiler. Rosenthal, bunun bir Oidipus'tan ziyade bir Oidipus öncesi ile ilgili olabileceğini öne sürdü. Birçok kumar bağımlılığı vakası için psikoterapi bildirilmiştir. CBD'de psikanalitik tedavilerin etkinliği hakkında bir hipotez olmasına rağmen, bu çalışmalarda metodolojik sorunlar tespit edilmiştir (Allcock, 1986 akt Soyata, 2017: 31-32).

### **2.6.3.Kendine Yardım Grupları**

Adsız Alkolikler örneğinde olduğu gibi 1957 yılında Adsız Kumarbazlar grupları oluşturulmuştur ve benzer şekilde 12 basamaklı bir tedavi programıdır. Bazı hastalarda tek başına yeterli olabilmekte, diğerlerinde de tedaviye katkı sağlayabilmektedir. Bir araştırmada ise bir toplantıya katılanların %10-30'unun gelmeyi sürdürdüğü, katılmayı sürdürenlerden yalnızca %8'inin bir yıl içerisinde kumardan uzak kalabildiği ve yalnızca %7'sinin 2 yıldan uzun bir süre kumardan uzak kalmayı başardığı gösterilmiştir. Bu nedenle tek başına değil ancak diğer sağaltım yöntemleriyle birlikte kullanımı önerilmektedir. Adsız Kumarbazlar gruplarında tedavi başarısını etkileyen etkenlerin katılım, sosyal destek, Tanrı inancı, yüksek güç inancı, 12 adım kitabını çalışmak, kumar oynama arzusu ve hatalı inanışlar değerlendirilmiş ve asıl etkili olan etkenlerin katılım ve sosyal destek olduğu belirlenmiştir (Stewart ve Brown, 1988 akt Soyata, 2017: 33).

## **3. DÜRTÜSELLİK KAVRAMI**

### **3.1. Dürtüsellik**

Dürtüsellik anlama ile ilgili literatüre baktığımızda çeşitli tanımlarla karşılaşmaktayız. Eysenck ve Eysenck (1977) impulsiviteyi riskli davranışlarda bulunma, eksik planlama ve hızlı bir şekilde karar verme ile ilişkilendirirken; Patton ve arkadaşları ise anlık dürtüyle hareket etme (motor aktivasyon), yaptığı göreve odaklanmama (dikkat), yeteri kadar düşünmeme ve plan yapmama (planlama eksikliği) şeklinde üç kategoride değerlendirmiştir (Patton vd., 1995).

Dürtüsel kişiler ortama uygun olmayan, aşırı risk içeren, planlanmamış, düşünmeden veya bilinçli bir şekilde karar almadan kendileri ve başkaları için olumsuz sonuçlara sebep olabilecek davranışlarda bulunur. Bu kişilerde, sabırsızlık, dikkatsizlik, risk alma, heyecan ve zevk arama, oluşabilecek zararları öngörememe, dışadönüklük gibi özellikler kendini gösterir. Dürtüsellik, dürtüsel eylemlerin yanısıra bireylerin kararları ve seçimlerini de etkileyen bir olgudur (Yazici ve Yazici, 2010).

Dürtüye karşı koyamama, hazzı engellemede zorluk, düşünce sonucunda ortaya çıkmayan ve anlık hareketlerle karakterize edilen dürtüsellik (Robbins vd., 2012); deney ve davranış modeli olarak değerlendirildiğinde ise büyük ama sonra gelecek ödülün ziyade küçük ama anlık ödülleri seçme olarak ifade edilir (Ainslie, 1975). Dünya üzerindeki bütün canlıların yakın zamandaki ödülü tercih ettiği öne sürülür. Fakat bu eğilim dürtüsel kişilerde daha belirgin özelliğe sahip olmaktadır (De Wit, 2009). Bilinçli bir şekilde değerlendirilmeden, hızlı ve plansız olarak eyleme koyulan davranış olan dürtüsellik, sadece bir hareket değil yatkinlik, davranış örüntüsünün bir parçası olduğu ve bu özellikleri nedeniyle yargılamanın bozuk olduğu durumlardan ve planlanarak hayata geçen kompulsiyondan, zevk arama nedeniyle yapılan risk alma davranışından ayrıldığı söylenmektedir (Moeller vd., 2001).

Dürtüsellik fonksiyonel ve fonksiyonel olmayan olarak iki ayrı kategoride değerlendirilmektedir. Diğer kişilere göre daha az düşünüp ve daha az tasarlamada bulunarak davranma hali fonksiyonel olmayan dürtüsellik olarak tanımlanırken, bazı durumlarda olması gerektiğinden daha hızlı düşünme durumu ise fonksiyonel dürtüsellik olarak belirtilmektedir (Karakuş, 2015, s.12).

Bazı yönleri açısından değerlendirildiğinde dürtüsellik işlevsel olarak düşünülürse, genel olarak suç işleme, şiddet eğilimi, kendine zarar verme davranışları, toplumun sosyal normlarına uyumsuzluk gibi işlevsiz özellikleri ile ifade edilmektedir (Verdejo-García vd., 2008). Genetik yatkinlik dürtüsellik belirlenmesini etkilemektedir (Hur ve Bouchard, 1997; Seroczynski vd., 1999).

Cinsiyete yönelik yapılan araştırmalarda dürtüsellik, kadınlarda içe dönük, saldırgan olmayan tutumlarla, erkeklerde ise dışa dönük ve saldırgan tavırlarla kendini gösterdiği tespit edilmiştir (Karakuş, 2015, s.20)

Çeşitli nörotransmitterler tarafından dengelenen ve farklı bileşenleri içeren bir olgu olan dürtüsellik, nöroanatomik ve nörokimyasal olarak farklı süreçlerde incelenmektedir. Nöroanatomik olarak incelendiğinde prefrontal ve orbitofrontal korteksin, dürtüsellik karar verme ve yanıt inceleme mekanizmalarında önemli rol oynadığı bilinmektedir (Yazici ve Yazici, 2010). Orbitofrontal korteks aynı zamanda bireyin daha önceden edindiğı deneyimler sonucunda var olan bilgileri kullanarak davranışlarını yönlendirmesinde aktif olarak etkili olmaktadır. Bu nedenle orbitofrontal korteks de dahil olmak üzere ventromedial frontal korteksi hasar görmüş kişilerin yanlış kararlar alma, normal olmayan davranışlarda bulunma eğiliminde olduğu bilinmektedir (Winstanley vd., 2006). Ayrıca ödül paradigmalarının algılanması ve imgesel uyarıcıların ödül veya ceza sonuçları ile ilişkilerinin öğrenilmesi de orbitofrontal korteks ile ilişkilidir (Hornak vd., 2004).

Nörokimyasal açıdan bakıldığında dopaminin dürtüsellikte çok önemli bir etken olduğu görülmektedir. Motor dürtüsellikte görülen artış nükleus akumbensteki D2 reseptörlerinin aktivasyonundan etkilenmekte ve nükleus akumbensteki dopaminin dürtüsel bireylerin davranışlarının yönünü etkilediğı düşünölmektedir (Yazici ve Yazici, 2010). Serotonin, GABA, noradrenalin ve glutamat da dürtüsellik düzenlenmesinde önemli rolü olan diğer transmitterlerdir (Özdemir vd., 2012).

Dürtüsellik herkesçe kabul edilmiş bir tanım bulunmamakta fakat birden fazla bileşeni olan kompozit bir yapıda olduğu bilim dünyasınca kabul edilmektedir. Eysenck (1993) dürtüsellik pozitif ve negatif olarak iki sınıfta incelenen bir karakter özelliğı olarak ele almıştır. Dışa dönük dürtüsellik kişinin yararına çalışırken; psikotik dürtüsellik kişiye zarar veren bir öge olduğu vurgusunu yapmaktadır. Coles (1997), Eysenck'in tanımına benzerlik gösterecek şekilde fonksiyonel ve fonksiyonel olmayan olarak ikiye ayrılmıştır. Fonksiyonel olan dürtüsellik kişinin kazancına yönelik veya olabilecek en uygun hareket planının gerçekleştirilmesidir. Fonksiyonel

olmayan dürtüsellik ise kişiye veya çevresine zarar verecek şekilde olan hareket planını sınırlarına alır.

Dürtüsellik, psikiyatrik ve nörolojik hastalığın temel ögesi veya belirtisi olabilen geniş kapsamlı bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Nöropsikiyatrik hastalıkların dışında da çeşitli hastalıkların yapısında bulunmaktadır. Birden fazla tanımı yapılan dürtüsellik türlü metotlar veya ölçeklerle değerlendirilebilmektedir (Tamam, Güleç ve Karataş, 2013). Dürtüsellik, zamanından önce beliren uygunsuz ve istenmeyen durumlara sebep olan, riskli sonuçlar barındıran ve sık görülen bir davranış olarak tanımlanabilmektedir (Evenden, 1999). Dürtüsel birey ödüle ve hazzla ulaşmak için tekrar eden davranışlarda bulunur ve bunu yapmaktan kendini alıkoyamaz. Burada tekrar eden davranışın yanında takıntılı düşünceler(obsesyon) yer almaz. Kişi benmerkezcidir (Hollander ve Stein, 2007).

Dürtüsellik psikopatolojik tanıları anlamada önemli bir faktördür. DSM-5'de dürtüsellik, dürtü-kontrol bozukluklarında yer almıştır ayrıca madde kullanım bozuklukları, demans, antisosyal ve borderline kişilik bozukluğu, bulimia nervosa, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu ve mani dönemi için bir tanı kriteri olarak belirtilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014). Çocukluk çağında dürtüsellik, davranım bozuklukları ve dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu spektrumunda görülür. Yetişkinlikte ise şizofreni, dürtü kontrol bozuklukları, trikotillomani, davranım bozukluğu, bipolar bozukluk, madde kullanım bozuklukları ve yeme-kişilik bozuklukları gibi ruhsal bozukluklarda görülür (Moeller , vd., 2001).

Literatürde farklı kişiler tarafından çeşitli şekillerde tanımlanmıştır. Hollander ve Everse göre sabırsız davranma, dikkatin az olması, riskli davranışlar, zararlı sonuçları önemsememe davranışlarında bulunma dürtüsellliği tanımlamaktadır (Hollander ve Evers, 2001). Moeller ve arkadaşları, çalışmalarındaki dürtüsellik tanımında üç ana elemandan bahsetmektedir. Bu ana elamanlar bir davranışın zarar verici sonuçlarının önemsenmemesi, gelen uyarana ani ve uygunsuz reaksiyon verme ve yine bir davranışın gelecekteki sonuçlarını önemsememe olarak sayılabilir (Moeller , vd., 2001). Davranışın yol açacağı sonuçları düşünmeden, anlık hazzla odaklanarak davranışta bulunmaktır. Burada bahsedilen yeme-içme, alışveriş, kumar gibi davranışlar kişinin anlık hazla gerçekleştirdiği davranışın sonucu olarak

nitelendirilmektedir. Bu uyarıcı davranışlarla beraber kişi sıkıntı veren düşüncelerinden uzaklaşabilmektedir (Baumeister ve Heartherton, 1996). Patton ve arkadaşları, dürtüselliğin üç boyutundan bahsetmişlerdir. Bunlar plan yapamama, motor dürtüsellik ve dikkatsizliktir. Geleceğe dair plan ve program yapamama (plan yapamama), dikkati yoğunlaştıramama, konsantrasyon problemleri (dikkatsizlik), acelecilik, ani tepkiler verme, düşüncesizce harekette bulunma (motor dürtüsellik) bu boyutların özellikleri olarak sıralanmıştır (Patton, Stanford ve Barratt, 1995). Dickman ise diğer görüşlerden farklı olarak dürtüsel davranışların her zaman olumsuz sonuçlara yol açmadığını savunmaktadır. Çok fazla dikkat gerektirmeyen işlerde dürtüsel bireylerin başarı oranlarının daha fazla olduğu ve bu işlere daha az süre harcayarak daha hızlı tamamladıklarını belirtmiştir (Dickman, 1990). Olumlu yönleri olduğunu öne süren görüşler var olsa da şiddet, kendine ya da bir başkasına zarar verme vb. suç içeren ve uyumsuz davranışlar gibi olumsuz özellikleri genellikle daha çok öne çıkmaktadır (Verdejo-García, Lawrence ve Clark, 2008). Whiteside ve Lynam'ın (2001) modelinde dürtüsel davranışta dört tane kişilik boyutu olduğundan bahseder. Bunlardan ilki sıkışıklık; sıkıntıya bağlı olumsuz duygular hissettiklerinde daha çok dürtüsel davranışta bulunma, ikincisi tasarlama eksikliği; gelecekteki sonuçlarını düşünmeden plansızca davranışlarda bulunma, üçüncüsü sebatsızlık; zor ve sıkıcı vazifelerde dikkatini uzun süreli olarak sürdürmemeye ve son olarak heyecan arama; birey için tehlikeli olabilecek ya da bireyi heyecanlandıracak olaylardan zevk alma ve bu olaylara yönelme isteğinde değildir. Çocukluk döneminde çocukların sürekli tepkide bulunarak istediklerini elde etmesi öğrenilmiş bir davranıştır ve çevre kaynaklıdır. Dürtüselliğin sosyal özelliğini göstermektedir. Bu da dürtüsel bireylerin sadece kendilerine değil çevrelerine de zarar verdiklerini ortaya koymaktadır. Bu özelliğinden yola çıkarak L'abate dürtüselliği gelen uyarana hem kendisi hem başkaları için oluşabilecek tehlikeli sonuçları düşünmeden çabuk ve plansız tepki vermek şeklinde tanımlamıştır (L'abate, 1993).

Dürtüselliğin özellikleri risk alma, dışadönüklük, zarar gelme olasılığını tahmin edememe, zevk ve heyecan arama, dikkatsizlik, bir görevi sürdürmede güçlük çekme, ortama uygun davranmama ve kötü sonuçlara sebep olacak çeşitli davranışlar olarak sıralanabilir (Yazıcı ve Yazıcı, 2010). Saldırgan ve öfkeli davranışların yanı sıra plan yapamama ve engellenme eşiğinin düşük seviyede olmasını içermektedir

(Oquendo ve Mann, 2000). Dürtüsellik, kompleks bir niteliğe sahiptir. Tehlike içeren davranışlarda bulunma, kısa tepki süresi, acil ödüllendirme, hatta kısa yoldan ulaşma gibi özellikler içermektedir (Mitchell, 1999). Kompleks olarak tanımlanmasının sebebi bilişsel, kişiliksel, davranışsal boyutta öğeler barındırmasıdır (Moeller , vd., 2001). Kişilik özellikleri de dürtüsel davranışta bulunmaya yol açar. Bu kişilik özellikleri bireylere dürtüsel davranış için bir motivasyon oluşturmakta ve davranış kontrolü sağlanamamaktadır (Maher, Thomson ve Carlson, 2015).

Dürtüsellik süreci;

1. Tepki Ketleme: Bireylerin uygun olmayan hallerde zamansız tepkide bulunmaları veya tepki göstermeleri gerekirken erteleme davranışında bulunmalarıdır. Dürtü kontrolü, dışsal veya içsel uyarıların (yemek, cinsellik, kazançlar) kişiyi harekete geçirdiği bir inhibitör mekanizması olarak tanımlanmaktadır. Hızlı cevapların baskılanması ve refleksler bu inhibitör mekanizması ile gerçekleşmektedir.

2. İnhibisyon Denetimi: İnhibisyon, bilişsel ve davranışsal inhibisyon ve girişimde bulunma kontrolü kavramlarını içermektedir. İnhibisyon denetimi ise açık ya da kapalı cevabı baskılamayla ilgili bir terimdir.

3. Risk Alma: Bireylerin hayatları boyunca karşılarına riskli durumlar çıkabilmektedir. Hayatını idame ettirmesi için risk alması gereken birey için bu durum bazen tam tersi olabilmekte ve birey olumsuz etkilenebilmektedir. Risk alma davranışı öz bildirim ve özdenetim ölçekleri aracılığıyla değerlendirilmektedir

4. Karar Verme: Eylemi seçme, düzenleme, uygulama ve sonuçlarını izleme süreçlerini kapsamaktadır. Bu süreçle ilgili beyin görüntüleme çalışmalarında prefrontal alan ve limbik sistem bölgeleri ilişkili bulunmuştur. Ayrıca karar verme sürecinde duyguların etkili olduğu öne sürülmektedir (Winstanley, Eagle ve Robbins, 2006).

Dürtüsellik, birden fazla boyutlu bir yapıyı içermektedir. Çoğunlukla bozulmuş öz düzenlemeyi kapsamaktadır. Dürtüsellik; yapılacak eylemin sonucunu düşünmeden hareket etme halidir. Riskli davranışlar, dikkatsizlik, yeni şeyler arama,



sabırlı olamama ve heyecan arama gibi hususları içine alır (Yazıcı ve Yazıcı, 2010). Kişiliği etkileyen dürtüsellikğin davranış ve bilişsel yönleri bulunmaktadır. Eysenck (1977) dürtüsellikğin tanımını plan yapmada zorlanma ve bireyin aklını toplamakta zorlanması olarak açıklamıştır. Patton ve arkadaşları dürtüsellikği üç başlık altında tanımlamışlardır. Bir anda hazırlanmadan hareket etme (motor aktivasyon), plan yapmadan (plan eksikliği) ve bir olaya odaklanamama (dikkat) olarak üç başlıktan oluşmaktadır (Patton ve ark., 1995).

Dürtüsellik, birçok nörolojik ve psikiyatrik bozukluğun temelini oluşturmaktadır. Dürtüsellikğin görüldüğü hastalıklar antisosyal ve borderline kişilik bozuklukları, psikotik bozukluklar, dehb, madde kullanım bozuklukları, dürtü kontrol bozuklukları, piromani ve trikotillomanidir. Madde kullanımı olan kişilerde dürtüsel eylemler görülmektedir (Özdemir ve ark., 2012). Çocukluk döneminde yaygın gözükken nörogelişimsel bozukluklardan biri dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğudur. Dünya genelinde %5 oranında görülmektedir (Polanczyk ve ark., 2014). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunun belirtilerinden birisi dürtüselliktir. Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile bir şeyleri kaçırma korkusu arasında olumlu bir etkileşim saptanmıştır (Ünüböl ve Sayar, 2020) .

### **3.2. Dürtüsellikğin Nedenleri**

Chamberlain ve Sahakian yapmış oldukları çalışmada, dürtüsellikği nörobiyolojik kaynaklara dayandırmışlardır. Bu durumda dürtüsel davranışlar için beynin çoğu noktaları ve belli nörotransmitterler görevli olarak kabul edilmektedir. Dürtüsel davranışların ortaya çıkmasında da, beynin bu görevli yerlerinde görülen bazı fonksiyon eksikliklerinden kaynaklandığı belirtilmektedir (Chamberlain ve Sahakian, 2007)

Gürsoy, dürtüsellikği birçok psikiyatrik bozulmaların temel bulgusu olarak açıklamıştır. Bu tanımla birlikte dürtüsellikğin nedenini, dış etmenlerden edinme dışında kişinin gen öyküsünde bulunuyorsa genetik bir rolü olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Gürsoy'un araştırma bulgularına göre, beynin o bölgelerinde nörolojik bazı hasarların var olması bir takım psikiyatrik rahatsızlıkların da görülme olasılığı olarak yorumlanabilir (Gürsoy, 2018).

Çalışkan'a göre ise, dürtüselliğin nedenini psikodinamik kuramlara göre açıklarsak, içsel arzularımızın meydana gelmesiyle veya içsel arzulara karşı zayıflamış benlik (ego) direnci nedeniyle artmış olan baskıyı hafifletmek için meydana gelen eylem durumudur (Çalışkan, 2015).

### **3.3. Dürtüsellik ve Etkileyen Faktörler**

Dürtüselliği genetik, mizaç, zeka düzeyi, eğitim, cinsiyet gibi faktörler etkilemektedir. Dürtüsellikte genetik önemli bir rol oynamaktadır. Dürtüselliğin genetik geçişinde dopamin ve serotonin hormonlarının etkili olduğu ifade edilmektedir (Gvion ve Apter, 2011).

Dürtüsel ve saldırgan davranışlara erkeklerde daha çok rastlandığı belirtilmiştir. Dürtüsel erkeklere göre kadınlar daha içe dönük ve sakin olarak tanımlanmıştır. Bu farklılığın sebebinin hormonal ve genetik faktörler olabileceği düşünülmektedir (Hollander ve Stein, 2007). Yapılan başka bir araştırmada da diğer araştırmaları destekler nitelikte dürtüsellik, kadınlara göre erkeklerde üç kat daha yüksek bulunmuştur (Yazıcı ve Yazıcı, 2010). Erkeklerde dürtüsellik seviyesinin yüksek olmasının nedeni ile ilgili yapılan başka araştırmalarda ise testosteron düzeyinin saldırganlık ve dürtüsellikle ilişkili olduğu sonucuna varmıştır (Akt:Archer, 2000).

Bu faktörlerin yanı sıra dürtüselliği bireylerin çocukluk döneminde aile ortamı aracılığıyla öğrendiğini ileri süren yaklaşımlarda bulunmaktadır. L'abateye göre dürtüsellik, istenilen şeye ulaşmak için hızlı tepkilerde bulunmaktır ve sosyal olarak öğrenilmiş bir davranıştır. Aile faktörüne bağlı olarak dürtüselliği öğrenen birey, hem kendisini hem de çevresini etkilemektedir (L'abate, 1993). Sosyal öğrenme dışında dürtüselliğin aile öyküsünde bulunması da ortaya çıkmasındaki önemli etkenlerdendir (Gürsoy, 2018). Çocuklarda akademik başarıyı dürtüselliğin etkilediği yapılan bir çalışmada bulunmuştur. Çocukluk döneminde dürtüselliğin artması akademik başarıyı düşürmektedir (Spinella, 2004).

### **3.4. Dürtüsellik ve Yüksek Riskli Davranışlar**

Dürtüsellik, madde kullanan bireylerin ana özelliklerindedir. Vonmoos ve arkadaşlarının araştırmasında ise kokain bağımlıları ile sosyal ortamlarda kokain kullananlar kontrol grubu ile karşılaştırılmıştır. Kontrol grubuna göre deney grubu daha dürtüsel ve sürekli yenik arama çabası içinde oldukları bildirilmiştir (Vonmoos, vd.,2013). Moreno ve arkadaşlarının üniversite öğrencilerinde eğlenme amacıyla esrar-alkol kullananlarla bağımlı kişiler arasındaki dürtüsellik ilişkisini araştırmışlar, esrar ve aşırı alkol kullanan kişilerin dürtüselliklerinin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı çalışmada madde kullananların kullanmayanlara göre daha dürtüsel oldukları bildirilmiştir (Moreno , vd.,, 2012). Diğer bir riskli davranış olan intihar girişimi de dürtüselidir. Kişinin dürtüsel olması intihar girişimi için risk teşkil etmektedir (Gvion ve Apter, 2012). Akın ve Berkem'in intihar girişimi olan ergen grubuyla yaptığı çalışmada, kontrol grubuna göre ergen grubun dürtüsellik seviyesi daha fazla bulunmuştur (Akın ve Berkem, 2012). Literatürdeki diğer çalışmalarda da intihar girişimi olanların dürtüsellik düzeyi anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir. Antisosyal davranışlar ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin araştırıldığı Romero ve arkadaşlarının (2001) yaptığı çalışmada antisosyal davranış ve dürtüsellik seviyesi arasında pozitif bir korelasyon bulunmuş, kişinin dürtüselligi arttıkça antisosyal davranışta bulunma olasılığı da artmaktadır sonucuna ulaşılmıştır (Romero, Luengo ve Sobral, 2001). Barrett şiddetin dürtüsellik ve kontrol azlığından ortaya çıktığını, dürtüsellik arttıkça şiddet ve saldırganlığın da arttığını bildirmiştir (Barrett, 2011).

Dürtüsellik ile riskli davranışlar (şiddet, alkol-madde-sigara kullanımı, intihar eğilimi, antisosyal davranışlar) arasında pozitif yönlü bir bağlantı bulunmuştur. 29 Dürtüsellik arttıkça kişilerin riskli davranışlarda bulunma olasılığı da artmaktadır (Tuna, 2015).

### **3.5. Dürtüsellik Kuramları**

Dürtüsellik, riskli davranışlar ve ruhsal bozukluklarla ilişkisi bakımından klinik araştırma ve pratikte oldukça önemlidir. DSM ve ICD'ye göre dürtüsellik çeşitli bozukluklar için bir tanı kriteri olarak kabul edilmektedir, ancak ruhsal

bozuklukları ve riskli davranışların dürtüselliğinden ne ölçüde etkilendiği net değildir. Dürtüselliğin tanımı, boyutları ve değerlendirme biçimi bakımından fikir birliği sağlanamamış olması sebebiyle dürtüsellik gelişimi ve psikopatolojideki rolü hakkındaki bilgilerin henüz sınırlı olduğu ileri sürülmektedir.

Dürtüsellik çeşitli açılardan araştırılmış ve çeşitli tanımlar önerilmiştir. Eysenck tarafından önerilen dürtüsellik özelliği, planlanmamış riskli davranışlarla ve hızlı karar verme özellikleriyle tanımlanmaktadır (Eysenck, 1993). Dickman (1993) ise, işlevsel olmayan dürtüselliği, aynı beceri ve bilgi düzeyine sahip diğer kişilere kıyasla, düşünmeden eyleme geçme olarak tanımlamıştır. Ayrıca, Dickman (1993), dürtüsellik özelliğinin dikkat eksikliği ve ketleme olmak üzere iki farklı bileşeni olduğunu belirtmiştir. Barratt (1994) ise, dürtüsellik tanımını yaparken, dürtüselliğin üç boyutu olduğunu ileri sürmüştür. Bunlar:

- Motor (düşünmeden hareket)
- Bilişsel (hızlı bilişsel karar verme) ve
- Plansızlık (geleceğe yönelimde azalma) boyutları (Barratt, 1994).

Patton vd. ise dürtüselliği üç faktörle açıklamıştır. Bunlar:

- Anlık tepki (motor aktivasyon)
- Dikkat eksikliği ve
- Plan yapamama ve dikkatli düşünememe (Patton, Stanford ve Barratt, 1995)

Biyolojik ve nöropsikolojik bir perspektiften bakıldığında, dürtüsellik, birey veya çevresindekiler için potansiyel bir dürtüyü engelleyememe olarak tanımlanır (Chamberlain ve Sahakian, 2007). Bilişsel açıdan ele alındığında dürtüsellik, davranışsal dürtüleri ve düşünceleri engelleyememektir. Dürtü kontrolü, yürütücü işlevlerin önemli bir bileşeni olarak görülmektedir. Dürtü kontrolü, kişinin sosyal ve kişisel işlevselliğinde önemli bir rol oynamaktadır (Chudasama, 2011). Dürtüselliğin sosyal yönü düşünüldüğünde, dürtüsellik, ilk olarak erken çocukluk döneminde aile

ilişkileri aracılığıyla öğrenilmiş bir davranıştır. Örneğin, aile içinde çocuklar istediklerini elde etmek için hemen tepki vermeyi öğrenirler. Bu duruma yönelik beceri eksikliğinin söz konusu olması, kişilerin her zaman her istediklerini isteyebilme ve yapabilme hakkının olduğunu düşünmesine yol açar. Dürtüsel bireyler, eylemlerinin sonuçlarını kendileri veya başkaları için sonuçlarını tahmin etme becerisinden yoksundur. Dürtüsel bireyler için istediğini anında elde etmek esastır (Barratt, 1994).

Moeller vd. (2001), çeşitli bilişsel-sosyal ve kişilik yönlerini birleştirmek için dürtüsellığı biyo-psiko-sosyal bir perspektiften ele almıştır. Bu doğrultuda, dürtüsellığın kapsamlı bir tanımının belirtilen tüm yönleri içermesi gerektiğini belirtmişlerdir. Bunlar:

- Davranışın olumsuz sonuçlarına karşı duyarlılığın azalması.
- Bilgiyi tam olarak işlemeden, uyarılara ani ve plansız tepki vermek.
- Bir davranışın uzun vadeli sonuçlarını dikkate almamak

Moeller vd. (2001) dürtüsellığın, iç ve dış uyarılara tepki olarak, kendileri veya başkaları için olumsuz sonuçlarına bakılmaksızın ani ve planlanmamış eylemlerde bulunmak olduğunu belirtmişlerdir. Dürtüsellığın diğer ruhsal bozukluklarla ilişkisini anlamak adına, bu tanımın önemli olduğu düşünülmektedir. İlk olarak, dürtüsellik, davranış kalıbının bir parçası olarak kabul edilebilecek bir potansiyel olarak kabul edilir. İkinci olarak, dürtüsellik, sonuçları değerlendirmek için yeterli zaman yokken gerçekleşen ani ve plansız bir eylemi içermektedir. Bu özelliğe göre dürtüsellik, eylemden önce planlamanın yapıldığı yargılama kabiliyetinin bozulması veya kompulsif davranışlardan ayırt edilir. Üçüncüsü, dürtüsellik, sonucunu dikkate almadan harekete geçmek anlamına gelmektedir.

Dürtüsellığı açıklayan bilişsel kuramlar arasında Kagan'ın kuramının dürtüsellığın bilişsel ve öğrenme süreçlerini anlamak açısından önemlidir. Kagan (1994), davranışsal ketlemeyi çocuklarda yeni bir duruma karşı davranışsal, bilişsel ve psikolojik tepkileri etkileyen bir mizaç özelliği olarak tanımlamıştır. Davranışsal bir bakış açısıyla dürtüsellik, tehlikeli, duruma uygun olmayan ve dikkat edilmeden

yapılan ve genellikle olumsuz sonuçlar doğuran çeşitli eylemleri içermektedir (Evenden, 1999). Dürtüsel bireyler haz ertelemeyebilir ve kendilerini kontrol edemezler. Çeşitli sonuçlarla karşılaştıklarında, daha az değerli ancak hemen aldıkları ödülleri, daha geç olan, ertelenmiş ve daha değerli olanlara tercih ederler. Ho vd.na (1998) göre, dürtüsellik tanımına ödül-ceza da dahildir. Bir diğer deyişle, dürtüsel bireyler daha küçük kısa vadeli kazanımları ertelenmiş büyük kazanımlara tercih eder. Bununla birlikte, dürtüsellik boyutlarından motor (davranışsal) dürtüsellik, bilişsel dürtüsellikten (seçim) ayrılır. Motor Dürtüsellik, tepkinin ketlenmesi olarak tanımlanır ve hayvanlarla yapılan araştırmalarla test edilmiştir (Horn vd., 2003; Holmes vd., 2002). Öte yandan, bilişsel dürtüsellik, olayların anlık sonuçlarını ve gelecekteki sonuçları birbiriyle karşılaştıramama ve dolayısıyla haz erteleyememe ile karakterizedir. Bu tür dürtüsellik karar verme görevlerinde incelenmektedir (Bechara vd., 1994).

Brunner ve Hen (1997) dürtüsel eylemi (davranış) dürtüsellikten (temel psikolojik süreçler) ayırt etmektedir. Dürtüsel eylemde, kişi, biri küçük ama acil, diğeri büyük ama gecikmeli olmak üzere iki ödül seçeneğiyle karşı karşıya kaldığında, birincisini seçer (dürtüsel eylem), çünkü hazzı (dürtüsellik) erteleyemezler. Bununla birlikte, eğer kişi, davranışları dürtüsel olmasına rağmen, ödülleri değerlendirip karşılaştıramadığı için ilk tercihi seçerse, davranışını kontrol eden psikolojik süreç onun hazzı erteleyememesi değil, iki seçeneği birbirinden ayırt edememesinden kaynaklıdır.

Psikopatolojide dürtüsellik üç farklı şekilde tanımlanır:

- Düşünmeden ve bilinçli bir biçimde yargılamadan hızlı tepki verme,
- Yeterince düşünmeden hareket etme
- Benzer bilgi ve beceri düzeyine sahip diğer kişilere göre daha az düşünerek hareket etme eğilimi gösterme (Arce ve Santisteban, 2006).

Genel olarak dürtüsellik, hiperaktivite bozukluğu, depresyon ve anksiyete bozukluğu gibi bazı ruhsal bozuklukların ve özellikle B kümesi kişilik bozuklukları (antisosyal kişilik bozukluğu, narsisistik kişilik bozukluğu ve sınırda kişilik

bozukluğu) gibi kişilik bozukluklarının semptomu olarak değeriendirilmektedir (Barkley, 1997). DSM-V'e göre dürtüsellik, disinhibisyonun bir yönü olarak tanımlanmakta ve uyarılara ani tepki verme, o anda veya sonuçlarına bakılmaksızın plansız tepki verme, duygusal çalkantı anında aciliyet duygusu ve kendine zarar verme davranışı ve belirli bir plana veya programa bağlı kalmada sorun olarak değeriendirilmektedir. (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2014).

### 3.6. Dürtüsellik Sonuçları

Dürtüsellikle ilgili yapılan araştırmanın bulgularına göre dürtüsellik belirtileri arttıkça ergen bireylerin riskli davranışları artmaktadır. Fiziksel şiddet uygulama, sigara veya madde kullanma, kişiler arası ilişkilerde sorun yaşama, silah taşıma gibi riskli davranışlar yapma eğilimleri yüksektir (Öner ve ark., 2013). Dürtüsellik, özkıyım ve saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Gvion ve Apter, 2011). Dürtüsellik ve uyuşturucu gibi bağımlılık yapan madde kullanımı arasında ilişki saptanmıştır. Dürtüsellik artan bireylerde madde kullanımı fazlalaşabilir (Perry ve Carroll, 2008).

Dürtüsellik ve diğer psikiyatrik hastalıklar arasında ilişki bulunmaktadır. Dürtüsellik; kişilik bozuklukları, madde kullanımı ve bipolar bozukluk gibi psikiyatrik hastalıklar arasında anlamlı ilişki vardır (Moeller ve ark., 2001). Dürtüsellik, psikiyatrik ve nörolojik bozuklukların temel sebeplerindedir. Dürtüsellik; aralıklı patlayıcı bozukluk, trikotillomani, piromani, patolojik kumar oynama için tanı ölçütü sayılmaktadır (Hollander ve Stein, 2005). Kumar oynama bozukluğu ve dürtüsellik Dürtüsellik ve diğer psikiyatrik hastalıklar arasında ilişki bulunmaktadır. Dürtüsellik; kişilik bozuklukları, madde kullanımı ve bipolar bozukluk gibi psikiyatrik hastalıklar arasında anlamlı ilişki vardır (Moeller ve ark., 2001). Dürtüsellik, psikiyatrik ve nörolojik bozuklukların temel sebeplerindedir. Dürtüsellik; aralıklı patlayıcı bozukluk, trikotillomani, piromani, patolojik kumar oynama için tanı ölçütü sayılmaktadır (Hollander ve Stein, 2005). Kumar oynama bozukluğu ve dürtüsellik

Dürtüsellikğin eşlik ettiği bozukluklardan biri de dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğudur. DEHB sahip bireyler eş tanılı komorbid bozukluklara sahip olabilir.

Madde kullanım bozuklukları, depresyon, öğrenme güçlükleri gibi. Bu durum kişinin hayat işlevselliğini bozabilir (Hinshaw, 2018). Yapılan araştırmaya göre yeme bozukluğu bulunan bireylerde dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ihtimalinin fazla olduğu bulunmuştur. Ayrıca dürtüsellikğin negatif sonuçları gözlenmiştir. Bunlara ek olarak depresyon, dürtüsellik ve DEHB arasında bir etkileşim vardır (Ay ve Kılınçel, 2021).

### **3.7. Dürtüsellikğin bağımlılıkla ilişkisi**

Dürtüsellikği tek başına bir hastalık olarak tanımlayamayız fakat birçok psikiyatrik bozuklukların çekirdek yapısında yer aldığını söylemeliyiz (Hollander ve Evers, 2001). Dürtüsellik, alkol ve madde bağımlılığı, yeme bozuklukları (Stojek vd., 2014), kişilik bozuklukları, bipolar bozukluk (Swann vd., 2001), dikkat eksikliği, patolojik kumar oynama (Kalenscher vd., 2006), saldırganlık, intihar girişimi gibi davranışların önemli faktörlerinden biridir (Barratt vd., 1999).

Bağımlılıkla ilgili açık ve net bir kişilik özelliği belirlenmemiş olsa da alkol ve madde kullanım bozukluğu olan kişilerde dürtüsellik ve yenilik arayışı gibi bazı hususiyetlerin kontrollerden farklılık gösterdiği gözlemlenmektedir. Madde kullanımına başlama yaşının dürtüsellik ile bağlantılı olduğu bilinmektedir. Madde bağımlısı olan bireylerin intihar davranışı gibi dürtüsellikle ilgili davranışlarda bulunma sıklığı normal popülasyondan daha fazla görülmektedir (Özdemir vd., 2012). Dürtüsellikğin bir tanı ölçütü olarak madde kullanım bozukluklarına dahil edilmesi gerektiğini savunan düşünceler de vardır (Pani vd., 2010).

Bağımlı olan ve olmayan kişilerin dürtüsellik düzeyleri arasındaki fark madde kullanımı ile dürtüsellikğin neden sonuç bağlantısını açıklamak için yeterli olmamaktadır (De Wit, 2009). İmpulsivite ve madde bağımlılığı arasındaki ilişki üç hipotez ileri sürülerek açıklanmaktadır:

- Dürtüsellikğin yüksek olması sonucunda madde bağımlılığının ortaya çıktığı düşünülebilir
- Madde bağımlılığı sonucunda dürtüsellik seviyesi yükselebilir.



- Dürtüsellik ve madde bağımlılığı bireyin yaşı, cinsiyeti, hormonal durumu, çocukluk çağı travmaları gibi diğer faktörlere bağlı olabilir (Perry ve Carroll, 2008:4).

Dürtüsellik alkol kullanımı ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Graham ve Strenger, 1988). Aynı zamanda alkol ve madde kullanımına başlama yaşı, kullanım miktarı, bağımlılığın sürdürülmesi, relap gibi faktörlerin ödül ile ilişkili dürtüsellikle bağlantılı olduğu düşünülmektedir (Gıynaş vd., 2019). Alkol kullanan ve kullanmayan kişilerle yapılan bir çalışmada alkol kullanan kişilerin dürtüsellik seviyesinin daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı zamanda dürtüsellik düzeyinin alkol kullanımına erken yaşlarda başlanmasına neden olduğu saptanmıştır (Von Diemen vd., 2008)

### **3.8. Oyun Bağımlılığı ve Dürtüsellik**

Video oyunları oynamak, özellikle hem iş birliği hem de rekabet içeren çevrimiçi çok oyunculu oyunların başlangıcından bu yana, dünya çapında en popüler eğlence etkinliklerinden biri haline gelmiştir (Nuyens , vd.,, 2016). Video oyunları genellikle stresi azaltmanın, arkadaşlarla sosyalleşmenin ve zaman geçirmenin eğlenceli bir yoludur (Stockdale ve Coyne, 2018). Video oyunları oynayarak gevşeme, yeterlilik, özerklik ve günlük kaygılardan kaçınma gibi birçok hedefe ulaşılır (Griffiths 2003, Ryan , vd.,, 2006). Oyun oynamanın “akış” durumu nedeniyle, oyuncu kontrol duygusu kazanır, zaman ve mekan duygusunu kaybeder ve oynamayı kendini ödüllendirici bulur (Csikszentmihalyi, 1990)

Sağlıklı gönüllülerde oyun oynama sırasında daha fazla ventral striatal presinaptik dopamin salınımı, aktivitenin kendi içinde potansiyel olarak ödüllendirici olduğu varsayımını desteklemektedir (Koepp, vd.,, 1998). 6 haftalık oyun periyodundan sonra, oyun ipuçları ile karşılaşıldığında sağlıklı gönüllülerde orbitofrontal ve anterior singulat aktivitesinde artış gözlenmiştir. Bu, oyun oynamanın pekiştirici olabileceğini ve ilgili ipuçlarının koşullu pekiştireçler olabileceğini düşündürmektedir (Han, vd.,, 2010).

Çoğu video oyunu oyuncusu için aktivite eğlenceli ve heyecan vericidir ancak oyuncunun sosyal, mesleki/egitimsel, ailevi ve psikolojik işleyişine zarar verdiğinde patolojik hale gelebilir (Gentile , vd., 2011). Diğer bir deyişle, bu küçük birey azınlığı için sürekli oyun oynamakla meşgul olmakta, oyun oynamak için kendilerini sosyal yaşamlarından mahrum bırakmakta ve oyun oynamayı gerçek dünya baskısıyla başa çıkma için kullanmaktadırlar ve bunların tümü bağımlılık belirtileri olabilir (Gunuc, 2015, Kuss ve Griffiths, 2012, Mai , vd., 2012).

Hem olumlu pekiştirme (yani video oyununda bir ödül alma ya da daha yüksek seviyelere ulaşma) hem de olumsuz pekiştirme (yani olumsuz duygulanımdan kaçınmak için oynama) oyun bağımlılığının gelişiminde faktörler olabilir (Choi , vd., 2007, Yee, 2006).

İnternet Oyun Oynama Bozukluğu (İOOB) için diğer risk faktörleri arasında sosyal yeterliliğin azalması (Gentile , vd., 2011), zayıf dürtü kontrolü (Griffiths , vd., 2012), oyun oynamaya ayrılan zamanın artması (Gentile , vd., 2011), heyecan arayışı, narsisistik kişilik özellikleri (Griffiths , vd., 2012) ve yüksek kaygı (Mehroof ve Griffiths, 2010) yer alır. Ayrıca, oyunla ilgili ipuçlarıyla karşılaşıldığında tepki engellemedeki bozulma da oyun bağımlılığı ile ilişkilendirilmiştir. Burada dikkat sapmaları, nüks riskini artırarak sorunun sürdürülmesinde etkili olabilir (van Holst , vd., 2012).

Tekrarlayan zararlı davranış ve kontrol kaybı, hem DSM-5 hem de ICD-11'de İOOB'nin spesifik özellikleri olarak önerilmiştir (Király ve Demetrovics, 2017). Yanıt engellemede başarısızlık, kesintiye uğramış hata izleme ve bilişsel katılık gibi çeşitli yürütücü kontrol sorunları İOOB ile ilişkilidir (Ding , vd., 2014, Dong , vd., 2013, Dong , vd., 2014). Yüksek düzeyde dürtüselliğin İOOB ile ilişkili olduğu da bilinmektedir (Cao , vd., 2007).

Nörobilişsel işlevleri değerlendiren çalışmalar, İOOB'deki dürtüselliğin kumar bozukluğu gibi diğer davranışsal bağımlılıklara göre daha belirgin olduğunu öne sürmüştür (Choi , vd., 2014). Sonuç olarak, artan dürtüsellik, İkili Sistem Modelleri ve Kişi-Etki-Biliş-Yürütme Etkileşimi Modeli (I-PACE) gibi çoğu İOOB modeline dahil edilmiştir (Bechara, 2005, Brand , vd., 2016). Nörogörüntüleme

çalışmalarına göre bilişsel kontrol sistemindeki bozulma dürtüsellğe neden olur ve yürütücü kontrolün azalması bağımlılık yapan davranışların gelişiminde kritik olabilir (Steinberg , vd.,, 2008, Brand , vd.,, 2016).

Çalışmalar ayrıca dürtü kontrolü ile ilgili görevler sırasında, bağımlı oyuncuların sağlıklı kontrollere kıyasla frontal, insular, temporal ve parietal kortekste anormal aktivasyonlar yaşadıklarını göstermiştir (Dong ve ark., 2012). Ayrıca dürtüsellik depresyonla ilişkilidir ve dolaylı olarak yalnızlığa ve kişilerarası ilişkilerde başarısızlıklara neden olur (Granö , vd.,, 2007, Swann , vd.,, 2008, Savcı ve Aysan, 2016). Bu nedenle, dürtüsellik, duygusal ve sosyal işlevselliğe katkıda bulunan bir faktör olabilir (Ryu , vd.,, 2018)

## İKİNCİ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 1.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma betimsel bir araştırmadır. Araştırma metodolojisi, tarama modeli yöntemidir. Tarama modeli, belirli grup özelliklerini belirlemek için veri toplamayı amaçlayan bir çalışmadır (Büyüköztürk, 2012). Karasar'a (2014) göre tarama modelleri, geçmişte ya da mevcut bir durumu olduğu gibi betimlemeyi amaçlayan araştırma yöntemleridir. Araştırılan bir olay, kişi veya nesnenin bağlamı ve doğası anlatılmaya çalışılır. Tanısal model, olayların nedenleri üzerinde durmak yerine, koşullar, özellikleri ve aralarındaki ilişki arasında bir ilişki bulmaya çalışır.

#### 1.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini Türkiye Cumhuriyeti sınırlarında yaşamakta olan üniversite öğrencisi bireyler oluştururken örneklem grubunu ise 400 kişi oluşturmaktadır. Örneklem grubu üniversite öğrencisi bireyler arasından basit seçkisiz yöntemle seçilmiştir.

#### 1.3. Veri Toplama Araçları

##### 1.3.1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Araştırma kapsamında katılımcıların demografik bilgilerinin alınması için yaşları, cinsiyetleri, eğitim ve gelir durumları, daha önce psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumları, yetiştikleri ortamda dijital oyun oynayan insanların olup olmadığı, genellikle oynamayı en çok tercih ettiğiniz oyun türünün hangisi olduğu, dijital oyunlara gün içinde ne kadar zaman ayırdıkları sorulmuştur.

##### 1.3.2. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Hazar ve Hazar (2019) 21 madde ve 3 alt boyuttan oluşan dijital oyun bağımlılığı ölçeğinin geneli için Cronbach Alfa güvenirlik katsayısını " $\alpha=.95$ " olduğu, alt boyutların Cronbach Alfa güvenirlik katsayısını ise Aşırı Odaklanma ve

Erteleme alt boyutunda “ $\alpha=.76$ ”, Çatışma, Yoksunluk ve Arayış alt boyutunda “ $\alpha=.78$ ”, Duygu Değişimi ve Dalma alt boyutunda “ $\alpha=.89$ ” olarak belirlemiştir. Cronbach’s Alfa katsayısına bağlı olarak ölçeğin güvenilirliği “.00-.40” arası olduğunda ölçek güvenilir değil, “.40-.60” arası olduğunda düşük güvenilirlikte, “.60-.80” arası olduğunda oldukça güvenilir, “.80-1.00” arası olduğunda ise ölçek yüksek derecede güvenilir olarak değerlendirilmektedir (Kalaycı, 2016: 405). Bu bağlamda araştırmada kullanılan dijital oyun bağımlılığı ölçeğine ait verilerin güvenilir olduğu kabul edilmiştir.

### **1.3.3. South Oaks Kumar Tarama Testi**

South Oaks Kumar Tarama Testi, ilk olarak Lesieur ve Blume (1987) yılında gerek yetişkinler gerekse ergenler için kumar oynama düzeyini belirlemek ve patolojik kumarın değerlendirilmesine olanak sağlamak üzere geliştirilmiştir. Ölçek araştırmacı ve klinisyenlerin kumar tarama ve değerlendirilmesinde en çok tercih edilen ölçeklerden biridir (Volberg ve Bank 1990). Ölçek 26 sorudan oluşmakta olup 1,2,3, 12, 16j ve 16k numaralı maddeler puanlamaya dahil edilmediğinden, ölçek 20 madde üzerinde değerlendirilmektedir. Testte her madde 1 puan ve deneğin alabileceği maksimum puan 20 minimum puan ise 0’ dır. Ölçekten 5 ve üzeri puan alanlar patolojik kumarbaz olarak nitelendirilmektedir. Testte herhangi bir ters puanlama yoktur. Ülkemizde kumar bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmaların azlığı neticesinde, South Oaks Kumar Tarama Testi Duvarcı ve Varan (2001) tarafından Türkçe’ ye çevrilmiştir. Ölçeğin çevirileri esnasında 1.madde ve 2. Madde Lesieur ve Blume önerileri ile ülkemize göre yeniden düzenlenip değerlendirilmiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Türk örneklemeler üzerinden yapılmıştır. Yapılan çalışmada test tekrar test güvenilirlik katsayısı  $r = .95$  olarak hesaplanmıştır. South Oaks Kumar Tarama Testinin geçerliğine dair yapılan çalışmalarda iyi sonuçlar elde edilmiştir. Çalışma grubunun testten aldıkları puanlar incelendiğinde, patolojik kumar tanısı alan kişilerle patolojik kumar tanısı almamış kişilerin puanları karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur. Testin toplamda yedi maddesi kültürel nedenlerden dolayı çıkarılmış olsa da, kültürümüze uygun iki madde eklenerek bu boşluğu doldurmaya çalışılmıştır. Ölçeğin Cronbach-Alfa güvenilirlik kat sayısı .88 olarak bulunmuştur.

### 1.3.4. Barratt Dürtüsellik Ölçeği

Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ) Patton ve Barrat (1995) tarafından geliştirilmiştir. BDÖ, dürtüselliği üç temel bileşenine göre değerlendirmekte olan kendini bildirim tarzında bir formdur. Bu bileşenler şu şekilde ayrılmıştır; a) Devinimsel (motor) dürtüsellik: Hazırlıksız, aniden ve aceleci hareket. b) Dikkatsel dürtüsellik: Belirli bir işe odaklanamama c) Plansızlık dürtüselliği: Plan yapamama, plan yapmadan ve yeterince düşünmeden harekete geçme. Ölçek 4'lü Likert tipi 30 maddeden oluşmaktadır. Maddeler, "1- Nadiren/ Hiçbir zaman", "2-Bazen", "3-Sıklıkla" ve "4-Hemen her zaman/Her zaman" şeklinde yanıtlanmaktadır. Ölçeğin orijinal formu, 418'i üniversite öğrencisi, 248'i psikiyatrik hasta ve 73 erkek mahkum üzerinde uygulanmıştır. Ölçek, altı birinci-sıra-faktör yapısı (dikkat, motor, öz-kontrol, bilişsel karmaşıklık, sabır, bilişsel istikrarsızlık) ile üç ikinci-sıra-faktör yapısından (dikkatsel dürtüsellik, devinimsel dürtüsellik, plansız dürtüselliği) oluşur. Ölçekteki bulunan alt faktörler ve her bir alt faktördeki maddeler Çizelge 7'de verilmiştir. Birinci-sıra-faktör arası korelasyon değerleri .15 ile .42 arasında, ikinci-sıra-faktörler arası korelasyon değerleri .46 ile .53 arasında değişmektedir. Ölçeğin her bir grup için Cronbach Alfa değeri ise .79 ile .83 arasında değişmektedir.

Ayrıca ölçekte yer alan maddelerden bazıları, yanıtlama yanlılığını önlemek için tersten puanlanmaktadır (1, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 15, 20, 29, 30). Ölçekten alınan toplam puan ne kadar fazla ise, kişinin dürtüselliğinin o derece yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir.

### 1.4 Veri Analiz Yöntemleri

Elde edilen 400 üniversite öğrencisi katılımcıya ilişkin verilerin analizi için SPSS v26 istatistik paket programı kullanılmıştır. Öncelikle veri girişleri kontrol edilmiş olup kayıp verilerin var olup olmadığı incelenmiştir. Daha sonra veri dağılımları incelenmiştir. Bunun için ölçek puanlarına ilişkin "skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık)" değerleri incelenmiştir. Çalışmamızda çarpıklık ve basıklık değerlerinin 1.98 ile 2.62 aralığında olduğu görülmüştür. Çarpıklık değerinin 2'den düşük olması ve basıklık değerinin 3'ten düşük olması verilerin normal dağıldığını göstermektedir (Westfall and Henning, 2013). Histogram ve beklenen olasılık

grafikleri ile veri setinin büyüklüğü de değerlendirildiğinde verilerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmiş ve parametrik analiz yöntemleri kullanılmıştır. Sürekli değişkenler (DOBÖ, SOKTT ve BDÖ) arasındaki ilişkileri incelemek için “Pearson Korelasyon Analizi” kullanılmıştır. İki gruptan oluşan kategorik değişkenlerin DOBÖ, SOKTT, BDÖ ve alt boyutlarına ilişkin puan ortalamaları arasındaki farklılığı tespit için “Bağımsız Örneklem T-testi”; grup sayısı ikiden fazla olduğu durumlar için ise “Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA)” kullanılmıştır. BDÖ’nün DOBÖ ve SOKTT puanlarını yordayıp, yordamadığı “Basit Doğrusal Regresyon Analizi” ile test edilmiştir. Çalışmamızda hipotez sınamalarında anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.



## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### BULGULAR

#### 1.1. Katılımcıların Sosyodemografik Bilgileri

Çalışmaya 400 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Bu katılımcılara ilişkin sosyodemografik bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Sosyodemografik Bilgiler**

	<i>n</i>	<i>%</i>
Yaş		
18-24	236	59.00
25-30	107	26.75
31 ve üzeri	57	14.25
Cinsiyet		
Kadın	157	39.25
Erkek	243	60.75
Eğitim Durumu		
Ön Lisans	71	17.75
Lisans	274	68.50
Lisansüstü	55	13.75
Gelir Durumu		
Kötü	56	14.00
Orta	239	59.75
İyi	81	20.25
Çok iyi	24	6.00
Psikiyatrik Tanı/Tedavi		
Evet	100	25.00
Hayır	300	75.00

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların 236’sinin (%59.00) 18-24, 107’sinin (%26.75) 25-30, 57’si (%14.25) 31 ve üzeri yaş aralığında olduğu görülmektedir. Katılımcıların 157’si (%39.25) kadın, 243’ü (%60.75) erkektir. 71 kişi (%17.75) ön lisans, 274 kişi (%68.50) lisans, 55 kişi (%13.75) lisansüstü eğitim düzeyine sahiptir.



Katılımcıların çoğunluğu gelir düzeyini orta düzey olarak algılamaktadır (n = 239, %59.75). Katılımcıların 100'ü (%25.00) daha önce psikiyatrik tanı ya da tedavi görmüşken 300'ü (%75.00) psikiyatrik tanı ya da tedavi görmemiştir.

**Tablo 2. Katılımcıların Dijital Oyun Oynamasına İlişkin Bilgiler**

	<i>n</i>	<i>%</i>
Dijital Oyun Oynama		
Evet	253	63.25
Hayır	147	36.75
Oyun Türü		
Aksiyon	97	24.25
Macera	41	10.25
Strateji	39	9.75
Simülasyon	83	20.75
Rol Yapma	48	12.00
Bulmaca, Zeka	92	23.00
Oyun Süresi		
0-2 Saat	250	62.50
2-4 Saat	87	21.75
4 ve üzeri	63	15.75

253 katılımcının (%63.25) yetiştiği ortamda dijital oyun oynayan insanlar varken 147 katılımcının (%36.75) yetiştiği ortamda yoktu. Katılımcıların 97'i (%24.25) aksiyon, 41'i (%10.25) macera, 39'u (%9.75) strateji, 83'u (%20.75) simülasyon, 48'i (%12.00) Rol Yapma, 92'si (%23.00) bulmaca ve zeka türünde oyunlar oynamayı tercih etmektedir. Katılımcıların 250'si (%62.50) 0-2 saat, 87'si (%21.75) 2-4 saat, 63'ü (%15.75) 4 ve üzeri saat dijital oyunlara zaman ayırmaktadır.

## 1.2. Kullanılan Ölçme Araçlarına İlişkin Betimsel İstatistik Değerleri

South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT), Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ve alt boyutlarına ilişkin betimsel istatistik değerleri Tablo 3'te verilmiştir.

**Tablo 3. DOBÖ, SOKTT ve BDÖ Ölçeklerine İlişkin Betimsel İstatistikler**

Değişkenler	<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	Min	Maks	Skewness	Kurtosis
<b>DOBÖ Toplam</b>	400	46.32	19.58	21.00	105.00	0.65	-0.22
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	400	24.44	10.50	11.00	55.00	0.61	-0.42
Çatışma, Yoksunluk ve Arayış	400	12.26	5.94	6.00	30.00	0.90	0.13
Duygu Değişimi ve Dalma	400	9.62	4.26	4.00	20.00	0.41	-0.71
<b>SOKTT Toplam</b>	400	1.63	3.14	0.00	12.00	1.98	2.62
<b>BDÖ Toplam</b>	400	64.77	10.98	35.00	102.00	-0.19	0.09

*Not.* DOBÖ: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, SOKTT: South Oaks Kumar Tarama Testi, BDÖ: Barratt Dürtüsellik Ölçeği, *Ss* = Standart Sapma, Min: Minimum, Maks: Maksimum

Tablo 3 incelendiğinde puan ortalamaları BODÖ Toplam için 46.32 (*Ss* = 19.58, Min = 21.00, Maks = 105.00), Aşırı, Odaklanma ve Erteleme alt boyutu için 24.44 (*Ss* = 10.50, Min = 11.00, Maks = 55.00), Çatışma, Yoksunluk ve Arayış alt boyutu için 12.26 (*Ss* = 5.94, Min = 6.00, Maks = 30.00), Duygu Değişimi ve Dalma alt boyutu için 9.62 (*SD* = 4.26, Min = 4.00, Maks = 20.00), SOKTT Toplam için 1.63 (*Ss* = 3.14, Min = 0.00, Maks = 12.00) olarak hesaplanmıştır.

## 1.3. Kumar Oynama, Dijital Oyun Bağımlılığı ile Dürtüsellik Arasındaki İlişkiye Dair Bulgular

Katılımcıların South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ) puan ortalamaları arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Korelasyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

**Tablo 4. DOBÖ, SOKTT ve BDÖ Arasındaki İlişkiye Dair Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları**

	1	2	3	4	5	6
1.DOBÖ Toplam	-					
2. Aşırı Odaklanma ve Erteleme	0.98**	-				
3. Çatışma, Yoksunluk ve Arayış	0.93**	0.85**	-			
4. Duygu Değişimi ve Dalma	0.90**	0.84**	0.77**	-		
5.SOKTT Toplam	0.26**	0.23**	0.27**	0.25**	-	
6.BDÖ Toplam	0.24**	0.20**	0.30**	0.17**	0.18**	-

*Not.* \*  $p < 0.05$ , \*\*  $p < 0.01$

Tablo 4 incelendiğinde BDÖ ile DOBÖ Toplam ( $r = 0.24$ ,  $p < 0.01$ ), Aşırı Odaklanma ve Erteleme ( $r = 0.20$ ,  $p < 0.01$ ), Çatışma, Yoksunluk ve Arayış ( $r = 0.30$ ,  $p < 0.01$ ) ve Duygu Değişimi ve Dalma ( $r = 0.17$ ,  $p < 0.01$ ) arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur.

BDÖ Toplam ile SOKTT Toplam arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r = 0.18$ ,  $p < 0.01$ ).

DOBÖ Toplam ile SOKTT Toplam arasında pozitif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r = 0.26$ ,  $p < 0.01$ ).

Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ) puanlarının South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) puanlarını yordayıp yordamadığını belirlemek için Basit Doğrusal Regresyon Analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 5 ve Tablo 6'da verilmiştir.

**Tablo 5. BDÖ'nün DOBÖ Toplamı Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları**

Değişkenler	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>	95.00% GA
(Sabit)	19.02	5.70	0.00	3.34	< .001	[7.81, 30.23]
BDÖ Toplam	0.42	0.09	0.24	4.86	< .001	[0.25, 0.59]

*Not.*  $F(1,398) = 23.57, p < .001, R^2 = .06$   
Bağımlı Değişken: DOBÖ Toplam

Tablo 5 incelendiğinde, kurulan doğrusal regresyon modeli sonuçlarının istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ( $F(1,398) = 23.57, p < .001, R^2 = .06$ ). Bağımlı değişken olan DOBÖ Toplamdaki değişimin yaklaşık %6'sı modeldeki BDÖ Toplam tarafından açıklanabilmektedir.

BDÖ Toplamın bağımlı değişken olan DOBÖ Toplamın anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $B = 0.42, t(398) = 4.86, p < .001$ ). Bu da ortalama olarak BDÖ'deki bir birimlik artışın DOBÖ'nün değerini 0.42 birim arttıracığını göstermektedir.

**Tablo 6. BDÖ'nün SOKTT Toplamı Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları**

Değişkenler	<i>B</i>	<i>SH</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>	95.00% GA
(Sabit)	-1.70	0.92	0.00	-1.84	.067	[-3.52, 0.12]
BDÖ Toplam	0.05	0.01	0.18	3.65	< .001	[0.02, 0.08]

*Not.*  $F(1,398) = 13.31, p < .001, R^2 = .03$   
Bağımlı Değişken: SOKTT Toplam

Tablo 6 incelendiğinde, kurulan doğrusal regresyon modeli sonuçlarının istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ( $F(1,398) = 13.31, p < .001, R^2 = .03$ ). Bağımlı değişken olan SOKTT Toplamdaki değişimin yaklaşık %3.24'ü modeldeki BDÖ Toplam tarafından açıklanabilmektedir.

BDÖ Toplamın bağımlı değişken olan SOKTT Toplamın anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur ( $B = 0.05$ ,  $t(398) = 3.65$ ,  $p < .001$ ). Bu da ortalama olarak BDÖ'deki bir birimlik artışın SOKTT'nin değerini 0.05 birim arttıracığını göstermektedir.

#### 1.4. DOBÖ, SOKTT, BDÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular

Kadın ve erkek katılımcıların South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT), Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını tespit etmek için bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

**Tablo 7. DOBÖ, SOKTT, BDÖ Puan Ortalamalarının Cinsiyete Göre Farklaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları**

Değişkenler	Kadın ( $n = 157$ )		Erkek ( $n = 243$ )		$t$	$p$	Cohen's $d$
	<i>Ort.</i>	<i>Ss.</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss.</i>			
DOBÖ Toplam	40.01	16.60	50.40	20.29	-5.60	< .001	0.56
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	20.87	8.66	26.75	10.94	-5.97	< .001	0.60
Çatışma, Yoksunluk ve Arayış	10.59	5.09	13.33	6.20	-4.83	< .001	0.48
Duygu Değişimi ve Dalma	8.55	4.02	10.32	4.26	-4.15	< .001	0.43
SOKTT Toplam	1.55	3.23	1.67	3.08	-0.38	.707	0.04
BDÖ Toplam	64.72	11.02	64.79	10.98	-0.07	.947	0.01

*Not.* DOBÖ: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, SOKTT: South Oaks Kumar Tarama Testi, BDÖ: Barratt Dürtüsellik Ölçeği

Tablo 7 incelendiğinde, cinsiyete göre katılımcıların DOBÖ Toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(376.46) = -5.60$ ,  $p < .001$ ,  $d = 0.56$ ]. Erkeklerin DOBÖ Toplam puan ortalamasının

(Ort. = 50.40, Ss = 20.29) kadınların puan ortalamasından (Ort. = 40.01, Ss = 16.60) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Cinsiyete göre katılımcıların Aşırı Odaklanma ve Erteleme alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(381.74) = -5.97, p < .001, d = 0.60$ ]. Erkeklerin Aşırı Odaklanma ve Erteleme puan ortalamasının (Ort. = 26.75, Ss = 8.66) kadınların puan ortalamasından (Ort. = 20.87, Ss = 8.66) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Cinsiyete göre katılımcıların Çatışma, Yoksunluk ve Arayış alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(375.98) = -4.83, p < .001, d = 0.48$ ]. Erkeklerin Çatışma, Yoksunluk ve Arayış puan ortalamasının (Ort. = 13.33, Ss = 6.20) kadınların puan ortalamasından (Ort. = 10.59, Ss = 5.09) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Cinsiyete göre katılımcıların Duygu Değişimi ve Dalma alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(398) = -4.15, p < .001, d = 0.43$ ]. Erkeklerin Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalamasının (Ort. = 10.32, Ss = 4.26) kadınların puan ortalamasından (Ort. = 8.55, Ss = 4.02) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Cinsiyete göre katılımcıların SOKTT Toplam ve BDÖ Toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p > 0.05$ ).

### **1.5. DOBÖ, SOKTT, BDÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Yaşa Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular**

Yaşa göre katılımcıların South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT), Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını tespit etmek için “tek yönlü varyans analizi (ANOVA)” yapılmıştır. Yapılan Analiz sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

**Tablo 8. DOBÖ, SOKTT ve DBÖ Puan Ortalamalarının Yaşa Göre Farklaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları**

		<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	$\eta^2$	Fark
DOBÖ Toplam	18-24 <sup>a</sup>	236	47.31	18.59	3.33	<b>.037</b>	0.02	a>c
	25-30 <sup>b</sup>	107	47.42	19.57				
	31 ve üzeri <sup>c</sup>	57	40.16	22.62				
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	18-24	236	24.81	10.01	2.84	.059	0.01	-
	25-30	107	25.24	10.46				
	31 ve üzeri	57	21.42	12.09				
Çatışma, Yoksunluk ve Arayış	18-24	236	12.58	5.73	2.29	.102	0.01	-
	25-30	107	12.36	6.01				
	31 ve üzeri	57	10.72	6.47				
Duygu Değişimi ve Dalma	18-24 <sup>a</sup>	236	9.92	3.98	4.86	<b>.008</b>	0.02	a,b>c
	25-30 <sup>b</sup>	107	9.82	4.50				
	31 ve üzeri <sup>c</sup>	57	8.02	4.59				
SOKTT Toplam	18-24 <sup>a</sup>	236	1.22	2.83	9.90	< <b>.001</b>	0.05	b>a,c
	25-30 <sup>b</sup>	107	2.76	3.74				
	31 ve üzeri <sup>c</sup>	57	1.18	2.60				
BDÖ Toplam	18-24 <sup>a</sup>	236	65.73	10.18	3.23	<b>.041</b>	0.02	a>c
	25-30 <sup>b</sup>	107	64.25	12.46				
	31 ve üzeri <sup>c</sup>	57	61.74	10.81				

Tablo 8 incelendiğinde yaşa göre katılımcıların DOBÖ Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 3.33, p = .037, \eta^2 = 0.02$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, 18-24 yaş aralığında olan katılımcıların ortalaması (Ort. = 47.31,  $Ss = 18.59$ ) 31 ve üzeri yaş aralığında olanların ortalamasından (Ort. = 40.16,  $Ss = 22.62$ ) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Yaşa göre katılımcıların Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 4.86, p = .008, \eta^2 = 0.02$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, 18-24 yaş aralığında olan katılımcıların ortalaması (Ort. = 47.31,  $Ss = 18.59$ ) 18-24 yaş aralığında ve 31 ve üzeri yaş aralığında olanların ortalamasından (Ort. = 40.16,  $Ss = 22.62$ ) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Yaş'a göre katılımcıların SOKTT Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 9.90, p < .001, \eta^2 = 0.05$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, 25-30 yaş aralığında olan katılımcıların ortalaması (Ort. = 2.76, Ss = 3.74) 18-24 yaş aralığında (Ort. = 1.22, Ss = 2.83) ve 31 ve üzeri yaş aralığında olanların ortalamasından (Ort. = 1.18, Ss = 2.60) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Yaş'a göre katılımcıların BDÖ Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 3.23, p = .041, \eta^2 = 0.02$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, 18-24 yaş aralığında olan katılımcıların ortalaması (Ort. = 65.73, Ss = 10.18) 31 ve üzeri yaş aralığında olanların ortalamasından (Ort. = 61.74, Ss = 10.81) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Yaş'a göre katılımcıların Aşırı Odaklanma ve Erteleme ve Çatışma, Yoksunluk ve Arayış puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p > 0.05$ ).

## **1.6. DOBÖ, SOKTT, BDÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Eğitim Durumuna Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular**

Eğitim durumuna göre katılımcıların South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT), Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını tespit etmek için “tek yönlü varyans analizi (ANOVA)” yapılmıştır. Yapılan Analiz sonuçları Tablo 9’da verilmiştir.



**Tablo 9. DOBÖ, SOKTT ve BDÖ Puan Ortalamalarının Eğitim Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları**

		<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	$\eta^2$	Fark
DOBÖ Toplam	Ön Lisans	71	45.37	22.91	0.70	.497	0.00	
	Lisans	274	47.06	18.75				
	Lisansüstü	55	43.89	19.12				
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	Ön Lisans	71	24.13	12.37	0.67	.510	0.00	
	Lisans	274	24.80	9.97				
	Lisansüstü	55	23.05	10.52				
Çatışma, Yoksunluk ve Arayış	Ön Lisans	71	11.96	6.63	0.59	.554	0.00	
	Lisans	274	12.46	5.73				
	Lisansüstü	55	11.60	6.05				
Duygu Değişimi ve Dalma	Ön Lisans	71	9.28	4.83	0.67	.512	0.00	
	Lisans	274	9.79	4.11				
	Lisansüstü	55	9.24	4.22				
SOKTT Toplam	Ön Lisans <sup>a</sup>	71	2.06	3.54	12.49	< .001	0.06	c>a,b
	Lisans <sup>b</sup>	274	1.17	2.57				
	Lisansüstü <sup>c</sup>	55	3.35	4.33				
BDÖ Toplam	Ön Lisans <sup>a</sup>	71	68.37	11.20	9.37	< .001	0.05	a>b,c b>c
	Lisans <sup>b</sup>	274	64.79	10.14				
	Lisansüstü <sup>c</sup>	55	60.00	12.99				

Tablo 9 incelendiğinde eğitim düzeyine göre katılımcıların SKTT Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 12.49, p < .001, \eta^2 = 0.06$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, Lisansüstü eğitim düzeyine sahip (Ort. = 3.35,  $Ss = 4.33$ ) katılımcıların ortalaması Ön Lisans (Ort. = 2.06,  $Ss = 3.54$ ) ve Lisans düzeyinde olanların ortalamasından (Ort. = 1.17,  $Ss = 2.57$ ) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Eğitim düzeyine göre katılımcıların BDÖ Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 9.37, p < .001, \eta^2 = 0.05$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, Ön Lisans eğitim düzeyine sahip (Ort. = 68.37,  $Ss = 11.20$ ) katılımcıların ortalaması Lisans (Ort. = 64.79,  $Ss = 10.14$ ) ve Lisansüstü düzeyinde olanların ortalamasından (Ort. = 60.00,  $Ss = 12.99$ ) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Lisans eğitim düzeyine sahip katılımcıların ortalaması (Ort. = 64.79,

Ss = 12.99) 31 Lisansüstü düzeyinde olanların ortalamasından (Ort. = 60.00, Ss = 12.99) anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Eğitim düzeyine göre katılımcıların DOBÖ Toplam, Aşırı Odaklanma ve Erteleme ve Çatışma, Yoksunluk ve Arayış ve Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p > 0.05$ ).

### 1.7. DOBÖ, SOKTT, BDÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Psikiyatrik Tanı ya da Tedavi Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular

Psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumuna göre katılımcıların South Oaks Kumar Tarama Testi (SOKTT), Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ), Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını tespit etmek için bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 10'da verilmiştir.

**Tablo 10. DOBÖ, SOKTT, BDÖ Puan Ortalamalarının Psikiyatrik Tanı ya da Tedavi Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi Sonuçları**

Değişkenler	Evet ( $n = 100$ )		Hayır ( $n = 300$ )		$t$	$p$	Cohen's $d$
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.			
DOBÖ Toplam	48.44	19.46	45.62	19.60	1.25	.212	0.14
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	25.40	10.45	24.12	10.51	1.05	.293	0.12
Çatışma, Yoksunluk ve Arayış	12.66	5.87	12.12	5.96	0.79	.431	0.09
Duygu Değişimi ve Dalma	10.38	4.37	9.37	4.20	2.06	<b>.040</b>	0.24
SOKTT Toplam	2.38	3.65	1.38	2.91	2.50	<b>.014</b>	0.30
BDÖ Toplam	64.08	11.62	64.99	10.77	-0.72	.472	0.08

*Not.* DOBÖ: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, SOKTT: South Oaks Kumar Tarama Testi, BDÖ: Barratt Dürtüsellik Ölçeği

Tablo 10 incelendiğinde, psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumuna göre katılımcıların Duygu Değişimi ve Dalma alt boyutu puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(398) = 2.06, p = .040, d = 0.24$ ]. Psikiyatrik tanı veya tedavi almış kişilerin Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalamasının (Ort. = 10.38, Ss = 4.37) almamış kişilerin puan ortalamasından (Ort. = 9.37, Ss = 4.20) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumuna göre katılımcıların SOKTT Toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(143.11) = 2.50, p = .014, d = 0.30$ ]. Psikiyatrik tanı veya tedavi almış kişilerin SOKTT Toplam puan ortalamasının (Ort. = 2.38, Ss = 3.65) almamış kişilerin puan ortalamasından (Ort. = 1.38, Ss = 2.91) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumuna göre katılımcıların DOBÖ Toplam, Aşırı Odaklanma ve Erteleme ve Çatışma, Yoksunluk ve Arayış ve DBÖ Toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p > 0.05$ ).

### **1.8. DOBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Yetişilen Ortamda Dijital Oyun Oynanması Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin Bulgular**

Yetiştığı ortamda dijital oyun oynayan kişilerin varlığına göre katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını tespit etmek için bağımsız örneklem t-testi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 11’de verilmiştir.

**Tablo 11. DOBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Yetişilen Ortamda Dijital Oyun Oynanması Durumuna Göre Farklılaşmasına İlişkin T-Testi**

**Sonuçları**

Değişkenler	Evet (n = 253)		Hayır (n = 147)		t	p	Cohen's d
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.			
DOBÖ Toplam	49.08	19.71	41.59	18.47	3.75	< .001	0.39
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	25.93	10.65	21.88	9.74	3.88	< .001	0.40
Çatışma, Yoksunluk ve Arayış	12.80	6.10	11.31	5.54	2.43	.015	0.26
Duygu Değişimi ve Dalma	10.34	4.26	8.39	3.97	4.51	< .001	0.47

Not. DOBÖ: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 11 incelendiğinde, yetişilen ortamda dijital oyun oynanması durumuna göre katılımcıların DOBÖ Toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(398) = 3.75, p < .001, d = 0.39$ ]. Yetiştigi ortamda dijital oyun oynanan kişilerin DOBÖ Toplam puan ortalamasının (Ort. = 49.08, Ss = 19.71) yetiştigi ortamda dijital oyun oynanmayan kişilerin puan ortalamasından (Ort. = 41.59, Ss = 18.47) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Yetişilen ortamda dijital oyun oynanması durumuna göre katılımcıların Aşırı Odaklanma ve Erteleme puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(327.65) = 3.88, p < .001, d = 0.40$ ]. Yetiştigi ortamda dijital oyun oynanan kişilerin Aşırı Odaklanma ve Erteleme puan ortalamasının (Ort. = 25.93, Ss = 10.65) yetiştigi ortamda dijital oyun oynanmayan kişilerin puan ortalamasından (Ort. = 21.88, Ss = 9.74) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Yetişilen ortamda dijital oyun oynanması durumuna göre katılımcıların Çatışma, Yoksunluk ve Arayış puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(398) = 2.43, p = .015, d = 0.26$ ]. Yetiştigi ortamda dijital oyun oynanan kişilerin Çatışma, Yoksunluk ve Arayış puan ortalamasının

(Ort. = 12.80, Ss = 6.10) yetiştiği ortamda dijital oyun oynanmayan kişilerin puan ortalamasından (Ort. = 11.31, Ss = 5.54) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Yetişilen ortamda dijital oyun oynanması durumuna göre katılımcıların Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur [ $t(398) = 4.51, p < .001, d = 0.47$ ]. Yetiştiği ortamda dijital oyun oynanan kişilerin Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalamasının (Ort. = 10.34, Ss = 4.26) yetiştiği ortamda dijital oyun oynanmayan kişilerin puan ortalamasından (Ort. = 8.39, Ss = 3.97) anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

### **1.9. DOBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Oyun Türüne Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular**

Oynadıkları oyun türüne göre katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark olup olmadığını tespit etmek için “tek yönlü varyans analizi (ANOVA)” yapılmıştır. Yapılan Analiz sonuçları Tablo 12’de verilmiştir.

**Tablo 12. DOBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Oyun Türüne Göre Farklaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları**

		<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	$\eta^2$	Fark
DOBÖ Toplam	Aksiyon <sup>a</sup>	97	48.33	19.94	12.73	< .001	0.14	e>a, d,f a,b,c ,d,e >f
	Macera <sup>b</sup>	41	49.63	18.69				
	Strateji <sup>c</sup>	39	49.21	19.80				
	Simülasyon <sup>d</sup>	83	47.69	17.54				
	Rol Yapma <sup>e</sup>	48	57.94	19.18				
	Bulmaca, Zeka <sup>f</sup>	92	34.22	15.59				
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	Aksiyon <sup>a</sup>	97	25.98	11.03	11.71	< .001	0.13	e>d a,b,c ,d,e >f
	Macera <sup>b</sup>	41	26.00	9.97				
	Strateji <sup>c</sup>	39	25.72	10.81				
	Simülasyon <sup>d</sup>	83	24.93	9.41				
	Rol Yapma <sup>e</sup>	48	30.23	10.23				
	Bulmaca, Zeka <sup>f</sup>	92	18.13	8.11				
Çatışma, Yoksunluk ve Arayış	Aksiyon <sup>a</sup>	97	12.37	5.73	10.39	< .001	0.12	e>a a,b,c ,d,e >f
	Macera <sup>b</sup>	41	13.10	5.80				
	Strateji <sup>c</sup>	39	13.31	6.09				
	Simülasyon <sup>d</sup>	83	12.87	5.66				
	Rol Yapma <sup>e</sup>	48	15.65	6.56				
	Bulmaca, Zeka <sup>f</sup>	92	8.99	4.52				
Duygu Değişimi ve Dalma	Aksiyon <sup>a</sup>	97	9.98	4.40	11.74	< .001	0.13	e>a a,b,c ,d,e >f
	Macera <sup>b</sup>	41	10.54	4.01				
	Strateji <sup>c</sup>	39	10.18	4.08				
	Simülasyon <sup>d</sup>	83	9.89	3.74				
	Rol Yapma <sup>e</sup>	48	12.06	3.97				
	Bulmaca, Zeka <sup>f</sup>	92	7.10	3.73				

Tablo 12 incelendiğinde oyun türüne göre katılımcıların DOBÖ Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(5, 394) = 12.73, p < .001, \eta^2 = 0.14$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, bulmaca ve zeka türünde oyun oynayan kişilerin DOBÖ puan ortalaması aksiyon, macera, strateji, simülasyon ve rol yapma türü oyunları oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Yine rol yapma türünde oyun oynayan kişilerin DOBÖ puan ortalaması aksiyon, simülasyon ve rol yapma türü oyunları oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Oyun türüne göre katılımcıların Aşırı Odaklanma ve Erteleme puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(5, 394) = 11.71, p < .001, \eta^2 =$

0.13). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, bulmaca ve zeka türünde oyun oynayan kişilerin Aşırı Odaklanma ve Erteleme puan ortalaması aksiyon, macera, strateji, simülasyon ve rol yapma türü oyunları oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Yine rol yapma türünde oyun oynayan kişilerin Aşırı Odaklanma ve Erteleme puan ortalaması simülasyon türü oyunları oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Oyun türüne göre katılımcıların Çatışma, Yoksunluk ve Arayış puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(5, 394) = 10.39, p < .001, \eta^2 = 0.12$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, bulmaca ve zeka türünde oyun oynayan kişilerin Çatışma, Yoksunluk ve Arayış ortalaması aksiyon, macera, strateji, simülasyon ve rol yapma türü oyunları oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Yine rol yapma türünde oyun oynayan kişilerin Çatışma, Yoksunluk ve Arayış puan ortalaması aksiyon türü oyunları oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Oyun türüne göre katılımcıların Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(5, 394) = 11.74, p < .001, \eta^2 = 0.12$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, bulmaca ve zeka türünde oyun oynayan kişilerin Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalaması aksiyon, macera, strateji, simülasyon ve rol yapma türü oyunları oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Yine rol yapma türünde oyun oynayan kişilerin Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalaması aksiyon türü oyunları oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

#### **1.10. DOBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Oyun Oynama Süresine Göre Farklaşmasına İlişkin Bulgular**

Gün içinde toplam oyun oynama süresinde göre katılımcıların Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ) ve alt boyutları puan ortalamaları arasında anlamlı bir

fark olup olmadığını tespit etmek için “tek yönlü varyans analizi (ANOVA)” yapılmıştır. Yapılan Analiz sonuçları Tablo 13’te verilmiştir.

**Tablo 13. DOBÖ ve Alt Boyutları Puan Ortalamalarının Oyun Oynama Süresinde Göre Farklaşmasına İlişkin ANOVA Sonuçları**

		<i>n</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	$\eta^2$	Fark	
DOBÖ Toplam	0-2 saat <sup>a</sup>	250	39.11	17.05	64.45	< .001	0.25	b,c>	
	2-4 Saat <sup>b</sup>	87	54.64	15.95					a
	4 ve üzeri <sup>c</sup>	63	63.44	18.51					c>b
Aşırı Odaklanma ve Erteleme	0-2 saat <sup>a</sup>	250	20.48	8.99	69.87	< .001	0.26	b,c>	
	2-4 Saat <sup>b</sup>	87	28.91	8.68					a
	4 ve üzeri <sup>c</sup>	63	34.02	9.76					c>b
Çatışma, Yoksunluk ve Arayış	0-2 saat <sup>a</sup>	250	10.48	5.17	38.20	< .001	0.16	b,c>	
	2-4 Saat <sup>b</sup>	87	14.34	5.44					a
	4 ve üzeri <sup>c</sup>	63	16.43	6.45					
Duygu Değişimi ve Dalma	0-2 saat <sup>a</sup>	250	8.16	3.80	53.12	< .001	0.21	b,c>	
	2-4 Saat <sup>b</sup>	87	11.39	3.65					a
	4 ve üzeri <sup>c</sup>	63	13.00	3.93					c>b

Tablo 13 incelendiğinde oyun türüne göre katılımcıların DOBÖ Toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 64.45, p < .001, \eta^2 = 0.25$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, günlük 2-4 saat ile 4 ve üzeri saat dijital oyun oynayan kişilerin DOBÖ Toplam puan ortalaması 0-2 saat oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Aynı zamanda günlük 4 ve üzeri saat dijital oyun oynayan kişilerin DOBÖ Toplam puan ortalaması 2-4 saat oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Oyun türüne göre katılımcıların Aşırı Odaklanma ve Erteleme puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 69.87, p < .001, \eta^2 = 0.26$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, günlük 2-4 saat ile 4 ve üzeri saat dijital oyun oynayan kişilerin Aşırı Odaklanma ve Erteleme puan ortalaması 0-2 saat oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Aynı zamanda günlük 4 ve üzeri saat dijital oyun oynayan kişilerin Aşırı Odaklanma ve Erteleme puan ortalaması 2-4 saat oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.



Oyun türüne göre katılımcıların Çatışma, Yoksunluk ve Arayış puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 38.20, p < .001, \eta^2 = 0.16$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, günlük 2-4 saat ile 4 ve üzeri saat dijital oyun oynayan kişilerin Çatışma, Yoksunluk ve Arayış puan ortalaması 0-2 saat oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Oyun türüne göre katılımcıların Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmuştur ( $F(2, 397) = 53.12, p < .001, \eta^2 = 0.21$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için yapılan çoklu karşılaştırma Scheffe testi sonucuna göre, günlük 2-4 saat ile 4 ve üzeri saat dijital oyun oynayan kişilerin Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalaması 0-2 saat oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Aynı zamanda günlük 4 ve üzeri saat dijital oyun oynayan kişilerin Duygu Değişimi ve Dalma puan ortalaması 2-4 saat oynayanların ortalamasından anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

## TARTIŞMA

Türkiye’de üniversite okumakta olan gençler büyük oranda 18-25 yaş aralığında olup bu dönem gençlik tanımına uymaktadır. Üniversite zamanı, ergenlik sorunları, yakın çevreden ayrılma, yeni bir çevreye adaptasyon, bir mesleğe adaylık, iş bulma kaygısı vb. gibi birçok sorunların olduğu dönemlerdir. Bu sorunlar zamanla öğrencilerde aşırı kaygı ve stres gelişmesine neden olacağından, onların çeşitli madde bağımlılıklarını arttıracakları ileri sürülmektedir. Bu durum göz önünde bulundurularak araştırma 18-25 yaş aralığının yoğun olduğu kitle olan üniversite öğrencileri ile yapılmış ancak beklenen anlamlı farklılık görülmemiştir.

Bağımlılık, beyindeki ödül sistemine etkisi sebebiyle bireyin yaşadığı olumsuz sonuçlara rağmen, bağımlı olduğu maddeyi kompulsif bir biçimde kullanmayı sürdürmesi ve bırakma ya da azaltma gibi bir durum söz konusu olduğunda ise yoksunluk belirtileri göstermesine yol açan genetik, psikososyal ve çevresel faktörlerin rol oynadığı nörobiyolojik bir hastalıktır. Bireylerde bağımlılık gelişmesiyle ilgili çok sayıda belirleyici durum söz konusu olmakla beraber en temel nedenlerden biri, bireylerin bağımlılık yapıcı madde ya da haz veren davranışın sağladığı hazzı kısa sürede ulaşabiliyor olmalarıdır. Ya da başka bir deyişle bireylerin “haz nesnelere” aracılığıyla minimum uğraşla maksimum hazzı ulaşabiliyor olmalarıdır. Bu durum bireylerin iş ya da akademik alanda başarı gibi daha uzun zaman gerektirebilecek hazzı elde etmeye örneğin bir madde aracılığıyla aynı ya da daha yüksek oranda haz alabilecekleri durumlara yönelmelerine ve tekrar etmelerine neticesinde de zamanla haz nesnesi konusundaki kontrolü kaybetmelerine ve bağımlılık geliştirmelerine sebep olabilmektedir. Ancak yine de her madde kullanımında bağımlılık oluşmadığı gibi her davranışa karşı da bağımlılık geliştirilmeyebilir. Bu noktada da maddenin kullanım miktarı ve amacı ya da davranışın hangi sıklıkla ve ne amaçla tekrarlandığı gibi diğer değişkenler göz önünde bulundurulmalıdır. Kültürel oyun analizinde Huizinga, oyundan “sıradan hayat”ın dışında “ciddi olmayan” ama aynı zamanda oyuncuyu yoğun ve tamamen içine alan “özgür” bir etkinlik olarak bahsetmektedir (Huizinga, 1938). Huizinga’ya göre oyun, kendi uygun zaman ve mekân sınırları içinde, sabit kurallara göre ve düzenli bir şekilde ilerler. Kendilerini gizlilikle çevreleyen ve kılık değiştirme veya

başka yollarla ortak dünyadan farklılıklarını vurgulama eğiliminde olan sosyal grupların oluşumunu teşvik eder (Huizinga, 1938). Dolayısıyla oyun sadece eğlenceli bir aktivite değil, aynı zamanda sosyal bir aktivitedir. Özellikle pandemiden sonra insanların evden dışarı çıkmaması internet üzerinden sosyalleşmeyi arttırdığı bilinen bir gerçek olarak karşımızda. Yapılan çalışmamızda üniversite öğrencilerinin de oyunu hayatlarının merkezine almasa bile oyunlara uzak kalmak istemedikleri verdikleri cevaplar incelendiğinde görülmektedir. Bunu bir sosyalleşme aracı olarak görülüp görülmediği yaptığımız araştırmada yer almamıştır. Gelecek araştırmalarda bu durumu da kapsayacak yeni çalışmalar yapılabileceği ön görülmektedir.

Oyun oynama bozukluğu, oyun üzerindeki kontrolün kaybedilmesi ve oyunu oynamak için harcanan toplam süre ile karakterize edilen ve diğer ilgi alanlarının ve günlük aktivitelerin oyuna verilmesi ile sonuçlanan olumsuz bir oyun davranışı modeli olarak tanımlanır. Olumsuz sonuçlarına rağmen oyun davranışı artmaya devam eder (Wang , vd.,, 2019) Bizim araştırmamızın sonucuna göre de 6 saat ve üzeri oyun oynayan bireylerin çatışma, yoksunluk ve arayış gibi olumsuz davranış puanlarının yüksek olması örtüşmektedir.

Analiz sonuçlarına göre dürtüsellik puanı yaşa göre anlamlı farklılık göstermektedir. Literatürdeki diğer çalışmalara göre de dürtüsellik yaşa göre anlamlı farklılık göstermesi beklenmektedir. Bizim çalışmamızda da bu yönde anlamlı sonuç ortaya çıkmıştır. Gelecekte yapılacak çalışmalarda da dürtüsellik ile yaş arasında anlamlı pozitif yönde bir korelasyon olması beklenmektedir.

Analiz sonuçlarına göre aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, south oaks kumar tarama testi puanı yaşa göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Yapılan çalışmayı destekler nitelikte Madran ve Çakılcı (2014) ile Keser ve Esgi (2012) ilkökul düzeyindeki öğrencilerle yaptıkları çalışmalarda, Eni (2017) ise lise öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarında yaş ile oyun bağımlılığı arasında anlamlı ilişki tespit edilememiştir. Yapılan araştırma sonucunu destekler nitelikte Bilge (2012) ve Çakmen'in (2014) çalışmalarında örneklem grubunun ilkökul düzeyinde olması ve bu dönemde cinsiyet bağlamındaki farklılaşmaların daha sınırlı olmasından (Kalelioğlu, 2015), Madran ve Çakılcı'nın

(2014) çalışmasında ise örneklemini şiddet içerikli oyun oynama alışkanlığı olan bireylerin oluşturmasından kaynaklanıyor olabileceği söylenebilir.

Analiz sonuçlarına göre aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir. Ortalama puanlara bakıldığında erkeklerin puanı kadınlara göre daha yüksektir. Araştırmada çıkan bulgular ile ilgili alan yazın bulgularının benzerlik gösterdiği söylenebilir (Griffiths ve Davies, 2005; İnal ve Çağıltay, 2005). South oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının cinsiyet bakımından anlamlı farklılık göstermemektedir.

Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, south oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Alanyazın literatür araştırmalarından Kubey ve arkadaşlarının (2001) araştırmasına bakıldığında lisans eğitimine başlayacak düzeydeki oyuncuların dijital oyun bağımlılığı oranları lisans eğitimin ileriki zamanlarına göre daha yüksek bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürdeki bu çalışmalar ile çalışmamız örtüşmektedir.

Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, south oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Literatürde bu yönde bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ancak çalışmayı yapan bizler tarafından anket sonuçlarının aksine başka bir örneklem grubunda yapılacak başka bir çalışmada gelir durumunun diğer puanlara daha fazla etki edebileceği tahmin edilmektedir.

Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, dürtüsellik puanının daha önce psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu konuda literatürde yapılan çalışmaya rastlanmamıştır. Bu konuda çalışmamız beklentimizin tersi yönde sonuç vermiştir. Psikiyatrik tanı geçmişi olan bireylerin puanlarının anlamlı farklılık göstermesi beklenmekteydi. Gelecekte yapılacak çalışmalarda farklı sonuçların elde edilebileceği düşünülmektedir.

Analiz sonuçlarına göre south oaks kumar tarama testi daha önce psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir. Psikiyatrik tanı ya da tedavi geçmişi olan bireylerin kumar bağımlılığına yatkınlığı daha fazla olabileceği varsayılmaktaydı. Elde edilen sonuçlar bunu doğrular şekilde ortaya çıkmıştır.

Duygu değişimi ve dalma puanı yetiştiğiniz ortamda dijital oyun oynayan birey olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir. Çalışmaya başlamadan önce yetişilen ortamda dijital oyun oynayan birey olmasının duygu değişimi ve dalma puanına etki edebileceği öngörülmemektedir. Ancak çalışma sonucunda anlamlı farklılık olması gelecek çalışmalarda kaynak olabileceği ya da yeni çalışmalara yol açabileceği düşünülmektedir.

Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, south oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının daha yetiştiğiniz ortamda dijital oyun oynayan birey olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermemektedir. Çalışmamıza başlarken yukarıda sayılan özelliklerden bazılarında yetişilen ortamda dijital oyun oynayan birey olmasının etkisinin olabileceği düşünülmekteydi. Yapılan çalışma sonucunda etki etmediği görülmektedir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda katılımcı durumuna göre bu sonucunda değişebileceği düşünülmektedir.

Aşırı odaklanma ve erteleme puanı duygu değişimi ve dalma puanı, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma, south oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının en çok tercih edilen oyun türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir. Literatürde tam olarak bu konuyu kapsayan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yapılan çalışmamızda dürtüsellik etkisinin daha fazla etki edebileceği ve daha anlamlı sonuçlar çıkabileceği varsayılmaktaydı. Ancak yapılan çalışmamızda anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yine gelecek çalışmalarda elde edilebilecek sonuçların daha farklı olabileceği düşünülmektedir.

Aşırı odaklanma ve erteleme puanı en çok tercih edilen oyun türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. 6 saat ve üzerinde oyun oynayanların puanı diğer sürelerle göre daha yüksektir.

Analiz sonuçlarına göre çatışma, yoksunluk ve arayış puanı en çok tercih edilen oyun türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. 6 saat ve üzerinde oyun oynayanların puanı diğer sürelerle göre daha yüksektir. Çalışmaya başlarken bazı oyunların bağımlılık yapabileceği ya da bazı oyunların bağımlılarının olabileceği ön görülmektedir. Bu sebeple bazı oyunları sürekli ve uzun saatler oynayan bireylerin yoksunluk ve arayış puanlarının yüksek bulunması beklentimizi karşılamaktadır.

Analiz sonuçlarına göre duygu değişimi ve dalma puanı en çok tercih edilen oyun türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. 6 saat ve üzerinde oyun oynayanların puanı diğer sürelerle göre daha yüksektir. Aras (2019)'un araştırmasında bilgisayar oyun oynama süresi azaldıkça oyun bağımlılığı düzeylerinde artış olduğu sonucuyla ters düştüğü görülmektedir. Aynı zamanda Gökçearsan ve Durakoğlu'nun (2014) araştırmasındaki verilere göre oyun oynamada geçirilen süre ile bağımlılık düzeylerinin farklılaştığına değinilerek, 3 saatten fazla oyun oynayanların diğer oynayanlara kıyasla bağımlılık düzeylerinde yüksek artışın söz konusu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Analiz sonuçlarına göre south oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının puanı gün içinde dijital oyunlara zaman ayırma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Literatürde yapılan çalışmalar ile elde edilen sonuçlar örtüşmektedir.

Bu araştırmayla ilgili olarak önerilere bakacak olursak katılımcı sayısı daha geniş bir evrende yapılması elde edilen sonuçları ve bulguları değiştirebilir. Bu araştırma Covid-19 salgını sırasında ve sonrasında yapıldığı için online ve yüz yüze karışık gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın tamamının yüz yüze yapılması katılımcıların vereceği cevapları değiştirebileceği düşünülmektedir. Gelecek araştırmalarda yüz yüze anket çalışması yapılması önerilebilir. Yapılan çalışmada kullanılan ölçek sorularının uzunluğu dolayısıyla katılımcıların soruları uzun buldukları ve cevaplarırken sıkıldıkları gözlemlenmiştir. Yeni bir ölçek geliştirilerek ya da daha kısa soruları olan ölçekler kullanılması katılımcıların sıkılmasını önleyeceği için daha doğru cevaplar almamızı sağlayabilir. Katılımcılar basit seçkisiz yöntemle seçildiği için hedef kitleden sapılmış olabilir. Bağımlılık tedavisi gören

kişiler ile hastanede ya da sosyal ortamda kendilerine ulaşıp anketin cevaplandırılması ve o şekilde karşılaştırma yapılması sağlanabilir. Belli oyunların sabit kitleleri yani oyuncularını (yalnızca tek bir oyunu oynayan kişiler) oldukları bilinmektedir. O oyunculara (kişilere) ulaşıp bağımlılık düzeyleri diğer her oyunu oynayan oyuncular ile karşılaştırma yapılabilir. Bizim çalışmamız üniversite öğrencileri ile sınırlandırılmış olup diğer bireyleri ve küçük yaş gruplarını kapsamamaktadır. Daha genel bir çalışma yapılarak küçük yaş grupları ve üniversite öğrencisi olmayan bireyleri de kapsayan bir araştırma yapılabilir. Katılımcıların daha tutarlı cevaplar vermesi için katılımcılara ödül verilebilir bu şekilde katılımcıların anket cevaplarını tutarlı vermeleri sağlanabilir ve katılımcıya ulaşmakta zorluk çekilmez.

## SONUÇ

Bireyler kumarı, ilk başlarda zaman geçirmek, eğlenmek veya şansını denemek için oynamakta ama daha sonra bu oyunların bağımlılık haline gelmesi yıkıcı etkilere yol açabilmektedir. Zamanla kişinin kendisi, ailesi ve yaşadığı toplumu da olumsuz bir şekilde etkileyecek boyutlara varabilmektedir. Araştırmada üniversite öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve kumar bağımlılığının dürtüsellik ile ilişkisinin tespit edilmesi amacıyla anket uygulaması yapılmıştır. Yapılan anket uygulamasının sonuçları aşağıdaki gibidir:

Aşırı odaklanma ve erteleme alt boyutu ile çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma ile dürtüsellik ile çok güçlü bir ilişki vardır. Kumar tarama testi ile aralarında bir ilişki yoktur.

Çatışma, yoksunluk ve arayış ve duygu değişimi ve dalma ile dürtüsellik ile çok güçlü bir ilişki vardır. Kumar tarama testi ile aralarında bir ilişki yoktur. Çalışmaya başlarken kumar tarama testi ile aralarında bir ilişki çıkabileceği düşünülmektedir. Gelecek çalışmalarda farklı sonuçlar elde edilebileceği düşünülmektedir.

Duygu değişimi, dalma ve kumar tarama testi ile aralarında bir ilişki yoktur. Duygu değişimi, dalma ve dürtüsellik ile arasında çok güçlü bir ilişki vardır. Kumar tarama testi ile dürtüsellik ile aralarında bir ilişki yoktur. Yine çalışmaya başlarken kumar tarama testi ile dürtüsellik arasında güçlü bir bağ olabileceği ön görülmektedir. Anket sonuçları bunun aksi yönde sonuç vermiştir.

Aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir. Çalışmamızın sonuçları beklentilerimizi karşılayarak cinsiyete göre aşırı odaklanma ve erteleme, çatışma, yoksunluk ve arayış, duygu değişimi ve dalma anlamlı farklılık olabileceğini ortaya koymuştur.

Ortalama puanlara bakıldığında erkeklerin puanı kadınlara göre daha yüksektir. Araştırmada çıkan bulgular ile ilgili alan yazın bulgularının benzerlik gösterdiği söylenebilir (Griffiths ve Davies, 2005; İnal ve Çağıltay, 2005). Çalışmamız ile literatürde karşımıza çıkan bu sonuçlar örtüşmektedir.



South oaks kumar tarama testi, dürtüsellik puanının cinsiyet bakımından anlamlı farklılık göstermemektedir.

Çalışmamızın sonuçlarına göre oaks kumar tarama testi geçmişte psikiyatrik tanı ya da tedavi alma durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir.



## KAYNAKÇA

- Ainslie, G. (1975). Specious reward: A behavioral theory of impulsiveness and impulse control. *Psychological Bulletin*, 82(4), 463–496. <https://doi.org/10.1037/h0076860>
- Akın, E. & Berkem, M. (2012). İntihar Girişiminde Bulunan Ergenlerde Psikiyatrik Tanıların, Demografik ve Klinik Özelliklerin Değerlendirilmesi. *Fırat Tıp Dergisi*, 17(4), 228-232
- Aras, S. (2019). Bilgisayar Oyun Bağımlılığının Ailedeki Koruyucu Etkenler ve Kişisel Özellikler Açısından İncelenmesi (Bursa İli Örnekleme). Afyon Kocatepe Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi. Afyon
- Arce E. ve Santisteban C. (2006). Impulsivity: a review. *Psicothema*, 18(2), 213– 20.
- Atasaz B., (2018). Erkeklerde Bağımlılık Şiddetinin, Hayatın Anlam Ve Amacıyla Ve Travmatik Yaşantılarla İlişkisi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Ateş S., (2021). Ergenlerde Dijital Oyun Bağımlılığının Yordayıcıları Olarak Öznel İyi Oluşu Artırma Stratejileri ve Gelecek Beklentileri, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Aydemir N., (2021). Dijital Oyun Bağımlılığı ile Saldırganlık Eğilimi ve Sosyalleşme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Barkley R.A. (1997). Behavioral inhibition, sustained attention, and executive functions: constructing a unifying theory of ADHD. *Psychology Bulletin*, 121(1), 65–94.
- Barrett, E.L. (2011). Hurt People Who Hurt People: Anger and Violence among Individuals with Substance Use Disorder and Posttraumatic Stress Disorder. Doktora Tezi, University of New South Wales, Sydney.

- Baumeister, R.F. & Heatherton, T.F. (1996). Self-regulation Failure: An overview. *Psychological Inquiry*, 7(1), 1-15.
- Baykal D., (2020). Dijital Oyun Bağımlılığının Sosyoekonomik Açıdan Değerlendirilmesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Bilge, F. (2012). Bir Grup İlköğretim Öğrencisinde Bilgisayara Yönelik Bağımlılık Eğilimi Değerlendirmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43(43), 96-105.
- Brunner D., ve Hen R. (1997). Insights into the neurobiology of impulsive behavior from serotonin receptor knockout mice. *Annals New York Academic Sciences*, 836, 81–105.
- Budak K., (2020). Okul Öncesi Dönem Çocukları İçin Dijital Oyun Bağımlılık Eğilimi Ölçeğinin Ve Dijital Oyun Ebeveyn Rehberlik Stratejileri Ölçeğinin Geliştirilmesi, Problem Davranışlarla İlişkisinin İncelenmesi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Denizli.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. (11.Baskı). Ankara: Pegem Akademi
- Chamberlain, S. R., Blackwell, A. D., Fineberg, N. A., Robbins, T. W., & Sahakian, B. J. (2005). The neuropsychology of obsessive compulsive disorder: the importance of failures in cognitive and behavioural inhibition as candidate endophenotypic markers. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 29(3), 399–419.
- Chamberlain, S. R., Fineberg, N. A., Blackwell, A. D., Robbins, T. W., & Sahakian, B. J. (2006). Motor inhibition and cognitive flexibility in obsessive-compulsive disorder and trichotillomania. *American Journal of Psychiatry*, 163(7), 1282-1284
- Chamberlain, S. R., Sahakian, B. J. (2007). The neuropsychiatry of impulsivity. *Current opinion in psychiatry*, 20(3), 255-261.

- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow, the psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row.
- Çakmen, F. O. (2004). İlkokul Üç, Dört ve Beşinci Sınıf Öğrencilerinin Bağımlılık Eğilimleri ve Anne-Babalarının Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Ankara: (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Çalışkan, Ş. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Sigara Kullanımını Etkileyen Faktörler (Ekonometrik Bir Yaklaşım). Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 8(2), 23-48
- de Wit, H. (2008). Impulsivity as a determinant and consequence of drug use: a review of underlying processes. *Addiction Biology*, 14(1), 22-31.
- Dickman, S. (1990). Functional and Dysfunctional Impulsivity: Personality and Cognitive Correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(1), 95-102.
- Duvarcı İ, Varan A. (2001). *Reliability and validity study of the Turkish form of the south oaks gambling screen*. *Turkish Journal of Psychiatry*, 12(1):34-45.
- Eni, B. (2017). Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ve Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi. İstanbul: Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Few, L. R., Lynam, D. R., & Miller, J. D. (2015). Impulsivity-related traits and their relation to DSM-5 section II and III personality disorders. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, 6(3), 261–266. <https://doi.org/10.1037/per0000120>
- Furundaoturan Ö., (2021). Alkol-Madde Kullanıcılarının Bağımlılık Şiddeti, Depresyon Ve Anksiyete Düzeyleri İle Ailelerin Eş Bağımlılık Düzeyi Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir.

- Gökçearsan, Ş., Ve Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi, cilt23, 419-435.
- Griffiths , M., Ve Davies, M. (2005). Videogame Addiction: Does it Exist? J. Goldstein, & J. (Eds) Raessens içinde, Handbook of Computer Game Studies. Boston: MIT Pres. 359-368.
- Güleç, H., Tamam, L., Güleç, MY., Turhan M., Karakuş, G., Zengin, M., Stanford, MS., 2008. "Barratt Dürtüsellik Ölçeği -11 (BIS-11)' nin Türkçe Uyarlamasının Psikometrik Özellikleri", Klinik Psikofarmakoloji Bülteni, (18):251-258
- Gürsoy, Ç. (2018). Genç Erişkinlerde Bağlanma Stilleri ve Dürtüsellik Düzeyleri ile Yeme Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, T.C. Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Gvion, Y. & Apter, A. (2011). Aggression, Impulsivity, and Suicide Behavior: A Review of the Literature. Archives of suicide research, 15(2), 93-112
- Gvion, Y.,& Apter, A. (2011). Aggression, impulsivity, and suicide behavior: a review of the literature. Archives of suicide research, 15(2), 93-112.
- Hazar, E. ve Hazar, Z. (2019). Üniversite öğrencileri için dijital oyun bağımlılığı ölçeği (Uyarlama çalışması). *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 308-322.
- Hollander, E, Allen, A (2006) Is compulsive buying a real disorder, and is it really compulsive? American Journal of Psychiatry 163: 1670–2.
- Hollander, E.,& Evers, M. (2001). New developments in impulsivity. İçinde Lancet (C. 358, Sayı 9286, ss. 949–950). Elsevier Limited. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(01\)06114-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(01)06114-1)
- Hollander, E.,& Evers, M. (2001). New developments in impulsivity. The Lancet, 358(9286), 949-950.

- Hornak, J., O'Doherty, J., Bramham, J., Rolls, E. T., Morris, R. G., Bullock, P. R., & Polkey, C. E. (2004). Reward-related reversal learning after surgical excisions in orbito-frontal or dorsolateral prefrontal cortex in humans. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 16(3), 463–478. <https://doi.org/10.1162/089892904322926791>
- İnal, Y., Ve Çağıltay, K. (2005). İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları Ve Oyun Tercihlerini Etkileyen Faktörler. *Eğitimde Yeni Yönelimler II., Eğitimde Oyun Sempozyumu. Orta Doğu Teknik Üniversitesi. Ankara.* 71-74
- Kalaycı, Ş. (2016). *SPSS Uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri (5. Baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Kalelioğlu, F. (2015). A new way of teaching programming skills to K-12 students: Code.org. *Computers in Human Behavior* 52, 200-210.
- Karakuş, G. (2015). Dürtüsellik: Tanımı, Değerlendirilmesi ve Ruhsal Bozukluklarla İlişkisi. L. tamam (Dü.) içinde, Dürtüsellik ve Dürtü kontrol bozuklukları. İstanbul: Kaknüs Yayınları
- Karasar, N. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemi (27. Baskı)*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- Kaşıkcı C., (2020). Şiddet İçerikli Dijital Oyun Bağımlılığı İle Öfke İfade Ediş Tarzı Arasındaki İlişkide Dürtüsellik Ve Aleksitiminin Aracı Rolü, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hamidiye Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Keser, H. ve Esgü, N. (2012). An Analysis of Self-Perceptions of Elementary School Students in Terms of Computer Game Addiction. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 247- 251.
- Kılıç C., (2021). Lise Öğrencilerinin İnternet, Sosyal Medya Ve Dijital Oyun Bağımlılıkları İle Yalnızlık, Bencillik Ve Yaşam Doyumu Düzeyleri

Arasındaki İlişki, Malatya Örneği, İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Malatya.

Koyu E., (2021). Kumar Oynama Bozukluğu Tanısı Olan Hastalarda Dikkat Eksikliği Ve Hiperaktivite Bozukluğu (Dehb) Sıklığı Ve Dehb Eş Tanısının Kumar Oynama Nedenleri Ve Kumar Oynama Davranışı Üzerine Etkisi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Erenköy Ruh Ve Sinir Hastalıkları, Uzmanlık Tezi, İstanbul.

Kubey, R. W., Lavin, M. J., ve BARROWS, J. R. (2001). Internet Use and Collegiate Academic Performance Decrements: Early Findings. *Journal of Communication*, 51(2), 366-382.

L'Abate, L. (1993). A Family Theory of Impulsivity. *The Impulsive Client*. American Psychological Association, 93-117

Madran, H. A. ve Çakılcı, E. F. (2014). The Relationship between Aggression and Online Video Game Addiction: A Study on Massively Multiplayer Online Video Game Players. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 15(2), 99-107.

Moeller, F. G., Barratt, E. S., Dougherty, D. M., Schmitz, J. M., & Swann, A. C. (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. *American Journal of Psychiatry*, 158(11), 1783– 1793. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.11.1783>

Moeller, F. G., Barratt, E. S., Dougherty, D. M., Schmitz, J. M., & Swann, A. C. (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. *American Journal of Psychiatry*, 158(11), 1783– 1793. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.11.1783>

Mutlu D., (2021). Evli Bireylerde Evlilik Uyumu Ve Aşk Tutumunun Psikolojik İyi Oluş Üzerindeki Etkisi, İstanbul Gedik Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Nuyens, F., Deleuze, J., Maurage, P., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., ve Billieux, J. (2016). Impulsivity in Multiplayer Online Battle Arena Gamers: Preliminary Results on Experimental and Self-Report Measures. *Journal of behavioral addictions*, 5(2), 351–356.

- Oquendo, M.A. & Man, J.J. (2000). The Biology of Impulsivity and Suicidality. *The Psychiatric Clinics of North America*, 23(1), 11-25.
- Özdemir, P., Selvi, Y., & Aydın, A. (2012). Impulsivity and Its Treatment. *Psikiyatride Guncel Yaklasimler - Current Approaches in Psychiatry*, 4(3), 293. <https://doi.org/10.5455/cap.20120418>
- Özkul R., (2021). Dijital Oyun Oynayanların Kişilik Ve Değerleri: Z Kuşağı Üzerine Bir Araştırma, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Isparta.
- Patton, J. H., Stanford, M. S., & Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the barratt impulsiveness scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51(6), 768-774. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199511\)51:63.0.CO;2-1](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199511)51:63.0.CO;2-1)
- Patton, J.H., Stanford, M.S. & Barratt, E.S. (1995). Factor structure of the Barratt Impulsiveness Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51, 768-774.
- Perry, J. L. & Carroll, M. E. (2008). The role of impulsive behavior in drug abuse. *Psychopharmacology (Berl)*, 200(1), 1-26.
- Pınarcı G., (2014). Üniversite Öğrencilerinde Kumar Oynama, Patolojik Kumarbağlılığı ve İlişkili Karakter Özellikleri, Ege Üniversitesi Madde Bağımlılığı, Toksikoloji Ve İlaç Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
- Sancaklı P., (2021). Dijital Oyun Kültüründe Sosyal Medya Etkisi: Pubg (Playerunknown's Battlegrounds) Örneği, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Radyo Tv Sinema Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Sezgin S. (2019). Türkiye'de Dijital Oyun Endüstrisi ve Yaratıcı Emek, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Gazetecilik Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Ankara.
- Solmaz B. (2022). Dijital Oyunların İletişim Dinamikleri: Selçuk Üniversitesi Öğrencilerine Yönelik Bir Araştırma, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler



Enstitüsü Halkla İlişkiler ve Tanıtım Ana Bilim Dalı Halkla İlişkiler Ve Tanıtım Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Konya.

Soyata A. Z. (2017). Kumar Oynama Bozukluğu Tanılı Olgularda Transkraniyal Doğru Akım Uyarımı Uygulamasının Iowa Kumar Testi ve Bilişsel İşlevler Üzerine Etkisinin İncelenmesi, İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Tıpta Uzmanlık Tezi, İstanbul.

Sürek A. (2021). Dijital Oyunların Ortaöğretim Görsel Sanatlar Dersine Katkısına Yönelik Öğrenci Görüşleri, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı Resim İş Eğitimi Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Denizli.

Şıran B. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Kumar Oynama Davranışı Dürtüsellik ve Psikolojik Sağlık Düzeylerinin İncelenmesi, Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul

Terlemez C. (2019). Dijital Oyun Bağımlılığı İle Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Tırnovalı S. (2019). Dijital Oyunlar Üzerinden Karşı İstihbarat Toplama ve Bilgi Edinme: Assassin's Creed Örneği, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Tuna, Z.O. (2015). Üniversite Öğrencilerinde Riskli Davranışların Dürtüsellik ve Üstbilişsel İnançlar ile İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi, İstanbul

Tunçtürk M. (2019). İnternet Oyunu Oynama Bozukluğu Olan Ergenler İle Problemler İnternet Kullanımı Olan Ergenlerin Siber Zorbalık, Saldırganlık ve Yalnızlık Parametreleri Açısından Karşılaştırılması, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi Çocuk ve Ergen Psikiyatri Kliniği, Tıpta Uzmanlık Tezi, İstanbul.

- Tüver A. (2021). Dijital Oyun Oynama Motivasyonu ve Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Mersin.
- Uştuk O. (2012). Benlik ve Duygu Kavramları Bağlamında Yakın İkili İlişkiler Üzerine Bir İnceleme, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Antropoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Üngören Y. (2020). Dijital Oyun Yayını İzleyicilerinin Kişilik Yapıları ve Kullanım Davranışları İle Yayın İzleme Motivasyonlarının İncelenmesi: Twitch Örneği, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Ana Bilim Dalı Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya
- Ünüböl, H. & Hızlı Sayar, G. (2019). Psychological Factors Associated with Smoking and Quitting: Addiction Map of Turkey Study. *Neuropsychiatric disease and treatment*, 15, 1971-1982.
- Ünüböl, H. & Hızlı Sayar, G. (2019). TURBAHAR Türkiye Bağımlılık Risk Profili ve Ruh Sağlığı Haritası Proje Sonuç Raporu. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Yayınları.
- Verdejo-García, A., Lawrence, A. J., & Clark, L. (2008). Impulsivity as a vulnerability marker for substance-use disorders: Review of findings from high-risk research, problem gamblers and genetic association studies. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* (C. 32, Sayı 4, ss. 777–810). *Neurosci Biobehav Rev.* <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2007.11.003>
- Verdejo-García, A., Lawrence, A.J. & Clark, L. (2008). Impulsivity as a Vulnerability Marker for Substance-use Disorders: Review of Findings from High-risk Research, Problem Gamblers and Genetic Association Studies. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 32(4), 777-810.
- Volberg, R.A., And M.W. Abbott 1997 *Gambling And Problem Gambling Among Indigenous Peoples*. *Substance Use And Misuse* 32(11):1525-1538.

- Von Diemen, L., Bassani, D. G., Fuchs, S. C., Szobot, C. M., & Pechansky, F. (2008). Impulsivity, age of first alcohol use and substance use disorders among male adolescents: A population based case-control study. *Addiction*, 103(7), 1198–1205. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2008.02223>.
- Westfall, P. H., & Henning, K. S. S. (2013). *Texts in statistical science: Understanding advanced statistical methods*. Taylor & Francis.
- Winstanley, C.A., Eagle, D.M. & Robbins, T.W. (2006). Behavioral Models of Impulsivity in Relation to ADHD: Translation Between Clinical and Preclinical Studies. *Clinical Psychology Review*, 26, 379- 395.
- Yavuz O., (2020). İnternette Kumar Bağımlılığı, Online Erişim: [https://www.researchgate.net/publication/348077152\\_Internette\\_Kumar\\_Ba\\_gimliliği](https://www.researchgate.net/publication/348077152_Internette_Kumar_Ba_gimliliği)
- Yazici, K.,& Yazici, A. E. (2010). Dürtüselliğin nöroanatomik ve nörokimyasal temelleri = Neuroanatomical and neurochemical basis of impulsivity. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2(2) , 254-280

## EKLER

### Ek-1. Sosyodemografik Bilgi Formu

Bu araştırma Beykent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans kapsamında alınan Yüksek Lisans Tez Çalışması için yapılmaktadır.

Değerli katılımcı, sizi İstanbul Beykent Üniversitesi Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencisi Alper KOLCAN tarafından Doç. Dr. Neslim GÜVENDEĞER DOKSAT danışmanlığında tez çalışması kapsamında yürütülen Üniversite Öğrencilerinde Dijital Oyun Bağımlılığı ve Kumar Bağımlılığının Dürtüsellik İle İlişkisi başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanıp tek katılım şartı üniversite öğrencisi olmaktır (ön lisans, lisans, yüksek lisans, doktora). Aşağıda yer alan kısımları doğru ve eksiksiz tamamlayınız. Elde edilen bu bilgiler yalnızca bilimsel amaçla araştırmada kullanılacaktır. Kişisel bilgileriniz hiçbir yerde kullanılmayacaktır. Sorulan sorular yüksek lisans tez çalışmasında kullanılacaktır. Katılımınızdan dolayı teşekkür ederim.

1. Yaşınız:  
 18-24  
 25-30  
 31-39  
 40+
2. Cinsiyetiniz:  
 Kadın  
 Erkek
3. Eğitim durumunuz:  
 Ön lisans  
 Lisans  
 Yüksek Lisans  
 Doktora
4. Gelir durumunuz:  
 Kötü  
 Orta

İyi

Çok iyi

5. Daha önce psikiyatrik tanı ya da tedavi gördünüz mü ?

Evet

Hayır

6. Yetiştığınız ortamda dijital oyun oynayan insanlar var mıydı?

Evet

Hayır

7. (Daha çok Assassin's Creed, Witcher 3, League of Legends, Mount and Blade II: Bannerlord gibi birden fazla türü içerisinde barındıran oyunları tercih ediyorsanız sizi bu tarz oyunları oynama konusunda daha fazla motive eden özelliklerin ağırlıklı olduğu oyun türünü seçebilirsiniz.)

Aksiyon (Counter Strike: Global Offensive, Call of Duty: Modern Warfare, Grand Theft Auto 5 vb.)

Macera (Tomb Raider, Red Dead Redemption 2, Sea of Thieves vb.)

Strateji (Satranç, Totalwar: Warhemmer 2, Civilization 6, Europa Universalis 4, Age of Empires 3 vb.)

Simülasyon (FIFA 21, NBA 2K21, The Sims 4, Farmville, Mind craft, Euro Truck Simulator 2 vb.)

Rol Yapma (Witcher 3, Elder Scrolls 5: Skyrim, Divinity Original Sin 2, World of Warcraft vb.)

Bulmaca, Zeka ( Candy crush, Sudoku, Kelime türetme, kelime bulma vb.)

8. Dijital oyunlara gün içinde ne kadar zaman ayırırsınız?

0-2 saat

2-4 saat

4-6 saat

6 saat ve üzerinde

## Ek-2. Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

- 1- Dijital oyunlar hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır (benim için çok önemlidir)
- 2- Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir
- 3- Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir
- 4- Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur
- 5- Bilgisayar, telefon, tablet ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı istemem
- 6- Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim
- 7- Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim
- 8- Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur
- 9- Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik gibi) zamanım kalmaz
- 10- Dijital oyun oynamak için derslerimi aksattığım zamanlar olur
- 11- Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm
- 12- İstedğim zaman dijital oyun oynayamazsam sinirlenirim/öfkelenirim
- 13- Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçar
- 14- Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissederim
- 15- Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim
- 16- Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakırım
- 17- Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur
- 18- Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır
- 19- Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim
- 20- Dijital oyun oynarken acıktığımın farkına varmam
- 21- Gün içerisinde birden bire/aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur

Ölçekten Alınabilecek Puanların Değerlendirilme Aralıkları: Ölçekteki ifadelerin değerlendirilmesinde 5 puanlı Likert tipi ölçekten yararlanılmıştır (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Kararsızım, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum).

### Ek-3. SOUTH OAKS KUMAR TARAMA TESTİ (SOKTT)

(Türkçe'ye Uyarlanmış Formu)

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 Okey	( )	( )	( )
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	( )	( )	( )

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                       Yok

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 yarısının azında  
 Evet, çoğu zaman



6. Bahis ve kumarla ilgili hiç sorunuz olduğunu düşünür 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 sorunuz 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. Diğer 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 borçlanma
- l. Borç almadım.

#### Ek-4 Barratt Dürtüsellik Ölçeği -11 Türkçe Versiyonu

Açıklamalar: İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir.

Lütfen her cümleyi okuyunuz ve kendinize en yakın gelen seçeneği işaretleyiniz.

Cevaplamak için çok zaman ayırmayınız. Hızlı ve dürüstçe cevap veriniz.

	Nadiren/ Hiçbir zaman	Bazen	Sıklıkla	Hemen her zaman/ Her zaman
1 İşlerimi dikkatle planlarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Düşünmeden iş yaparım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Hızla karar veririm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Hiç bir şeyi dert etmem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Dikkat etmem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Uçuşan düşüncelerim var	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Seyahatlerimi çok önceden planlarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Kendimi kontrol edebilirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Kolayca konsantre olurum	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Düzenli para biriktirim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Derslerde veya oyunlarda yerimde duramam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Dikkatli düşünen birisiyim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 İş güvenliğine dikkat ederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 Düşünmeden bir şeyler söylerim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Karmaşık problemler üzerine düşünmeyi severim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 Sık sık iş değiştiririm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 Düşünmeden hareket ederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 Zor problemler çözmem gerektiğinde kolayca sıklırım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19 Aklıma estiği gibi hareket ederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 Düşünerek hareket ederim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21 Sıklıkla evimi değiştiririm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22 Düşünmeden alışveriş yaparım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23 Aynı anda sadece birtek şey düşünebilirim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24 Hobilerimi değiştiririm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25 Kazandığımdan daha fazla harcarım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26 Düşünürken sıklıkla zihnimde konuyla ilgisiz düşünceler oluşur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27 Şu an ile gelecekte daha fazla ilgilenirim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28 Derslerde veya sinemada rahat oturamam	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29 Yap-boz/puzzle çözmeyi severim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30 Geleceğini düşünen birisiyim	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>